

Perbandingan Efektivitas Aromaterapi Lavender dan Mawar Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Walantaka Serang

Yenny Aulya*, Retno Widowati, Diana Nur Afni

Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

Corresponding author: Yenny Aulya (yenny.aulya@civitas.unas.ac.id)

Received: January 6 2021; Accepted: February 23 2021; Published: March 1 2021

ABSTRAK

Umumnya, ibu yang akan bersalin akan merasakan perasaan cemas dan takut. Rasa takut dan cemas akan sangat buruk akibatnya dalam proses persalinan. Ibu yang sedang bersalin mengalami tingkat kecemasan yang meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender dan aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Walantaka.

Data di analisis menggunakan per t test untuk mengetahui perbedaan efektifitas aromaterapi mawar dan lavender terhadap kecemasan pada ibu bersalin, Pengambilan data sampel dibagi 2 yaitu, sampel 10 kelompok ibu bersalin dengan terapi lavender dan 10 kelompok ibu bersalin dengan terapi mawar. Instrument penelitian terdiri dari lembar observasi pemberian aromaterapi. di wilayah kerja puskesmas walantaka serang tahun 2020. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender ($p < 0,05$) dan ada pengaruh sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi mawar ($p < 0,05$). Tidak ada perbedaan yang signifikan antara aromaterapi dan mawar ($p > 0,05$). Tidak ada perbedaan yang signifikan antara aromaterapi lavender dan mawar terhadap kecemasan ibu bersalin. Bidan penolong persalinan bisa menggunakan aromaterapi mawar untuk menurunkan tingkat kecemasan terhadap ibu bersalin.

Kata Kunci: Aromaterapi Lavender, Aromaterapi Mawar, Tingkat Kecemasan



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Setiap wanita menginginkan persalinan yang mudah dan lancar, namun tidak jarang pada saat persalinan terdapat hambatan dan perlu dilakukan tindakan. Umumnya, ibu yang akan bersalin akan merasakan perasaan cemas dan takut. Rasa takut dan cemas akan sangat buruk akibatnya dalam proses persalinan. Ibu yang sedang bersalin mengalami tingkat kecemasan yang meningkat sehingga menyebabkan persalinan menjadi patologis. Rasa takut terhadap proses persalinan tentu akan memberikan efek tidak baik. Ketika seseorang mengalami cemas pesan tersebut disampaikan oleh reseptor keseluruh tubuh secara otomatis mengeluarkan “hormone stress” (Kuswandi, 2011).

Persalinan adalah proses pengeluaran (kelahiran) hasil konsepsi yang dapat hidup di luar uterus melalui vagina ke dunia luar. Proses tersebut dapat dikatakan normal atau spontan jika bayi yang dilahirkan berada pada posisi letak belakang kepala dan berlangsung tanpa bantuan alat-alat atau pertolongan, serta tidak melukai ibu dan bayi. Pada umumnya proses ini berlangsung dalam waktu kurang dari 24 jam (Sondakh, 2013).

Kecemasan itu sendiri dapat diartikan sebagai pengalaman emosi seseorang yang akan mengalami hal yang baru, sehingga membuat seseorang merasakan suatu perasaan yang was-was, seolah ada sesuatu yang buruk yang akan terjadi pada dirinya (Lestari, 2008) Menurut Peplau (2007) terapi kecemasan dibagi menjadi 2 yaitu terapi farmakologi/ obat-obatan (anxiolytic) dan terapi non-farmakologis/ cara alami atau dengan psikoterapi (relaksasi). Salah satu terapi non farmakologis untuk mengurangi kecemasan ibu bersalin dapat digunakan aromaterapi (Dewi, dkk 2017).

Pada saat persalinan, jika seseorang merasa cemas maka otak akan mengalirkan zat yang menutup pengeluaran endorfin sehingga semakin luar biasa sakit yang dirasakan dan menyebabkan ibu menjadi stress dalam menghadapi persalinannya yang membuat impuls nyeri bertambah banyak dan lemahnya kontraksi otot rahim (Aprilia, 2010).

