

EFEKTIVITAS MASSAGE EFFLEURAGE UNTUK MENGURANGI INTENSITAS NYERI PADA IBU BERSALIN KALA I DI RSUD CIMACAN TAHUN 2024

Fina Sancaya Rini¹, Intan Nurasifa Gunawan¹, Warini¹

¹Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Al-Ikhlash, Jl. Hankam Desa Jogjogan Kecamatan Cisarua
Kabupaten Bogor, Jawa Barat, Indonesia
Email: finasancayarini@gmail.com, intannurasyifa402@gmail.com

ABSTRACT

Pain during childbirth is a condition that can cause stress for the mother in labor and reduce comfort during the birthing process. About 63% of mothers who give birth feel pain. One way to manage pain during contractions during childbirth is to use the effleurage massage method. This study aims to assess how effective effleurage massage is in reducing the intensity of pain in mothers giving birth in phase I. The research carried out was experimental with a quantitative approach. This research was conducted between March and May 2024. The population involved in this study included all 134 women giving birth at the Cimacan Regional Hospital during that period. Of this number, 32 people met the inclusion criteria, and the technique used for sampling was accidental sampling. In this research, data analysis was carried out using the Paired Dependent T-Test. The independent variable is effleurage massage and the dependent variable is the intensity of the mother's pain during childbirth in phase I. The variables studied include age, parity and education level. The results showed that the effleurage massage technique for 32 respondents (100%) was effective in reducing the pain experienced by mothers in phase I, with 24 of them (75%) experiencing mild pain, while 8 respondents (25%) felt moderate pain and none experiencing severe pain (0%). After statistical analysis was carried out using the Paired Dependent T-Test, the P value = <0.001 with a deviation = 0.471 was obtained, indicating that there was a significant effect of effleurage massage on reducing pain intensity. Effleurage massage is recommended as a method to reduce the pain experienced by mothers in phase I of labor.

Keywords: *Childbirth, Pain, Age, Parity, Education*

ABSTRAK

Nyeri saat melahirkan adalah kondisi yang dapat menyebabkan stres bagi ibu yang bersalin dan mengurangi kenyamanan selama proses melahirkan. Sekitar 63% ibu yang bersalin merasakan nyeri. Salah satu cara untuk mengelola rasa sakit selama kontraksi saat melahirkan adalah dengan menggunakan metode pijatan effleurage. Penelitian ini bertujuan untuk menilai seberapa efektif pijatan effleurage dalam mengurangi intensitas rasa sakit pada ibu yang bersalin di fase I. Penelitian yang dilakukan bersifat eksperimental dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan antara Maret hingga Mei 2024. Populasi yang terlibat dalam studi ini mencakup semua ibu bersalin di RSUD Cimacan yang berjumlah 134 orang selama periode tersebut. Dari jumlah tersebut, 32 orang memenuhi kriteria inklusi, dan teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah accidental sampling. Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dengan T-Test Paired Dependent. Variabel bebas adalah pijatan effleurage dan variabel terikat adalah intensitas rasa sakit ibu saat melahirkan di fase I. Variabel yang diteliti meliputi usia, paritas, dan tingkat pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik pijatan effleurage pada 32 responden (100%) efektif dalam mengurangi nyeri dialami ibu di fase I, dengan 24 dari

mereka (75%) mengalami nyeri ringan, sementara 8 responden (25%) merasakan nyeri sedang dan tidak ada yang mengalami nyeri berat (0%). Setelah dilakukan analisis statistik dengan T-Test Paired Dependent, diperoleh nilai $P = < 0,001$ dengan deviasi = 0,471, menunjukkan adanya pengaruh signifikan pijatan effleurage terhadap penurunan intensitas nyeri. Pijatan effleurage direkomendasikan sebagai metode untuk mengurangi rasa sakit yang dialami ibu di fase I persalinan.

