

Kombinasi *Swedish Massage* dan Aromaterapi Lemon pada Pasien Post-Op *Section Caesarea* di RS Santa Maria Pekanbaru

Dewi Susanna Ginting*¹, Tuti Haryani², Erika³

^{1,2,3}Magister Keperawatan, Ilmu Keperawatan, Universitas Riau, Indonesia

*e-mail: ¹dewi.susanna11@gmail.com

Abstrak

Tindakan SC merupakan tindakan yang melibatkan insisi lapisan perut hingga rahim dapat menimbulkan nyeri. Ibu yang menjalani proses persalinan melalui pembedahan akan mengalami nyeri pada bagian perut akibat bekas operasi. Penerapan EBP ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh dari terapi kombinasi aromaterapi dan *swedish massage* dalam menurunkan tingkat nyeri pada Ibu post SC. Desain penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan sampel yang digunakan adalah 12 responden yang diambil berdasarkan kriteria inklusi menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria eksklusi dalam penerapan EBP ini adalah pasien yang menjalani persalinan dengan metode ERACS, pasien dengan penyakit penyerta (adanya luka lain selain luka SC, gangguan respirasi, gangguan kardiovaskuler), dan mengalami masalah psikologis seperti depresi atau kecemasan. Instrumen penelitian ini berupa kuesioner skala nyeri yang dinilai saat pre-post test., Analisis yang digunakan adalah uji *T-paired test*. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan pada pemberian kombinasi *swedish massage* dan aromaterapi lemon pada pasien post-op SC dengan skala nyeri (*p-value* = 0,000). Aromaterapi yang dihirup akan ditransferkan ke pusat penciuman yang berada di pangkal otak. Pada tempat ini sel neuron akan menafsirkan bau tersebut dan akan mengantarkan ke sistem limbik, dari sistem limbik pesan tersebut akan dihantarkan ke hipotalamus, selanjutnya diantar oleh sistem sirkulasi dan agen kimia kepada tubuh yang membutuhkan. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk meredakan nyeri pada ibu paska melahirkan.

Kata kunci: *Aromaterapi, Nyeri, Section Caesarea*

Abstract

*Section caesarea (SC) is an procedure that involves the inner lining of the stomach and the uterus which can cause pain. Mothers who undergo a service delivery will experience pain in the abdomen due to surgery scars. The application of EBP aims to find out the effect of combination therapy of aromatherapy and Swedish massage in reducing pain levels in post-SC mothers. The design of this research is quantitative with the sample used being 12 respondents taken based on inclusion criteria using a purposive sampling technique with exclusion criteria in the application of EBP being patients who underwent delivery using the ERACS method, patients with comorbidities (the presence of wounds other than SC wounds, disorders respiratory, cardiovascular disorders), and experiencing psychological problems such as depression or anxiety. This research instrument is a pain scale questionnaire which is assessed during the pre-post test. The analysis used is the T-paired test. Based on the research results, it was found that there was a relationship between giving a combination of Swedish massage and lemon aromatherapy to post-SC surgery patients with the pain scale (*p-value* = 0.000). Inhaled aromatherapy will be transferred to the olfactory center at the base of the brain. In this place the neuron cells will interpret the smell and will deliver it to the limbic system, from the limbic system the message will be delivered to the hypothalamus, then delivered by the circulatory system and chemical agents to the body that needs it. The results of this research can be used as a complementary therapy to relieve pain in postpartum mothers.*

Keywords: *Aromatherapy, Painful, Section Caesarea*

1. PENDAHULUAN

Section Caesarea (SC) adalah suatu proses persalinan buatan yang dilakukan melalui prosedur pembedahan atau insisi pada dinding perut hingga rahim ibu (Tirtawati et al., 2020). Tujuan dilakukannya tindakan persalinan melalui pembedahan adalah untuk mempertahankan kesejahteraan ibu

dan janin (Rosselini, 2022). Tindakan operasi ini juga dilakukan untuk mencegah kematian janin maupun ibu yang dikarenakan bahaya atau komplikasi yang akan terjadi bila ibu melahirkan bayi secara normal (Putri et al., 2019). Peningkatan persalinan SC disebabkan antara lain karena disproporsi cephalo pelvic, kondisi preeklampsia atau eklampsia, kelainan letak bayi, placenta previa totalis, bayi kembar, kehamilan pada ibu usia dini atau usia lanjut, infeksi jalan lahir dan sebagainya (Herlyssa et al., 2018).