Pada persalinan kala I, nyeri yang dirasakan bersifat viseral yang ditimbulkan dari kontraksi uterus dan dilatasi serviks yang dipersyarafi oleh serabut aferen simpatis dan ditransmisikan ke medula spinalis pada segmen Thorakal 10 – Lumbal 1 melalui serabut saraf delta dan serabut syaraf C yang berasal dari dinding lateral dan fundus uteri. Nyeri akan bertambah dengan adanya kontraksi isometrik pada uterus yang melawan hambatan oleh leher rahim/uterus dan perineum (Maryunani, 2015).

Menurut WHO (2017), bahwa 75% sekitar 810 wanita meninggal karena sebab yang dapat dicegah terkait dengan kehamilan dan persalinan. Antara 2000 dan 2017, rasio kematian ibu (MMR, jumlah kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup) turun sekitar 38% di seluruh dunia. Adapun angka kematian ibu berkisar 305 per 100.000 menurut Survei Angka Sensus (Supas) tahun 2015. Angka kematian ibu di Indonesia masih tertinggi di ASEAN yaitu 214 per 100.000 kelahiran hidup dan masih jauh dari target global SDG's (Sustainable Development Goals) yaitu 70 per 100.000 kelahiran hidup.

Angka kematian ibu (AKI) di Provinsi Banten pada tahun 2018 mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2017. Pada tahun 2018 sebanyak 247 orang dan pada tahun 2017 sebanyak 227 orang (Dinkes Provinsi Banten, 2018).

Nyeri persalinan dapat terjadi pada semua ibu bersalin, baik ibu bersalin primi maupun multi karena menurut Judha (2012) nyeri disebabkan karena adanya peregangan perineum dan vulva, adanya tekanan uterus vertical saat kontraksi dan adanya penekanan bagian terendah janin secara progresif pada fleksus lumboskral, kandung kemih, dan struktur sensitif panggul yang lain. Penatalaksanaan nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding dengan tindakan nonfarmakologi, namun tindakan nonfarmakologi lebih mahal dan sebagian besar memiliki efek yang merugikan sedangkan tindakan nonfarmakologi lebih murah, sederhana, efektif dan tanpa efek yang merugikan (Yanti, 2010).

Pentingnya menggunakan aromaterapi lavender dan mawar untuk persalinan yaitu agar mempermudah proses persalinan karena bersifat menenangkan dan akan meringankan rasa nyeri pada ibu bersalin, selain itu juga aromaterapi lavender dan mawar mudah di dapatkan dengan harga yang masih bisa di jangkau. Aromatherapy Lavender merupakan salah satu minyak esensial analgetik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak atsiri tumbuhan. Ekstrak lavender berkualitas tinggi tidak hanya sesuai dengan monograf ini namun idealnya melebihi spesifikasi tersebut dengan kandungan linalil asetat yang lebih tinggi (idealnya 33-45%) dan lavandulil asetat ($\geq 1,5\%$), dan batas yang lebih rendah untuk kandungan cineol. yang merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol.

Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang (Appleton J, 2012).

Menurut hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sharfina (2015), Uji wilcoxon menghasilkan nilai $p = 0,003$ ($\alpha < 0,05$) menyimpulkan bahwa secara statistik terdapat perbedaan intensitas nyeri yang bermaksa antara sebelum diberi aromaterapi lavender dengan sesudah diberi aromaterapi lavender pada kelompok intervensi. Dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan pada kelompok yang diberi aromaterapi lavender. Salah satu herbal esensial yang digunakan dalam aromaterapi adalah mawar. Aroma mawar efektif pada sistem saraf pusat. Dua bahan dari aromaterapi mawar, sytrinol dan 2-phenyl ethyl alcohol, pada mawar dikenal sebagai agen anti ansietas. Menggunakan mawar oil mengurangi kecemasan sebesar 71% dalam persalinan dan hanya 14% dari mereka yang membutuhkan pembiusan likal (Kheirkhah dkk 2014).

