

LITERATURE REVIEW: EFEKTIVITAS TERAPI KOMPLEMENTER TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I

Melani Indah Sahputri^{1*}, Ziyadatul Chusna A.Y.A², Suci Utami³, Cahya Bintang Wahyudiana⁴, Ovie Avitya Riska⁵

^{1,2,3,4,5} Prodi S1 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes

Email contributor: melaniindahsahputri4@gmail.com

Abstract

Latar Belakang: Nyeri persalinan kala I merupakan respons fisiologis akibat kontraksi uterus dan pembukaan serviks yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan, kecemasan, dan kelelahan pada ibu bersalin. Berbagai intervensi nonfarmakologis, seperti terapi musik, aromaterapi, *birth ball*, latihan pernapasan, *hydrotherapy*, kompres hangat, *counterpressure massage*, dan aplikasi kontraksi nyaman telah dikembangkan sebagai terapi komplementer untuk membantu mengurangi intensitas nyeri persalinan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas berbagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I berdasarkan hasil penelitian yang dipublikasikan pada tahun 2016–2022. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode *literature review* terhadap 10 artikel yang diperoleh melalui database Google Scholar. Artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, meliputi penelitian dengan desain eksperimental atau *quasi-experimental*, tersedia dalam bentuk *full text*, serta membahas intervensi nonfarmakologis pada nyeri persalinan kala I. Analisis dilakukan melalui identifikasi, seleksi, ekstraksi data, dan sintesis secara deskriptif. **Hasil:** Hasil kajian menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian melaporkan penurunan intensitas nyeri persalinan kala I yang bermakna secara statistik ($p < 0,05$) setelah pemberian terapi komplementer. Intervensi yang terbukti efektif meliputi terapi musik, aromaterapi, kombinasi *birth ball* dan latihan pernapasan, *hydrotherapy*, kompres hangat, *counterpressure massage*, serta aplikasi kontraksi nyaman. Satu penelitian menunjukkan kecenderungan penurunan nyeri, namun tidak signifikan secara statistik ($p = 0,052$). **Kesimpulan:** Terapi komplementer berpotensi menjadi alternatif nonfarmakologis yang efektif dalam membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I serta meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan.

Kata kunci: *literature review*; nyeri persalinan kala I; terapi komplementer; intervensi nonfarmakologis.

Background: The first stage of labor pain is a physiological response caused by uterine contractions and cervical dilatation during labor. Increased pain intensity may cause discomfort, anxiety, and maternal fatigue. Various non-pharmacological interventions, including music therapy, aromatherapy, birth ball exercises, breathing techniques, hydrotherapy, warm compresses, counterpressure massage, and the use of a contraction comfort application, have been developed as complementary therapies to reduce labor pain intensity. **Objective:** This study aimed to analyze the effectiveness of various non-pharmacological interventions in reducing pain intensity during the first stage of labor based on research articles published between 2016 and 2022. **Methods:** This study employed a literature review by analyzing ten research articles retrieved from the Google Scholar database. The articles were selected based on predetermined inclusion and exclusion criteria, including experimental or quasi-experimental studies, full-text availability, and a focus on non-pharmacological interventions for pain reduction during the first stage of labor. Data were analyzed through identification, selection, data extraction, and descriptive synthesis. **Results:** The review showed that most studies reported a statistically significant reduction in labor pain intensity ($p < 0.05$) following complementary therapy interventions. Effective interventions included music therapy, aromatherapy, a combination of birth ball exercises and breathing techniques, hydrotherapy, warm compresses, counterpressure massage, and the use of a contraction comfort application. One study reported a reduction in pain intensity; however, the result was not statistically significant ($p = 0.052$). **Conclusion:** Complementary therapies have the potential to serve as effective non-pharmacological interventions for reducing pain intensity during the first stage of labor and improving maternal comfort throughout the labor process.

Keyword: *literature review*; first-stage labor pain; complementary therapy; non-pharmacological intervention.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang menandai berakhirnya masa kehamilan melalui pengeluaran janin, plasenta, dan selaput ketuban dari uterus. Selama proses tersebut, ibu akan mengalami kontraksi uterus yang semakin kuat disertai pembukaan serviks sehingga menimbulkan nyeri persalinan. Nyeri pada kala I merupakan respons fisiologis yang hampir selalu dialami oleh ibu bersalin, namun tingkat keparahannya dapat berbeda pada setiap individu karena dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, pengalaman melahirkan, serta kemampuan ibu dalam beradaptasi terhadap rasa nyeri. (Suryani & Yulaikah, 2016).