Berdasarkan data penelitian WHO pada tahun 2021, operasi caesar terus meningkat secara global, saat ini mencakup lebih dari 1 dari 5 (21%) dari seluruh persalinan. Menurut data Kementerian Kesehatan Tahun 2020, angka kejadian persalinan dengan *sectio caesarea* berdasarkan data survey demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) mengalami peningkatan mulai 2012-2018, yaitu 1,3%-6,8%. Sementara dari hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskerdas) pada tahun 2018 prevalensi persalinan SC sebesar 17,6%, tertinggi diwilayah DKI Jakarta 31,3%, untuk Sulawesi Tengah sebanyak 15,3% dan angka terendah di Papua yakni 6,7%. Sementara dari data rekam medis pasien di Rumah Sakit Santa Maria Pekanbaru terdapat ibu post-partum dengan persalinan SC pada tahun 2021 berjumlah 109 (60,2%) dari 181 persalinan yang terjadi dan pada tahun 2022 periode Januari sampai dengan September berjumlah 100 (66,6%) dari 150 persalinan (Rosselini, 2022).

Tindakan SC merupakan tindakan yang melibatkan insisi lapisan perut hingga rahim dapat menimbulkan nyeri. Nyeri yang timbul setelah dilakukan tindakan SC terjadi sebagai akibat adanya torehan jaringan yang mengakibatkan kontinuitas jaringan terputus dan stimulasi ujung saraf oleh bahan kimia yang dilepas pada saat operasi atau terjadinya iskemi jaringan akibat gangguan aliran darah ke salah satu bagian jaringan (Putri et al., 2019). Akibat nyeri pasca operasi, pasien menjadi *immobile* atau membatasi gerak. Kondisi immobil pada pasien pasca operasi dapat menimbulkan beberapa dampak buruk seperti penurunan suplai darah, mengakibatkan hipoksia sel serta merangsang sekresi mediator kimia nyeri sehingga skala nyeri meningkat (Haryanti & Patria, 2019).

Adapun dampak paling banyak yang dialami oleh ibu pasca operasi SC adalah *impaired* (Wikansari & Santoso, 2022). *Impaired* merupakan suatu kondisi dimana terjadi nyeri akut pada lokasi operasi. Kondisi ini mengakibatkan adanya ketakutan untuk segera mobilisasi, LGS (Lingkup Gerak Sendi), dan functional limitation. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa periode postpartum sering ditandai dengan gejala seperti depresi, kecemasan, sakit kepala, dan pusing (Herlyssa et al., 2018). Salah satu cara untuk menghilangkan nyeri post-sc pada ibu adalah dengan aromaterapi (Maharani et al., 2018). Aromaterapi merupakan salah satu alternatif dan terapi komplementer dalam keperawatan yang populer dilakukan dalam satu decade terakhir (Haryanti & Patria, 2019). Aromaterapi bekerja pada tubuh manusia melalui dua sistem fisiologis, yaitu sistem peredaran darah dan sistem penciuman (Kristianti et al., 2018). Penelitian lain menyebutkan bahwa aromaterapi secara signifikan berpengaruh terhadap emosi seseorang (Haniyah et al., 2020). Aroma dari wewangian yang digunakan menstimulis reseptor di hidung yang kemudian memberikan informasi ke hipotalamus untuk mengatur sistem internal tubuh, suhu dan reaksi yang juga mempengaruhi secara tidak langsung pada psikologis, memori dan emosi ibu postpartum (Widyaningrum, 2020).

Salah satu ekstrak yang digunakan untuk aromaterapi adalah ekstrak lemon (Manurung R, 2018). Penelitian telah menunjukkan bahwa aroma lemon memiliki pengaruh signifikan dalam mengurangi kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya membuktikan bahwa aromaterapi lemon efektif dalam menurunkan nyeri post section caesarea (Dinengsih, 2018). Herlyssa (2022) menjelaskan bahwa kombinasi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon terbukti berpengaruh terhadap intensitas nyeri secara signifikan pada pasien post-sc.

Selain aromaterapi, terapi pijat (*massage*) juga dapat diberikan pada pasien dengan post-sc, salah satunya *Swedish massage*. *Swedish massage* merupakan salah satu terapi manipulasi pada jaringan lunak untuk tujuan terapeutik (Muliani et al., 2020). Pijat dapat meningkatkan oksitosin, tonin, dopamine, kadar beta-endorphin, dan menurunkan sekresi adrenokortikotropin dan oksida nitrat (Haniyah et al., 2020). Ritanti & Sari (2020) menambahkan bahwa stimulasi kulit dengan cara *Swedish massage* pada jaringan otot dapat mengurangi tingkat nyeri dimana pijatan dapat menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf besar yang berada dipermukaan kulit, serabut saraf ini akan tertekan, impuls nyeri dihambat sehingga otak tidak mempersepsikan nyeri.

