

PENGARUH MASSAGE EFFLEURAGE DAN AROMATERAPI JERUK KALAMANSI (*Citrofortunella Microcarpa*) TERHADAP NYERI PERSALINAN

Regina Bhayangkara¹, Yetti Purnama^{2*}, Kurnia Dewiani³, Linda Yusanti⁴, Suci Rahmawati⁵

^{1,2,3,4}, Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu

⁵ Program Studi D3 Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu

*Email Korespondensi:ypurnama@unib.ac.id

DOI : 10.33369/jvk.v8i2.37642

Article History

Received : Desember 2025

Revised : Desember 2025

Accepted : Desember 2025

ABSTRAK

Persalinan merupakan serangkaian peristiwa pengeluaran janin yang ditandai dengan kontraksi uterus dan pembukaan serviks, diikuti dengan keluarnya janin, pengeluaran plasenta dari jalan lahir. Kontraksi ini menimbulkan nyeri pada pinggang, daerah perut dan menjalar hingga paha. Terapi non farmakologi yang dapat di gunakan untuk mengurangi nyeri persalinan kala I salah satunya yaitu *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*), yang mengandung decanal untuk menstabilkan sistem saraf sehingga menimbulkan efek menenangkan dan perasaan rileks. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I di Kota Bengkulu. Metode : Rancangan penelitian ini, penelitian kuantitatif survey. Jenis penelitian ini adalah penelitian Quasy experiment design jenis *two-group pretest-posttest design*. Jumlah sampel 30 responden, kelompok intervensi 15 responden dan kelompok kontrol 15 responden. Pengukuran skala nyeri menggunakan *numerical rating scale* (NRS). Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *accidenta lsampling*. Uji normalitas data menggunakan menggunakan *Shapiro-wilk*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil : ada analisis bivariate menunjukkan bahwa nilai *pretest* dengan rata-rata 5,40 dan *posttest* rata-rata 2,93 dengan *p-value* = 0,000 < α = 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I di TPMB Kota Bengkulu. Teknik *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) mampu mengurangi nyeri persalinan kala I.

Kata kunci: Aromaterapi, *Massage Effleurage*, Nyeri

PENDAHULUAN

Persalinan adalah serangkaian peristiwa pengeluaran janin yang ditandai dengan kontraksi uterus dengan frekuensi, intensitas yang menyebabkan dilatasi, durasi yang cukup untuk menghasilkan perataan dilatasi serviks secara progresif, dan mendorong janin keluar dari jalan lahir ketika serviks sudah melebar sempurna (10 cm) yang diikuti dengan keluarnya plasenta disertai keluarnya selaput janin dari tubuh ibu (Saifuddin, 2020). Data yang diperoleh dari WHO (*World Health Organization*) di dunia bahwa pada tahun 2022 ibu hamil melahirkan difasilitas kesehatan sebanyak 90% (WHO, 2022), sedangkan menurut Badan Pusat Statistik (BPS) di Indonesia sendiri kelahiran hidup yang ditolong oleh tenaga kesehatan bidan yaitu 59,14%, di Provinsi Bengkulu 61,58% , serta di kota Bengkulu sebanyak 46,69% (Badan Pusat Statistik, 2022).

Tahap awal persalinan atau yang dikenal dengan kala I dimulai ketika kontraksi uterus dengan frekuensi, intensitas, durasi yang cukup telah tercapai untuk menghasilkan pendataran dan dilatasi serviks dan kala I akan berakhir setelah pembukaan lengkap (10 cm) sehingga mampu memungkinkan kepala janin melewati jalan lahir (Saifudin, 2020). Nyeri saat melahirkan merupakan manifestasi dari kontraksi (pemendekan) otot-otot rahim. Kontraksi ini menimbulkan nyeri pada pinggang, daerah perut dan menjalar hingga paha (Rejeki, 2020).

Beberapa penatalaksanaan nyeri yang dapat dilakukan selama proses persalinan dapat dibedakan menjadi dua, yaitu terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi non farmakologi yang diberikan antara lain *massage effleurage* dan pemberian aromaterapi (Utami dan Fitriahadi, 2019). *Massage effleurage* merupakan teknik pijat berupa usapan lembut mulai dari menggunakan ujung jari dan dilanjutkan dengan telapak tangan. Setiap gerakan harus dilakukan searah dengan pembuluh vena atau menuju ke jantung (Wijayanto, 2021). *Massage effleurage* dapat menurunkan tekanan darah, memperlambat detak jantung, meningkatkan pernapasan dan merangsang produksi hormon endorfin yang menghilangkan rasa sakit secara alami (Haryanti, 2021).

