

**PENGARUH MASSASE AROMA TERAPI MINYAK ZAITUN TERHADAP
NYERI DISMENORE PADA MAHASISWI TINGKAT I DAN II PRODI
DIII KEBIDANAN STIKES TRI MANDIRI SAKTI BENGKULU**

Jumita¹, Lezi Yovita Sari², Yeni Nuraeni³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dehasen

Email: jumita@unived.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Nyeri haid atau dismenore adalah menstruasi yang terasa nyeri mencapai puncak dalam waktu 48 jam sampai 72 jam. Gejalanya seperti lemah, nyeri di sekitar perut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswa tingkat I dan II prodi DIII kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu.

Metode : Penelitian ini menggunakan pre eksperimen dalam satu kelompok (one group pre-post test design) variable dependen nyeri sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat I dan II kebidanan yang mengalami dismenore pengambilan sample dilakukan dengan teknik accidental sampling berjumlah 41 orang mahasiswa yang mengalami dismenore.

Hasil : Hasil penelitian: (1) Pada 41 orang pada mahasiswa kebidanan tingkat I dan II yang mengalami dismenore sebelum dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun didapat skala nyeri rata-rata 5,73 dengan standar deviasi 1,450. (2) Pada 41 orang pada mahasiswa kebidanan tingkat I dan II yang mengalami dismenore setelah dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun didapat skala nyeri rata-rata 5,00 dengan standar deviasi 1,414. (3) Terdapat pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswa tingkat I dan II Prodi DIII Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu.

Simpulan : Diharapkan dapat mengadakan riset pengembangan untuk pengabdian masyarakat dalam meningkatkan ilmu pengetahuan dan keterampilan tentang penggunaan terapi massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore

Kata kunci : Dismenore, Massase, Minyak Zaitun

ABSTRACT

Background : Menstrual pain or dysmenorrhea is painful menstruation that reaches its peak within 48 hours to 72 hours. Symptoms include weakness, pain around the abdomen. This study aims to determine the effect of olive oil aromatherapy massage on dysmenorrhea pain in level I and II female students of the DIII Midwifery Study Program STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu.

Methods : This study used a pre-experimental in one group (one group pre-post test design) the dependent variable of pain before and after treatment. The population in this study were students of midwifery level I and II who experienced dysmenorrhea. The sample was taken using an

accidental sampling technique, totaling 41 female students who experienced dysmenorrhea.

Results : *Results of the study: (1) In 41 students of midwifery level I and II who experienced dysmenorrhea prior to the olive oil aromatherapy massage, the average pain scale was 5.73 with a standard deviation of 1.450. (2) In 41 students of midwifery I and II who experienced dysmenorrhea after aromatherapy massage with olive oil, the average pain scale was 5.00 with a standard deviation of 1.414. (3) There is an effect of olive oil aromatherapy massage on dysmenorrhea pain in level I and II students of the DIII Midwifery Study Program STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu.*

Conclusion : *It is hoped that development research can be carried out for community service in increasing knowledge and skills regarding the use of olive oil aromatherapy massage therapy for dysmenorrhea pain.*

Keywords: *Dysmenorrhea, Massage, Olive Oil*

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan reproduksi seperti salah satunya dismenore merupakan masalah yang terkait dengan menstruasi. Nyeri dimulai beberapa jam sebelum atau bersamaan dengan awitan menstruasi dan berlangsung selama 48 sampai 72 jam. Nyeri juga bisa disertai kram perut di bagian bawah yang berasal dari kontraksi dalam rahim, yang merupakan bagian normal proses menstruasi, dan biasanya pertama dirasakan ketika mulai perdarahan dan terus berlangsung hingga 32 – 48 jam (Reeder, 2011)

Masa remaja ialah periode waktu individu beralih dari fase anak ke fase dewasa (Bobak, Lowdermilk, & Jensen, 2012). Setiap manusia pasti akan mengalami masa remaja. Pada remaja putri terjadi suatu perubahan fisik yaitu perubahan organ-organ reproduksi yang ditandai dengan datangnya menstruasi. (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012).

