
EFEKTIVITAS AROMATERAPI LEMON UNTUK MENURUNKAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI UPT PUSKESMAS SADAR JAYA KECAMATAN SIAK KECIL KABUPATEN BENGKALIS

Susana¹, Komaria Susanti², Wira Ekdeni Aifa³, Rizka Mardiya⁴

S1 Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan & Teknologi Al
Insyirah

Email: susansana92427@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan merupakan rangkaian kejadian yang diakhiri dengan keluarnya bayi yang cukup bulan 37-42 minggu atau hampir cukup bulan, kemudian diikuti dengan keluarnya plasenta dari tubuh ibu dengan adanya kontraksi rahim pada ibu. Lemon mempunyai kandungan Limonena sebanyak 70,58%. Limonena ialah komponen utama dalam senyawa kimia jeruk yang dapat menghambat sistem kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri yang bisa menjadi anestesi yang efektif dalam pengurangan kecemasan selama proses persalinan, dimana kecemasan berakibat pada proses persalinan lama sehingga berakibat fatal pada janin (*fetal outcome*). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektivitas Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di UPT Puskesmas Sadar Jaya Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis yang berlaku pada Mei sampai Juni 2026. Rancangan pada penelitian adalah *Pra-Experiment*, dengan menggunakan rancangan *one group pre test dan post test design* dengan populasi sebanyak 16 responden. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *total sampling*. Adapun waktu penelitian di bulan Mei sampai Juni di UPT Puskesmas Sadar Jaya, Kecamatan Siak Kecil, Kabupaten Bengkalis. Adapun instrument penelitian menggunakan *Numerical Rating Scale (NRS)* dengan tingkat nyeri diukur atas dasar: tidak nyeri (*none*: 0), sedikit nyeri (*mild*: 1-3), nyeri sedang (*moderate*: 4-6) dan nyeri hebat (*severe*: 7-10). Uji statistik yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan diperoleh hasil nilai *p-Value* $0,000 < 0,05$. Berdasarkan hasil uji statistik tersebut maka dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lemon untuk menurunkan tingkat nyeri persalinan kala I berdistribusi normal. Sehingga hal ini disarankan dapat dilakukan sebagai salah satu terapi non farmakologi bagi ibu dalam persalinan dengan nyeri kala I fase aktif persalinan.

Kata Kunci : Efektivitas, Nyeri Persalinan, Aromaterapi Lemon.

ABSTRACT

Childbirth is a series of events that ends with the birth of a full-term baby of 37-42 weeks or almost full term, followed by the expulsion of the placenta from the mother's body with uterine contractions in the mother. Lemons contain 70.58% Limonene. Limonene is the main component in citrus chemical compounds that can inhibit the prostaglandin system so that it can reduce pain that can be an effective anesthetic in reducing anxiety during the labor process, where anxiety results in a long labor process that can have fatal consequences for the fetus (fetal outcome). The purpose of this study was to determine the Effectiveness of Lemon Aromatherapy to Reduce Pain in the First Stage of Active Phase of Labor at the Sadar Jaya Health Center, Siak Kecil District, Bengkalis Regency, which was valid from May to June 2026. The design of the study was Pre-Experiment, using a one-group pre-test and post-test design with a population of 16 respondents.

The sampling technique was carried out using the total sampling technique. The research time was from May to June at the Sadar Jaya Health Center, Siak Kecil District, Bengkalis Regency. The research instrument used a Numerical Rating Scale (NRS) with pain levels measured on the basis of: no pain (0), mild pain (1-3), moderate pain (4-6) and severe pain (7-10). The statistical test used was the Wilcoxon Signed Ranks Test and obtained a p-Value of $0.000 < 0.05$. Based on the results of the statistical test, it can be concluded that lemon aromatherapy to reduce the level of pain in the first stage of labor is normally distributed. Therefore, it is recommended that this can be done as a non-pharmacological therapy for mothers in labor with pain in the first stage of active labor.