Rumah Sakit Santa Maria Pekanbaru merupakan salah satu rumah sakit yang melayani proses persalinan secara operasi (*section caesarea*). Ibu yang menjalani proses persalinan melalui pembedahan

akan mengalami nyeri pada bagian perut akibat bekas operasi. Tentunya berdasarkan perkembangan keilmuan keperawatan dan terapi komplementer yang sudah teruji keefektifitasannya, perawatan ibu post-op diharapkan maksimal dan memberikan efek positif pada penurunan tingkat nyeri dan psikologisnya. Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, penulis ingin menerapkan *evidence based practice* (EBP) dengan terapi kombinasi aromaterapi dan *swedish massage* dalam menurunkan tingkat nyeri pada Ibu.

2. METODE

Penerapan EBP dilaksanakan di Rumah Sakit Santa Maria Pekanbaru pada bulan November 2022 sampai dengan bulan Desember 2022. Penerapan EBP dilakukan oleh peneliti, penanggungjawab ruangan serta perawat/bidan pelaksana yang sebelumnya telah mendapatkan pelatihan dari peneliti. Responden yang diikutkan dalam penerapan EBP ini adalah 12 orang yang diberikan perlakuan dengan kriteria inklusi pasien post SC dengan anastesi spinal, kesadaran compos mentis, dan skala nyeri >3. Adapun kriteria eksklusi dalam penerapan EBP ini adalah pasien yang menjalani persalinan dengan metode ERACS, pasien dengan penyakit penyerta (adanya luka lain selain luka SC, gangguan respirasi, gangguan kardiovaskuler), dan mengalami masalah psikologis seperti depresi atau kecemasan. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengkajian skala nyeri pada pre-post test pemberian aromaterapi yang dikombinasikan dengan *swedish massage* pada responden. Adapun penerapan EBP ini mengacu pada penerapan EBP yang dilakukan oleh (Manggasa, 2021) yang berjudul kombinasi *swedish massage* dan aromaterapi lemon untuk menurunkan nyeri post *sectio caesarea* sebagai jurnal utama dan penelitian oleh Herlyssa & Theresia EVK (2020) yang berjudul *aromatherapy administration and pain scale 24 hours postcaesarean section* sebagai jurnal pendukung. Terapi ini secara signifikan dapat mengurangi rasa nyeri dan minimal menimbulkan efek samping. *Swedish massage* di dasarkan pada lima teknik dasar yaitu: *efflurage* (mengusap), *petrissage* (memijat), *friction* (menggosok), *tapotement* (memukul) dan *vibration* (menggerus). Penelitian berikutnya dilakukan oleh Maghalian et al (2022) bahwa *swedish massage* efektif untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi. Adapun perbedaan penelitian ini dan penelitian terletak pada kriteria sampel penelitian dimana penelitian ini tidak berlaku pada pasien yang menggunakan metode ERACS. Analisa yang digunakan adalah uji *T-paired test* menggunakan SPSS yang bertujuan untuk mendapatkan perbandingan skala nyeri antara pre-test dan post-test pemberian terapi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Karakteristik Sosiodemografi Responden

Data karakteristik responden dalam penerapan EBP ini adalah usia, tingkat pendidikan pekerjaan, paritas dan indikasi SC. Karakteristik sosiodemografi responden dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik sosiodemografi responden

Karakteristik Responden	Jumlah (N)	Persentase (%)
1. Usia		
<20	0	0
20-35	12	100
>35	0	0
2. Tingkat Pendidikan		
SMP	1	8.3
SMA	4	33.3
PT	7	58.4
3. Pekerjaan		
Bekerja	3	25
Tidak Bekerja	9	75
4. Paritas		
Primipara	2	16.7

5.	Multipara	10	83.3
	Indikasi SC		
	Bekas SC	3	25.3
	Kontraksi + Ketuban Pecah Dini	1	8.3
	Gawat janin + CPD	1	8.3
	Partus tak maju	1	8.3
	Gravida Aterm + Bekas SC + KPD	1	8.3
	Ketuban Pecah Dini + gagal induksi	1	8.3
	Gameli + Letak sungsang	1	8.3
	KPD + Distress janin	1	8.3
	CPD + Anak Besar + gagal induksi	1	8.3
	Bekas SC 2x + Prematur Kontraksi + KPD	1	8.3