Kata kunci: Persalinan, Nyeri, Usia, Paritas, Pendidikan

***Corresponding Author:** finasancayarini@gmail.com

INTRODUCTION

Persalinan adalah proses alami untuk mengeluarkan hasil konsepsi dari rahim. Kelahiran normal terjadi saat kehamilan mencapai usia aterm, yakni ketika janin sudah siap untuk dilahirkan. Proses ini biasanya disertai dengan rasa sakit saat persalinan. Aspek psikologis seperti tekanan, kecemasan, dan rasa takut sangat berpengaruh terhadap tingkat nyeri yang dirasakan oleh ibu saat melahirkan (Veri, 2022).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, diperkirakan terdapat 210 juta kehamilan terjadi di seluruh dunia setiap tahunnya, dan sekitar 20 juta ibu mengalami rasa sakit saat proses melahirkan (Putri Zidni, 2022). Data dari penelitian Asosiasi Negara-Negara Asia Tenggara (ASEAN) menunjukkan bahwa tingkat nyeri saat persalinan bervariasi antara sedang hingga berat, dengan angka mencapai 93,5%. Dari hasil tersebut, 85% dirasakan oleh ibu yang pertama kali melahirkan, sedangkan 9% dialami oleh ibu yang sudah pernah melahirkan sebelumnya. Tingkat nyeri ini juga terdeteksi dalam tiga fase berbeda berdasarkan pembukaan serviks, yaitu 2-4 cm, 4-7 cm, dan lebih dari 8 cm (Mutiah, 2022).

Departemen Kesehatan Republik Indonesia mencatat bahwa pada tahun 2020, sekitar 85-90% wanita hamil di Indonesia mengalami rasa sakit saat melahirkan, sementara 7-15% lainnya tidak merasakan nyeri (Diana, 2021). Sumber dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Provinsi Jawa Barat mengindikasikan bahwa sekitar 65% dari total ibu hamil mengalami nyeri saat proses melahirkan. Di Kabupaten Cianjur, jumlah ibu yang merasakan nyeri saat melahirkan diperkirakan berkisar antara 60-80% (Isnaeni, 2021). Data yang diperoleh dari RSUD Cimacan menunjukkan bahwa jumlah ibu yang melahirkan antara bulan Maret hingga Mei 2024 adalah sebanyak 134 orang.

Rasa sakit saat melahirkan muncul karena peregangan otot rahim yang akan

berdampak pada fungsi tubuh secara keseluruhan, seperti meningkatnya kebutuhan oksigen, peningkatan laju pernapasan, tekanan darah yang lebih tinggi, serta masalah pada sistem pencernaan. Selain itu, rasa sakit yang dirasakan juga dapat memengaruhi pilihan ibu mengenai cara melahirkan. Oleh karena itu, pengelolaan rasa sakit saat proses persalinan sangat penting bagi ibu (Veri, 2022). Secara umum nyeri yang tidak tertangani bisa berdampak pada beberapa aspek seperti pada jantung, paru-paru, dan psikologis. Hal ini akan menyebabkan peningkatan nadi, tekanan darah, penurunan kapasitas paru untuk bernafas, ketakutan dan depresi (Dydyk, 2021).

Di Indonesia banyak sekali terapi-terapi yang digunakan dalam manajemen nyeri persalinan yang pada akhirnya dapat menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia. Tenaga kesehatan dan khususnya ibu bersalin serta keluarga seharusnya memiliki dasar pengetahuan tentang penatalaksanaan nyeri persalinan, karena banyak sekali metode yang dapat dipilih untuk mengurangi nyeri persalinan. Manajemen nyeri persalinan sendiri merupakan salah satu asuhan sayang ibu ketika ibu bersalin yang mempunyai banyak sekali dampak positif bagi ibu agar proses persalinannya berjalan dengan lancar (Haryanti, 2021).

Mengatasi rasa sakit saat melahirkan dapat dilakukan melalui berbagai metode, termasuk terapi yang bersifat farmakologis dan non-farmakologis yang merupakan inovasi yang telah diciptakan. Pada setiap cara mempunyai kurang dan lebihnya masing-masing. Terapi farmakologi dapat menyebabkan efek negatif karena mengandung zat kimia. Sedangkan pada Terapi non-farmakologi ada banyak pilihan praktis dan efektif yang dapat digunakan salah satunya Terapi *Massage* yang dapat mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin (Kaffah, 2018).

