

Efektifitas Aromaterapi Lemon Dan Terapi Musik Lullaby Terhadap Nyeri Pasca Operasi Sectio Caesarea

Maya Novita Sari

Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju Jakarta

Irma Herliana

Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju Jakarta

Saiful Gunardi

Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju Jakarta

Alamat: Jl. Harapan No.50, RT.2/RW.7, Lenteng Agung, Kec. Jagakarsa, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12610

Korespondensi penulis: mayanovitasari03102@email.com

Abstract. Post SC patients will complain of pain in the incision area caused by tearing tissue in the abdominal wall and uterine wall. Back pain or pain in the nape is also a complaint commonly felt by post-SC mothers, it is due to the effects of using epidural anesthesia during surgery. But after the operation is complete and the patient begins to regain consciousness, he will feel pain in the part of the body that undergoes surgery. Sectio caesarea surgery has complications of infection, bleeding, injury to the bladder, The purpose of this study was to determine the Comparison of the Effectiveness of aroma therapy lemon and classical music therapy lullaby Against the Pain Scale in Post Partum Mothers after sectio caesarea surgery in the Babusalam Room of Tugu Ibu Hospital in 2023. Research Design Quasi-experimental method is a research method that in its implementation does not use random assignment (random assignment) but by using existing groups. The population in this study is all postoperative caesarean section patients totaling 150 people from caesarean section data from April to May 2023 at Tugu Ibu Hospital. The sample in this study was 30 people divided into 2 intervention groups, each group consisting of 15 people. This study obtained data that before being given therapy, a comparison of post-test pain in the lemon aromatherapy group and lullaby classical music after caesarean section surgery obtained a p value of 0.000, because $p > 0.05$ it was concluded that there was a significant difference in pain scale after being given lemon aromatherapy therapy and lullaby classical music, which was more effective lemon aroma therapy. Advice For health workers or nurses can apply the administration of Aroma Therapy and Classical Music Therapy to reduce the Pain Scale in Post Partum Mothers after sectio caesarea surgery.

Keywords: Aroma Therapy, Classical Music Therapy, Pain, Sectio Caesarea

Abstrak. Pasien post SC akan mengeluh nyeri pada daerah insisi yang disebabkan oleh robeknya jaringan pada dinding perut dan dinding uterus. Nyeri punggung atau nyeri pada bagian tengkuk juga merupakan keluhan yang biasa dirasakan oleh ibu post SC, hal itu dikarenakan efek dari penggunaan anastesi epidural saat operasi. Namun setelah operasi selesai dan pasien mulai sadar, ia akan merasakan nyeri pada bagian tubuh yang mengalami pembedahan. Operasi sectio caesarea mempunyai komplikasi infeksi, perdarahan, luka pada kandung kemih, Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Perbandingan Efektivitas aroma terapi lemon dan terapi musik klasik lullaby terhadap skala nyeri pada ibu post partum pasca operasi sectio caesarea di ruang Babusalam RS Tugu Ibu Tahun 2023. Desain penelitian metode kuasi eksperimen adalah metode penelitian yang dalam pelaksanaannya tidak menggunakan penugasan random (random assignment) melainkan dengan menggunakan kelompok yang sudah ada. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien Post operasi section caesarea berjumlah 150 orang data section caesarea dari april sampai mei 2023 di RS Tugu Ibu. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang yang terbagi menjadi 2 kelompok intervensi yang masing – masing kelompok terdiri dari 15 orang. Penelitian ini didapatkan data bahwa sebelum diberikan terapi didapatkan perbandingan nyeri post test kelompok aromaterapi lemon dan music klasik lullaby post operasi section caesarea diperoleh nilai p value 0.000, karena $p > 0.05$ maka diambil kesimpulan bahwa adanya perbedaan bermakna skala nyeri setelah diberikan terapi aromaterapi lemon dan music klasik lullaby, yaitu lebih efektif aroma terapi lemon. Saran bagi tenaga kesehatan atau perawat dapat menerapkan

pemberian aroma terapi dan terapi musik klasik untuk mengurangi skala nyeri pada ibu post partum pasca operasi sectio caesarea.

