

Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Pemberian Aroma Terapi Lemon terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea

Erni Eka Sari^{1*}, Lindriani², Fadli³

^{1,3}Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Mega Buana Palopo

²Program Studi Profesi Ners Universitas Mega Buana Palopo

erniekasari444@yahoo.com

*corresponding author

Abstrak

Nyeri pasca operasi caesar menimbulkan rasa tidak nyaman dan mempengaruhi sistem paru, kardiovaskular, gastrointestinal, endokrin, imunitas, dan stres, sehingga dapat menyebabkan depresi dan ketidakmampuan melakukan aktivitas sehari-hari. Teknik relaksasi napas dalam merupakan non farmakologis. Relaksasi napas dalam merupakan salah satu pengobatan non farmakologis yang dapat diberikan pada pasien pasca operasi Sectio Caesarea. Tindakan non farmakologis diantaranya ialah aromaterapi dengan menggunakan aromaterapi lemon, yang bertujuan untuk mengurangi intensitas nyeri pasien post operasi Caesarea. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi napas dalam dan pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Mega Buana Palopo. Metode penelitian quasy experiment dengan rancangan non-equivalent control group design. Jenis penelitian kuantitatif menggunakan teknik purposive sampling. Populasi klien post sectio caesarea. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi 0-10 Numeric Pain Intensity Scale. Penelitian dilakukan analisis deskriptif dan uji normalitas kemudian dilakukan uji Paired Test dan uji T-independen. Hasil menunjukkan rata-rata nyeri pada kelompok kontrol post intervensi 6,69. Sedangkan nyeri post intervensi kelompok intervensi 5,00. Didapat p-value 0,001 menunjukkan perbedaan skala nyeri kedua kelompok kontrol dan intervensi. Sehingga peneliti menyimpulkan teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon berpengaruh terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea. Sample dipilih dengan menggunakan Teknik pengambilan sampling menggunakan teknik purposive sampling, dengan total sampel 32 responden. Uji Statistik yang digunakan adalah Paired Sample TTest. Instrument penelitian menggunakan kuisioner berupa Wong Baker Pain Scale. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon dan relaksasi napas dalam terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post sectio caesarea di Rumah Sakit Mega Buana. Hal tersebut dibuktikan dengan Paired Sample T-Test diperoleh nilai p-value: 0,001 ($p < 0,05$) Disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon dan relaksasi napas dalam terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post sectio caesarea di Rumah Sakit Mega Buanan Palopo yang dapat digunakan sebagai masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon terhadap nyeri pada ibu post operasi sectio caesarea.

Kata Kunci : tehnik relaksasi napas dalam; aromaterapi lemon; skala nyeri

Abstract

Post-caesarean section pain causes discomfort and affects the pulmonary, cardiovascular, gastrointestinal, endocrine, immune and stress systems, so that it can cause depression and the inability to carry out daily activities. The deep breathing relaxation technique is a non-pharmacological pain management. Deep breathing relaxation is one of the non-pharmacological treatments that can be given to patients after Sectio Caesarea surgery. Non-pharmacological measures include aromatherapy using lemon aromatherapy, which aims to reduce the intensity of pain in post-Caesarean surgery patients. The