Pijatan memperbaiki aliran *neurotransmitter* yang secara alami dihasilkan oleh tubuh di sinaps neural pada sistem saraf pusat untuk mengurangi rasa sakit, hal ini disebabkan oleh tubuh yang mensekresi bahan analgesik alami yang disebut endorfin (Setyowati, 2019).

Salah satu jenis *massage* yang memiliki kemampuan untuk mengurangi intensitas nyeri yang disebabkan oleh persalinan adalah *massage effleurage*. *Massage Effleurage* dilakukan pada bagian punggung yang mampu merelaksasi otot dan membuat ibu lebih nyaman selama persalinan (Maqfirah, 2022).

Berdasarkan isu yang telah dijelaskan, peneliti memiliki minat untuk mengadakan

penelitian mengenai seberapa efektifnya *Massage Effleurage* dalam menurunkan tingkat rasa sakit pada ibu yang melahirkan fase I di RSUD Cimacan selama periode Maret hingga Mei 2023.

METHOD

Metode penelitian ini menggunakan Experimen dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian *pre experimen* jenis *one group pre test- post test* yaitu desain penelitian dimana peneliti hanya melakukan satu kali perlakuan dan kemudian dilakukan post test. Desain penelitian "*One group pre test-post test*" hanya memberi perlakuan pada suatu kelompok tanpa ada kelompok pembandingan dan selanjutnya di observasi (Purba, 2021).

Jumlah Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di RSUD Cimacan, Kabupaten Bogor- Jawa Barat sebanyak 134 orang terhitung dari Maret-Mei 2024. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah ibu bersalin yang memenuhi kriteria inklusi di RSUD Cimacan sebanyak 32 orang.

Syarat yang harus dipenuhi oleh setiap individu dalam populasi yang bisa dipilih sebagai sampel, meliputi kriteria yang diinginkan dalam studi ini mencakup ibu yang melahirkan secara alami, ibu yang tidak menjalani prosedur medis seperti pemicu persalinan atau masalah obstetrik, ibu yang sedang dalam persalinan Kala I yang bersedia untuk menjawab pertanyaan.

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah ibu yang mendapat intervensi obstetrik seperti induksi atau kelainan obstetrik, ibu bersalin kala 2, ibu dengan rencana *caesar* dan yang tidak bersedia menjadi responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan *accidental sampling*. Variabel independent dalam penelitian ini yaitu *massage effleurage* dan variabel dependent dalam penelitian ini yaitu intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I. Penelitian ini menggunakan Teknik pengumpulan data dalam kuesioner. Prosedur penelitian ini dilakukan dengan melakukan tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap mengolah data dan evaluasi. *Numeric Rating Scale* (NRS), kuesioner, *informed consent* merupakan skala pengukuran nyeri pada penelitian ini.

Dalam studi ini, metode statistik satu variabel dipakai untuk menjelaskan karakteristik dari setiap variable, Sementara itu, analisis dua variabel dilakukan untuk memahami dampak dari *Massage Effleurage* terhadap pengurangan Intensitas nyeri Ibu bersalin Kala I.

RESULTS AND DISCUSSION

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat efektifitas *Massage Effleurage* dalam menurunkan tingkat rasa sakit pada ibu yang melahirkan fase I di RSUD Cimacan. Karakteristik responden dalam penelitian ini dilihat dari usia, paritas, dan Tingkat Pendidikan yang dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden ibu bersalin kala I Yang melakukan *Massage Effleurage*

Variabel Penelitian	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
Beresiko (<20 dan >35)	11	34
Tidak beresiko (20-35)	21	66
Paritas		
Primigravida (1)	15	47
Multigravida (2-5)	17	53
Pendidikan		
Rendah (SD-SMP)	12	38
Tinggi (SMA-PT)	20	62
Total	32	100

