EFEKTIVITAS TEKNIK REBOZO DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENGURANGAN RASA NYERI PADA IBU BERSALIN DI TPMB MAKASAR, JAKARTA TIMUR

Jusmawati¹, Firda Santika^{2*}, Nemi³

¹⁻³Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Abdi Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: Firdasantika24@Gmail.Com

Disubmit: 12 Februari 2025

Diterima: 15 September 2025

Diterbitkan: 01 Oktober 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i10.19597>

ABSTRACT

Labor pain is a challenge often faced by mothers giving birth. Various non-pharmacological methods, such as the rebozo technique and lavender aromatherapy, have been used to reduce labor pain. To analyze the effectiveness of these two methods for mothers giving birth at the Independent Midwife Practice Center (TPMB) Makasar, East Jakarta. This research used a quantitative method with a pretest-posttest design involving 32 respondents who were divided into two intervention groups. Pain level data was collected using the Visual Analog Scale (VAS) and analyzed using the t-test with a significance level of 0.05. The results showed that both methods significantly reduced labor pain. The rebozo technique reduced pain scores from an average of 8.50 to 5.00 ($p=0.000$), while lavender aromatherapy reduced pain scores from an average of 7.31 to 5.19 ($p=0.000$). These two methods have proven to be effective as non-pharmacological pain management and can be applied in obstetric practice.

Keywords: Labor Pains, Rebozo Technique, Lavender Aromatherapy, Nonpharmacological Pain Management

ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan tantangan yang sering dihadapi ibu bersalin. Berbagai metode nonfarmakologis, seperti teknik rebozo dan aromaterapi lavender, telah digunakan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan. Untuk menganalisis efektivitas kedua metode tersebut pada ibu bersalin di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Makasar, Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pretest-posttest dengan melibatkan 32 responden yang dibagi menjadi dua kelompok intervensi. Data tingkat nyeri dikumpulkan menggunakan Visual Analog Scale (VAS) dan dianalisis menggunakan uji-t dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil menunjukkan bahwa kedua metode secara signifikan menurunkan nyeri persalinan. Teknik rebozo menurunkan skor nyeri dari rata-rata 8,50 menjadi 5,00 ($p=0,000$), sedangkan aromaterapi lavender menurunkan skor nyeri dari rata-rata 7,31 menjadi 5,19 ($p=0,000$). Kedua metode ini terbukti efektif sebagai manajemen nyeri nonfarmakologis dan dapat diterapkan dalam praktik kebidanan.

Kata Kunci: Nyeri Persalinan, Teknik Rebozo, Aromaterapi Lavender, Manajemen Nyeri Nonfarmakologi.

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses keluarnya janin, plasenta, dan membran dari dalam rahim melalui jalan lahir. Proses ini dimulai dengan pembukaan dan dilatasi serviks, yang menyebabkan kontraksi uterus dengan frekuensi, durasi, dan kekuatan yang teratur. Jika proses persalinan selesai pada usia cukup bulan (setelah 37 minggu) dan tidak ada komplikasi, persalinan dianggap normal. (Yuriati et al. 2021)

Rasa nyeri saat melahirkan memiliki tingkat yang paling tinggi dibandingkan dengan rasa nyeri lain, dan secara medis dikategorikan sebagai rasa tajam dan panas. Ibu yang mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan rasa sakit persalinan mungkin mengalami kesulitan koordinasi kontraksi uterus, yang pada akhirnya dapat memperpanjang masa persalinan. (Andriani 2022)

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, terdapat sekitar 287.000 kematian ibu selama dan setelah kehamilan dan persalinan di seluruh dunia. Menurut WHO (2023), sekitar 95% dari semua kematian ibu terjadi di negara-negara dengan berpenghasilan rendah dan menengah. (Made Karsi et al. 2024)