Berdasarkan tabel 1, didapatkan bahwa seluruh responden berusia 20-35 tahun (100%). Pada variabel tingkat pendidikan didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan PT (Perguruan Tinggi) yaitu 7 orang (58.4%). Pada variabel pekerjaan didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki status pekerjaan yaitu tidak bekerja sebanyak 9 orang (75%). Pada variabel paritas, terlihat bahwa mayoritas responden memiliki paritas multipara yaitu sebanyak 10 orang (83.3%). Sementara pada variabel indikasi SC, mayoritas responden memiliki bekas SC sebelumnya yaitu sebanyak 3 orang (25.3%).

3.2. Pengukuran Skala Nyeri Pre dan Post Tindakan

Penerapan EBP dilakukan sebanyak 4 kali tindakan selama 4 hari dengan sebelum dilakukannya pengukuran skala nyeri sebelum dan setelah tindakan. Pengukuran skala nyeri pre dan post tindakan dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Pengukuran skala nyeri pre dan post tindakan

Hari Ke-	Variabel	Jumlah (N)	Mean	Min-maks	Std Deviasi
1	Skala nyeri pre tindakan	12	4.33	.089 - .744	.515
	Skala nyeri post tindakan	12	3.92		
2	Skala nyeri pre tindakan	12	4.00	.271 - 1.229	.754
	Skala nyeri post tindakan	12	3.25		
3	Skala nyeri pre tindakan	12	3.17	238 - 1.429	.937
	Skala nyeri post tindakan	12	2.33		
4	Skala nyeri pre tindakan	12	2.25	.467 - 1.200	.577
	Skala nyeri post tindakan	12	1.42		

Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa rata-rata skala nyeri pre tindakan pada hari ke-1 adalah 4.33 dengan standar deviasi 0.515 dan setelah post tindakan pada hari ke-4 rata rata skala nyeri responden turun menjadi 1.42 dengan standar deviasi 0.577.

3.3. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon dan *Swedish massage*

Analisa bivariat digunakan untuk melihat pengaruh pemberian aromaterapi lemon dan *swedish massage* setelah dilakukan 4 kali tindakan. Hasil analisis ditampilkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Analisis

Variabel	Jumlah (N)	Mean	95% CI	T	P-value (Sign. 2-tailed)
Skala nyeri pre tindakan	12	4.33	.467 - 1.200	5.000	.000
Skala nyeri post tindakan	12	3.92			

Berdasarkan tabel 3, didapatkan hasil analisis data setelah tindakan ke-4 bahwa *p-value* sebesar 0.000. Nilai *p* value lebih kecil dari tingkat kesalahan ($0.000 < 0.05$) maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromatherapy lemon dan *swedish massage*.

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan pada pemberian aromaterapi lemon dan *Swedish massage* dengan skala nyeri responden dengan *p-value* = 0.000. Hasil ini sesuai dengan penelitian Manggasa (2021) dimana hasil analisa diperoleh hasil bahwa kombinasi *Swedish massage* dengan aromaterapi lemon efektif menurunkan skor nyeri pasien post SC dengan *p-value* = 0,031 ($p < 0,05$).

Aromaterapi yang dihirup akan ditransferkan ke pusat penciuman yang berada di pangkal otak. Pada tempat ini sel neuron akan menafsirkan bau tersebut dan akan mengantarkan ke sistem limbik, dari sistem limbik pesan tersebut akan dihantarkan ke hipotalamus, selanjutnya diantar oleh sistem sirkulasi dan agen kimia kepada tubuh yang membutuhkan (Manggasa, 2021). Aromaterapi lemon juga mengandung limonene yang merupakan senyawa utama yang bertugas menghambat kerja prostaglandin karena sifat antioksidan yang dimilikinya. Saat terjadi kerusakan sel senyawa ini akan mengikat enzim endoperoxida yang bertanggung jawab dalam pembentukan prostaglandin, sehingga saat enzim ini berhasil diikat pembentukan mediator-mediator nyeri akan terhambat sehingga nyeri dapat berkurang (Sung & Liu, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ritanti & Sari (2020) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan substansial dalam intensitas nyeri pada anestesi spinal pada pemberian aromaterapi *bitter orange* di RS PKU Muhammadiyah Bantul. Penelitian lainnya oleh Sa et al (2020) menyebutkan bahwa rata-rata nyeri persalinan pada kelompok yang diberikan aromaterapi lemon dan lavender lebih rendah dari sebelumnya. Menurut Muliani et al (2020) terdapat perbedaan tingkat nyeri persalinan yang signifikan setelah mendapat aromaterapi lemon pada kelompok intervensi dan kontrol, dengan *p-value* 0,000.