Kata kunci: Aroma Terapi, Terapi Musik Klasik, Nyeri, Sectio Caesarea

LATAR BELAKANG

Sectio caesarea adalah suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui dinding depan uterus. Pada proses operasi digunakan anastesi agar pasien tidak merasakan nyeri pada saat dibedah (Sumi et al., 2021). Namun setelah operasi selesai dan pasien mulai sadar, ia akan merasakan nyeri pada bagian tubuh yang mengalami pembedahan. Operasi *sectio caesarea* mempunyai komplikasi infeksi, perdarahan, luka pada kandung kemih, embolisme paru-paru, ruptur uteri dan kematian janin perinatal, sehingga dapat menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan (Hermawati et al., 2022).

Peningkatan angka persalinan melalui metode *sectio caesarea* bisa dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk preferensi medis, faktor sosial, budaya, dan ekonomi, serta ketersediaan akses terhadap layanan kesehatan yang berkualitas (Warsono et al., 2019). Upaya untuk memahami dan mengatasi faktor-faktor ini penting untuk mengelola angka persalinan melalui metode *sectio caesarea* dengan lebih efektif dan sesuai dengan standar kesehatan yang berlaku. Berdasarkan Riskesdas Jawa Barat pada tahun 2018, angka kejadian persalinan *sectio caesarea* di Jawa Barat adalah sekitar 15,48% (Dewi et al., 2022).

Nyeri pasca pembedahan merupakan efek samping yang wajar dirasakan oleh mereka yang menjalani operasi, termasuk bedah caesarea. Nyeri dapat disebabkan oleh perlekatan-perlekatan antar jaringan yang diakibatkan oleh pembedahan (Solekhudin et al., 2022). Nyeri yang diakibatkan oleh pembedahan tidak memungkinkan dihilangkan sepenuhnya, pasien akan mengalami nyeri atau gangguan terutama bila aktivitas berlebihan atau melakukan gerakan yang secara mendadak atau tiba-tiba. Rasa nyeri dirasakan sejak pasien sadar dalam 24 jam pertama pasca pembedahan (Ashar & Kusri, 2020).

Penanganan yang sering dilakukan untuk menurunkan nyeri post *sectio caesarea* yaitu farmakologi yang biasanya diberikan analgesik yang terbagi dua yaitu analgesik non narkotik (*NSAIDs*) dan analgesik narkotik (Napsiah, 2022). Selain farmakologi

adapula non farmakologi yang dapat digunakan diantaranya terapi dingin dan hangat, pemberian aromaterapi, terapi musikrekreasi dengan menonton televisi, memberikan sentuhan terapeutik serta pemberian, terapi teknik relaksasi nafas dalam (Viandika & Septiasari, 2020).

Aromaterapi memiliki efek yang positif karena aroma yang segar dan harum merangsang sensori dan akhirnya mempengaruhi organ lainnya sehingga dapat menimbulkan efek yang kuat terhadap emosi, adapun kelebihan aromaterapi yaitu tidak mengganggu aktivitas, praktis dan efisien dalam penggunaannya (Aprilian & Elsanti, 2020). Aromaterapi termasuk kedalam terapi komplementer. Terapi komplementer dalam ilmu keperawatan dikenal sebagai terapi modalitas (Tayfun, 2019).

Terapi musik merupakan salah satu tindakan mandiri perawat dalam management nyeri, berbagai penelitian menunjukkan jenis musik yang efektif dalam management nyeri adalah klasik. Hal ini karena musik klasik memiliki tempo yang berkisar 60-80 beats permenit selaras dengan detak jantung manusia (Suherman, 2015). Musik klasik dapat memberikan efek rileks pada seseorang, rasa aman dan sejahtera, melepaskan rasa gembira dan sedih, dan dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pra operasi dan melepaskan rasa sakit post operasi dan menurunkan tingkat stress.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas aroma terapi lemon dan terapi musik klasik *lullaby* terhadap skala nyeri pada ibu post partum pasca operasi *sectio caesarea*.

KAJIAN TEORITIS

Section caesarea merupakan persalinan buatan dimana janin dikeluarkan melalui suatu insisi pada dinding depan perut dan dinding Rahim dengan syarat Rahim dalam keadaan utuh dan berat janin di atas 500 gram. *Section caesarea* dilakukan karena beberapa faktor diantaranya faktor bayi, ibu, riwayat persalinan. Selama proses pembedahan *section caesarea* juga memiliki indikasi antara lain disproporsi panggul (CPD), disfungsi uterus, distosia, janin besar, gawat janin, pre eklamsia, eklamsia, hipertensi, riwayat persalinan sebelumnya (Massa et al., 2023).