Di Indonesia, Menurut Kementerian Kesehatan di Indonesia, angka kematian ibu pada tahun 2022 mencapai 4.005 dan di tahun 2023 meningkat menjadi 4.129/data Maternal Perinatal Death Notification (MPDN). (Dinkes RI 2024). DKI Jakarta mencatat 117 kasus kematian ibu, dengan angka tertinggi di Jakarta Timur sebanyak 44 kasus dari 49.177 kelahiran hidup. (Muriati, Khusnul P, and Putri 2024) Menurut dinas kependudukan dan catatan sipil provinsi DKI Jakarta pada tahun 2021 diketahui angka persalinan pada ibu hamil adalah 5329 dengan jumlah kematian 2282. (Dinas Kependudukan

dan Catatan Sipil Provinsi DKI Jakarta 2023)

Nyeri persalinan merupakan rasa sakit dan tidak nyaman yang dialami ibu pada kala I atau sejak awal dimulainya persalinan hingga pembukaan lengkap. Nyeri akan semakin memburuk seiring dengan adanya kemajuan persalinan yaitu pada kala I fase aktif akibat adanya penipisan dan pembukaan serviks, penurunan kepala janin serta kontraksi yang lebih kuat. Pada tahap ini, rasa nyeri akan dialami di area vagina, rektum, perineum, dan anus karena adanya tekanan pada bagian terbawah janin. (Mahesi and Fransiska 2023)

Nyeri melahirkan paling parah seperti sakit gigi dan patah. Rasa sakit yang akan dialami saat melahirkan diingat oleh banyak wanita yang belum siap untuk memiliki anak. Semua ibu mengalami kecemasan selama proses persalinan. Walaupun rasa sakit yang terkait dengan persalinan mungkin tidak hilang sama sekali, rasa sakit tersebut dapat dikurangi setidaknya sehingga ibu merasa lebih nyaman selama persalinan. Penanganan nyeri bergantung pada pilihan ibu bersalin dan kondisi ibu bersalin. (Nurpratiwi et al. 2024)

Nyeri persalinan, yang sering digambarkan sebagai nyeri tajam dan menusuk, merupakan tantangan utama yang dialami oleh ibu bersalin. Jika tidak ditangani dengan baik, nyeri ini dapat menyebabkan gangguan psikologis dan fisiologis yang memengaruhi proses persalinan. (Linda Rambe 2022).

Umur dan paritas adalah faktor lain yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri persalinan. Ibu yang lebih muda mengalami sensasi nyeri yang lebih intens dibandingkan dengan ibu yang lebih tua. Ini karena umur muda cenderung memiliki masalah psikologis yang belum stabil,

hal ini mengakibatkan kecemasan, rasa takut, yang menyebabkan nyeri yang dirasakan menjadi lebih kuat. Salah satu faktor fisiologis yaitu penentu toleransi terhadap nyeri adalah usia. Ibu primipara lebih rentan terhadap kontraksi uterus dibandingkan dengan ibu multipara, dan ibu multipara dengan persalinan sebelumnya akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan nyeri dibandingkan dengan ibu yang belum pernah melakukan persalinan sebelumnya. (Maryuni 2020)

Visual Analog Scale (VAS) adalah alat ukur intensitas nyeri berupa garis mendatar sepanjang 10 cm yang dibagi menjadi 5 kategori. Skala 0 menunjukkan bebas nyeri, sementara skala 1-3 menggambarkan nyeri sangat ringan yang hampir tidak terasa, tetapi sesekali dapat mengganggu. Skala 4-6 menunjukkan nyeri sedang, di mana nyeri mulai mengganggu aktivitas, ibu tampak mendesis, menyeringai, tetapi masih dapat mengikuti perintah. Skala 7-9 menggambarkan nyeri kuat, di mana nyeri sangat mengganggu, ibu terkadang sulit mengikuti perintah, meskipun masih merespons tindakan. Skala 10 menunjukkan nyeri sangat berat, di mana ibu tidak mampu berkomunikasi, menunjukkan perilaku emosional yang tidak terkendali, dan mengalami nyeri yang ekstrem. (Manurung et al. 2021)