Studi di Amerika menunjukkan prevalensi nyeri menstruasi tertinggi pada wanita remaja, yaitu

antara 20-90%. Sekitar 15% dari remaja melaporkan nyeri menstruasi pada derajat berat dan menyebabkan tidak masuk sekolah. Sedangkan studi di Swedia menemukan prevalensi dismenore terjadi pada 90% dari wanita berusia 19 tahun, 67% dari wanita berusia 24 tahun yang mengalami dismenore tersebut melaporkan rasa nyeri yang mengganggu fungsi sehari-hari. Upaya yang dilakukan remaja tersebut untuk mengatasi nyeri dengan minum obat-obatan bebas dan beberapa diantaranya yang berkonsultasi pada dokter. (French, 2014)

Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar (64,25%) yang terdiri dari (54,89%) dismenore primer dan (9,36%) dismenore sekunder (Proverawati, 2012).

Penanganan pertama yang biasanya dilakukan saat nyeri haid adalah dengan menggunakan metode farmakologis yaitu memberikan obat-obatan penghilang rasa nyeri dan sebesar 80% penderita mengalami penurunan nyeri haid setelah minum obat penghambat

prostaglandin (Speroff dan Fritzz, 2013).

Pengobatan menggunakan metode non farmakologis salah satunya yaitu menggunakan metode massase untuk mengurangi rasa nyeri saat haid salah satunya adalah massase *effleurage*. massase *effleurage* ialah melakukan pemijatan dengan menggunakan kedua telapak tangan pada perut dan secara bersamaan digerakan melingkar ke arah pusat ke simpisis (Lane, 2014).

Penelitian oleh Wahyuningsih (2014) dengan judul “Efektivitas *Aromatherapy Lavender (Lavandula Angustifolia)* dan *Massage Effleurage* terhadap tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada primigravida (Di BPS Utami dan Ruang PONEK RSUD Karanganyar)” membuktikan bahwa Efektifitas *Aromatherapy Lavender* dan *Effleurage Massage* dapat mengurangi nyeri dari skala 8,52% menjadi 5,58%.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu dari 9 kecamatan di kota Bengkulu terdapat 20 puskesmas pada tahun 2013 teratur secara absolute jumlah wanita yang mengalami dismenore sebanyak 152 wanita dan pada tahun 2014 mengalami kenaikan dengan jumlah 171 wanita yang mengalami dismenore (Dinkes Kesehatan Kota Bengkulu 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tanggal 29 Mei - 29 Juni pada mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Tingkat I dan II STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu yang berjumlah 139 orang, 41 orang mengalami dismenore setelah diwawancarai beberapa mahasiswa

ternyata penanganan yang sering dilakukan yaitu seperti mengkonsumsi obat-obatan seperti paracetamol, asam mafenamat, dan ada juga yang tidak menggunakan obat-obatan dengan cara didiamkan saja dan dari 41 orang ada 12 orang yang mengalami nyeri berat, 27 orang mengalami nyeri sedang dan 2 orang nyeri ringan dengan keluhan seperti sakit kepala, nyeri perut bagian bawah dan punggung.

Rumusan Masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Tingkat I dan II STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu”. Adapun tujuan dari peneliti ini adalah untuk mengetahui pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Tingkat I dan II STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Metode Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu Prodi DIII Kebidanan, dilaksanakan bulan Mei – Juni 2017. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre eksperimen dengan menggunakan rancangan *one group pre-post test (pre test) (post test)* pada saat setelah dilakukan intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat I dan II yang mengalami dismenore di STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu Prodi DIII Kebidanan. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Accidental Sampling*. Teknik pengumpulan

data dilakukan dengan menggunakan teknik analitik konjugatif. Teknik Analisis Data menggunakan Uji distribusi normal adalah uji untuk mengukur apakah data kita memiliki distribusi normal sehingga dapat dipakai dalam statistik parametrik (statistik inferensial). maka yang dipakai adalah *Shapiro-wilk* dan Univariat Dilakukan untuk mendapatkan

gambaran nyeri dismenore sebelum dan sesudah terapi. *Compared mean Paired T-test* digunakan untuk dua sample data yang berpasangan. Pada uji ini menggunakan sample yang sama, namun diberi perlakuan yang sama. Biasanya peneliti ingin membandingkan data sebelum diberi perlakuan (pretest) dan sesudah diberi perlakuan (posttest).