Minyak aromaterapi lemon adalah aromaterapi yang berasal dari minyak atsiri yang dapat membantu menetralkan asam dalam tubuh kita dan merangsang sistem kekebalan tubuh untuk melawan infeksi, bersifat antidepresan, dan efek menyegarkan yang dapat meningkatkan semangat (Manurung, 2018). Aromaterapi lemon mengandung limonene yang bermanfaat sebagai anti tumor, melancarkan peredaran darah, dan merangsang sistem kekebalan tubuh untuk melawan infeksi. Selain itu, aromaterapi lemon juga mengandung *linalool*, *terpineol*, *sedatif*, dan *citronella*. Aromaterapi lemon mempunyai efek yang signifikan terhadap penurunan nyeri *post section-caesarea*, yang disebabkan salah satu komponen yang terkandung dalam lemon yaitu *linalool* berfungsi untuk menstabilkan sistem saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang dan efek analgetik (Herlyssa, 2022).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *swedish massage* memiliki pengaruh dalam penurunan intensitas nyeri pada ibu post-SC. *Swedish massage* adalah suatu pijatan yang dilakukan seorang masseur untuk membantu mempercepat proses pemulihan dengan menggunakan sentuhan tangan dan tanpa memasukkan obat ke dalam tubuh yang bertujuan untuk meringankan atau mengurangi keluhan atau gejala pada beberapa macam penyakit yang merupakan indikasi untuk di pijat (Tirtawati et al., 2020).

Teknik *swedish massage* merupakan bagian dari message yang memiliki bentuk klasik. Tujuan dari terapi teknik *Swedish massage* adalah untuk meningkatkan sirkulasi darah, merangsang saraf parasimpatis, adanya penurunan denyut jantung serta tekanan darah karena adanya pelepasan hormon endorfin tekanan darah, system respirasi, dan mengurangi stress (Iddrisu & Khan, 2021). *Swedish massage* merupakan bagian dari teknik pijat yang dilakukan di Negara Barat dengan cara memanipulasi jaringan lunak melalui 5 gerakan antara lain *petrissage*, *effleurage friction*, *vibration*, dan *tapotement* (Widyaningrum, 2020).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *Swedish massage* dapat menurunkan intensitas nyeri post SC. Penelitian oleh Maghalian et al (2022) menyatakan bahwa terdapat penurunan skala nyeri yang signifikan pada kelompok perlakuan yang menerima pijatan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima perawatan biasa (*p-value* = 0,031). Penelitian oleh Maghalian et al (2022) juga mendapatkan hasil yang sama.