Jika nyeri persalinan tidak diobati, partus akan tertunda. Teknik Rebozo dapat membantu mengelola rasa sakit selama persalinan tanpa menggunakan obat-obatan tradisional. Metode ini berasal dari Meksiko, di mana wanita menggunakan Rebozo sebelum, selama, dan setelah persalinan. Teknik Rebozo biasanya diterapkan pada ibu hamil setelah 28 minggu kehamilan. Ini juga dapat diterapkan selama persalinan. Teknik Shake the Apple Tree adalah salah satu teknik yang paling umum digunakan pada

pinggul wanita selama fase awal persalinan dan setelah memasuki fase aktif. Ini melibatkan gerakan yang terkontrol untuk membantu mengayunkannya dari sisi ke sisi sedikit demi sedikit. Untuk membantu ibu melakukan teknik Rebozo, praktisi biasanya menggunakan posisi jongkok atau berdiri dengan sedikit menunduk. (Musliha et al. 2023)

Selain Teknik Rebozo, penanganan nyeri dapat dilakukan dengan relaksasi Aromaterapi Lavender. (Soraya 2021) Aromaterapi lavender adalah aromaterapi yang menggunakan bunga lavendula atau biasa disebut lavender, yang memiliki zat aktif berupa linalool acetatedan linalyl acetate yang dapat berefek sebagai analgesik. (Destri et al. 2021)

Aromaterapi Lavender memiliki kandungan linalool dan linalyl acetat, yang bekerja sebagai analgetik dan menenangkan, sehingga tidak mengherankan bahwa beberapa laporan saat ini menyarankan aromaterapi untuk mengurangi nyeri, sakit, dan stres yang terkait dengan kehamilan dan persalinan. Kecemasan dapat menyebabkan persalinan yang terlalu lama, yang dapat mengakibatkan kematian janin. (Fitri Andini et al. 2022)

Menurut penelitian sebelumnya yaitu (Rendo, Siantar, and Pangaribuan 2024) dan (Nurpratiwi et al. 2024) menunjukkan bahwa Teknik Rebozo dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan secara signifikan ($p=0,000$). Sedangkan aromaterapi lavender efektif dalam mengurangi kecemasan dan nyeri persalinan dengan nilai $p=0,001$ (Fitri Andini et al. 2022). Namun, studi yang menggabungkan kedua metode ini masih jarang dilakukan di Indonesia, khususnya di Jakarta Timur. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas kedua metode tersebut dalam mengurangi

rasa nyeri pada ibu bersalin di TPMB Makasar, Jakarta Timur.

TINJAUAN PUSTAKA

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan yang tidak menyenangkan, bersifat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang itulah yang dapat menjelaskan dan mengevaluasi rasa nyeri yang dialami (Ilmiah, 2015). Nyeri persalinan adalah suatu perasaan tidak nyaman berkaitan dengan adanya kontraksi uterus, dilatasi dan effacement serviks, penurunan presentasi, peregangan vagina dan perineum yang berakhir di kala IV persalinan, persalinan kala II dimulai dari pembukaan lengkap (10 cm) sampai bayi lahir. Pada kala pengeluaran, his terkoordinir, kuat, cepat dan lebih lama, kira - kira 2 -3 menit sekali (ulveritha, 2021).

Teknik rebozo adalah terapi non farmakologi untuk mempercepat pembukaan serviks ibu bersalin. Manteada merupakan teknik yang dilakukan oleh para bidan di Meksiko dengan menggunakan rebozo. Teknik ini dilakukan dengan menggoyang goyangkan bagian panggul dengan

menggunakan rebozo secara berirama. Gerakan lembut pada teknik rebozo sangat membantu ibu hamil yang akan melahirkan agar merasa lebih nyaman. Karena gerakan yang tepat akan membuat ibu merasa dipeluk dan memicu keluarnya hormone oksitosin dan hormone endorphine sehingga memperlancar proses persalinan. Manteada dapat dilakukan untuk kehamilan, persalinan, postpartum, dan bahkan untuk kesuburan (Utami, 2022).