Keywords : *Effectiveness, Labor Pain, Lemon Aromatherapy.*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan rangkaian kejadian yang diakhiri dengan keluarnya bayi yang cukup bulan 37-42 minggu atau hampir cukup bulan, kemudian diikuti dengan keluarnya plasenta dari tubuh ibu dengan adanya kontraksi rahim pada ibu. Prosedur kelahiran bayi dan plasenta dari rahim melalui proses yang diawali dengan kontraksi rahim yang menyebabkan terjadinya dilatasi serviks atau pelebaran mulut rahim (Sitepu et al., 2024).

Adapun tanda-tanda persalinan yaitu yang pertama kontraksi (His) dimana perut ibu terasa kencang-kencang yang sering dan juga teratur dengan nyeri dijalarkan dari pinggang ke paha. Kedua pembukaan serviks, biasanya untuk ibu hamil dengan kehamilan pertama terjadinya pembukaan ini disertai nyeri perut, dan yang terakhir pecahnya ketuban dan keluarnya *bloody show*. Keluarnya cairan ketuban dari jalan lahir bisa terjadi secara normal namun bisa juga terjadi karena ibu mengalami trauma, infeksi, atau bagian ketuban yang tipis berlubang dan pecah. Setelah ketuban pecah ibu akan mengalami kontraksi atau nyeri yang terus menerus (Sitepu et al., 2024).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 Angka Kematian Ibu (AKI) didunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. Angka Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020). Jumlah kematian ibu yang dihimpun dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan meningkat setiap tahun. Pada tahun 2021 menunjukkan 7.389 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2020 sebesar 4.627 kematian (Kemenkes, 2022).

Di Provinsi Riau berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia (2017), cakupan persalinan oleh tenaga kesehatan mencapai 95,4% dan telah mencapai target Rencana Strategi (Renstra) 89%. Tetapi berdasarkan Riskesdas (2017), hanya sekitar 61,5% yang tempat persalinannya difasilitasi kesehatan dan Polindes/ Poskesdes selebihnya sekitar 40 % memilih tempat persalinan di rumah. Ibu yang mengalami persalinan pasti akan mengalami nyeri (Yeni & Siska, 2022).

Dari laporan bulan PWS-KIA Dinas Kesehatan Kabupaten Bengkalis didapatkan jumlah ibu bersalin pada tahun 2017 sebanyak 2150 dan dari 9 puskesmas yang ada di Kabupaten Kepulauan Meranti. UPT Puskesmas Selatbaru menjadi urutan pertama terbanyak dalam pelayanan ibu bersalin dengan jumlah ibu bersalin pada tahun 2018 sebanyak 288 (Yeni & Siska, 2022).

Usaha untuk mengurangi rasa nyeri pada saat persalinan sudah banyak dilakukan, ada 2 metode pengendalian nyeri yaitu metode farmakologis dan non farmakologis. Manajemen nyeri secara non farmakologis saat ini sedang mendapat perhatian besar karena memiliki kelebihan dibandingkan farmakologi. Beberapa penelitian juga mengungkapkan bahwa non-farmakologi lebih unggul dalam mengurangi nyeri karena murah, mudah, tidak invasive, meningkatkan kepercayaan diri serta adanya keterlibatan pasien dalam pemberian asuhan (Yunika et al., 2023).

Diketahui bahwa lemon mempunyai kandungan Limonena sebanyak 70,58%. Limonena ialah komponen utama dalam senyawa kimia jeruk yang dapat menghambat sistem kerja

prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri yang bisa menjadi anestesi yang efektif dalam pengurangan kecemasan selama proses persalinan, dimana kecemasan berakibat pada proses persalinan lama sehingga berakibat fatal pada janin (*fetal outcome*) (Yulyana, 2023). Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Desember 2025 di puskesmas Sadar Jaya, terdapat 5 orang Ibu trimester 3 yang mengalami cemas pada saat akan melahirkan dikarenakan rasa nyeri pada saat melahirkan dalam menghadapi kelahirannya. Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka peneliti tertarik meneliti tentang “Efektivitas Aromaterapi Lemon untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di UPT Puskesmas Sadar Jaya Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis”.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Pra-Eksperiment dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttes* yaitu suatu penelitian yang hanya menggunakan kelompok perlakuan (Ishak et al., 2020). Populasi merujuk pada seluruh elemen yang akan menjadi basis generalisasi dalam suatu penelitian. Elemen populasi mencakup semua subjek yang akan diukur dan merupakan unit penelitian (Sugiyono, 2019). Dalam konteks penelitian ini, populasi terdiri dari semua ibu hamil trimester 3 di UPT Puskesmas Sadar Jaya, yang mengalami masalah kecemasan menghadapi persalinan pada bulan September sampai Desember 2025, dengan total 16 orang. Dalam penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *total sampling*, yang berarti seluruh anggota populasi diambil sebagai responden atau sampel (Sugiyono, 2019). Adapun prosedur penelitian yaitu tahap perencanaan dan tahap pelaksanaan. Instrument penelitian terdiri dari dua yakni primer dan sekunder.