Menurut hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahma (2018), menunjukkan bahwa hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar, didapatkan nilai signficancy 0,000 ($p < 0,05$), dengan demikian disimpulkan “terdapat perbedaan tingkat kecemasan bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh pemberian aroma terapi lavender dan aroma terapi mawar terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment* dengan pendekatan *two group pretest and posttest design*. dengan melakukan *pretest* sebelum memberikan perlakuan dan *posttest* setelah memberikan perlakuan. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari total populasi yaitu sebagian 20 ibu bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Walantaka serang. Cara pengambilan sempel dilakukan dengan tehnik *total sampling*.

Analisa bivariat yaitu dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkolerasi Dengan tujuan untuk melihat perbedaan nilai rata-rata pada variabel dependent digunakan uji *T Test Dependent*

HASIL

Tabel 1. Uji Homogenitas Terhadap Kecemasan Pada Aromaterapi Lavender dan Mawar Sebelum Intervensi

	Levene Statistik	df1	df2	Sig
Aromaterapi Lavender	371	1	18	0,557
Aromaterapi Mawar	846	1	18	0,370

(Uji one way anova)

Berdasarkan Tabel 4.1 terlihat bahwa nilai signifikasi terhadap kecemasan aromaterapi lavender 0,557 ($p > 0,05$) dan mawar 0,370 ($p > 0,05$), artinya bahwa kecemasan pada kelompok aromaterapi lavender dan aromaterapi mawar sebelum intervensi memiliki varian yang sama atau homogen.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Terhadap Kecemasan Pada Aromaterapi Lavender

	Statistik	Df	Sig.
Pretest	0,952	10	0,691
Posttest	0,895	10	0,152

(Shapiro-Wilk)

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa nilai signifikasi data pemberian aromaterapi lavender sebelum (pretest) adalah 0,691 ($p > 0,05$), dan nilai signifikasi data pemberian

aromaterapi lavender sesudah (posttest) adalah 0,152 ($p > 0,05$) sehingga berdasarkan uji normalitas shapiro kedua data tersebut dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Terhadap Kecemasan Pada Aromaterapi Mawar

	Statistik	Df	Sig.
Pretest	0,896	10	0,198
Posttest	0,859	10	0,074

(Shapiro-Wilk)

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa nilai signifikansi data pemberian aromaterapi Mawar sebelum (pretest) adalah 0,198 ($p > 0,05$), dan nilai signifikansi data pemberian aromatherapi Mawar sesudah (posttest) adalah 0,074 ($p > 0,05$) sehingga berdasarkan uji normalitas shapiro kedua data tersebut dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Wakantaka tahun 2020

Pengaruh kecemasan	Mean	Std. Deviasi	Std. Error	N	P Value
Pretest	2,90	1,197	379	10	0,037
Posttest	2,10	0,994	314	10	

(t dependen)

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui rata-rata terhadap kecemasan sebelum mendapat intervensi pemberian aromaterapi lavender adalah 2,90 kondisi dengan standar deviasi 1,197, sedangkan sesudah mendapat intervensi pemberian aromaterapi lavender diketahui rata-rata terhadap kecemasan 2,10 dengan standard deviasi 0,994. Berarti terjadi pengurangan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender.

Hasil uji statistik didapat nilai p value 0,037 pada α 0,05 didapat $p < \alpha$ maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh intervensi pemberian aromatherapi mawar terhadap kecemasan pada ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas walantaka serang tahun 2020.