Nyeri persalinan tidak hanya berkaitan dengan perubahan fisiologis, tetapi juga dipengaruhi oleh mekanisme biologis dan psikologis yang terjadi selama persalinan berlangsung. Kontraksi uterus yang semakin kuat, penipisan dan pembukaan serviks, serta penurunan kepala janin menyebabkan rangsangan nyeri semakin meningkat pada kala I fase aktif. Apabila tidak ditangani secara tepat, nyeri dapat meningkatkan rasa takut, cemas, dan ketegangan sehingga ibu lebih sulit beradaptasi terhadap proses persalinan. (Livana et al., 2017).

Intensitas nyeri persalinan yang tinggi dapat memberikan dampak terhadap kondisi ibu maupun janin. Nyeri yang berlangsung terus-menerus akan merangsang pelepasan hormon stres sehingga meningkatkan denyut jantung, tekanan darah, serta konsumsi oksigen. Kondisi tersebut dapat menyebabkan ibu cepat mengalami kelelahan dan berpotensi memengaruhi kelancaran proses persalinan. Oleh karena itu, penanganan nyeri secara tepat menjadi salah satu upaya penting dalam meningkatkan kenyamanan serta keselamatan ibu selama persalinan. (Sari & Sanjaya, 2020).

Berbagai metode telah dikembangkan untuk membantu mengurangi nyeri persalinan, baik melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Meskipun terapi farmakologis mampu memberikan efek analgesia, penggunaannya memerlukan pertimbangan terhadap kemungkinan efek samping pada ibu dan bayi. Sebaliknya, intervensi nonfarmakologis dinilai lebih aman, mudah diterapkan, dan dapat mendukung proses persalinan secara fisiologis. Salah satu metode yang banyak dikembangkan adalah kombinasi *birth ball* dan latihan pernapasan yang mampu meningkatkan relaksasi, memperbaiki posisi tubuh, serta membantu

ibu mengendalikan nyeri selama persalinan. (Sulistianingsih & Wijayanti, 2022).

Selain teknik relaksasi dan latihan pernapasan, aromaterapi juga banyak dimanfaatkan sebagai terapi komplementer dalam pelayanan kebidanan. Aromaterapi bekerja melalui rangsangan sistem penciuman yang diteruskan ke sistem saraf pusat sehingga menimbulkan efek relaksasi dan membantu mengurangi persepsi nyeri. Salah satu jenis aromaterapi yang dilaporkan memberikan manfaat adalah minyak atsiri mawar yang mampu menciptakan rasa nyaman serta menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. (Sholehah et al., 2020).

Perkembangan terapi komplementer juga menunjukkan bahwa media air hangat atau *hydrotherapy* dapat digunakan sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri persalinan. Pemberian *hydrotherapy* membantu meningkatkan relaksasi otot, memperbaiki sirkulasi darah, serta memberikan efek nyaman selama proses persalinan. Selain menurunkan persepsi nyeri, metode ini juga mendukung ibu agar lebih tenang sehingga mampu menghadapi kontraksi dengan lebih baik. (Lilis et al., 2021).

Intervensi sederhana lainnya yang banyak diterapkan dalam praktik kebidanan adalah kompres hangat. Pemberian kompres

hangat pada daerah tertentu dapat meningkatkan vasodilatasi, memperlancar aliran darah, mengurangi ketegangan otot, serta menghambat penghantaran impuls nyeri menuju sistem saraf pusat. Dengan mekanisme tersebut, kompres hangat menjadi salah satu tindakan nonfarmakologis yang mudah dilakukan dan berkontribusi terhadap peningkatan kenyamanan ibu selama persalinan. (Kholisoh et al., 2022).

Seiring berkembangnya teknologi, pemanfaatan media digital juga mulai diterapkan dalam penatalaksanaan nyeri persalinan. Salah satu inovasi yang dikembangkan adalah aplikasi kontraksi nyaman yang memadukan musik relaksasi, panduan pernapasan, serta informasi mengenai proses persalinan. Penggunaan aplikasi tersebut membantu ibu mengalihkan perhatian dari rasa nyeri sekaligus meningkatkan kemampuan dalam melakukan teknik relaksasi selama kontraksi berlangsung. (Wijayanti & Altika, 2020).