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah kuasi-eksperimen dengan rancangan pretest-posttest. Responden terdiri dari 32 ibu bersalin yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu usia kehamilan 37-42 minggu dan bersedia mengikuti prosedur penelitian. Responden dibagi menjadi dua kelompok: kelompok teknik rebozo dan kelompok aromaterapi lavender. Tingkat nyeri diukur menggunakan VAS sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji-t berpasangan dengan taraf signifikansi 0,05.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Teknik Rebozo	Aromaterapi Lavender
1	Usia (Mean±SD)	29,5 ± 4,2 tahun	30,2 ± 3,8 tahun
2	Paritas Primipara	62,5%	56,3%
3	Paritas Multipara	37,5%	43,7%

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa pada kedua kelompok menunjukkan distribusi yang relatif seimbang. Rata-rata usia

pada kelompok Teknik Rebozo adalah 29,5 ± 4,2 tahun, dan kelompok Aromaterapi Lavender 30,2 ± 3,8 tahun. Sebagian besar partisipan

adalah primipara (62,5% di Teknik Rebozo dan 56,3% di Aromaterapi Lavender). Hal ini menunjukkan

bahwa kedua kelompok memiliki profil demografi yang serupa.

Tabel 2. Hasil Pengukuran Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi

Metode	Pretest		Posttest		p-value
	Mean	SD	Mean	SD	
Teknin Rebozo	8,50	0,73	5,00	0,89	0,000
Aromaterapi Lavender	7,31	0,82	5,19	0,75	0,000

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa kedua metode intervensi, Teknik Rebozo dan Aromaterapi Lavender, memberikan penurunan skor yang signifikan. Pada Teknik Rebozo, rata-rata skor pretest menurun dari $8,50 \pm 0,73$ menjadi

$5,00 \pm 0,89$ ($p = 0,000$). Sementara itu, pada Aromaterapi Lavender, skor pretest menurun dari $7,31 \pm 0,82$ menjadi $5,19 \pm 0,75$ ($p = 0,000$). Kedua metode terbukti efektif secara statistik.

PEMBAHASAN

Nyeri Persalinan Sebelum Dilakukan Terapi Teknik Rebozo Dan Aromaterapi Lavender

Nyeri persalinan adalah pengalaman subjektif, nyeri yang dirasakan oleh setiap ibu bersalin dapat berbeda-beda dan tidak semuanya sama. Nyeri persalinan adalah hasil dari proses kelahiran janin, yang ditandai dengan kontraksi uterus yang teratur. Kontraksi ini mendorong janin keluar melalui serviks dan vagina, yang membuat serviks menipis dan melebar. (Farhani et al. 2024)

Berdasarkan Visual Analog Scale (VAS), intensitas nyeri ibu bersalin sebelum intervensi berada dalam kategori nyeri berat hingga sangat berat yaitu teknik rebozo mendapatkan skor nyeri rata-rata $8,50 \pm 0,73$ sebelum intervensi, sedangkan aromaterapi lavender, skor nyeri rata-rata $7,31 \pm 0,82$ sebelum intervensi.

Salah satu faktor yang memengaruhi nyeri persalinan yaitu faktor obstetri, yang memengaruhi seberapa parah rasa nyeri yang dialami ibu, serta faktor individu,

lingkungan, dukungan kognitif, dan faktor kultural. Setiap ibu bersalin mengalami ambang nyeri yang berbeda-beda. Jika ibu terlalu cemas atau takut, nyeri selama persalinan akan menjadi lebih intens. Kekhawatiran yang berlebihan menyebabkan pengeluaran catecholamine yang berlebihan dan peningkatan rangsangan dari panggul ke otak karena aliran darah yang menurun dan ketegangan otot yang meningkat. (Zulveritha 2021)

Terdapat 3 komponen umum yang memengaruhi nyeri persalinan adalah kecemasan, ketakutan, dan kekhawatiran. Ibu menjadi lebih cemas dan takut saat persalinan berlangsung lama, yang berdampak pada aktivitas hormon oksitosin. Selain itu, komplikasi persalinan dan intervensi yang berlebihan akan meningkatkan kecemasan ibu. (Alchalidi, Abdurrahman, and Dewita 2022)

Nyeri Persalinan Sesudah Dilakukan Terapi Teknik Rebozo Dan Aromaterapi Lavender

Berdasarkan tabel karakteristik partisipan pada kedua kelompok menunjukkan distribusi yang relatif seimbang. Rata-rata usia pada kelompok Teknik Rebozo adalah $29,5 \pm 4,2$ tahun, dan kelompok Aromaterapi Lavender $30,2 \pm 3,8$ tahun. Sebagian besar partisipan adalah primipara (62,5% di Teknik Rebozo dan 56,3% di Aromaterapi Lavender). Hal ini menunjukkan bahwa kedua kelompok memiliki profil demografi yang serupa.