Tabel 5. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Kecemasan Pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Wakantaka tahun 2020

Pengaruh kecemasan	Mean	Std. Deviasi	Std. Error	N	P Value
Pretest	3,60	1,350	427	10	0,001
Posttest	2,00	1,054	333	10	

(t dependen)

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui rata-rata kondisi tingkat kecemasan sebelum mendapat intervensi pemberian aromaterapi mawar adalah 3,60 kondisi dengan standar deviasi 1,350, sedangkan sesudah mendapat intervensi pemberian aromaterapi mawar diketahui rata-rata kondisi kecemasan 2,00 dengan standard deviasi 1,054. Berarti terjadi pengurangan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar.

Hasil uji statistik didapat nilai p value 0,001 pada α 0,005 didapat $p < \alpha$, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh intervensi pemberian aromaterapi mawar terhadap kondisi kecemasan pada ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas walantaka serang tahun 2020.

Tabel 6 Perbandingan Terhadap Kecemasan Pada Aromaterapi Lavender dan Aromaterapi Mawar

Kecemasan	Setelah Intervensi			
	Mean	SD	T	P value
Aromaterapi Lavender	2,10	1,054	0,429	0,673
Aromaterapi Mawar	2,00	0,994		

(uji t independen)

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa rata-rata kecemasan pada ibu bersalin pada aromaterapi lavender sesudah intervensi adalah 2,10 dengan standar deviasi 1,054, sedangkan pada aromaterapi mawar adalah 2,00 dengan standar deviasi 0,994.

Hasil uji statistik diperoleh nilai t 0,429 dan p value 0,673, pada α 0,05 diketahui $p > \alpha$ maka dapat disimpulkan jadi terhadap kecemasan pada ibu bersalin setelah pemberian aromaterapi lavender dibanding dengan aromaterapi mawar, tidak ada perbedaan signifikan.

Aromaterapi mawar lebih memiliki tingkat penurunan kecemasan yang besar 3,60-2,00 dibandingkan dengan aromaterapi lavender 2,90-2,10. dapat disimpulkan aromaterapi mawar lebih signifikan untuk penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Walantaka Tahun 2020

Diketahui pengaruh terhadap kecemasan sebelum mendapat intervensi pemberian aromaterapi lavender adalah 2,90 dengan standar deviasi 1,197, sedangkan sesudah mendapat intervensi pemberian aromaterapi lavender diketahui pengaruh terhadap kecemasan 2,10 dengan standar deviasi 0,994. Berarti terjadi pengurangan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender.

Hasil uji statistik didapat nilai p value 0,037 pada α 0,05 didapat $p < \alpha$ maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh intervensi pemberian aromaterapi mawar terhadap kecemasan pada ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas walantaka serang tahun 2020.

Lavender merupakan salah satu jenis aromaterapi. Aromaterapi lavender menurut Tarsikah dalam Susilarini (2017) merupakan salah satu minyak esensial analgesik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak atsiri tanaman. Pada aplikasi medis monoterpena digunakan sebagai sedatif. Minyak lavender juga mengandung 30-50% linalil asetat. Linalil asetat merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem saraf. Wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Enkefalin merupakan neuromodulator yang berfungsi untuk menghambat nyeri fisiologi.

Menurut hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sharfina (2015), Uji wilcoxon menghasilkan nilai $p = 0,003$ ($\alpha < 0,05$) menyimpulkan bahwa secara statistik terdapat perbedaan intensitas nyeri yang bermaksa antara sebelum diberi aromaterapi lavender dengan sesudah diberi aromaterapi lavender pada kelompok intervensi. Dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan pada kelompok yang diberi aromaterapi lavender.

Menurut asumsi peneliti terjadinya penurunan kecemasan terhadap pemberian aromaterapi lavender pada ibu bersalin, dikarenakan lavender sifatnya menenangkan tidak hanya rasa cemas tetapi juga bisa mengurangi rasa yang di alami pada saat proses persalinan.

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Walantaka Tahun 2020

Diketahui rata-rata terhadap kecemasan sebelum mendapat intervensi pemberian aromaterapi mawar adalah 3,60 dengan standar deviasi 1,350, sedangkan sesudah mendapat intervensi pemberian aromaterapi mawar diketahui rata-rata kondisi tingkat kecemasan 2,00 dengan standard deviasi 1,054. Berarti terjadi pengurangan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar.