HASIL

Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi masing-masing variable dari hasil penelitian. Data analisis univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Responden penelitian adalah Ibu bersalin kala I Fase Aktif di UPT Puskesmas Sadar Jaya pengambilan sampel dilakukan dengan jumlah 16 responden, analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan dan melihat distribusi frekuensi dari tiap variabel yang diperoleh berdasarkan penelitian yang dilakukan.

Tabel. 4.1 Karakteristik Responden dan Distribusi Frekuensi Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Puskesmas Sadar Jaya

No	Karakteristik		Eksperimen	Pemberian	Aromaterapi
			Lemon		
			F	Presentase (%)	
1.	Umur	20-35 Tahun	15	93,8	
		35-40 Tahun	1	6,3	
2.	Pekerjaan	IRT	16	100	
3.	Pendidikan	SMA	13	81,3	
		S1	3	18,8	
Total			16	100	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan karakteristik mayoritas umur 20-35 tahun sebanyak 93,8%. Distribusi mayoritas tingkat SMA adalah 81,3 %, dan mayoritas bekerja sebagai IRT yaitu 100%.

Distribusi frekuensi nyeri persalinan kala I sebelum pemberian aromaterapi lemon dapat

dilihat pada tabel 4.2 sebagai berikut:

**Table 4.2 Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Kala I Sebelum Pemberian
(Pre Test) Aromaterapi Lemon**

Variabel	Mean	Median	SD	Minimum	Maksimum
<i>Pre test</i>	2.00	.000	.000	2	2

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa sebelum pemberian aromaterapi lemon frekuensi nyeri persalinan kala I dengan nilai mean 2.00 nilai median .000, standar deviasi .000 serta nilai minimum nyeri persalinan kala I sebelum diintervensi adalah 2 dan maksimum 2 mayoritas responden mengalami tingkat nyeri sedang. Distribusi frekuensi nyeri persalinan kala I setelah diberikan aromaterapi lemon dapat di lihat pada tabel 4.3 dibawah ini.

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Kala I Setelah Pemberian Aromaterapi
lemon (Post Test).**

Variabel	Mean	Median	SD	Minimum	Maksimum
<i>Post test</i>	1.13	1.00	.342	1	2

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa bahwa rata-rata setelah diberikan aromaterapi lemon dengan nilai mean 1.13, nilai median 1.00 standar deviasi .342 serta nilai minimum nyeri persalinan sesudah diberikan intervensi adalah 1 dan nilai maksimum 2 mayoritas responden mengalami ASI lancar tingkat nyeri ringan sebanyak.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan untuk mengetahui keterkaitan antara dua variabel yang diduga berhubungan. Analisis penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas aromaterapi lemon untuk menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lemon. Uji normalitas ini bertujuan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel berdistribusi normal atau tidak.

Tabel 4.4 Test Of Normality

Shapiro-Wilk			
	Statistic	Df	Sig.
<i>Post Test</i>	.389	16	.000

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa aromaterapi lemon terhadap nyeri persalinan kala I sudah dilakukan intervensi berdistribusi tidak normal dengan nilai $p=0,000$ nilai $p<0,005$. Normalitas data dengan menggunakan *Saphiro-Wilk* dengan alasan sampel kurang 50 responden. Maka ditarik kesimpulan bahwa data tersebut tidak normal. Maka analisis bivariante pada penelitian ini menggunakan uji alternative yaitu uji non parametik dengan menggunakan uji *Wilcoxon Rank Test* yang berguna untuk hubungan atau pengaruh dua variabel nominal dan pengukuran hubungan antara dua variabel dengan bantuan SPSS.