Komplikasi pasca tindakan *sectio caesarea* dapat menjadi perhatian serius bagi ibu dan bayi. Meskipun anestesi merupakan bagian integral dari operasi, beberapa komplikasi

seperti reaksi alergi atau efek samping seperti sakit kepala atau mual bisa terjadi. Perdarahan yang berlebihan selama atau setelah operasi dapat terjadi karena berbagai alasan, seperti atonia uteri (kelemahan otot rahim untuk berkontraksi setelah persalinan), pelebaran insisi uterus, atau kesulitan mengeluarkan plasenta. Infeksi dapat terjadi pada berbagai bagian tubuh, termasuk traktus genitalia, insisi operasi, traktus urinaria, paru-paru, dan traktus respiratorius atas (Mustikawati, 2022).

Menurut *International Association for the Study of Pain (IASP)*, nyeri adalah fenomena rumit yang tidak hanya mencakup respons fisik atau mental, tetapi juga emosi emosional individu. Penderitaan seseorang atau individu dapat menjadi penyebab utama untuk mencari perawatan medis, dan juga dapat menjadi alasan individu untuk mencari bantuan medis (Sylvia & Rasyada, 2023). Kenyamanan individu diperlukan, dan itu harus menyenangkan. Sakit merupakan kebutuhan penderitanya. Nyeri adalah keadaan tidak nyaman yang disebabkan oleh kerusakan jaringan yang terjadi dari suatu daerah tertentu. Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak nyaman yang terjadi sebagai akibat dari kerusakan jaringan, atau kerusakan jaringan yang ada atau yang akan datang (Sudjarwo & Solikhah, 2023).

Nyeri akut biasanya datang tiba-tiba dan umumnya berkaitan dengan cedera spesifik. Nyeri merupakan respon biologis terhadap suatu cedera jaringan dan menjadi suatu tanda bila ada kerusakan jaringan, seperti nyeri pasca operasi. Nyeri kronik yaitu nyeri yang menetap sepanjang suatu periode waktu, konstan atau intermiten. Nyeri akut berlangsung diluar penyembuhan yang diperkirakan dan sering tidak dapat dikaitkan dengan penyebab atau cedera spesifik yang menyebabkan nyeri terus menerus atau nyeri berulang dalam beberapa bulan atau tahun (Tyas & Sadanoer, 2020).

Aromatherapy menggunakan ekstrak wewangian tertentu untuk menebar aroma dalam ruang bersalin. Efeknya dapat menenangkan, mengurangi rasa cemas dan memberikan relaksasi pada ibu. Dalam jurnal lain menyatakan bahwa banyak wanita hamil yang menggunakan minyak aroma terai, ada yang menggunakan dengan pengawasan tenaga kesehatan dan tanpa pengawasan tenaga kesehatan, sebagian menunjukkan bahwa penggunaan minyak aromatherapy tidak aman digunakan jika tanpa pengawasan (Tayfun, 2019).

Musik membawa dampak ketenangan dan kesejukan bagi individu yang mendengarkannya. Dampak tersebut menimbulkan efek rileks sehingga menurunkan keadaan cemas dan nyeri. Musik memberikan distraksi dan disosiasi opiate endogen di beberapa fosi di dalam otak, termasuk hipotalamus dan system limbik (Purwaningtyas & Masruroh, 2021). *New Zealand Society for Music Therapy (NZSMT)* menyatakan bahwa terapi musik terbukti efektifitasnya untuk implementasi pada bidang kesehatan, karena musik dapat menurunkan kecemasan, nyeri, stress, dan menimbulkan mood yang positif (Yulianti & Mualifah, 2022).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan *the non-equivalent grup design*. Populasi penelitian pasien post operasi *sectio caesarea* di RS Tugu Ibu. Jumlah sampel sebanyak 30 responden yang dibagi menjadi 2 group yaitu 15 responden menggunakan teknik aromaterapi lemon dan 15 responden menggunakan teknik music lullaby. Instrumen pada menggunakan *wong baker face rating scale* dengan skala 0 – 10. Analisis statistik menggunakan uji *mann whitney* dengan tingkat kemaknaan 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Efektifitas Teknik Aromaterapi Lemon Terhadap Skala Nyeri Pada Ibu Post Section Caesarea

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Pada Kelompok Dengan Aroma Terapi Lemon

Skala Nyeri	Aroma Terapi Lemon			
	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Tidak nyeri (0)	0	0	0	0
Nyeri ringan (1-3)	0	0	9	60,0
Nyeri sedang (4-6)	7	46,7	6	40,0
Nyeri berat (7-9)	8	53,3	0	0
Nyeri tak tertahankan (10)	0	0	0	0
Total	15	100	15	100

Tabel 1 menunjukkan distriusi frekuensi berdasarkan hasil skala nyeri sebelum diberikan terapi pasien yang mengalami nyeri berat sebanyak 8 responden (53,3%) dan nyeri sedang

7 responden (46,7%). Setelah diberikan terapi aromaterapi lemon didapatkan penurunan skala nyeri, nyeri sedang sebanyak 6 responden (40%) dan nyeri ringan 9 responden (60%).