Hasil uji statistik didapat nilai *p value* 0,001 pada α 0,05 didapat $p < \alpha$, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh intervensi pemberian aromaterapi mawar terhadap kecemasan pada ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas walantaka serang tahun 2020.

Pada saat aromaterapi minyak atsiri bunga mawar dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatic yang terkandung di dalamnya seperti geraniol dan linalool ke puncak hidung dimana silia-silia muncul dari sel-sel reseptor. Apabila molekul molekul menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektro kimia akan ditransmisikan melalui saluran olfaktori kedalam system limbic. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional. Hipotalamus yang berperan sebagai regulator memunculkan pesan yang harus disampaikan ke otak. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa senyawa elektrokimia yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah.

Menurut hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahma (2018), menunjukkan bahwa hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar, didapatkan nilai signficancy 0,000 ($p < 0,05$), dengan demikian disimpulkan “terdapat perbedaan tingkat kecemasan bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar.

Menurut asumsi peneliti aromaterapi mawar sama halnya dengan aromaterapi lavender bisa menurunkan kecemasan pada ibu bersalin karena sama sama mempunyai efek menenangkan dan rileks dan mampu memberikan sensari aromatik agar ibu tersebut lebih percaya diri.

Perbandingan Aromaterapi Lavender dan Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Setelah Intervensi

Diketahui bahwa rata-rata kecemasan terhadap ibu bersalin pada aromaterapi lavender sesudah intervensi adalah 2,10 dengan standar deviasi 1,054, sedangkan pada aromaterapi mawar adalah 2,00 dengan standar deviasi 0,994.

Hasil uji statistik diperoleh nilai *t* 0,429 dan *p value* 0,673, pada α 0,05 diketahui $p > \alpha$ maka dapat disimpulkan jadi tidak ada perbandingan yang signifikan terhadap kecemasan pada ibu bersalin setelah pemberian aromaterapi lavender dan mawar.

Aromaterapi lavender bekerja dengan mempengaruhi tidak hanya fisik tetapi juga tingkat emosi. Kandungan lavender oil yang terdiri dari linalool, linalylacetate dan 1,8 — cincole dapat menurunkan, mengendorkan dan melemaskan secara spontan ketegangan seseorang yang menanggapi spasme pada otot. Minyak aromaterpi masuk ke rongga hidung melalui pengirupan langsung akan bekerja lebih cepat, karena molekul-molekul minyak esensial mudah menguap, oleh hipotalamus aroma tersebut diolah dan dikonversikan oleh tubuh menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa zat endorphin dan serotonin, sehingga berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dipersepsikan oleh otak untuk memberikan reaksi yang membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa dan menghasilkan efek menenangkan pada tubuh (Balkam, 2014).

Manfaat dari aromaterapi mawar dapat menumbuhkan perasaan tenang (rileks) pada jasmani, pikiran dan rohani dapat menjauhkan dari perasaan cemas dan gelisah (jaelani, 2009).

Menurut asumsi wasis pujiati (2018) hasil uji yang digunakan untuk mengetahui perbedaan pada perlakuan aromaterapi lavender dan mawar ialah uji Mann-Whitney. Uji ini digunakan untuk mengetahui perbandingan antara dua kelompok yang tidak berpasangan. Analisa uji Mann-Whitney diperoleh p value sebesar 0,114 ($p > 0,005$) dimana H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan pemberian aromaterapi lavender dengan mawar dalam penurunan nyeri menstruasi.