Salah satu faktor fisiologis yaitu penentu toleransi terhadap nyeri adalah usia. Ibu primipara lebih rentan terhadap kontraksi uterus dibandingkan dengan ibu multipara, dan ibu multipara dengan persalinan sebelumnya akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan nyeri dibandingkan dengan ibu yang belum pernah melakukan persalinan sebelumnya. (Maryuni 2020)

Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Ika Pratiwi Sodri Bekasi

Berdasarkan hasil Uji *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa kedua metode intervensi, Teknik Rebozo dan Aromaterapi Lavender, memberikan penurunan skor yang signifikan. Pada Teknik Rebozo, rata-rata skor pretest menurun dari $8,50 \pm 0,73$ menjadi $5,00 \pm 0,89$ ($p = 0,000$). Sementara itu, pada Aromaterapi Lavender, skor pretest menurun dari $7,31 \pm 0,82$ menjadi $5,19 \pm 0,75$ ($p = 0,000$). Kedua metode terbukti efektif secara statistik.

Hal ini sesuai dengan penelitian (Karaga et al. 2023) yang menyatakan hasil Uji T dua kelompok tidak berpasangan didapatkan bahwa terdapat perbedaan rerata yang bermakna antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dengan nilai $P = 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang diberikan intervensi rebozo, memiliki

lama persalinan kala I fase aktif yang secara signifikan lebih cepat dibandingkan dengan responden yang tidak diberikan intervensi.

Teknik Rebozo merupakan teknik yang menggunakan selendang dengan ball gym sebagai alat tambahan untuk menunjang atau melakukan gerakan tertentu. (Marini, Hutabarat, and Afi Darti 2023)

Teknik Rebozo diketahui membantu meredakan nyeri melalui gerakan ayunan yang memberikan efek relaksasi pada otot-otot panggul dan meningkatkan sirkulasi darah. Hal ini sejalan dengan temuan (Musliha et al. 2023), yang melaporkan efektivitas Teknik Rebozo dalam menurunkan nyeri persalinan.

Berdasarkan penelitian (Ovi Lestari and Rahmawati 2024) menunjukkan bahwa Hasil analisis bivariat dengan uji statistik Wilcoxon Signed Ranks pada batas kemaknaan $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai p value = $0,000$ ($p < 0,05$) artinya terdapat pengaruh yang bermakna antara tingkat nyeri sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan.

Aromaterapi lavender efektif mengurangi rasa cemas, hal ini dapat dilihat dari penelitian (Primihastuti 2024) yang menunjukkan bahwa aromaterapi lavender efektif dalam mengurangi kecemasan ibu inpartu kala 1 fase aktif (p value = $0,001$).

Aromaterapi Lavender, di sisi lain, bekerja melalui sistem limbik otak, yang mengatur emosi dan respons stres. Kandungan linalool dan linalyl acetate pada lavender memberikan efek relaksasi dan analgesik. Temuan ini mendukung penelitian (Fitri Andini et al. 2022), yang menunjukkan bahwa Aromaterapi Lavender efektif dalam mengurangi kecemasan dan nyeri pada ibu bersalin.

Aromaterapi lavender adalah aromaterapi yang menggunakan bunga lavender atau biasa disebut lavender, yang memiliki zat aktif berupa linalool acetatedan linalyl acetate yang dapat berefek sebagai analgesik (Destri et al. 2021)

Karakteristik responden, seperti usia dan paritas, juga memengaruhi tingkat nyeri. Responden yang lebih muda dan primipara cenderung melaporkan tingkat nyeri lebih tinggi pada pretest, namun menunjukkan penurunan signifikan setelah intervensi. Hal ini mengindikasikan bahwa metode nonfarmakologis seperti Teknik Rebozo dan Aromaterapi Lavender dapat digunakan secara efektif pada berbagai kelompok ibu bersalin.

