

**PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM TERBIMBING
TERHADAP NYERI PERINEUM PADA IBU POST
PARTUM DI RUANG PERAWATAN NIFAS
RSU BINTANG KABUPATEN
KLUNGKUNG**



SKRIPSI

**Oleh:
Ni Putu Ema Selestiana**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM TERBIMBING
TERHADAP NYERI PERINEUM PADA IBU POST PARTUM
DI RUANG PERAWATAN NIFAS RSUD BINTANG
KABUPATEN KLUNGKUNG**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**Ni Putu Ema Selestiana
NIM. A1225076**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Tama Selestiana

NIM : A1225076

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terbimbing Terhadap Nyeri
Perineum Pada Ibu Post Partum di Ruang Rawatan Nifas
RSU Bintang Kabupaten Klungkung

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan dan pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 17 Juli 2026
Peneliti


(Ni Putu Tama Selestiana)

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM TERBIMBING TERHADAP NYERI PERINEUM PADA IBU POST PARTUM DI RUANG PERAWATAN NIFAS RSU BINTANG KABUPATEN KLUNGKUNG

Diajukan Oleh:

NI PUTU EMA SELESTIANA
NIM. A1225076

Badung, 13 Juli 2026

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing:

Pembimbing I



Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.Si.T., M.Keb
NIDN: 0801058701

Pembimbing II



Maria Manda Puspita, S.ST., M. Keb
NIDN : 0813058901

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ka Prodi



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN : 0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal : 31 Juli 2026

Diajukan Oleh:

NI PUTU EMA SELESTIANA
NIM. A1225076

Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari :

Ketua Penguji

Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb., M.Keb
NIDN : 0801019503

Penguji I

Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.Si.T., M.Keb
NIDN: 0801058701

Penguji II

Maria Manda Puspita, S.ST., M. Keb
NIDN : 0813058901

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ka Prodi



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN : 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN**

Skripsi, Juli 2026

Ni Putu Ema Selestiana

Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terbimbing Terhadap Nyeri Perineum Pada Ibu Post Partum di Ruang Perawatan Nifas RSUD Bintang Kabupaten Klungkung

LXIV + 63 halaman + 7 tabel + 2 gambar + 15 lampiran

ABSTRAK

Tingginya prevalensi ibu bersalin yang mengalami luka perineum sebagai manifestasi dari luka bekas penjahitan yang dirasakan pasien akibat ruptur perineum pada kala pengeluaran. Salah satu metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri yaitu menggunakan relaksasi nafas dalam. Metode terbimbing akan lebih memastikan klien kita dapat memahami apa yang kita ajarkan atau kita berikan dalam bentuk latihan. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh relaksasi nafas dalam terbimbing terhadap nyeri perineum pada ibu postpartum di Ruang Perawatan Nifas RSUD Bintang Kabupaten Klungkung.

Metode penelitian yang digunakan *quasi experimental* dengan *one group pretest posttest design*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah ibu nifas yang dirawat di RSUD Bintang yang memenuhi kriteria inklusi berjumlah 41 orang. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar instrumen NRS. Teknik analisa data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah uji Wilcoxon

Hasil penelitian ini menunjukkan sebelum diberikan relaksasi nafas dalam terbimbing sebagian besar ibu postpartum mengalami nyeri perineum sedang cenderung berat. Setelah diberikan relaksasi nafas dalam terbimbing sebagian besar ibu postpartum mengalami nyeri perineum sedang cenderung ringan. Relaksasi nafas dalam terbimbing berpengaruh terhadap nyeri perineum pada ibu postpartum di Ruang Perawatan Nifas RSUD Bintang Kabupaten Klungkung dengan *p value* 0,00 ($p < 0,05$). Diharapkan pihak bidan di RSUD Bintang Kabupaten Klungkung dapat menerapkan teknik relaksasi nafas dalam terbimbing sebagai bagian dari asuhan nifas, serta membekali seluruh tenaga bidan dengan pelatihan teknik relaksasi non-farmakologis secara berkala guna meningkatkan kualitas pelayanan manajemen nyeri perineum secara komprehensif dan berbasis bukti.

Kata Kunci : Nyeri perineum, relaksasi nafas dalam terbimbing, post partum

Daftar Pustaka : **28 (2018-2026)**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
BACHELOR OF MIDWIFERY PROGRAM**

Undergraduate Thesis, July 2026

Ni Putu Ema Selestiana

The Effect of Guided Deep Breathing Relaxation on Perineal Pain Among Postpartum Mothers in the Postnatal Ward of Bintang General Hospital, Klungkung Regency

(xiv + 63 pages + 7 tables + 2 figures + 15 appendices)

ABSTRACT

Perineal pain is commonly experienced by postpartum mothers as a result of perineal lacerations and suturing following vaginal delivery. One of the non-pharmacological methods for reducing pain is guided deep breathing relaxation. The guided approach helps ensure that patients clearly understand and correctly perform the relaxation technique. This study aimed to determine the effect of guided deep breathing relaxation on perineal pain among postpartum mothers in the postnatal ward of Bintang General Hospital, Klungkung Regency.