2. Efektifitas Teknik Music Klasik Lullaby Terhadap Skala Nyeri Pada Ibu Post Section Caesarea

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Pada Kelompok Dengan Terapi Music Klasik Lullaby

Skala Nyeri	Music Klasik Lullaby			
	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Tidak nyeri (0)	0	0	0	0
Nyeri ringan (1-3)	0	0	7	46,7
Nyeri sedang (4-6)	5	33,3	8	53,3
Nyeri berat (7-9)	9	60	0	0
Nyeri tak tertahankan (10)	1	6,7	0	0
Total	15	100	15	100

Tabel 2 menunjukkan distriusi frekuensi berdasarkan hasil skala nyeri sebelum diberikan terapi pasien yang mengalami tak tertahankan sebanyak 1 responden (6,7%), nyeri berat sebanyak 9 responden (60%) dan nyeri sedang 5 responden (33,3%). Setelah diberikan terapi aromaterapi lemon didapatkan penurunan skala nyeri, nyeri sedang sebanyak 7 responden (46,7%) dan nyeri ringan 8 responden (53,3%).

3. Perbandingan Nyeri Post Test Kelompok Aromaterapi Lemon Dan Music Klasik Lullaby Post Operasi Section Caesarea

Tabel 3. Perbandingan Nyeri Post Operasi Section Caesarea Pada Kelompok Dengan Aromaterapi Lemon Dan Music Klasik Lullaby

Variabel	N	Mann Whitney	P
Skala nyeri aromaterapi lemon	15	20,60	0.001
Skala nyeri music klasik lullaby	15	10,40	

Tabel 3 menunjukkan bahwa perbandingan nyeri post test kelompok aromaterapi lemon dan music klasik lullaby post operasi *section caesarea* diperoleh nilai p value 0.001, < 0,05. Maka diambil kesimpulan bahwa adanya perbedaan bermakna skala nyeri setelah diberikan terapi aromaterapi lemon dan music klasik lullaby, yaitu lebih efektif terapi aromaterapi lemon dibandingkan music klasik lullaby.

Pembahasan

Pengaruh aromaterapi lemon terhadap nyeri post operasi sectio caesarea telah menjadi topik penelitian yang menarik dalam bidang kesehatan. Aromaterapi lemon dikenal memiliki berbagai manfaat terapeutik, termasuk efek analgesik (Darni & Khaliza, 2020). Esensial lemon memiliki sifat analgesik yang dapat membantu mengurangi rasa nyeri. Penghirupan aroma lemon merangsang sistem limbik di otak, yang berperan dalam pengaturan emosi dan nyeri (Utami & Khoiriyah, 2020). Hal ini dapat menyebabkan pelepasan endorfin yang bertindak sebagai penghilang nyeri alami dalam tubuh.

Setelah operasi, pasien sering mengalami stres dan kecemasan yang dapat memperburuk persepsi nyeri. Aromaterapi lemon dapat membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan, yang pada gilirannya dapat membantu mengurangi persepsi nyeri (Nurlaili et al., 2024). Aroma lemon dikenal memiliki efek menenangkan yang dapat meningkatkan kesejahteraan emosional pasien. Aroma lemon yang segar dan menyenangkan dapat meningkatkan mood dan kesejahteraan umum pasien. Sebuah suasana hati yang lebih baik dan perasaan kesejahteraan yang meningkat dapat berkontribusi pada pengurangan nyeri post operasi (Manurung & Noviya, 2019).

Aromaterapi lemon biasanya diaplikasikan melalui difusi minyak esensial, inhalasi langsung, atau aplikasi topikal yang diencerkan. Pada konteks post operasi, inhalasi melalui difuser atau inhaler pribadi sering digunakan karena metode ini mudah dan cepat dalam memberikan efek terapeutik (Hartati et al., 2023). Aromaterapi lemon dapat menjadi pendekatan komplementer yang efektif untuk mengelola nyeri post operasi sectio caesarea (Manggasa, 2021). Dengan efek analgesik, kemampuan mengurangi stres dan kecemasan, serta peningkatan mood, aromaterapi lemon membantu memperbaiki pengalaman pasca operasi dan mempercepat pemulihan.