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang gambaran masing-

masing variabel yang diteliti, baik variabel independen maupun variabel dependen

Tabel 1

Gambaran nyeri dismenore sebelum dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun pada mahasiswi tingkat I dan II Prodi DIII Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu Tahun 201

Minimum	Maksimum	Mean	Median	Modus	Std. Deviation
3 (Nyeri Ringan)	9 (Nyeri Berat)	5,73	6	6	1,450

Berdasarkan tabel 1 tampak bahwa dari 41 orang pada mahasiswi kebidanan tingkat I dan II yang mengalami dismenore ssebelum dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun didapat skala nyeri minimum 3 (nyeri ringan), skala nyeri maksimum 9 (nyeri berat), skala nyeri rata-rata 5,73 dengan standar deviasi 1,450 dengan hasil yang didapatkan dari lembar observasi ceklis yaitu 12 orang yang mengalami

nyeri berat dengan pernyataan tidak dapat mengikuti perintah tetapi masih bisa merespon dan tidak dapat diatasi dengan alis posisi nafas panjang, 27 orang yang mengalami nyeri sedang dengan pernyataan mendesis dan menyeringai, sedikit mengganggu aktifitas dan masih bisa menunjukkan lokasi nyeri dan 2 orang mengalami nyeri ringan dengan pernyataan ada yang masih bisa berkomunikasi dengan baik

Tabel 2
Gambaran nyeri dismenore setelah dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun pada mahasiswi tingkat I dan II Prodi DIII Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Minimum	Maksimum	Mean	Median	Modus	Std. Deviation
2	8	5,00	5	6	1,414

Berdasarkan tabel 2 tampak bahwa dari 41 orang pada mahasiswi kebidanan tingkat I dan II yang mengalami dismenore setelah dilakukan massase aroma terapi minyak

zaitun didapat skala nyeri minimum 2, skala nyeri maksimum 8, skala nyeri rata-rata 5,00 dengan standar deviasi 1,414

Uji Normalitas

Uji kenormalan data dalam penelitian ini menggunakan uji *Shapiro-Wilk* (karena sampel kurang dari 50) untuk masing-masing data variabel. Kriteria data

berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($p > \alpha$) dari masing-masing variabel.

Tabel 3
Uji normalitas skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun pada mahasiswi tingkat I dan II Prodi DIII Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Variabel	P	Keterangan
Nyeri sebelum terapi	0,094	Data berdistribusi normal
Nyeri setelah terapi	0,093	Data berdistribusi normal

Berdasarkan hasil uji normalitas, pada data tingkat nyeri sebelum terapi massase aroma terapi minyak zaitun didapat nilai $p=0,094 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data tingkat nyeri sebelum dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun pada mahasiswi tingkat I dan II Prodi DIII

Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu berdistribusi normal.

Pada data tingkat nyeri setelah terapi massase aroma terapi minyak zaitun didapat nilai $p=0,093 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data tingkat nyeri dilakukan massase aroma

terapi minyak zaitun pada mahasiswi tingkat I dan II Prodi DIII Kebidanan STIKES Tri Mandiri

Sakti Bengkulu berdistribusi normal.

Analisis Bivariat

Analisis Bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswi Prodi DIII

Kebidanan Tingkat I dan II STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu dengan melakukan uji *Compared Mean Paired T Test*. dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.

Pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswi tingkat I dan II Prodi DIII Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	P
				Lower	Upper			
Nyeri sebelum terapi – Nyeri setelah terapi	0,732	1,265	0,198	0,332	1,131	3,703	40	0,001

Bedasarkan tabel 4 didapat nilai mean 0,732 bernilai positif, artinya terdapat kecenderungan penurunan skala nyeri setelah dilakukan terapi massase aroma terapi minyak zaitun dengan rata-rata penurunan 0,732. Hasil uji dua sampel berhubungan (*Paired sample t-test*) didapat nilai