aim of this study was to determine the effect of deep breathing relaxation techniques and administration of lemon aromatherapy on reducing the pain scale in post-operative Sectio Caesarea patients at Mega Buana Palopo Hospital. Quasi experimental research method with a non-equivalent control group design. This type of quantitative research uses purposive sampling techniques. Post cesarean section client population. Data were collected using the 0-10 Numeric Pain Intensity Scale observation sheet. The research carried out descriptive analysis and normality tests, then paired tests and independent T-tests were carried out. The results showed that the average pain in the post-intervention control group was 6.69. Meanwhile post pain intervention group intervention 5.00. A p-value of 0.001 was obtained indicating a difference in the pain scale of the two control and intervention groups. So the researchers concluded that the deep breathing technique and lemon aromatherapy had an effect on the intensity of pain in post-caesarean section surgery patients. The sample was selected using a sampling technique using a purposive sampling technique, with a total sample of 32 respondents. The statistical test used is Paired Sample TTest. The research instrument uses a questionnaire in the form of the Wong Baker Pain Scale. Research Results: The results of the research show that there is an effect of giving lemon aromatherapy and deep breathing relaxation on reducing the pain scale in post caesarean section patients at Mega Buanan Hospital. This is proven by the Paired Sample T-Test, the p-value is: 0.001 ($p < 0.05$). Conclusions and Suggestions: There is an effect of giving lemon aromatherapy and deep breathing relaxation on reducing the pain scale in post caesarean section patients at Mega Buanan Hospital. Palopo can be used as input in the development of knowledge regarding the effect of deep breathing relaxation and lemon aromatherapy on pain in post-caesarean section mothers

Keywords: deep Breath; lemon aromatherapy; pain

PENDAHULUAN

Angka kejadian *sectio caesarea* semakin meningkat, baik karena indikasi medis maupun pilihan ibu, dan dianggap sebagai metode persalinan yang relatif lebih disukai dibandingkan persalinan normal, dengan angka sebesar 13% kemudian mengalami peningkatan sebesar 19%. Hal ini dipraktikkan baik di negara maju maupun di negara berkembang seperti negara-negara Asia Selatan dan Tenggara (Hartati et al., 2023). Penggunaan operasi Sectio Caesarea terus meningkat di seluruh dunia, dan pada tahun 2030 diperkirakan hampir sepertiga dari seluruh kelahiran akan dilakukan melalui operasi caesar.

Di negara-negara berkembang, sekitar 8% wanita melahirkan melalui operasi Caesar, di Amerika Latin angka operasi caesar mencapai 4 dari 10 (43%) dari semua kelahiran negara Republik Dominika, Brasil, Siprus, Mesir dan Turki, operasi Caesar melebihi jumlah persalinan pervaginam. Tingkat tertinggi berada di Asia Timur (63%), Amerika Latin dan Karibia (54%), Asia Barat (50%), Afrika Utara (48%) Eropa Selatan (47%) dan Australia dan Selandia Baru (45%). Angka kejadian operasi caesar semakin meningkat karena ketakutan akan rasa sakit saat melahirkan, kenormalan akibat kontraksi rahim, kenyamanan, kepercayaan akan tanggal keberuntungan dan hari-hari dimana persalinan dapat direncanakan. Operasi caesar dianggap memungkinkan pelestarian dasar panggul yang lebih baik dan kehidupan seks yang lebih baik (WHO, 2021).

Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2021, jumlah persalinan dengan metode Sectio Caesarea (SC) di Indonesia sebesar 17,6%. Indikasi dilakukannya persalinan secara Sectio Caesarea (SC) disebabkan oleh beberapa komplikasi dengan persentase sebesar 23,2% dengan posisi janin melintang/sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), eklamsi (0,2%), ketuban pecah dini (5,6%), partus lama (4,3%), lilitan tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), plasenta tertinggal (0,8%), hipertensi (2,7%), dan lainnya (4,6%) (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Palopo angka kelahiran melalui Sectio Caesarea pada Tahun 2022 adalah 1082 dari 2833 angka persalinan, Tahun 2023 meningkat menjadi 1149 dari 2629 angka persalinan (Dinkes Kota Palopo, 2023).

Metode persalinan menggunakan Sectio Caesarea dapat menimbulkan nyeri akibat sayatan pada kulit anterior perut dan dinding rahim. Intensitas nyeri juga dipengaruhi oleh metode penutupan kulit untuk memperbaiki sayatan dan eksternalitas rahim (Hartati et al., 2023). Menurut pengakuan para ibu yang melahirkan bayinya menggunakan prosedur operasi caesarea, rasa nyeri memang kerap terasa sampai beberapa hari setelah operasi (Febriaty & Anita, 2021).