Selain inovasi berbasis teknologi, penelitian lain menunjukkan bahwa aromaterapi lavender juga memberikan manfaat dalam membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan. Kandungan utama pada minyak lavender memberikan efek menenangkan, mengurangi kecemasan, serta merangsang pelepasan endorfin yang

berperan sebagai analgesik alami tubuh. Efek tersebut membantu ibu menjadi lebih rileks sehingga persepsi terhadap nyeri persalinan dapat berkurang. (Novita et al., 2021).

Berbagai penelitian mengenai terapi komplementer menunjukkan bahwa sebagian besar intervensi nonfarmakologis memiliki potensi dalam membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I, meskipun efektivitas masing-masing metode dipengaruhi oleh karakteristik ibu, teknik pelaksanaan, serta kondisi pelayanan kesehatan. Salah satu intervensi yang juga dilaporkan memberikan hasil positif adalah *counterpressure massage* yang bekerja melalui stimulasi mekanik untuk mengurangi persepsi nyeri. Berdasarkan beragam temuan tersebut, diperlukan *literature review* yang menyintesis hasil penelitian mengenai berbagai terapi komplementer sehingga dapat memberikan gambaran ilmiah mengenai efektivitas intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I serta menjadi referensi bagi tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan kebidanan yang berbasis bukti. (Hapsari et al., 2017).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Literature review* dengan pendekatan PICOS (*Population, Intervention,*

Comparison, Outcome, Context) untuk menyusun pertanyaan penelitian dan menentukan kriteria pemilihan artikel. Kajian ini bertujuan menganalisis efektivitas berbagai terapi komplementer atau intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I.

Tabel framework

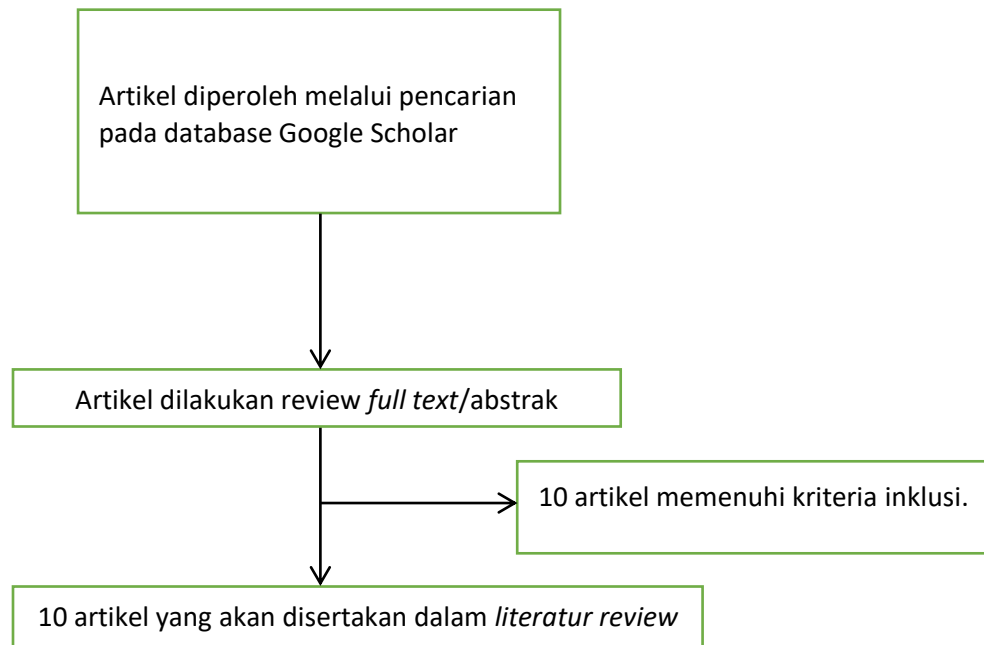
Element	Inklusi	Eksklusi
Populasi	Ibu bersalin kala I fase aktif	Ibu hamil yang belum memasuki persalinan, ibu nifas, maupun penelitian pada tenaga kesehatan
intervensi	Terapi komplementer atau intervensi nonfarmakologis seperti aromaterapi lavender, aromaterapi minyak atsiri mawar, terapi musik, kombinasi <i>birth ball</i> dan latihan pernapasan, <i>hydrotherapy</i> , kompres hangat, <i>counterpressure massage</i> , serta aplikasi kontraksi nyaman	Penelitian yang menggunakan intervensi farmakologis atau tindakan medis tanpa terapi komplementer
Comparison	Kelompok kontrol, perawatan standar, atau kondisi sebelum diberikan intervensi	Penelitian yang tidak memiliki pembanding atau tidak menjelaskan kondisi sebelum dan sesudah intervensi