Kedua metode ini dapat digunakan secara komplementer dalam praktik kebidanan untuk mendukung proses persalinan. Penurunan nyeri yang signifikan tidak hanya meningkatkan kenyamanan ibu, tetapi juga dapat membantu kelancaran proses persalinan secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Teknik Rebozo dan aromaterapi lavender terbukti efektif dalam mengurangi nyeri persalinan berdasarkan penurunan skor VAS secara signifikan. Terapi ini dapat digunakan sebagai metode nonfarmakologis yang aman dan efektif untuk mengurangi nyeri persalinan. Diperlukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan lokasi yang lebih luas untuk memperkuat hasil penelitian.

SARAN

1. Bagi Responden

Diharapkan ibu bersalin lebih aktif mencari informasi mengenai metode non-

farmakologis dalam manajemen nyeri persalinan. Memanfaatkan teknik Rebozo dan aromaterapi lavender sebagai alternatif dalam mengurangi nyeri saat persalinan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini sebagai bahan dasar dan referensi atau penunjang bagi penelitian yang akan dilakukan selanjutnya dan dapat digunakan untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut terkait dengan Nyeri persalinan maupun penelitian yang lainnya.

3. Bagi Lahan Penelitian

Diharapkan mengadopsi teknik rebozo dan aromaterapi lavender sebagai salah satu prosedur standar dalam manajemen nyeri persalinan di fasilitas kesehatan.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat mengintegrasikan teknik rebozo dan aromaterapi lavender sebagai salah satu metode manajemen nyeri nonfarmakologis dalam kurikulum kebidanan, dan menyediakan pelatihan atau workshop tentang penerapan teknik rebozo kepada mahasiswa kebidanan..

DAFTAR PUSTAKA

- Alchalidi, Abdurrahman, And Dewita. 2022. *Literatur Review: Manajemen Nyeri Persalinan Kala I Dengan Aromaterapi A Literature Review: Management Of Labor Pain In The First Stage Of Labor With Aromatherapy Article Info Abs T R A K. Vol. 2.*

- Andriani, Rezah. 2022. "Pemberian Aromaterapi Lavender Mengurangi Nyeri Persalinan." *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* 14(2):108-15.
- Destri, Uni, Ika Friscila, Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Univeritas Sari Mulia, Program Studi Diploma Kebidanan Fakultas Kesehatan Univeritas Sari Mulia, And Program Studi Pendidikan Profesi Bidanan Fakultas Kesehatan Univeritas Sari Mulia. 2021. "Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Normal: Literatur Review." *Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars* 3(01):686-1011.
- Dinas Kependudukan Dan Catatan Sipil Provinsi Dki Jakarta. 2023. "Registrasi Kelahiran Dan Kematian Menurut Kecamatan Di Kota Jakarta Timur (Jiwa), 2019-2021."
- Dinkes Ri. 2024. "Dinas Kesehatan Republik Indonesia."
- Farhani, Dini, Desi Hidayanti, Saur Sariaty, Tati Suheti, Jurusan Kebidanan Bandung, Poltekkes Kemenkes Bandung, And Jurusan Keperawatan Bandung. 2024. "Pengaruh Birth Ball Terhadap Nyeri Persalinan Di Praktik Mandiri Bidan Wilayah Bandung Raya."
- Fitri Andini, Indah, Yenni Puspita, Eva Susanti, And Prodi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu. 2022. "Pengaruh Aromaterapi Lavender Dan Nafas Dalam Pada Ibu Bersalin Terhadap Persepsi Nyeri Persalinan." *Jurnal Kesehatan Mercusuat* 5.
- Karaga, Rienda Yuana, Ida Suryani, Dian Purnama Sari, Mira Meliyanti, And Yeti Hernawati. 2023. *Pengaruh Teknik Rebozo Terhadap Lama Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Primigravida Di Wilayah Kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung Tahun 2023.*
- Linda Rambe, Nova. 2022. "Pengaruh Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan: A Systematic Review." *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda* 8(1):25-34.
- Made Karsi, Ni, Gusti Ayu Tirtawati, Asep Arifin Senjaya, And Poltekkes Kemenkes Denpasar. 2024. *Maternity And Neonatal: Jurnal Kebidanan Efektivitas Penggunaan Metode Birth Ball Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.* Vol. 12. Oktober.
- Mahesi, Nilot, And Ratna Diana Fransiska. 2023. "Literature Review: Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Secara Inhalasi Dan Masase Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I." *Journal Of Nursing Care & Biomolecular* 8(1):84-97.
- Manurung, Suryani, Ani Nuraeni, Tri Riana Lestari, li Soleha, Heni Nurhaeni, Katherina Paulina, And Elsy Rahmawaty Dosen Poltekkes Jakarta Jurusan Keperawatan. 2021. *Pengaruh Tehnik Pemberian Kompres Hangat Terhadap Perubahan Skala Nyeri Persalinan Pada Kliem Primigravida.*
- Marini, Tri, Julietta Hutabarat, And Nur Afi Darti. 2023. "The Effect Of Rebozo Reaction On The Length Of Labor In Primiparous Mothers At Pmb Deli Serdang In 2021." *International Journal Of Engineering Business And Social Science* 1(03):2980-4272.