$t=3,703$ dengan $p=0,001<0,05$ berarti signifikan, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan terdapat Pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswi tingkat I dan II Prodi DIII Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data didapat nilai selisih antara skala nyeri sebelum terapi dan setelah terapi 0,732 bernilai positif, artinya terdapat kecenderungan

penurunan skala nyeri setelah dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun dengan rata-rata penurunan 0,732. Hal ini menunjukkan bahwa terapi nafas dalam cukup efektif dalam

menurunkan skala intensitas nyeri pada mahasiswi yang mengalami dismenore. Kondisi ini disebabkan pasien merasa rileks setelah dilakukan massase. Sesuai dengan teori menurut Guyton (2010) yang menyebutkan bahwa secara klinik apabila pasien dalam keadaan rileks akan menyebabkan meningkatnya kadar serotonin yang merupakan salah satu neurotransmitter yang diproduksi oleh nucleus rafe magnus dan lokus seruleus, serta berperan dalam system analgetik otak. Serotonin menyebabkan neuron-neuron local medulla spinalis mensekresi enkefalin, karena enkefalin dianggap dapat menimbulkan hambatan presinaptik dan postsinaptik pada serabut-serabut nyeri tipe C sehingga sistem analgetika ini dapat memblokir sinyal nyeri pada δ dan A tempat masuknya ke medulla spinalis dan memiliki andil dalam memodulasi nyeri pada susunan saraf pusat.

Hasil uji dua sampel berhubungan (*Paired sample t-test*) didapat nilai $t=3,703$ dengan $p=0,001<0,05$ berarti signifikan, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan terdapat pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Tingkat I dan II STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu.

Hal ini sesuai dengan teori menurut Alviani (2015), yang menyebutkan bahwa massase yang dapat memberikan rangsangan berupa tekanan pada saraf tubuh manusia. Biasanya, pemijatan akan memberikan tekanan pada titik tangan. Rangsangan tersebut diterima oleh

reseptor saraf (saraf penerima rangsangan). Rangsangan yang diterima ini akan diubah tubuh menjadi "aliran listrik" aliran tersebut kemudian akan menjalar ke sumsum tulang belakang. Dari sumsum tulang belakang akan diteruskan ke bagian otak dan otot dan membuat pasien lebih nyaman karena massase membuat relaksasi otot.

Didukung oleh teori menurut Primadiati (2013), bahwa mekanisme kerja aroma terapi minyak zaitun dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua sistem fisiologis yaitu sistem penciuman dan sistem sirkulasi tubuh. Pada sistem penciuman. Sedangkan aroma terapi minyak zaitun yang dioleskan atau dipijatkan pada permukaan kulit, maka minyak esensialnya akan diserap oleh tubuh, yang selanjutnya akan dibawa oleh sistem sirkulasi baik sirkulasi darah maupun sirkulasi limfatik melalui proses pencernaan penyerapan kulit oleh pembuluh-pembuluh kapiler, selanjutnya, pembuluh-pembuluh kapiler mengantarnya ke susunan saraf pusat dan oleh otak akan dikirim pesan ke organ tubuh yang mengalami gangguan atau ketidakseimbangan.

Minyak esensial yang dioleskan melalui massase dapat mempengaruhi sistem tubuh dalam beberapa jam, hari atau minggu, tergantung kondisi kesehatan seseorang.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2011) yaitu hasil penelitian ini sangat jelas bahwa adanya pengaruh massase aroma terapi lavender TENS terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore. hal ini dikarenakan pijat (massase)

cara lembut membantu responden merasa lebih segar, rileks, dan nyaman selama mengalami dismenore sehingga nyeri dismenore berkurang, sedangkan TENS merupakan suatu cara penggunaan energy listrik yang digunakan merangsang system saraf melalui permukaan kulit sehingga akan merangsang pelepasan endorphin yang dapat menurunkan tingkat nyeri dismenore.

Namun demikian, perlu juga diperhatikan beberapa kesamaan faktor yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri, antara lain ; usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan serta dukungan sosial. dalam penelitian ini mendominasi dari keseluruhan responden.