Nyeri pasca operasi caesar menimbulkan rasa tidak nyaman dan mempengaruhi sistem paru, kardiovaskular, gastrointestinal, endokrin, imunitas, dan stres, sehingga dapat menyebabkan depresi dan ketidakmampuan melakukan aktivitas sehari-hari (NAPISAH, 2022). Selain itu, nyeri yang tidak diobati akan menyebabkan nyeri kronis yang berkepanjangan dan terus-menerus. Nyeri kronis dapat memperpanjang waktu perawatan di rumah sakit, menimbulkan komplikasi akibat imobilisasi dan emosi yang tidak terkendali, serta menghambat proses penyembuhan (NAPISAH, 2022). Dengan demikian adanya nyeri yang dirasakan pada pasien post Sectio Caesarea di butuhnya pentalaksanaan nyeri baik secara farmakologis dan non farmakologis.

Ada dua metode manajemen nyeri farmakologis dan non-farmakologis. Secara farmakologi penatalaksanaan nyeri dilakukan melalui pemberian obat-obatan, sedangkan secara non farmakologi penatalaksanaan nyeri meliputi distraksi, relaksasi, stimulasi kulit dengan kompres panas atau dingin, latihan pernafasan dalam, terapi musik, aromaterapi, dan induksi (Febriaty & Anita, 2021). Tindakan non farmakologis diantaranya ialah aromaterapi dengan menggunakan aromaterapi lemon, yang bertujuan untuk mengurangi intensitas nyeri pasien post operasi Caesarea.

Aromaterapi dapat mengobati penyakit pernafasan, nyeri, penyakit saluran kemih, penyakit kelamin, dan masalah mental dan emosional. Hal ini terjadi karena aromaterapi dapat menimbulkan perasaan tenang pada otak dan diri sendiri, serta perasaan stres (Utami & Khoiriyah, 2020). Teknik relaksasi napas dalam juga merupakan pentalaksanaan nyeri non farmakologis. Relaksasi nafas dalam merupakan salah satu pengobatan non farmakologis yang dapat diberikan pada pasien pasca operasi Sectio Caesarea. Perawat memainkan peran penting dalam manajemen nyeri dengan mempraktikkan relaksasi pernapasan dalam adalah suatu bentuk pengasuhan. Tujuan dari relaksasi nafas dalam adalah untuk membantu individu mengendalikan diri dan merasa lebih nyaman dan rileks ketika merasa tegang, stres, dan dalam keadaan tidak nyaman. (Mariani & Murhan, 2023).

Rahmawati (2015) dalam (Darni et al., 2020) yang meneliti tentang efektifitas aromaterapi lemon dengan lavender pada pasien sectio caesarea menyimpulkan bahwa aromaterapi lemon lebih efektif mengatasi nyeri post Sectio Caesarea dibandingkan dengan aromaterapi lavender karena minyak esensial ini yang mempengaruhi sistem limbik untuk mengeluarkan hormon endorphin yang berpengaruh terhadap psikologis seseorang sehingga menyebabkan terjadinya penurunan skala nyeri pada kasus dari sedang menjadi ringan.

Berdasarkan data Rumah Sakit Mega Buana kota Palopo Tahun 2022-2023 angka kejadian operasi Sectio Caesarea pada Tahun 2022 adalah sebanyak 369 dari 494 angka persalinan,