Tabel 4.5 Efektivitas Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di UPT Puskesmas Sadar Jaya Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis

Kelompok	N	Mean	Minimum	Maksimum	Standar Deviasi	P Value
<i>Pre Test</i>	16	2.00	2	2	0.000	0,000
<i>Post Test</i>	16	1.13	1	2	.342	

Berdasarkan tabel 4.5 ditarik ke simpulan pada kelompok *pre test* dengan nilai mean 2.00 dimana responden sebelum diberikan aromaterapi lemon nyeri persalinan sedang dengan indikator nilai minimum 2 dan maksimum 2. Sedangkan pada kelompok *post test* didapatkan nilai mean 1,13 setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon didapatkan nilai minimum 1 (Nyeri Sedang) dan nilai maksimum 2 (Nyeri Ringan). Hasil uji non parametrik menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *P-Value* $0,000 < 0,05$. Maka Ha ada Efektivitas Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di UPT Puskesmas Sadar Jaya Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada efektivitas aromaterapi lemon pada nyeri persalinan dari 16 responden yang sebelum diberikan aromaterapi lemon di Puskesmas Sadar Jaya, menunjukkan rerata responden dengan mean 2.00 dan standar deviasi .000 nyeri sedang minimum 2 dan maksimum 2 menunjukkan semua mengalami nyeri sedang. Sedangkan sesudah diberikan aroamterapi lemon (*Post test*), menunjukkan rerata responden yang mengalami tingkat nyeri ringan dengan nilai mean 1.13 dan standar deviasi .342 serta tingkat nyeri minimum 1 (Nyeri sedang) dan maksimum 2 (Nyeri ringan).

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diketahui bahwa Efektivitas Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di UPT Puskesmas Sadar Jaya Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis, hasil uji non parametrik menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *P-Value* $0,000 < 0,05$. Data tersebut menunjukkan bahwa diberikan aromaterapi lemon dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Kamariah et al., 2024) hasil perhitungan dengan uji Paired T Test. Uji normalitas data menggunakan nilai Shapiro-Wilk, sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikan $> 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data yang telah terkumpul berdistribusi normal. Hasil uji statistika didapatkan nilai yang signifikan dengan P Value $(0,000) < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh aromaterapi lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat nyeri persalinan kala I sesudah diberi aromaterapi lemon lebih rendah apabila dibandingkan sebelum diberi aromaterapi lemon. Hal ini terjadi karena aromaterapi lemon dapat membantu membangkitkan semangat dan menyegarkan. Aromaterapi mempunyai beberapa molekul yang dilepaskan ke udara sebagai uap air. Ketika uap air yang mengandung komponen kimia tersebut dihirup, akan diserap tubuh melalui hidung dan paru-paru yang kemudian masuk ke aliran darah. Bersamaan saat dihirup, uap air akan berjalan segera ke sistem limbic otak yang bertanggung jawab dalam sistem integrasi dan ekspresi perasaan, belajar, ingatan, emosi, serta rangsangan fisik. Aromaterapi lemon sangat efektif dan bermanfaat saat dihirup atau digunakan pada bagian luar, karena indra penciuman berhubungan dekat dengan emosi manusia. Saat aromaterapi lemon dihirup, tubuh akan memberikan respon psikologis.

Sejalan dengan penelitian (Maqfirah et al., 2022), berdasarkan hasil Uji statistik menunjukkan bahwa terdapat 16 ibu yang dilakukan penelitian dan didapatkan $\alpha < P$ Value $(0,003 < 0,005)$. Hasil ini berarti terdapat pengaruh aromatherapy lemon terhadap intensitas nyeri persalinan kala I Fase aktif. Nyeri persalinan merupakan nyeri akibat kontraksi miometrium

disertai mekanisme perubahan fisiologis dan biokimiawi. Disamping faktor fisik, faktor psikologis dan emosi, motivasi juga mempengaruhi timbulnya nyeri persalinan. Sebanyak 90% persalinan disertai nyeri, bahkan sampai nyeri berat.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Ayuda et al., 2023) berdasarkan hasil yang diperoleh selama asuhan diberikan pada 5 responden maka didapatkan kesimpulan bahwa dengan melakukan pemberian aromaterapi lemon citrus dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif yang ditandai dengan penurunan rata-rata 2,4 intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikannya aromaterapi lemon. Diharapkan asuhan ini dapat menjadi bahan referensi atau kepustakaan dan dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran. Asuhan ini diharapkan dapat menjadi alternatif pilihan dalam mengurangi nyeri persalinan sehingga proses persalinan dapat berlangsung dengan lancar.