This study employed a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The study involved 41 postpartum mothers admitted to Bintang General Hospital who met the inclusion criteria. Perineal pain intensity was assessed using the Numeric Rating Scale (NRS). Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test.

The results showed that before the intervention, most postpartum mothers experienced moderate to severe perineal pain. After receiving guided deep breathing relaxation, most participants experienced moderate to mild perineal pain. The Wilcoxon Signed Rank Test demonstrated that guided deep breathing relaxation had a significant effect on reducing perineal pain among postpartum mothers in the postnatal ward of Bintang General Hospital, Klungkung Regency ($p = 0.000$; $p < 0.05$). It is recommended that midwives at Bintang General Hospital incorporate guided deep breathing relaxation into routine postpartum care and provide regular training on non-pharmacological relaxation techniques to improve comprehensive and evidence-based perineal pain management.

Keywords: *guided deep breathing relaxation, perineal pain, postpartum mothers*

References: 28 (2018–2026)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terbimbing Terhadap Nyeri Perineum Pada Ibu Post Partum di Ruang Peawatan Nifas RSUD Bintang Kabupaten Klungkung” sesuai dengan waktu yang direncanakan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb) pada program studi Sarjana Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Kebidanan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.SiT., M.Keb selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Maria Manda Puspita, S.ST., M.Keb selaku pembimbing 2 saya yang telah menyempurnakan penyusunan skripsi ini.
5. Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb., M.Keb selaku penguji utama saya telah memberikan masukan sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
6. Seluruh pihak yang turut berperan penting dalam penyusunan skripsi penelitian ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan memberikan mamfaat bagi perkembangan ilmu kesehatan.

Badung,13 Juli 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Pelayanan Kebidanan.....	6
2. Masyarakat.....	6
3. Institusi Pendidikan.....	7
4. Pengembangan Ilmu Kebidanan	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teoritis	9
1. Konsep Postpartum	9
2. Konsep Dasar Laserasi Perineum	14
3. Konsep Nyeri	20
4. Konsep Relaksasi Nafas Dalam Terbimbing	25

B. Kajian Empiris	30
C. Kerangka Teori	32
BAB III KERANGKA KONSEP HIPOTESIS DEFINISI OPERASIONAL	33
A. Kerangka Konsep	33
B. Hipotesis	33
C. Definisi Operasional Variabel.....	34
BAB IV METODE PENELITIAN	36
A. Rancangan Penelitian	36
B. Populasi dan Sampel.....	37
1. Populasi.....	37
2. Sampel	37
C. Tempat Penelitian	39
D. Waktu Penelitian	39
E. Etika Penelitian.....	39
F. Alat Pengumpul Data	42
1. Instrumen Penelitian	42
2. Validitas dan Reliabilitas	43
G. Prosedur Penelitian	44
H. Pengolahan Data	46
I. Analisis Data	47
BAB V HASIL PENELITIAN	49
A. Tempat dan Waktu Penelitian	49
B. Analisa Univariat.....	50
C. Analisa Bivariat	52
BAB VI PEMBAHASAN.....	54
A. Interpretasi Penelitian	54
B. Keterbatasan Penelitian	61
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	61
1. Pelayanan Kebidanan.....	61
2. Pendidikan Kebidanan	61
3. Penelitian Kebidanan	62

BAB VII PENUTUP	63
A. Simpulan.....	63
B. Saran	63
1. Bagi Pelayanan Kebidanan	63
2. Bagi Masyarakat	64
3. Bagi Institusi Pendidikan	64
4. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	64
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	35
Tabel 4.1	Desain <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	36
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Responden di RSUD Bintang.....	49
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Penurunan Nyeri Perineum Sebelum Dilakukan Relaksasi Nafas Dalam Terbimbing di RSUD Bintang Kabupaten Klungkung	50
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Penurunan Nyeri Perineum Setelah Dilakukan Relaksasi Nafas Dalam Terbimbing di RSUD Bintang Kabupaten Klungkung	51
Tabel 5.4	Hasil Uji Normalitas.....	52
Tabel 5.5	Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terbimbing terhadap Nyeri Perineum	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep	32
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Keterangan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Pengantar Etik
- Lampiran 5 Sertifikat Etik
- Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 8 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10 Lembar Observasi NRS
- Lampiran 11 Lembar Wawancara Identitas Responden
- Lampiran 12 SOP
- Lampiran 13 Hasil SPSS
- Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 15 Lembar Bimbingan