Berdasarkan tabel 1, bahwa dari 32 responden yang berusia Tidak beresiko (20-35 tahun) sebanyak 21 responden (66%), dan yang berusia beresiko (<20 dan >35) sebanyak 11 responden (34%). Berdasarkan Paritas ibu bersalin multigravida sebanyak 17 responden (53%), sedangkan Primigravida sebanyak 15 responden (47%). Berdasarkan Pendidikan, Ibu bersalin pendidikan Tinggi sebanyak 20 responden (62%), sedangkan pendidikan rendah sebanyak 12 responden (38%).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan penurunan nyeri sesudah dilakukan *massage effleurage* di RSUD Cimacan

Sesudah	Kelompok	
	F	%
Efektif	32	100
Tidak efektif	0	0
Total	32	100

Berdasarkan tabel 2, bahwa dari 32 orang yang menjadi responden sebagai kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan *massage effleurage* untuk mengurangi nyeri pada ibu bersalin kala I periode Maret-Mei 2024 berdasarkan penurunan nyeri setelah dilakukan *massage effleurage*. Kelompok tertinggi adalah kelompok nyeri ringan-nyeri sedang (Efektif) yakni 32 responden (100%), serta tidak ada responden yang mengalami nyeri berat (Tidak efektif) (0%).

Tabel 3. Analisa Hubungan Efektivitas *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Pada Ibu Bersalin

Variabel	Mean	SD	SE	P- Value	N
Pre Test <i>Massage Effleurage</i>	1,31	,471	083		
Post Test <i>Massage Effleurage</i>	1,25	,440	078	<,001	32

Berdasarkan table 3 terdapat nilai mean sebelum diberikan *massage effleurage (Pre Test)* adalah 1,31 dengan standar deviasi .471. Dapat disimpulkan Hasil penelitian dengan menggunakan Uji T-Test *Paired Dependent* menghasilkan nilai *P value* = <,001 yang artinya ada pengaruh yang signifikan *Massage Effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin kala I di RSUD Cimacan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berada dalam kelompok usia antara 20 hingga 35 tahun. Rentang usia ini sangat mempengaruhi kesehatan ibu serta kualitas kehamilan, sekaligus berhubungan dengan kesiapan ibu dalam aspek reproduksi. Riset yang dilakukan oleh Yolanda (2020) mengategorikan variable usia menjadi dua kelompok, yaitu kelompok risiko tinggi untuk usia di bawah 20 tahun dan di atas 35 tahun, serta kelompok risiko rendah untuk usia antara 20 sampai 35 tahun. Usia

di bawah 20 hingga di atas 35 tahun memiliki potensi komplikasi saat melahirkan dan ketidaknyamanan akibat rasa sakit yang mungkin muncul, sementara usia 20 hingga 35 tahun dianggap lebih aman untuk melahirkan.

Penelitian ini menyatakan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia (20-35) tahun. Usia sangat menentukan kesehatan ibu dan kualitas kehamilan atau berkaitan dengan kesiapan ibu dalam reproduksi. Hasil penelitian Yolanda (2020) menyebutkan bahwa variabel usia dikelompokkan menjadi dua yaitu *high risk* yaitu pada usia beresiko < 20 tahun - > 35 tahun, dan *low risk* pada usia tidak beresiko 20 - 35 tahun. Pada usia beresiko < 20 - > 35 tahun merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap komplikasi persalinan dan ketidaknyamanan akibat nyeri yang timbul, sedangkan usia tidak beresiko 20-35 tahun dianggap aman menjalani persalinan Karena bagian usia tersebut berada dalam kondisi yang baik. Rahim sudah dapat menyediakan perlindungan, dan secara mental lebih siap untuk menghadapi proses melahirkan sehingga rasa sakit saat bersalin dapat dirasakan lebih ringan.