Terapi musik klasik lullaby merupakan salah satu pendekatan non-farmakologis yang digunakan untuk mengurangi nyeri post operasi, termasuk nyeri yang dialami setelah operasi sectio caesarea (Satriami & Sumiati, 2022). Musik lullaby, yang dikenal dengan melodi lembut dan menenangkan, dapat memberikan berbagai manfaat terapeutik. Musik lullaby memiliki efek analgesik yang dapat membantu mengurangi persepsi nyeri (Ngasu et al., 2021). Musik ini dapat mengalihkan perhatian pasien dari rasa nyeri, sehingga mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan.

Mendengarkan musik klasik lullaby dapat membantu menurunkan tingkat stres dan kecemasan, yang seringkali meningkat setelah operasi. Musik yang lembut dan menenangkan membantu merelaksasi sistem saraf, yang berkontribusi pada pengurangan ketegangan otot dan nyeri (Anis et al., 2023). Musik dapat merangsang pelepasan endorfin, yaitu hormon yang bertindak sebagai penghilang nyeri alami dalam tubuh. Endorfin juga meningkatkan mood dan kesejahteraan emosional pasien, yang secara tidak langsung membantu mengurangi persepsi nyeri (Kasim et al., 2023).

Musik lullaby memberikan distraksi yang efektif dari rasa nyeri dan ketidaknyamanan pasca operasi. Dengan fokus pada melodi yang menenangkan, pasien dapat lebih sedikit memperhatikan nyeri yang mereka alami. Mendengarkan musik yang tenang dapat membantu mengatur irama pernapasan dan menurunkan denyut jantung, yang dapat menurunkan respons fisiologis terhadap nyeri dan stres (Safitri & Soleman, 2023). Hal ini menciptakan kondisi tubuh yang lebih stabil dan nyaman.

Terapi musik klasik lullaby dapat dilakukan dengan cara pasien mendengarkan musik melalui headphone atau speaker di ruang pemulihan. Durasi dan frekuensi mendengarkan musik dapat disesuaikan berdasarkan kenyamanan dan kebutuhan pasien. Terapi musik klasik lullaby merupakan metode yang efektif dan non-invasif untuk mengelola nyeri post operasi sectio caesarea (Septiani & Widiawati, 2022). Dengan efek relaksasi, pengurangan stres, peningkatan mood, dan distraksi dari rasa nyeri, musik lullaby dapat membantu memperbaiki pengalaman pemulihan pasca operasi dan mengurangi ketergantungan pada obat penghilang nyeri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya penurunan skala nyeri dari sebelum diberikan terapi dan setelah diberikan terapi dan adanya penurunan skala nyeri dari sebelum diberikan terapi dan setelah diberikan terapi music lullaby. Berdasarkan uji statistik didapatkan adanya perbedaan bermakna skala nyeri setelah diberikan terapi aromaterapi lemon dan music klasik lullaby.

Saran berdasarkan hasil penelitian, implementasi yang telah dilakukan peneliti dapat diterapkan kepada pasien ibu post partum untuk mengurangi rasa nyeri dan memberikan pendampingan pada saat peneliti melakukan intervensi

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Anis, S., Utomo, B. M., Barirah, F., & Wulandari, S. (2023). The Effect Of Music Therapy On The Level Of Pain In Postpartum Caesarea. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 4(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.30737/jumakes.v4i2.4521>
- Aprilian, E., & Elsanti, D. (2020). Perbedaan Efektivitas Terapi Musik Klasik Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, September, 326–332. <https://doi.org/https://doi.org/10.30651/jkm.v0i0.5662>
- Ashar, H., & Kusriani, I. (2020). Determinant of the Increased Sectio Caesarea Labor Rates of Indonesia in 2017. *Advances in Health Sciences Research*, 22(Ishr 2019), 268–272. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200215.051>
- Darni, Z., & Khaliza, R. T. N. (2020). Penggunaan Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Operasi. *Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 4(2), 138–148. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v4i2.71>
- Dewi, A. P. S., Setianingsih, N. J., Maesaroh, S., Sulasih, U., Rahmadhani, W., & Novyriana, E. (2022). The Role of Early Mobilization on Wound Healing After Sectio Caesarea. *Journal of Sexual and Reproductive Health Sciences*, 1(1), 7. <https://doi.org/10.26753/jsrhs.v1i1.698>
- Hartati, Y., Novitasari, D., Suryani, R. L., & Suryono, A. (2023). Edukasi dan Implementasi Aromaterapi Lemon (Cytus) Untuk Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(3), 603–608. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jpm.v5i3.1970>
- Hermawati, A. H., Astuti, Y., Lestari, H. D., Wulandari, T., Murniasih, E., Suryanti, S., & Aprina, A. (2022). *Buku Ajar Pengantar Keperawatan Maternitas*. Adanu Abimata.
- Kasim, E., Kessi, A. T. F., & Nirwana, N. (2023). Penatalaksanaan Terapi Musik Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 8(1), 66–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.37362/jkph.v8i1.921>
- 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., & Noviya, E. (2019). Pengaruh Aroma Terapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 5(1), 5–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v5i1.301>