4. KESIMPULAN

Hasil penerapan EBPN yang telah dilakukan oleh penulis tentang kombinasi *swedish massage* dan aromaterapi lemon pada pasien post-op SC terhadap 12 responden di RS Santa Maria dapat disimpulkan sebagai berikut: seluruh responden berusia 20-35 tahun, memiliki tingkat pendidikan Perguruan Tinggi, status pekerjaan responden tidak bekerja, paritas multipara. Hasil penerapan EBPN menunjukkan terdapat adanya hubungan pada pemberian kombinasi *swedish massage* dan aromaterapi lemon pada pasien post-op SC dengan skala nyeri ($p\text{-value} = 0,000$). Hal ini menunjukkan terapi komplementer ini terbukti menurunkan intensitas nyeri post SC pada ibu sehingga memberikan efek relaksasi pada ibu setelah melahirkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, pihak Rumah Sakit Santa Maria, penanggungjawab ruangan, perawat/bidan pelaksana dan seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinengsih, S. (2018). *the Influence of Fingerhold Relaxation Technique on Pain*. December 2017, 1–9.
- Haniyah, S., Setyawati, M. B., & Sholikah, S. M. (2020). Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea Di RSUD Ajibarang. *Journal STIKes*, 1(1), 7.
- Haryanti, R. P., & Patria, A. (2019). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea Hari Pertama di Ruang Bersalin Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, 1(2), 140–147.
- Herlyssa, H. (2022). The Effectiveness of Aromatherapy Essential Oil Aroma Orange in Reducing Pain Scale 24 Hours Post Cesarean Section. *Budapest International Research and Critics Institute-Journal (BIRCI-Journal)*, 5(2), 10368–10375.
- Herlyssa, H., Jehanara, J., & Wahyuni, E. D. (2018). Aromaterapi Lavender Essensial Oil Berpengaruh Dominan terhadap Skala Nyeri 24 Jam Post Seksio Sesaria. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 192. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.829>
- Herlyssa, & Theresia EVK. (2020). Aromatherapy Administration and Pain Scale 24 Hours Post-Caesarean Section. *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 6(2), 63–67. <https://doi.org/10.36749/seajom.v6i2.125>
- Iddrisu, M., & Khan, Z. H. (2021). Anesthesia for cesarean delivery: general or regional anesthesia—a systematic review. *Ain-Shams Journal of Anesthesiology*, 13(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s42077-020-00121-7>
- Kristianti, S., Yanuarini, T. A., Khusna, L., Malang, P. K., & Kebidanan, P. (2018). Kompres Hangat Aromaterapi Lavender Pada Remaja Putri Yang Mengalami Dismenorea Di Pondok Pesantren Al-Ma'arif Kota Kediri. *Ilmu Kesehatan*, 6(2), 125–132. <https://ejournaladhkdr.com/index.php/jik/article/view/165>
- Maghalian, M., Mirghafourvand, M., Ghaderi, F., Abbasalizadeh, S., Pak, S., & kamalifard, M. (2022). Comparison the effect of Swedish massage and interferential electrical stimulation on labor pain and childbirth experience in primiparous women: a randomized controlled clinical trial. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 306(1), 37–47. <https://doi.org/10.1007/s00404-021-06220-6>
- Maharani, Y. V., Fatmawati, E., & Widyaningrum, R. (2018). Pengaruh Aromaterapi Bunga Lavender (*Lavandula Angustifolia*) terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) pada Mahasiswi STIKES Madani Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 7(1), 43–49.
- Manggasa, D. D. (2021). Kombinasi Swedish Massage dan Aromaterapi Lemon untuk Menurunkan Nyeri Post Sectio Caesarea. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(2), 55–63. <https://doi.org/10.33860/jbc.v3i2.420>
- Manurung R, N. E. (2018). Pengaruh Aroma Terapi Lemon Terhadap Penurunan Di Rumah Sakit Umum

- Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 5(1), 5–11.
- Muliani, R., Rumhaeni, A., & Nurlaelasari, D. (2020). The Effect of Foot Massage on Postoperative Pain Level. *KSU Medical Journal*, 15(2), 110–115.
<https://dergipark.org.tr/en/pub/ksutfd/article/673351>
- Putri, M. T., Aditama, D. S., & Diyanty, D. (2019). Efektivitas aromaterapi sereh (cymbopon citratus) dengan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pasca sectio caesarea. *Wellness and Healthy Magazine*, 1(2), 187–192.
- Ritanti, R., & Sari, D. A. (2020). Swedish Massage Sebagai Intervensi Keperawatan Inovasi Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Aisyiyah Medika*, 5(1).
<https://doi.org/10.36729/jam.v5i1.320>
- Rosselini, R. (2022). Literature Review Efektivitas Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Nyeri Pada Pasien Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 12(23), 70–83.
- Sa, Z., Gjm, P., Rlg, F., & Emk, S. (2020). *Complementary and alternative therapies for post-caesarean pain (Review)*. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011216.pub2.www.cochranelibrary.com>
- Sung, P. C., & Liu, Y. P. (2022). Assessments of forearm muscular demands and perceived exertions for different massage techniques of the Swedish-type massage. *International Journal of Applied Science and Engineering*, 19(1). [https://doi.org/10.6703/IJASE.202203_19\(1\).011](https://doi.org/10.6703/IJASE.202203_19(1).011)
- Tirtawati, G. A., Purwandari, A., & Yusuf, N. H. (2020). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 7(2), 38–44.
<https://doi.org/10.47718/jib.v7i2.1135>
- Widyaningrum, T. (2020). Pengaruh Swedish Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Ht Di RS an-Nisa Tangerang Tahun 2020. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Wikansari, N., & Santoso, D. B. (2022). What Are the Barriers To the Implementation of Electronic Medical Records? a Review of Recent Studies. *Jurnal Riset Kesehatan*, 11(2), 83–88.
<https://doi.org/10.31983/jrk.v11i2.8611>

Halaman Ini Dikosongkan