Selain *massage effleurage*, pemberian aromaterapi juga efektif meurunkan skala nyeri pada persalinan, Aromaterapi merupakan salah satu contoh terapi non farmakologis dengan mengaplikasikan minyak atsiri atau minyak essential dari tanaman dan buah. Pakar aromaterapi menggunakan minyak atsiri untuk membuat rangsangan dan membuat keseimbangan kadar hormon serta mengurangi rasa stres pada ibu bersalin selama masa persalinan hingga ibu merasa lebih rileks dan juga mampu mengurangi rasa cemas dan nyeri persalinan (Oktavianis, 2022). Salah satu minyak atsiri yang digunakan dalam aroma terapi yaitu minyak atsiri dari jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*). Kandungan dari aromaterapi kulit Jeruk kalamansi adalah decanal yang dipercaya dapat menstabilkan sistem saraf sehingga menimbulkan efek menenangkan dan perasaan rileks (Purnama, 2023).

Hasil penelitian Soraya (2021) menunjukkan bahwa aromaterapi *lemon citrus* dapat mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif. Penelitian Irmawati (2021) menunjukkan ada pengaruh pemberian aromaterapi *bitter orange* terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu fase aktif kala I. Bahwa aromaterapi jeruk manis dan minyak essensial *bitter orange* dapat mengurangi intensitas nyeri dan kecemasan pada ibu bersalin (Tabatabaeichehr, 2020). Kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi belum pernah digunakan untuk mengurai nyeri persalinan.

Survei awal yang penulis lakukan di 5 tempat praktik bidan mandiri (TPMB) dengan jumlah persalinan tertinggi yang bekerja sama dengan Prodi D3 Kebidanan Fakultas MIPA Universitas Bengkulu dengan jumlah persalinan tertinggi, melalui wawancara dari 10 ibu bersalin mengatakan mengalami nyeri persalinan belum pernah ada penggunaan kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) sebagai upaya yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *massage effleurage* dan aroma terapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I di TPMB Kota Bengkulu.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan penelitian *quasy experiment design jenis two-group pretest-posttest design*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 30 responden terbagi menjadi 2 kelompok, kelompok intervensi dan kelompok kontrol masing-masing 15 responden dengan kriteria ibu bersalin pembukaan 4-5 dengan nyeri persalinan. Teknik pengambilan sampel dengan *accidental sampling*. Peneliti melakukan pengkajian skala nyeri menggunakan *numerical rating scale* (NRS), kemudian dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi diberi kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi sedangkan pada kelompok kontrol hanya diberi *massage effleurage*. Setiap perlakuan dengan durasi waktu 10-15 menit, untuk *massage effleurage* menggunakan minyak VCO dan aromaterapi jeruk kalamansi menggunakan *diffuser* dan setelah diberikan perlakuan dilakukan kembali pengkajian skala nyeri(*posttest*) untuk mengetahui intervensi yang telah diberikan.

Lokasi penelitian ini dilakukan di 5 TPMB tertinggi jumlah persalinan di Kota Bengkulu (TPMB Rusmiaty, TPMB Z. Muhamamah, TPMB Komariyah, TPMB Fitri Andri Lestari dan TPMB Yulismita) yang menjadi lahan praktik mahasiswa Prodi D3 Kebidanan, Fakultas MIPA, Universitas Bengkulu. Penelitian ini dilakukan mulai dari 12 Desember 2023 – 15 Januari 2024. Penelitian ini telah mendapat persetujuan tim etik Politeknik Kesehatan Bengkulu dengan KEPK.BKL/575/12/2023

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan gambaran karakteristik ibu bersalin kala I yang mengalami nyeri yaitu usia, paritas, dan skala nyeri, dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan dan Paritas.