- Massa, K., Ratiyun, R. S., Sari, N. A. M. E., Yanti, N. L. G. P., Budiarti, A., Aniarti, R. P., Juwita, R., Suryati, S., Suryaningsih, M., Astuti, Y., Wulandari, M. R. S., Aini, Q., Faridah, F., & Ulfa, M. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Mustikawati, M. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Trans Info Media.
- Napsiah, P. (2022). Intervensi Untuk Menurunkan Nyeri Post Sectio Caesarea. *Urnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(2), 92–100. <https://doi.org/10.51878/healthy.v1i2.1113>
- Ngasu, K. E., Luftbis, A. A., Rohmah, M., Sari, D. N. P., & Amelia, Y. (2021). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi. *Jurnal Surya*, 13(01). <https://doi.org/10.51851/jrmk.v4i2.332>
- Nurlaili, S., Marsum, M., & Widyawati, M. N. (2024). Pengaruh Aromaterapi Lemon pada Postpartum. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15(6), 21–27. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sf15104>
- Purwaningtyas, N., & Masruroh, M. (2021). Efektivitas Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Flamboyan 1 RSUD Salatiga. *Journal of Holistics and Health Science*, 2(2), 37–51. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v2i2.51>
- Safitri, Y. V., & Soleman, S. R. (2023). Penerapan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 110–124. <https://doi.org/https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i4.519>
- Satriami, E. W., & Sumiati, S. (2022). Pemberian Terapi Musik Klasik Dayak Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Primigravida. *Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 1–9.
- Septiani, R., & Widiawati, I. (2022). The Effect of Music Therapy on Anxiety and Pain During Labor. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 122–133. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1225>
- Solekhudin, A. I., Ma'rifah, A. R., & Utami, T. (2022). Asuhan Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik pada Pasien Post Sectio Caesarea. *Journal of Management Nursing*, 2(1), 177–183. <https://doi.org/10.53801/jmn.v2i1.79>
- Sudjarwo, E., & Solikhah, F. K. (2023). Acupressure Therapy to Pain Levels in Post-C-section (SC) Patients. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan Dr. Soetomo*, 9(1), 1–9. <https://doi.org/10.29241/jmk.v9i1.1065>
- Sumi, S. S., Suhartatik, S., Isa, W. M. La, & Ernawati, E. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Eureka Media Aksara.
- Sylvia, E., & Rasyada, A. (2023). Penerapan Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 15(1), 74–85. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i2.1688>
- Tayfun, K. (2019). Aromatherapy. *Journal of BSHR*. <https://doi.org/https://doi.org/10.34084/bshr.548407>
- Tyas, A. D., & Sadanoer, I. M. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea.

Jurnal Bidan Komunitas, 3(2), 86–92. <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jbk>

Utami, R. N., & Khoiriyah, K. (2020). Penurunan Skala Nyeri Akut Post Laparotomi Menggunakan Aromaterapi Lemon. *Ners Muda*, 1(1), 23. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i1.5489>

Viandika, N., & Septiasari, R. M. (2020). Pengaruh Continuity Of Care Terhadap Angka Kejadian Sectio Cessarea. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.41>

Warsono, W., Fahmi, F. Y., & Iriantono, G. (2019). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Cepu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v2i1.244>

Yulianti, E., & Mualifah, L. (2022). Terapi Musik untuk Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Sectio Ceasarea. *Jurnal Indonesia Sehat*, 1(2), 140–150. <https://jurnal.samodrailmu.org/index.php/jurinse/article/view/44>