Outcomes	Penurunan intensitas nyeri persalinan kala I yang diukur menggunakan skala nyeri	<i>Outcome</i> selain intensitas nyeri persalinan
Context	Penelitian yang dilakukan di rumah sakit, puskesmas, klinik bersalin, atau praktik mandiri bidan dengan fokus pada ibu bersalin kala I	Penelitian yang dilakukan di luar pelayanan persalinan atau tidak berkaitan dengan nyeri persalinan kala I

Pencarian artikel dilakukan melalui Google Scholar menggunakan kata kunci nyeri persalinan kala I, terapi komplementer, intervensi nonfarmakologis, aromaterapi, *birth ball*, *hydrotherapy*, *counterpressure massage*, terapi musik, kompres hangat, dan aplikasi kontraksi nyaman. Artikel yang dicari dibatasi pada publikasi tahun 2016–2022, tersedia dalam

bentuk *full text*, menggunakan bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris, serta sesuai dengan tujuan penelitian.

Proses seleksi artikel dilakukan melalui tahapan identifikasi, penyaringan judul dan abstrak, penelaahan teks lengkap (*full text*), serta penilaian kesesuaian berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi hingga diperoleh 10 artikel yang memenuhi syarat untuk dianalisis. Data dari setiap artikel kemudian diekstraksi berdasarkan karakteristik penelitian yang meliputi penulis, tahun publikasi, desain penelitian, jumlah sampel, jenis intervensi, instrumen pengukuran, hasil penelitian, dan nilai signifikansi (*p-value*). Selanjutnya dilakukan sintesis secara deskriptif untuk mengidentifikasi efektivitas masing-masing intervensi dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I.



Gambar 1. Bagan Pemilihan Artikel

Tabel Hasil Pemetaan Data Artikel

No	Penulis	Judul	Metode	Hasil
1.	Livana PH dkk. (2017)	Pengaruh Terapi Musik terhadap Nyeri Persalinan Kala I	<i>Quasi experiment dengan pretest-posttest.</i>	Terapi musik memberikan penurunan intensitas nyeri persalinan secara bermakna ($p < 0,05$), sehingga dapat digunakan sebagai terapi komplementer.
2.	Suryani & Yulaikah (2016)	Penerapan Lingkungan Persalinan dengan Terapi Komplementer	<i>Quasi experimental.</i>	Terjadi penurunan nyeri pada kelompok intervensi, namun tidak terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik ($p = 0,052$).
3.	Sari & Sanjaya (2020)	Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Nyeri Persalinan Kala I	<i>Quasi experimental.</i>	Aromaterapi lavender terbukti menurunkan intensitas nyeri persalinan secara signifikan ($p < 0,05$).

4.	Sulistianingsih & Wijayanti (2022)	Kombinasi <i>Birth Ball</i> dan Latihan Pernapasan terhadap Nyeri Persalinan	<i>Quasi experiment.</i>	Kombinasi <i>birth ball</i> dan latihan pernapasan efektif menurunkan intensitas nyeri persalinan ($p<0,05$).
5.	Sholehah dkk. (2020)	Pengaruh Aromaterapi Minyak Atsiri Mawar terhadap Nyeri Persalinan Kala I	<i>Quasi experimental.</i>	Aromaterapi minyak atsiri mawar memberikan penurunan nyeri yang signifikan dibanding sebelum intervensi ($p<0,05$).
6.	Lilis dkk. (2021)	Pengaruh <i>Hydrotherapy</i> terhadap Nyeri Persalinan Kala I	<i>Quasi experiment.</i>	<i>Hydrotherapy</i> efektif menurunkan intensitas nyeri persalinan dengan hasil yang bermakna secara statistik ($p<0,05$).
7.	Kholisoh dkk. (2022)	Pengaruh Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I	<i>Quasi experiment.</i>	Kompres hangat menurunkan intensitas nyeri persalinan secara signifikan dibanding kelompok kontrol ($p<0,05$).
8.	Wijayanti & Altika (2020)	Efektivitas Penggunaan Aplikasi Kontraksi Nyaman terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I	<i>One group pretest-posttest.</i>	Intensitas nyeri menurun secara signifikan setelah penggunaan aplikasi kontraksi nyaman ($p=0,000$).
9.	Novita dkk. (2021)	Penurunan Nyeri Persalinan Kala I dengan Aromaterapi Lavender	<i>Pre-experimental one group pretest-posttest.</i>	Aromaterapi lavender efektif menurunkan intensitas nyeri persalinan dengan hasil yang signifikan ($p=0,000$).