Tahun 2023 menjadi 340 dari 436 angka persalinan. Hasil observasi dan wawancara terhadap perawat di Rumah Sakit Mega Buana Palopo terkait penatalaksanaan nyeri secara non farmakologis yaitu pemberian teknik relaksasi napas dalam dan pemberian aromaterapi lemon untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post Sectio Caesarea jarang di gunakan, biasanya lebih mengutamakan penatalaksanaan nyeri secara farmakologis yaitu pemberian obat anti nyeri dan dari hasil wawancara pada dua pasien post Sectio Caesarea, mereka mengatakan selama dirawat di Rumah Sakit tindakan yang dilakukan perawat untuk mengatasi nyeri hanya diberi obat lewat infus dan obat minum, tidak diajarkan tindakan relaksasi nafas dalam dan pemberian aromaterapi lemon.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode penelitian Quas Eksperimen dengan desain penelitian *Non-Equivalent Control Group*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien post operasi *sectio caesarea* yang mengalami nyeri sesuai dengan kriteria inklusi dengan besar sampling sebanyak 32 responden (16 orang kelompok intervensi dan 16 orang kelompok kontrol).

Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah minyak aromaterapi lemon, tissue dan lembar observasi Numeric Pain Intensity Scale untuk mengumpulkan data responden berupa usia, pendidikan, suku, pengalaman operasi, dan mencatat skala nyeri pada lembar observasi. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data adalah lembar observasi *Numeric Pain Intensity Scale*. Alat yang digunakan untuk terapi Tarik napas dalam dan aromaterapi lemon adalah minyak aromaterapi lemon dan tissue. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah penelitian lapangan (*field research*), dilakukan pengisian lembar observasi dalam penelitian dengan cara mengukur skala nyeri sebelum diberikan terapi teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon, memberikan teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon, kemudian mengukur kembali skala nyeri setelah dilakukan terapi teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon. Uji Statistik yang digunakan adalah *paired sample T test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Skala Nyeri Klien Post *Sectio Caesarea* Kelompok Intervensi Di Ruang Bersalin RS Mega Buana Palopo (n=32)

Skala Nyeri	Hasil			
	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Tidak nyeri	0	00,00	0	00,00
Nyeri sedikit	0	00,00	1	6,25
Nyeri Sedang	4	25,00	12	75,00
Nyeri Berat	11	67,75	3	18,75
Nyeri Hebat	1	6,25	0	00,00

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian pada kelompok intervensi didapatkan sebelum diberikan intervensi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon data jumlah responden yang memiliki nyeri sedang sebanyak 4 orang (25,0%), responden yang memiliki nyeri berat

sebanyak 11 orang (68,75 %) dan responden yang memiliki nyeri hebat sebanyak 1 orang (6,25 %) dengan nilai rata-rata 7,44. Setelah diberikan intervensi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon terjadi penambahan jumlah responden yang memiliki nyeri sedikit sebanyak 1 orang (6,25%), responden yang memiliki nyeri sedang menjadi 12 orang (75,0%) dan responden yang memiliki nyeri berat sebanyak 3 orang (18,75%) dengan nilai rata-rata 5,00.

Tabel 2. Skala Nyeri Klien Post Sectio Caesarea Kelompok control Di Ruang Bersalin RS Mega Buana Palopo (n=32)

Skala Nyeri	Hasil			
	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Tidak nyeri	0	00,00	0	00,00
Nyeri sedikit	0	00,00	0	00,00
Nyeri Sedang	8	50,00	8	50,00
Nyeri Berat	8	50,00	8	50,00
Nyeri Hebat	0	00,00	0	00,00

Hasil penelitian tabel 2 pada kelompok kontrol didapatkan sebelum diberikan intervensi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon dengan data jumlah responden yang memiliki nyeri sedang sebanyak 8 orang (50,00 %) dan responden yang memiliki nyeri berat sebanyak 8 orang (50,00 %) dengan nilai rata-rata 6,69. Setelah diberikan intervensi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon tidak terjadi penambahan dengan jumlah responden yang memiliki nyeri sedang sebanyak 8 orang (50,00 %) dan responden yang memiliki nyeri berat 8 orang (50,00 %) dengan nilai rata-rata 6,69.