- Maryuni. 2020. "Hubungan Karakteristik Ibu Bersalin Dengan Nyeri Persalinan." *Jurnal Stikes Sitihajar* 2:116-22.
- Muriati, Desi, Ghaida Khusnul P, And Rizkiana Putri. 2024. "Efektivitas Penggunaan Birth Ball Dan Gentle Yoga Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Di RSU Andhika Jakarta Selatan Tahun 2024." *Journal Of Social Science Research* 4:6190-6203.
- Ovi Lestari, Shelvi, And Renyta Rahmawati. 2024. "Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di Desa Keledang Kota Samarinda Provinsi Kalimantan Timur." *Borneo Journal Of Medical Laboratory Technology* 6(2):522-28.
- Primihastuti, Dianita. 2024. "Efektivitas Aromatherapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Inpartu Kala I FASE AKTIF." *Jurnal Kebidanan* 13.
- Rendo, Yosefa Marni, Rupdi Lumban Siantar, And Maslan Pangaribuan. 2024. "Efektivitas Metode Rebozo Terhadap Penurunan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Bidan Heddi Kota Bekasi 2023." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 16(1):136-45. Doi: 10.37012/Jik.V16i1.2119.
- Sari Diastuti, Vivi, Dwi Hartati, Tuti Meihartati, Heni Purwanti, I. Institut Teknologi Kesehatan, Program Studi Kebidanan, And Itkes Wiyata Husada Samarinda. 2024. *Effectiveness Of The Rebozo Method And Zilgrei Method On The Duration Of The First Stage In Vaginal Delivery*. Vol. 10.
- Soraya, Sonya. 2021. "Pengaruh Pemberian Inhalasi Aromaterapi Lemon Citrus Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 13(2):184-91. Doi: 10.37012/Jik.V13i2.653.
- Utami, I. T. (2022). *Efektivitas Teknik Rebozo Dalam Mengurangi Rasa Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Terhadap Ny. P Di PMB Komariah, SST Lampung Selatan, 2022* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).
- Yuriati, Putri, Etika Khoiriyah, Akademi Kebidanan Anugerah Bintan, Kepulauan Riau Jl Sutan Syahrir No, Tanjungpinang Akademi Kebidanan Anugerah Bintan, Kepulauan Riau Jl Garuda, Kampung Sidojasa, Kel IX Batu, And Kec Tanjungpinang Timur Abstrak. 2021. *Persalinan Nyaman Dengan Teknik Rebozo*. Vol. 12.
- Zulveritha, Dawson, Nurlela M. Nababan Nababan, And Trimey Liria Hutauruk. 2021. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Persepsi Ibu Hamil Tentang Nyeri Persalinan Di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung." *Stindo Profesional* 3:60-69.