Karakteristik	Intervensi (N=15)		Kontrol (N=15)	
	N	%	N	%
Usia				
<20 Tahun	1	6,7	0	0
20-35	13	86,7	14	93,3
>35 Tahun	1	6,7	1	6,7
Pendidikan				
SMP	1	6,7	0	0
SMA	7	46,7	9	60
Perguruan Tinggi	7	46,7	6	40

Pekerjaan					
Mengurus Rumah Tangga (MRT)	6	40	7	46,7	
Swasta	6	40	4	26,7	
Honorer	0	0	3	20	
PNS	3	20	1	6,7	
Paritas					
Primipara	5	33,3	5	33,3	
Multipara	10	66,7	10	66,7	

Mayoritas usia responden pada kelompok intervensi 20-35 tahun (86,7%) dan pada kelompok kontrol juga sama pada rentang 20-35 tahun (93,3%). Pada kelompok intervensi sebagian besar responden berpendidikan SMA dan Perguruan Tinggi (46,7%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar (60%) pendidikan SMA. Pada kelompok intervensi sebagian besar (40%) responden bekerja mengurus rumah tangga dan swasta, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar (46,7%) responden bekerja mengurus rumah tangga. Mayoritas paritas pada kelompok intervensi dan kontrol adalah multipara.

Tabel 2. Skala Tingkat Nyeri Persalinan Pada Ibu Kala 1 Sebelum dan Sesudah Perlakuan

	Intervensi (N=15)		Kontrol (N=15)	
	N	%	N	%
Skala Tingkat Nyeri				
Pretest				
5	10	66,7	11	73,3
6	4	26,7	3	20,0
7	1	6,7	1	6,7
Posttest				
2	4	26,7	0	0
3	8	53,3	3	20,0
4	3	20,0	6	40,0
5	0	0	4	26,7
6	0	0	2	13,3

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat skala nyeri pretest ibu bersalin pada kelompok intervensi rata-rata pada skala 5 sebanyak 10 orang (66,7%), skala nyeri pretest ibu bersalin pada kelompok kontrol rata-rata pada skala 5 sebanyak 11 orang (73,3%). Tingkat skala nyeri posttest ibu bersalin pada kelompok intervensi rata-rata pada skala 3 sebanyak 8 orang (53,3%) sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata pada skala nyeri 4 sebanyak 6 orang (40%).

Tabel 3. Pengaruh *Massage Effleurage* dan Aromaterapi Jeruk Kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I diKota Bengkulu.

Kelompok	Mean	Std. Deviasi	Min	Max	P = Value
Intervensi					
-Pretest	5,40	0,163	5	7	0,000
-Posttest	2,93	0,182	2	4	
Kontrol					
-Pretest	5,33	0,159	5	7	0,001
-Posttest	4,33	0,252	3	6	

Tabel 3, menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi yang mendapatkan *massage effleurage* dan aroma terapi jeruk kalamansi (*Citrofortunellamicrocarpa*) didapatkan rata-rata nyeri sebelum intervensi 5,40 yang menurun menjadi 2,93 setelah diberikan perlakuan, telah dilakukan uji Wilcoxon dengan *p*-value<0,05(0,000). Pada kelompok kontrol didapatkan rata-rata nyeri sebelum diberikan *massage effleurage* 5,33 yang menurun menjadi 4,33 setelah diberikan perlakuan, telah dilakukan uji Wilcoxon dengan *p*-value<0,05(0,001). Hal ini menunjukkan perbedaan rata-rata tingkat nyeri pada kelompok intervensi yang diberikan menggunakan kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol yang hanya menggunakan *massage effleurage*.

Tabel 4. Uji Korelasi Spearman Rho *Pretest-Posttest*

Keterangan	Koefisien Korelasi	Signifikansi	N
Intervensi	0,519	0,047	15
Kontrol	0,739	0,002	15

Berdasarkan tabel 4, uji korelasi Spearman Rho antara *Pretest* dan *Posttest* didapatkan bahwa pada Intervensi korelasi antara *Pretest* dan *Posttest* sebesar 0,519 dengan signifikansi sebesar 0,047 yang mana kurang dari $\alpha = 0,05$, sehingga didapatkan bahwa pada Intervensi adanya korelasi antara *Pretest* dan *Posttest*. Pada Kontrol didapatkan bahwa koefisien korelasi antara *Pretest* dan *Posttest* sebesar 0,739 dengan signifikansi sebesar 0,002 yang mana kurang dari $\alpha = 0,05$, sehingga didapatkan bahwa pada Kontrol adanya korelasi antara *Pretest* dan *Posttest*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan taraf signifikan sebesar 5% cukup bukti untuk menyatakan bahwa adanya korelasi antara *Pretest* dan *Posttest* di Intervensi dan Kontrol.