Tabel 3. Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Tarik Napas Dalam dan Aromaterapi Lemon pada Kelompok Intervensi (n=16)

Intervensi	Mean	Median	SD	Min - Maz
Sebelum	7,44	7,50	1,459	5-10
Sesudah	5,00	5,00	1,414	2- 7

Table 5 diketahui bahwa rata-rata skala nyeri kelompok intervensi responden sebelum mendapatkan terapi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon adalah 7,44 dengan standar deviasi (SD) 1,459 dan skala nyeri terendah adalah 5 (nyeri sedang) dan skala nyeri tertinggi adalah 10 (nyeri hebat). Kemudian setelah dilakukan post intervensi yang diberikan teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon diketahui bahwa rata-rata skala responden nyeri adalah 5,00 dengan standar deviasi (SD) 1,414 dan skala nyeri terendah adalah 2 (sedikit nyeri) dan skala nyeri tertinggi adalah 7 (nyeri berat).

Berdasarkan table 6 diketahui bahwa rata-rata skala nyeri kelompok kontrol responden sebelum mendapatkan terapi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon adalah 6,69 dengan standar deviasi (SD) 1,662 dan skala nyeri terendah adalah 4 (nyeri sedang) dan skala nyeri tertinggi adalah 9 (nyeri berat). Kemudian setelah dilakukan post control yang diberikan teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon diketahui bahwa rata-rata skala responden nyeri adalah

6,69 dengan standar deviasi (SD) 1,250 dan skala nyeri terendah adalah 5 (sedikit sedang) dan skala nyeri tertinggi adalah 9 (nyeri berat).

Tabel 4. Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Tarik Napas Dalam dan Aromaterapi Lemon pada Kelompok Kontrol (n=16)

Intervensi	Mean	Median	SD	Min - Maz
Sebelum	6,69	6,50	1,662	4-9
Sesudah	6,69	6,50	1,250	5- 9

Tabel 5. Perbedaan Rata-rata Skala Nyeri Responden Sesudah Pemberian Terapi Tarik Napas Dalam dan Aromaterapi Lemon pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Di Ruang Bersalin RS Mega Buana Palopo (n=32)

Kelompok	Mean	SD	P Value	n
Intervensi	5,00	1,414	0,001	32
Kontrol	6,69	1.250		

Berdasarkan uji statistik skala nyeri pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan uji t independen didapatkan hasil dengan nilai α (<0.05) didapatkan nilai p-value (0,001), berarti H_0 ditolak dan hal ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon sebelum dan sesudah terhadap skala nyeri klien post sectio caesarea. Peneliti beranggapan kenaikan yang signifikan pada kelompok perlakuan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, pendidikan, suku budaya dan pengalaman sebelumnya. Hal ini sependapat dengan teori Potter & Perry (2005) bahwa perbedaan perkembangan yang ditemukan diantara kelompok usia ini dapat mempengaruhi bagaimana anak dan lansia bereaksi terhadap nyeri.

Menurut Young (2011) minyak aromaterapi lemon mudah didapatkan dan mempunyai kandungan limonene geranyl asetat, nerol, linalil asetat, α pinene 0,4-15%, β pinene 1-4%, terpinene 6-14% dan myrcen. Limonene merupakan komponen utama dalam senyawa kimia jeruk dapat menghambat kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri (Cheragi & Viladi, 2010). Selain itu limonene mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit (Namazi et al., 2014).

Berdasarkan hal tersebut peneliti menyimpulkan bahwa teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon berpengaruh terhadap intensitas nyeri pada pasien post sectio caesarea secara signifikan. Penelitian Febriaty & Anita (2021) berdasarkan data hasil penelitian pada kelompok intervensi didapatkan sebelum diberikan intervensi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon data jumlah responden yang memiliki nyeri sedang sebanyak 4 orang (25,00 %), responden yang memiliki nyeri berat sebanyak 11 orang (68,75 %) dan responden yang memiliki nyeri hebat sebanyak 1 orang (6,25 %) dengan nilai rata-rata 7,44. Setelah diberikan intervensi tarik napas dalam dan aromaterapi lemon terjadi penambahan jumlah responden yang memiliki nyeri sedikit sebanyak 1 orang (6,25 %), responden yang memiliki nyeri sedang menjadi 12 orang (75,00 %) dan responden yang memiliki nyeri berat sebanyak 3 orang (18,75 %) dengan nilai rata-rata 5,00. Berdasarkan uji statistik skala nyeri pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan uji t independen didapatkan hasil dengan nilai (< 0.05) didapatkan nilai p-value (0,001), berarti H_0 ditolak dan hal ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara

pemberian teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon sebelum dan sesudah terhadap skala nyeri klien post sectio Caesarea.

Hasil penelitian Rahmawati (2015) dalam (Darni et al., 2020) yang meneliti tentang efektifitas aromaterapi lemon dengan lavender pada pasien sectio caesarea menyimpulkan bahwa aromaterapi lemon lebih efektif mengatasi nyeri post Sectio Caesarea dibandingkan dengan aromaterapi lavender karena minyak esensial ini yang mempengaruhi sistem limbik untuk mengeluarkan hormon endorphin yang berpengaruh terhadap psikologis seseorang sehingga menyebabkan terjadinya penurunan skala nyeri pada kasus dari sedang menjadi ringan.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon memiliki penurunan skala nyeri lebih baik dibandingkan dengan yang tidak diberikan teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon dengan nilai mean pada kelompok intervensi. Faktor lain yang mempengaruhi penurunan intensitas nyeri adalah usia, pendidikan. Penelitian ini diharapkan dapat diterima oleh berbagai pihak yang terkait antara lain, diharapkan rumah sakit dapat menyediakan sarana dan prasarana yang dapat mendukung upaya penurunan intensitas nyeri pada klien dengan teknik non farmakologi seperti pemberian aromaterapi dan relaksasi nafas dalam. Dan untuk penelitian selanjutnya agar dapat melakukan penelitian dengan menggunakan metode non farmakologi lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anik Maryunani. (2010). Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan. Jakarta: CV.Trans Info Media.
- Fadli, F., Resky, R., Sastria, A. (2019). Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Gastritis. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 10 No. 2. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i2.1192>
- Jitowiyono, Sugeng, and Weni Kristiyanasari.(2010). Asuhan Keperawatan Post Operasi dengan Pendekatan Nanda, NIC, NOC. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Liu, David T.Y. (2008). Manual Persalinan, Ed. 3. 3rd ed. Jakarta: EGC. Lowdermilk, D.L., Perry, S.E., & Bobak, I.M. (2000). *Maternity Women's Health Care*. 7th ed. St. Louis: Mosby.Inc
- Martini, F. (2006). *Fundamentals of Anatomy and Physiology*. Pearson Education Inc.p.153-78
- Purwandari, F., & Sabrian, F. (2012). *Jurnal Penelitian*: "Efektifitas Terapi Aroma Lemon terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Post Laparatomi". <http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/4145/4038>.
- Potter, Patricia A, and Anne G Perry.(2010). *Fundamental Keperawatan*.7th ed. Vol. 3. Indonesia: Salemba Medika.
- Potter, PG & Perry, A. (2006). *Buku Fundamental Keperawatan: Konsep dan Praktik* (4th ed., Vol. 2; R. et all Komalasari, ed.). Jakarta: EGC.
- Rahmayati, E., Hardiansyah, R., Nurhayati. (2018). *Jurnal Penelitian*: "Pengaruh Aromaterapi Lemo terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Pasca Operasi Laparatomi." <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/view/1138>.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). "Badan Penelitian dan Pengembangann Kesehatan RI tahun 2018." http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_201

8/Hasil%20Riskasdas%202018.pdf.
SDKI.(2012). Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. Jakarta.
WHO. 2015. Global Survei on Maternal and Perianal Health.
Wong.,& Donna L. (2003). Pedoman Klinis Keperawatan Pediatrik. Jakarta: EGC