Berdasarkan paritas pada penelitian ini diketahui bahwa multigravida sebanyak 17 responden dengan persentase (53%) lebih besar dari kelompok primigravida yang hanya sebanyak 15 responden dengan persentase (47%). Intensitas nyeri persalinan salah satunya dipengaruhi oleh riwayat persalinan lalu. Maryuni (2020) menyatakan bahwa seorang ibu yang pernah mengalami persalinan (multipara) akan mengerti tentang bagaimana rasa nyeri yang akan dirasakan saat persalinan. Sedangkan pada ibu yang belum pernah melahirkan (primipara) tidak mengetahui bagaimana rasa nyeri yang akan dirasakan untuk pertama kali dalam proses persalinan. Serviks pada primipara memerlukan tenaga yang lebih besar untuk meregangkannya, sehingga menyebabkan intensitas nyeri kontraksi lebih besar selama kala I persalinan.

Hasil penelitian ini diketahui berdasarkan Pendidikan mayoritas responden merupakan lulusan pendidikan tinggi (SMA-Perguruan Tinggi) sebanyak 20 orang (62%), sedangkan pendidikan rendah (SD- SMP) sebanyak 12 orang (38%). Menurut Anry (2020) mengatakan bahwa tingkat pendidikan dapat berpengaruh terhadap intensitas nyeri karena individu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi lebih mampu menggunakan pengetahuan mereka untuk merespon kejadian secara adaptif dibandingkan dengan individu yang mempunyai pendidikan rendah. Pendidikan sangat mempengaruhi proses dalam persalinan, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah

seseorang tersebut mendapatkan informasi, mengelola emosi rasa nyeri, dan penanganan untuk menurunkan nyeri saat persalinan.

Studi ini mengindikasikan adanya dampak yang signifikan dari penerapan *Massage Effleurage* dalam mengurangi level nyeri pada ibu yang menjalani persalinan fase I. *Effleurage* merupakan gerakan membelai yang dapat dilakukan dengan tekanan ringan atau dalam, biasanya digunakan untuk membantu proses pemulihan sistem limfatik serta sirkulasi darah di bagian tubuh tersebut. Selain itu, *effleurage* juga berfungsi untuk memeriksa serta menilai area yang terasa nyeri dan ketidaknormalan pada jaringan lunak atau ketegangan pada kelompok otot tertentu.

Pemijatan *Effleurage* adalah teknik pijatan yang menggunakan sentuhan tangan untuk menimbulkan efek relaksasi dan membantu mempercepat pemulihan nyeri. Pemijatan *effleurage* dilakukan pada bagian punggung, yang mampu merelaksasikan otot, membuat mereka tenang, dan membuat ibu merasa lebih nyaman selama persalinan. Massage meningkatkan sirkulasi neurotransmitter yang diproduksi secara alami oleh tubuh pada sinapsneural di sistem saraf pusat, dan tubuh secara fisiologis akan mensekresi bahan analgesik alami yang disebut endorfin. Ketika dilakukan pemijatan lembut (*Massage Effleurage*) pada bagian punggung ibu akan merasa nyaman, rileks dan tubuh secara fisiologis akan mengeluarkan endorfin, sehingga dapat membantu menurunkan intensitas nyeri dan akan mengurangi terjadinya komplikasi selama proses persalinan.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil studi ini bahwa *Massage Effleurage* yang diberikan pada persalinan kala I mempunyai pengaruh terhadap pengurangan intensitas nyeri dengan hasil uji T-Test *paired dependent* nilai $p\text{ value} < ,001$ dan berdasarkan hasil sesudah dilakukan *massage effleurage* didapatkan hasil Efektif sebanyak 32 responden (100%) yang artinya mengalami pengurangan rasa nyeri.

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam peningkatan ilmu pengetahuan dengan pendekatan terapi komplementer bagi Teenaga Kesehatan. Penelitian ini dapat digunakan sebagai terapi tambahan dalam melakukan tindakan asuhan kebidanan bagi pasien khususnya ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan. Sedangkan bagi responden diharapkan dapat mengatasi nyeri persalinan yang dialaminya dan dapat di implementasikan oleh keluarga atau suaminya untuk membantu mengurangi

intensitas nyeri dengan teknik *massage effleurage*.