PEMBAHASAN

Ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I rata-rata tingkat nyeri pada kelompok intervensi sebelum diberikan teknik relaksasi *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunellamicrocarpa*) adalah 5,40 dan pada kelompok kontrol sebelum diberikan terapi *massage effleurage* adalah 5,33 dengan nilai minimum 5 dan nilai maksimum 7 serta standar deviasi kelompok intervensi *massage effleurage* dengan aromaterapi jeruk kalamansi 0,163 dan pada kelompok kontrol *massage effleurage* 0,159. Sedangkan rata-rata skala nyeri ibu bersalin kala I setelah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi adalah 2,93 dan pada kelompok kontrol setelah diberikan *massage effleurage* adalah 4,33 dengan nilai minimum 2 dan nilai maksimum 6 serta standar deviasinya kelompok intervensi yaitu 0,183 dan kelompok kontrol yaitu 0,252. Rata-rata ada penurunan yang lebih tinggi pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi relaksasi *massage effleurage* dengan aromaterapi jeruk kalamansi dibandingkan kelompok kontrol setelah diberikan terapi *massage effleurage* pada nyeri persalinan kala I.

Hasil yang sama juga ungkapkan oleh Yudha (2023), sebanyak 15 responden. Rata-rata skala nyeri kala I sebelum diberikan perlakuan *massage effleurage* adalah 7,53 serta standar

deviasi 1,356 dan rata-rata skala nyeri kala I setelah diberikan adalah 4,60 serta standar deviasi 1,549. Hal ini didukung oleh Assagaf (2023), intensitas nyeri persalinan kala I sebelum diberikan terapi *massage effleurage* adalah 6,93 dan setelah diberikan terapi *massage effleurage post-test* adalah 3,92.

Hasil penelitian juga sejalan dengan Purnama (2023), sebanyak 60 responden (30 responden kelompok intervensi dan 30 responden kelompok kontrol). Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I pada kelompok intervensi sebelum diberikan teknik relaksasi aromaterapi jeruk kalamansi adalah 1,83 dan setelah diberikan perlakuan teknik relaksasi aromaterapi jeruk kalamansi turun menjadi 1,43. Sedangkan rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I pada kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan aromaterapi *citrus* lainnya adalah 1,83 dan setelah diberikan perlakuan menjadi 2,23.

Sebelum diberikan *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) pada kelompok intervensi rata-rata tingkat nyeri adalah 5,40 dan kemudian diberikan *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) menurun menjadi 2,93 setelah intervensi (0,000). Hal yang sama juga terjadi pada kelompok kontrol sebelum diberikan *massage effleurage* rata-rata tingkat nyeri adalah 5,33 dan diberikan *massage effleurage* menurun menjadi 4,33 setelah diberikan perlakuan (0,001).

Ditinjau secara statistik menggunakan uji *Wilcoxon* pada kelompok intervensi yaitu jika nilai *Asymp.Sig* < 0,05 maka hipotesis diterima, berdasarkan hasil uji statistic didapatkan *Asymp.Sig* bernilai 0,000, maka dapat dinyatakan hipotesis penelitian (*Ha*) diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I di TPMB kota Bengkulu. Sedangkan pada kelompok kontrol berdasarkan hasil uji statistic didapatkan *Asymp.Sig* juga bernilai 0,001, sehingga hipotesis penelitian (*Ha*) diterima dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* terhadap nyeri persalinan kala I di TPMB Kota Bengkulu. Berdasarkan hasil kelompok intervensi memiliki nilai 0,000 dan kontrol bernilai 0,001 atau dinyatakan sama-sama berpengaruh tetapi penurunan tingkat nyeri pada kelompok intervensi menggunakan *massage effleurage* dan aromaterapi Jeruk Kalamansi lebih berpengaruh atau lebih efektif dibandingkan hanya menggunakan *massage effleurage* saja tanpa mengkombinasikan dengan aromaterapi jeruk kalamansi.

Massage effleurage merupakan teknik pijat berupa usapan lembut mulai dari menggunakan ujung jari dan dilanjutkan dengan telapak tangan. Setiap gerakan harus dilakukan searah dengan pembuluh vena atau menuju ke jantung (Wijayanto, 2021). *Massage effleurage* dapat mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif jika dilakukan dengan sesuai tekniknya, dilakukan setiap adanya kontraksi dan dilakukan selama ± 20 menit (Oktavianis, 2022). *Massage effleurage* dapat menurunkan tekanan darah, memperlambat detak jantung, meningkatkan pernapasan dan merangsang produksi hormon *endorfin* yang menghilangkan rasa nyeri secara alami (Haryanti, 2021).