Peneliti berasumsi bahwa umur, latar belakang pendidikan, pekerjaan, dan status persalinan juga mempengaruhi terhadap nyeri persalinan kala I. Berdasarkan dari observasi yang dilakukan oleh peneliti, terhadap responden yang memiliki latar belakang pendidikan menengah, umur (20-36 tahun), dan status paritas, mayoritas tidak memiliki pengetahuan lebih banyak tentang penanganan nyeri persalinan kala I. Sebaliknya, responden yang memiliki pendidikan tinggi memiliki kesadaran untuk mencari pengetahuan yang lebih banyak tentang nyeri persalinan kala I dan mendapatkan dukungan suami yang penuh sehingga kemampuan dalam penyerapan informasi juga lebih mudah. Tingkat pendidikan berpengaruh dalam memberikan respon terhadap segala sesuatu yang datang dari luar, dimana seseorang dengan pendidikan tinggi akan memberikan respon lebih rasional daripada yang berpendidikan menengah atau rendah.

Ibu primipara mengalami persalinan yang lebih panjang sehingga mereka merasa letih. Hal ini menyebabkan peningkatan nyeri. Rasa nyeri yang terjadi selama kala I juga disebabkan oleh kontraksi uterus yang terus meningkat untuk mencapai pembukaan serviks yang lengkap. Semakin bertambahnya volume dan kontraksi uterus maka rasa nyeri juga akan semakin meningkat. Persalinan yang lebih satu kali, pekerjaan dan kematangan umur akan bertindak lebih rasional dalam menghadapi rasa cemas yang bisa menyebabkan peningkatan nyeri persalinan kala I.

Beberapa responden juga terlihat khawatir, cemas dan takut pada proses persalinan yang sedang dijalani. Rasa cemas dan rasa takut dapat memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Nyeri dan cemas menyebabkan otot menjadi spastik kaku dan menyebabkan jalan lahir menjadi kaku, sempit dan kurang relaksasi. Nyeri dan ketakutan juga dapat menimbulkan stres. Terjadinya reaksi stres yang kuat dan berkelanjutan akan berdampak negatif terhadap ibu dan janinnya.

Menurut asumsi peneliti, pemberian aromaterapi lemon untuk menurunkan nyeri persalinan kala I sangat berpengaruh terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin. Hal ini dikarenakan zat yang terkandung dalam lemon (linalool & limonen) berguna untuk menstabilkan system saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya. Limonen yang terkandung dalam lemon memiliki efektivitas sebagai anastesi, analgetik dan obat penenang dengan cara kerjanya mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit. Limonen adalah komponen utama dalam senyawa kimia jeruk yang dapat menghambat sistem kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri yang dapat menjadi anastesi yang efektif dalam pengurangan kecemasan selama proses persalinan.

Aromaterapi dapat mempengaruhi *system limbic* di otak yang merupakan pusat emosi, suasana hati atau mood, dan memori untuk menghasilkan bahan neurohormon *endorphin* dan *encephalin*, yang bersifat sebagai penghilang rasa sakit dan serotonin yang berefek menghilangkan ketegangan atau stres serta kecemasan menghadapi persalinan. Sebuah studi yang dilakukan oleh Lee & Ming Ho (2016) di 87 rumah bersalin di New Zealand, bahwa sebanyak 60% dari rumah bersalin yang diteliti menggunakan aromaterapi untuk mengurangi rasa nyeri selama persalinan. Hal ini diperkuat oleh Moesley (2017) bahwa penggunaan aromaterapi di unit