Seseorang dengan pengalaman yang pernah di alaminya akan lebih mudah beradaptasi dan mengatasinya, misalnya seorang pasien yang pernah mengalami dismenore akan lebih mudah beradaptasi dibanding dengan pasien yang baru pertama kali mengalami dismenore, karena tidak ada pengalaman sebelumnya. Kondisi ini disebabkan terdapat banyak faktor yang mempengaruhi penurunan nyeri seseorang, antara lain yaitu pengalaman, karena pada umumnya orang yang sering mengalami nyeri dalam hidupnya, cenderung mengantisipasi terjadinya nyeri yang lebih hebat (Taylor, 2010).

Kemudian anseitas, karena kecemasan pasien menyebabkan menurunnya kadar serotonin. Serotonin merupakan neurotransmitter yang memiliki andil dalam memodulasi nyeri

pada susunan saraf pusat dan menyebabkan neuronneuron lokal medulla spinalis mensekresi enkefalin, karena enkefalin dianggap dapat menimbulkan hambatan presinaptik dan postsinaptik pada serabut-serabut nyeri tipe C, jadi sistem analgetika ini dapat memblokir sinyal nyeri yang akan masuk ke medulla spinalis (Guyton, 2010)

Dengan melakukan penelitian tentang pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Tingkat I dan II STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu. Diadapatkan pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Tingkat I dan II STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu Tahun 2017. Diharapkan kepada pihak STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu untuk dapat memberikan informasi tentang pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore kepada mahasiswa dengan melakukan pendidikan kesehatan dan seminar tentang pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore serta membagikan leaflet, buku dan poster sehingga mahasiswa dapat mengaplikasikan masase aroma terapi minyak zaitun untuk mengatasi nyeri dismenore. Diharapkan kepada mahasiswa untuk melakukan masase aroma terapi minyak zaitun untuk mengatasi nyeri dismenore sebelum menggunakan pengobatan farmakologi obat-obatan sehingga nyeri dismenore dapat diatasi dan tidak mengganggu aktivitas mahasiswa.

KESIMPULAN

1. Dari 41 orang pada mahasiswa kebidanan tingkat I dan II yang mengalami dismenore sebelum dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun didapat skala nyeri rata-rata 5,73 dengan standar deviasi 1,450
2. Dari 41 orang pada mahasiswa kebidanan tingkat I dan II yang mengalami dismenore setelah dilakukan massase aroma terapi minyak zaitun didapat skala nyeri rata-rata 5,00 dengan standar deviasi 1,414
3. Terdapat pengaruh massase aroma terapi minyak zaitun terhadap nyeri dismenore pada mahasiswa tingkat I dan II Prodi DIII Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvian, P. (2015). Pijat Refleksi Pijatan Tepat, Tubuh Sehat. Yogyakarta. Pustaka Baru Press
- Dinkes Kota Bengkulu. (2014). Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2013. Bengkulu: Dinkes Kota Bengkulu.
- French, L. (2014). Dysmenorrhea. American Academy of Family Physicians. www.aafp.org/afp.
- Guyton, A.C., dan Hall, J.E. (2008). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11. Jakarta: EGC
- Kumalasari, I., & Andhyantoro, I. (2013). Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.
- Lane, B. (2014). Massage in childbirth: How touch can provide pain relief during labor. Terdapat pada: <http://www.suite101.com/content/massage-in-childbirth-a-164727>. Diakses pada tanggal 20 Maret 2017.
- Proverawati. (2012). Menarche Menstruasi Pertama penuh Makna. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Primiadati, R. (2013). Aroma Terapi; Perawatan Alami Untuk Sehat dan Canti Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Reeder, dkk. (2011). Keperawatan Maternitas : Kesehatan Wanita, Bayan dan Keluarga. 18 edisi. Jakarta : EGC
- Speroff, L. Fritz, M. A. (2013). Clinical Gynecologic Endocrinology and Infertility, 7th ed. Lippincott Williams and Wilkins : Philadelphia.
- Taylor E, Dkk, Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas, Jakarta: Kencana, 2009.
- Wahyuningsih, M. (2014). Efektifitas Aroma Terapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) dan Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di BPS Utami dan Ruang Ponek RSUD Karanganyar. Prodi S-1 Keperawatan STIKES Kusuma Husada Surakarta. <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/13/01-gdlmarni.wahyu-626-1-artikel-i.pdf>. Diakses tanggal 12 Mei 2017