10.	Hapsari dkk. (2017)	Pengaruh <i>Counterpressure Massage</i> terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif	<i>Quasi experiment pretest-posttest with control group.</i>	<i>Counterpressure massage</i> terbukti menurunkan tingkat nyeri persalinan secara signifikan dibanding kelompok kontrol ($p=0,011$).
-----	------------------------	---	--	--

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Berdasarkan hasil penelusuran artikel melalui database Google Scholar, diperoleh 10 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan selanjutnya dianalisis dalam penelitian ini. Seluruh artikel membahas efektivitas terapi komplementer atau intervensi nonfarmakologis terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I dengan desain penelitian yang didominasi oleh *quasi experimental*, *pre-experimental*, dan *one group pretest-posttest*. Intervensi yang dikaji meliputi terapi musik, aromaterapi lavender, aromaterapi minyak atsiri mawar, kombinasi *birth ball* dan latihan pernapasan, *hydrotherapy*, kompres hangat, *counterpressure massage*, aplikasi kontraksi nyaman, serta penerapan lingkungan persalinan dengan terapi komplementer.

Hasil sintesis menunjukkan bahwa 9 dari 10 artikel melaporkan adanya penurunan intensitas nyeri persalinan kala I yang bermakna secara statistik setelah pemberian

terapi komplementer ($p<0,05$). Intervensi tersebut mampu meningkatkan relaksasi, mengurangi ketegangan otot, memberikan rasa nyaman, serta membantu ibu beradaptasi dengan kontraksi selama proses persalinan. Sementara itu, 1 artikel mengenai penerapan lingkungan persalinan dengan terapi komplementer menunjukkan kecenderungan penurunan intensitas nyeri, namun tidak mencapai perbedaan yang bermakna secara statistik ($p=0,052$).

Secara keseluruhan, hasil kajian menunjukkan bahwa berbagai bentuk terapi komplementer memiliki potensi sebagai alternatif intervensi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I. Meskipun metode yang digunakan pada setiap penelitian berbeda, sebagian besar memberikan hasil yang konsisten terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin.

PEMBAHASAN

Hasil kajian dari 10 artikel menunjukkan bahwa terapi komplementer berperan dalam

membantu mengurangi intensitas nyeri persalinan kala I. Nyeri persalinan merupakan respons fisiologis yang terjadi akibat kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Apabila nyeri tidak dikelola dengan baik, kondisi tersebut dapat meningkatkan kecemasan, ketegangan, dan kelelahan sehingga berpotensi memengaruhi kemajuan persalinan. Oleh karena itu, penggunaan terapi komplementer menjadi salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan.

Berbagai intervensi yang dikaji dalam penelitian ini bekerja melalui mekanisme yang berbeda. Terapi musik dan aromaterapi memberikan efek relaksasi sehingga membantu menurunkan kecemasan serta persepsi nyeri. Kombinasi *birth ball* dan latihan pernapasan membantu ibu mempertahankan posisi yang nyaman serta meningkatkan relaksasi otot selama kontraksi. Sementara itu, *hydrotherapy*, kompres hangat, dan *counterpressure massage* bekerja dengan meningkatkan kenyamanan fisik, memperbaiki sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta menghambat transmisi impuls nyeri sehingga intensitas nyeri dapat berkurang.

Selain itu, penggunaan aplikasi kontraksi nyaman juga menunjukkan hasil yang positif dalam membantu ibu mengelola nyeri melalui panduan relaksasi dan teknik

pengaturan napas. Namun, salah satu penelitian mengenai penerapan lingkungan persalinan dengan terapi komplementer belum menunjukkan perbedaan yang bermakna secara statistik. Perbedaan hasil tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh variasi karakteristik responden, jumlah sampel, jenis intervensi, maupun metode penelitian yang digunakan.

Secara keseluruhan, hasil sintesis dari 10 artikel menunjukkan bahwa terapi komplementer merupakan alternatif yang efektif dalam membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I. Oleh karena itu, tenaga kesehatan, khususnya bidan, dapat mempertimbangkan penerapan berbagai intervensi nonfarmakologis sesuai kondisi ibu bersalin, ketersediaan fasilitas, dan kompetensi tenaga kesehatan untuk meningkatkan kualitas pelayanan persalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *literature review* terhadap 10 artikel penelitian yang membahas efektivitas terapi komplementer dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penelitian menunjukkan terapi komplementer berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I. Intervensi yang dikaji meliputi terapi musik, aromaterapi lavender, aromaterapi minyak atsiri mawar, kombinasi *birth ball* dan

latihan pernapasan, *hydrotherapy*, kompres hangat, *counterpressure massage*, serta penggunaan aplikasi kontraksi nyaman.