maternitas dapat menambah kepuasan ibu saat melahirkan dan proses persalinan menjadi lebih efektif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diketahui bahwa Efektivitas Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di UPT Puskesmas Sadar Jaya Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis, hasil uji non parametrik menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *P-Value* $0,000 < 0,05$. Data tersebut menunjukkan bahwa diberikan aromaterapi lemon dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Adapun saran dari peneliti, diharapkan hasil penelitian ini memberikan kontribusi ilmiah, tambahan informasi dan wacana pemikiran tentang pengaruh aromaterapi lemon untuk ibu bersalin kala I fase aktif atau mencoba melakukan penelitian dengan memberikan perlakuan atau variabel yang berbeda.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada responden yang terlibat langsung dalam penelitian ini maupun pihak-pihak lain yang terlibat secara tidak langsung. Terima kasih yang tidak terhingga kepada pembimbing dan penguji yang terlibat dalam menyelesaikan artikel ini. Demikian pula kami, menyampaikan terima kasih kepada Rektor Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah atas restunya dan mohon maaf atas semua khilaf dan kesalahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuda, B., Susilawati, S., & Nuryuniarti, R. (2023). *PENATALAKSANAAN PEMBERIAN TEKNIK INHALASI AROMATERAPI LEMON CITRUS UNTUK MENURUNKAN INTENSITAS NYERI*. c, 0–5.
- Cholifah, S., & Nuriyana, T. E. (2019). Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Kebidanan Midwifery*, 4(1), 36. <https://doi.org/10.21070/mid.v4i1.1844>
- Ishak, S., Choirunissa, R., Agustiawan, Purnama, Y., & Achmad, V. S. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Kamariah, D., Sinaga, K., Surbakti, I. S., Sinaga, A., Jl, A., Air, P., Jl, I. V, Viii, P., Kel, N., Bekala, K., Johor, K. M., Medan, K., & Utara, S. (2024). *Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec . STIKes Mitra Husada Medan , Indonesia selama persalinan menyebabkan nyeri berat , yang umumnya dirasakan oleh 90 % ibu*. 2(2), 81–93.
- Kemenkes. (2022). *Profil kesehatan indonesia 2022*.
- Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Lesawengen, M., & Utami, R. (2019). *ZONA KEBIDANAN – Vol. 9 No. 3 Agustus 2019*. 9(3), 47–52.
- Maqfirah, U., Kurniawati, Y., & Adriani, M. (2022). *PENGARUH AROMA THERAPY LEMON TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF*. 1(September), 155–159.
- Maternity, D., Sari, D. Y., & Marjorang, M. U. (2016). Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lemon Terhadap Morning Sickness Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tulang Bawang I Kecamatan Banjar Agung Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 2(3), 115–120. <http://ejurnal.malahayati.ac.id/index.php?journal=bidan&page=article&op=view&path>

[]=96

Notoadmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

Sari, D. P., St, S., Rufaida, Z., Bd, S. K., Sc, M., Wardini, S., Lestari, P., St, S., & Kes, M. (2018). *Nyeri persalinan*.

Sitepu, A. B., Yulianti, I., & Furwasyih, D. (2024). *BUKU AJAR ASUHAN KEBIDANAN PERSALINAN DAN*.

Soraya, S. (2021). *Pengaruh Pemberian Inhalasi Aromaterapi Lemon Citrus Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. 13(September), 184–191.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. ALFABETA, CV.

Sulistyowati, R. (2018). Aromaterapi Mengurangi Nyeri. In *Wineka Media* (Vol. 4, Issue 1).

Yeni, H. H., & Siska, I. (2022). *HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN NYERI PERSALINAN DI UPT PUSKESMAS SELATBARU KECAMATAN BANTAN TAHUN 2019 HENI*. 4(2), 17–22.

Yulyana, M. (2023). *Perbandingan Pemberian Aromaterapi Lavender Dan Lemon Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Wilayah Puskesmas Cimanggu Pandeglang Banten Tahun 2022*. 02(06), 718–728.

Yunika, R. P., Ulya, Y., Herlina, S. M., Gading, B. S., & Info, A. (2023). *Literature Review: Pengaruh Aromatherapy Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I*. 3(2), 63–70.