ACKNOWLEDGMENTS

Kami mengucapkan terima kasih kepada Rumah Sakit Cimacan, Kabupaten Bogor yang telah memberikan izin dan dukungan penuh terhadap pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih atas kerjasama yang sangat berharga dalam proses pengumpulan data dan kepercayaan yang diberikan kepada kami.

REFERENCES

- Anry, J. (2020). Hubungan antara umur, paritas dan pendidikan kala I fase aktif deselerasi di ruang bersalin RSUD PROF. Dr. H. Aloei saboe kota Gorontalo. *JIKMU*,5(4).Website:<https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jikmu/article/view/7464>
- Diana, N. (2021). Asuhan Kebidanan Persalinan Pada Ny. S Dengan Persalinan Normal Di Tempat Praktik Mandiri Bidan M Gunung Labuhan Lampung Utara (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang). Website <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/464/>
- Dydyk. (2021). *Terapi Komplementer dalam Manajemen Nyeri Persalinan*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Haryanti, R. P. (2021). *Monograf Efektivitas Teknik Relaksasi Benson dengan Massage Effleurage*. Jakarta: NEM.
- Isnaeni, s. D. (2021). Aplikasi Senam Hamil Terhadap Nyeri Akut Daerah Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Cianjur Kota Kabupaten Cianjur (doctoral dissertation, universitas muhammadiyah sukabumi).Website : <https://eprints.ummi.ac.id/2377/>
- Kaffah, A. S. (2018). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Primipara Kala I Di Bpm Bidan F Kabupaten Bandung 2018. Website :<http://repository.bku.ac.id/xmlui/handle/123456789/2187>
- Maqfirah, M., Mutiah, C., & Idwar, I. (2022). Literatur Review: Terapi komplementer nyeri persalinan dengan massage. *Femina: Jurnal lmiah Kebidanan*, 2(2), 120.134. Website <https://journal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/femina/article/view/265>

- Maryuni, M. (2020). Hubungan Karakteristik Ibu Bersalin dengan Nyeri Persalinan. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(1), 116-122. Website : <https://jurnal.stikessitihajar.ac.id/index.php/jhsp/article/view/42/35>
- Mutiah, C., Lismawati, L., Putri, I., Dewita, D., & Abdurrahman, A. (2022). The Pengaruh Pendidikan terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Primigravida. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 16-25. Website: <https://digilib.itskesicme.ac.id/ojs/index.php/jib/article/view/1012>
- Purba, Ade. (2020). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. Website: [file:///C:/Users/200926/Downloads/AdeHeryana_AnalisisData PenelitianKuantitatif.pdf](file:///C:/Users/200926/Downloads/AdeHeryana_AnalisisData%20PenelitianKuantitatif.pdf)
- Putri Zidni Gamayanti, P. Z. G. (2022). Systematic Review: Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin (Doctoral dissertation, STIK Bina Husada Palembang). Website: <http://rama.binahusada.ac.id:81/id/eprint/790/1/PUTRI%20ZIDNI%20GAMAYANTI.pdf>
- Setyowati, S., Rakhmawati, A., Sumarsih, S., & Wigatiningsih, M. I. (2019). Efektivitas Slow Stroke Back Massage dengan Minyak Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Nyeri Penderita Kanker Serviks. *Medica Hospitalia: Journal of Clinical Medicine*, 6(1), 35-39. Website : <http://medicahospitalia.rskariadi.co.id/medicahospitalia/index.php/mh/article/view/376>
- Veri, N., Mutiah, C., & Usrina, N. (2022). *Terapi Komplementer dalam Manajemen Nyeri Persalinan*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Yolanda, P., P. (2020). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di RSUD Rabaik Muara Enim. *Jurnal keperawatan maternitas*, 3(1), 59-67. Website : <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/4025/3743>.