Hasil sintesis menunjukkan bahwa hampir seluruh intervensi nonfarmakologis memberikan pengaruh positif dalam mengurangi intensitas nyeri persalinan, meningkatkan relaksasi, serta memberikan rasa nyaman kepada ibu selama proses persalinan. Meskipun terdapat satu penelitian yang tidak menunjukkan perbedaan bermakna secara statistik, secara keseluruhan terapi komplementer tetap memiliki potensi untuk diterapkan sebagai pendamping terapi farmakologis dalam asuhan kebidanan.

Dengan demikian, terapi komplementer dapat dipertimbangkan sebagai salah satu upaya nonfarmakologis yang efektif untuk membantu mengurangi nyeri persalinan kala I sesuai dengan kondisi ibu bersalin, ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan, serta kompetensi tenaga kesehatan.

SARAN

Berdasarkan hasil *literature review* ini, diharapkan tenaga kesehatan, khususnya bidan, dapat mempertimbangkan penerapan berbagai terapi komplementer sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I sesuai dengan kondisi ibu bersalin dan fasilitas pelayanan kesehatan. Selain itu, diperlukan peningkatan edukasi

mengenai manfaat terapi komplementer agar ibu bersalin memiliki pengetahuan yang lebih baik terhadap pilihan penatalaksanaan nyeri selama persalinan. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan desain yang lebih kuat, jumlah sampel yang lebih besar, serta membandingkan efektivitas berbagai jenis terapi komplementer sehingga diperoleh bukti ilmiah yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Hapsari, P., Rahayu, S., & Ngadiyono. (2017). *Pengaruh Counterpressure Massage terhadap Tingkat Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif*. Jurnal Ilmiah Bidan, 2(3), 41–45.
<https://www.ibi.or.id/journal/index.php/jib/article/view/43>
- Kholisoh, I., Winarni, L. M., & Afiyanti, Y. (2022). *Pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di Rumah Sakit Dinda Kota Tangerang*. Journal of Nursing Practice and Education, 3(01), 1–10.
<https://doi.org/10.34305/jnpe.v3i01.551>
- Lilis, D. N., Artikasari, L., & Sukmawati, Y. (2021). *Pengaruh hydrotherapy terhadap nyeri persalinan kala I fase*

- aktif. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 3(1), 94–102.
<https://doi.org/10.35971/jjhsr.v3i1.7268>
- Livana, P. H., Handayani, T. N., Mubin, M. F., & Ruhimat, I. I. A. (2017). Efektifitas terapi musik pada nyeri persalinan kala I fase laten. *Jurnal Ners Widya Husada*, 4(2), 47–52.
<https://journal.uwhs.ac.id/index.php/jners/article/view/302>
- Novita, N., Setiawati, D., & Fiesta, O. (2022). Penurunan nyeri persalinan kala I dengan aromaterapi lavender. *Journal of Complementary in Health*, 1(2), 40–46.
<https://doi.org/10.36086/jch.v1i2.1118>
- Sari, P. N., & Sanjaya, R. (2020). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 1(2), 45–49.
<https://ukinstitute.org/journals/1/makein/article/view/1209>
- Sholehah, K. S., Arlym, L. T., & Putra, A. N. (2020). Pengaruh aromaterapi minyak atsiri mawar terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Pangalengan Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 41–54.
<https://doi.org/10.37012/jik.v12i1.116>
- Sulistianingsih, A., & Wijayanti, Y. (2022). Kombinasi birth ball dan latihan pernafasan dengan penurunan nyeri persalinan kala I. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 13(1), 66–74.
<https://ejr.umku.ac.id/index.php/jikk/article/view/1243>
- Suryani, E., & Yulaikah, S. (2016). Efektifitas penerapan lingkungan persalinan dengan terapi komplementer (aromaterapi, terapi musik, dan terapi relaksasi) terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 1(1), 55–63.
<https://jurnalbidankestrad.com/index.php/jkk/article/view/64>
- Wijayanti, I. T., & Altika, S. (2020). Efektivitas penggunaan aplikasi kontraksi nyaman terhadap intensitas nyeri persalinan kala I. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(4), 350–356.
<https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i04.p02>