Menurut asumsi peneliti, adanya perbedaan hasil tersebut kemungkinan besar dipengaruhi oleh frekuensi terhadap kecemasan ibu bersalin, hal tersebut dikarenakan rasa nyeri pada saat persalinan dapat mengakibatkan rasa cemas, oleh karena itu sebelum proses persalinan ibu bisa melakukan rileksasi/inhalasi menggunakan aromaterapi lavender dan aromaterapi mawar, maka ibu akan merasakan ketenangan pada saat akan menjelang persalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender dan aromaterapi mawar pada ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas walantaka tahun 2020 sebagai berikut

Ada pengaruh signifikan antara aroma terapi lavender dengan penurunan terhadap kecemasan pada ibu bersalin p value 0,037 pada α 0,05.

Ada pengaruh signifikan antara aroma terapi Mawar dengan penurunan terhadap kecemasan pada ibu bersalin p value 0,001 pada α 0,05.

Tidak ada perbandingan yang signifikan antara aromaterapi lavender dan mawar t 0,429 dan p value 0,673

DAFTAR PUSTAKA

- Appleton, Jeremy. 2012. *Lavender Oil for Anxiety and Depression*. Natural Medicine Journal.
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aprilia. 2010. *Hipnostetri Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Balkam, J. 2014. *Aromaterapi*. Jilid Pertama. Edisi Kedua, Semarang: Dahara Prize.
- Baroroh Rohmana Haqiqi. 2016. *Perbedaan Perubahan Tingkat Nyeri Persalinan Normal Antara Kelompok Dengan Dan Tanpa Aromaterapi di Lamongan*. 2016. Di akses dari (<http://repository.unair.ac.id/54150/>) pada tanggal 30-05-2020.
- Data Profil Kesehatan Banten. 2017. *Cakupan Angka Kematian Ibu*.
- Jaelani. 2009. *Aroma Terapi*. Jakarta : Pustaka Populer Obor.
- Kalfika Nurul Balqis. 2018. *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin di Bpm Kota Palembang*. 2018. di akses dari (<https://repository.poltekkespalembang.ac.id/items/show/202>) pada tanggal 30-05-2020
- Karlina, Novi dkk. 2016. *Asuhan Kegawatdaruratan Maternal & Neonatal*. Bogor: In Media.
- Kuswati, ina, dan Melina Fitria. 2014. *Askeb II Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryunani, Anik. 2015. *Nyeri Dalam Persalinan*. Jakarta: TIM.
- Notoatmodjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurasiah, Ai, dkk. 2014. *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan*. Bandung: Refika Aditama.
- Rahma Dwi Syukrini. 2016. *Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada ibu persalinan kala I di kamar bersalin RSUD Kab Tangerang*. 2016. di akses dari (<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/32526/1/Rahma%20Dwi%20Syukrini%20-%20FKIK%20.pdf>). pada tanggal 26-06-2020

- Sharfina Haslin. 2018. *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif Di Klinik Pratama Tanjung Kec. Deli Tua*. 2018. Di akses dari (<http://repo.poltekkesmedan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/641/1/SKRIPSI%20SHARFINA%20HASLIN.pdf>) pada tanggal 28-05-2020.
- Shinobi, 2008. *Pijat Aromaterapi Available From*. URL: (http://id.88db.com/id/Discussion_replay.page/health_medical/?DisclD=1309). Di akses 27 06-2020.
- Sondakh, Jenny J.S. 2013 *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. 2017. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Susilarini, dkk. 2017. *Pengaruh Pemberian Aromatherapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin*. *Jurnal Kebidanan*. 6(12): 47-54.
- Swarjana. 2015. *Metodologi Penelitian Kesehatan (edisi revisi)*. Yogyakarta: cv. Andi Offset.
- Prawihardjo. 2014. *Ilmu Kebidanan Edisi Keempat*. Jakarta: Bina Pustaka.
- Wasis pujiati dan lilis sartika. *Minyak esensial lavender dibandingkan esensial mawar terhadap intensitas nyeri menstruasi pada remaja*. 2018. (<file:///C:/Users/acer/AppData/Local/Temp/127-223-1-SM.PDF>). di akses pada tanggal 3-09-2020.