Aroma terapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) mengandung *decanal* yang berfungsi sebagai penenang (sedatif). Kandungan pada kulit jeruk kalamansi termasuk *decanal* yang dipercaya mampu menstabilkan sistem saraf sehingga memberikan efek menenangkan dan memberikan perasaan rileks. *Decanal* pada aromaterapi menimbulkan perasaan rileks (Purnama, 2023). Aromaterapi yang dihirup mencapai reseptor sel hidung, kemudian

molekulnya menempel pada bulu-bulu halus di hidung. Setelah itu diteruskan melalui saluran penciuman menuju otak, kemudian mempengaruhi sistem limbik dan merangsang hipotalamus untuk menghasilkan hormon serotonin yang dapat meningkatkan *mood* dan hormon *endorfin* yang dapat menghilangkan atau mengurangi rasa sakit secara alami, membuat rileks dan menenangkan (Rahmayanti, 2022).

Hasil penelitian Putri (2022), sebanyak 18 jumlah responden dengan rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan perlakuan *massage effleurage* adalah 6,22 dan setelah diberikan perlakuan *massage effleurage* mengalami penurunan rata-rata tingkat nyeri menjadi 2,78 dengan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti ada efek signifikan setelah diberikan *massage effleurage*. Hal senada juga dinyatakan oleh Rosita (2020), dengan jumlah responden 16 orang, rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan *massage effleurage* adalah 4,19 dan rata-rata turun setelah diberikan perlakuan *massage effleurage* menjadi 2,88 dengan *p-value* 0,001 ($p < 0,05$) yang artinya adapengaruh terhadap tingkat nyeri setelah diberikan *massage effleurage*.

Hasil penelitian Choirunni'mah (2023), dengan jumlah responden sebanyak 18 orang responden yang terbagi menjadi 2 kelompok yaitu 9 orang kelompok intervensi rata-rata nyeri *post SC* sebelum diberikan *slow deep breathing* dengan aromaterapi minyak atsiri jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) adalah 5,11 sedangkan setelah diberikan perlakuan *slow deep breathing* dengan aromaterapi minyak atsiri jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) menjadi 2,33 dengan *p-value* 0,007. Dibandingkan pada kelompok kontrol berjumlah 9 orang responden rata-rata nyeri *post SC* sebelum diberikan perlakuan *slow deep breathing* adalah 4 dan setelah diberikan perlakuan perlakuan *slow deep breathing* menjadi 3,22 dengan *p-value* 0,008. Sehingga dinyatakan kombinasi *slow deep breathing* dengan aromaterapi minyak atsiri jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) secara signifikan mempengaruhi nyeri *post SC*.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti berasumsi bahwa *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan kala I. Pada kelompok intervensi penelitian ini sebagian besar tingkat nyeri persalinan kala I responden sesudah diberikan *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) mengalami perubahan yaitu berupa penurunan. Sama halnya pada kelompok kontrol setelah diberikan *massage effleurage* juga sama mengalami perubahan berupa penurunan. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti rata-rata tingkat nyeri pada kelompok intervensi *massage effleurage* dan aromaterapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* dengan aroma terapi jeruk kalamansi (*Citrofortunella microcarpa*) terhadap nyeri persalinan kala I di TPMB Kota Bengkulu, pada kelompok intervensi *massage effleurage* dengan aromaterapi jeruk kalamansi, sehingga kombinasi *massage effleurage* dan aroma terapi jeruk kalamansi dapat diterapkan sebagai salah satu alternatif yang bisa digunakan untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan kala I.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifariki LO, Siagian JH. 2023. *Bunga rampai manajemen nyeri*. Jawa Tengah: PT Media Pustaka Indo.
- Assagaf RH, Harismayanti H, Retni A. Pengaruh terapi massage effleurage terhadap nyeri kala i pada ibu inpartu di ruangan ponek rsud tani dan nelayan kabupaten boalemo. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*. 2023;1(2), 214-224. <https://prin.or.id/index.php/jig/article/view/984>
- Ayuningtyas IK. 2019. *Kebidanan komplementer*. Yogyakarta. Pustaka Baru Press.
- Choirunni'mah Z, Purnama Y, Suriyati S, Mariyani D, Slamet S. (2023). Pengaruh Slow Deep Breathing dengan Aroma terapi Minyak Atsiri Jeruk Kalamansi (Citrofortunella microcarpa) terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea di rumah sakit Bhayangkara Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 11(2), 313-321. <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/JM/article/view/5119/3761>
- Dewi S. 2019. *Buku ajar asuhan kebidanan persalinan dan BBL*. Jawa Tengah : CV Oase Group.
- Fitria A, Herawati I. Pengaruh Massage Effleurage dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I di PMB Bidan Lilis Tanah Tinggi Kota Tangerang. *WellnessAndHealthyMagazine*. 2022;4(2), 275-282. <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/4217>
- Haryanti PR. 2021. *Efektivitas Teknik Relaksasi Benson dengan Massage Effleurage*. Jawa Tengah : PT Nasya Expanding Management
- Irmawati, Rosdiana, Baharudin A. 2021. Pengaruh aromaterapi bitter orange terhadap nyeri persalinan pada fase aktif kala I di Puskesmas Kulisusu Kabupaten Buton Utara Tahun 2020. *Window of Health Jurnal Kesehatan*
- Masturoh I, Nauri AT. 2018. *Metodelogipenelitiankesehatan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Nasrudin M. 2021. *MonograEfektivitasTeknikRelaksasiBenson dengan Massage Effleurage*. Jawa Tengah : PT Nasya Expanding Management.
- Notoatmodjo S. 2018. *Metodelogipenelitiankesehatan*. Jakarta: PTRinekaCipta.
- Oktavianis. 2022. *Aplikasiterapikomplementer*. Padang Sumatera Barat. PT Global Eksekutif Teknologi.
- Oktavianis. 2022. *Asuhan kebidanan komplementer*. Padang Sumatera Barat. PT Global Eksekutif Teknologi.
- Purnama Y, Dewiani K. (2019). Pengaruh Posisi Tegak terhadap Intensitas Nyeri Persalinan pada Primiparadi Bidan Praktik Mandiri (Bpm) Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 7(1), 52–59. <https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/1893>
- Purnama Y, Dewiani K, Rahmawati S, Yusanti L, Yulyani, L. (2023). The effectiveness of roll-on aromatherapy of calamansi orange peel essential oil (Citrofortunella microcarpa) on reducing anxiety and pain in labor. *Bali Medical Journal*. 2023;12(1), 699-703. <https://blog.balimedicaljournal.org/index.php/bmj/article/view/4047>
- Purnama Y, Dewiani K, Rahmawati S, Yusanti L, Fitriani N, Sunaryo MA, Yulyani L. Identification of calamansi fruit peel essential oil components from bengkulu using gc-ms. *Proceeding B-ICON*. 2023;1(1), 293-295. <https://proceeding.poltekkesbengkulu.ac.id/index.php/biconhealth/article/view/51>
- Putri E, Altika S, Hastuji P. (2022). Pengaruh Pemberian Teknik Massage Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan. *Jurnal Bina Cipta Husada*, 18(2), 74-88. <https://jurnal.stikesbch.ac.id/index.php/jurnal/article/view/73/96>
- Rejeki S. 2020. 2th Ed. *Manajemen nyeri dalam proses persalinan*. Semarang : Unimus Press.
- Rosita R, Lowa MY. (2020). Efektifitas Deep Back Massage Dan Effleurage Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu

- Primipara Di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1) <https://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/4760/0>
- Saifudin AB. 2020. *Ilmu Kebidanan 4th Ed.* Jakarta. PT Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo.
- Soraya S. (2021). Pengaruh pemberian inhalasi Aromaterapi lemon citrus terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnalilmiahkesehatan*, 13(2), 184-19
- Sriningsih N. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lemon Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Fase Aktif Lampung Selatan. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 6(1), 100-108. <https://ejournal.unib.ac.id/JurnalVokasiKeperawatan/article/view/26924/12687>
- Tabatabaei Chehr M, Mortazavi H. 2020. The effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain and anxiety: A systematic review. *Ethiopian Journal of Health Science*. Doi: [10.4314/ejhs.v30i3.16](https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i3.16)
- Utami FS, Putri IM. Penatalaksanaan nyeri persalinan normal. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM Mataram*. 2020;5(2), 107-109. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/MJ/article/view/1262>
- Utami I, Fitriahadi E. 2019. *Buku Ajar Asuhan Persalinan Managemen Nyeri Persalinan*. Univ Aisyiyah Yogyakarta.
- Wijayanto A. 2021. *Sportmassagepijat kebugaran olahraga*. Tulung Agung Akademia.
- Yudha IN, Kurniawati HF. The Effect of Effleurage Massage on the Level of Labor Pain In Normal Laboring Women During the Active Phase I at PKU Muhammadiyah Gamping Hospital of Yogyakarta. *Menara Journal of Health Science*. 2023;2(1), 56-67. <https://jurnal.iakmikudus.org/article/view/61>