DAFTAR SINGKATAN

AKI	: Angka Kematian Ibu
WHO	: <i>World Health Organization</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
NSAID	: <i>Non Steroid Anti Inflammatory Drugs</i>
BPM	: Bidan Praktik Mandiri
RSIA	: Rumah Sakit Ibu dan Anak
RSU	: Rumah Sakit Umum
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
PaCO ₂	: <i>Partial Pressuere of Carbon Dioxide</i>
PH	: <i>Potential of Hydrogen</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
P-Value	: <i>Probability value</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Adwitia, R., & Adimayanti, E. (2024). Relaksasi Napas Dalam Dan Vulva Hygiene Pada Pengelolaan Ketidaknyamanan Ibu Post Partum Spontan Dengan Episiotomi. *Jurnal Informatika Dan Kesehatan*, 1(2), 90–97.
- Ahmadi, Z., Torkzahrani, S., Roosta, F., Shakeri, N., & Mhmoodi, Z. (2017). Effect Of Breathing Technique Of Blowing On The Extent Of Damage To The Perineum At The Moment Of Delivery: A Randomized Clinical Trial. *Iranian Journal Of Nursing And Midwifery Research*, 22(1), 62. <https://doi.org/10.4103/1735-9066.202071>
- Aji, S. P., Prabasari, S. N., Kartikasari, M. N. D., Sakinah, I., Zulaikha, L. I., Lestari, M., Khasanah, U., Sagita, W., Petralina, B., & Argaheni, N. B. (2022). *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Get Press.
- Alyaturrohman, S., & Bage, V. P. (2024). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Yang Dilakukan Tindakan Pemasangan Infus Di Ruang Bougenville Di Rumah Sakit Marinir Cilandak. *Nursing Journal: Jurnal Keperawatan Mayapada*, 1(1), 29–37.
- Amarina, A. R., & Irmayani, I. (2023). Pengaruh Kombinasi Senam Kegel Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas. *Jurnal Midwifery Update (Mu)*, 5(1), 30–35.
- Azizah, N., & Rosyidah, R. (2019). Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui. *Umsida Press*, 1–209.
- Buleleng, D. K. K. (2016). *Laporan Dinkes Kab. Buleleng*.
- Choirunissa, R., Widowati, R., & Nabila, P. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Terapi Birth Ball Untuk Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Di Klinik P Kota Serang. *Journal Of Community Engagement In Health*, 4(1), 219–224.
- Dian Ayu Safitri, D. (2022). *Pengaruh Teknik Relaksasi Pernapasan Dengan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Bekas Jahitan Perineum Ibu Postpartum Di Praktik Mandiri Bidan Ismu Jatiyoso*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Harrold, M. A. P. O. M. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Kecelakaan Lalu Lintas Di Igd Rsud Maria Walanda Maramis Airmadidi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Manado*, 1(3).

- Herliawati, P. A., Aliah, N., Ningsih, E. S. B., Andolina, N., Mulyati, L., Dewianti, N. M., Mariza, A., Iswanti, T., Triana, A., Amir, E. F., & Elizar, E. (2026). Buku Ajar Metodologi Penelitian Kebidanan. In *Mahakarya Citra Utama*. Mahakarya Citra Utama.
- Herliawati, P. A., Hildayanti, R. A., & Astuti, N. L. S. (N.D.). *The Effectiveness Of Slow Deep Breathing On Pain Intensity In Children Through Circumcision*.
- Juneris Aritionang, S. S. T., Keb, M., & Simanjuntak, Y. T. O. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Disertai Kisi-Kisi Soal Ujian Kompetensi*. Deepublish.
- Kemenkes Ri. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Kusmiati, K., Tirtawati, G. A., Novitasari, A., & Nuratni, N. K. (2023). Pengaruh Saraba Instan Terhadap Luka Perineum Pada Ibu Nifas. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 215–219.
- Kusyati, E. A. (2012). Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari Wetan Semarang Tahun 2012. *Jurnal Kebidanan Stikes Karya Husada Semarang*, 1v(02), 93–100.
- Lukman, T. V. (2013). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post-Operasi. *Tesis*.
- Maryani, D., & Himalaya, D. (2020). Efek Aroma Terapi Lavender Mengurangi Nyeri Nifas. *S I Kebidanan*, 8(1).
- Mckinney, E. S., & Murray, S. S. (2017). *Study Guide For Maternal-Child Nursing-E-Book*.
- Meidya Pratiwi, A., & Chana Zuliyanti, I. (2021). *Massage Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan*. Alma Ata University Press.
- Meo, M. L. N. (2022). Keperawatan Maternitas 1: Manajemen Nyeri Intrapartum. *Fatima Press*, 70.
- Ningsih, D. A., Yunadi, F. D., & Retnowati, M. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Penerbit Nem.
- Nugroho, R., & Suyanto, S. (2023). Meta-Analisis Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Rasa Nyeri Pada Pasien Post Operasi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3 Se-Articles). <https://doi.org/10.37287/Jppp.V5i3.1698>

- Nursalam. (2017). *Metodelogi Penelitian Keperawatan* (Edisi 4). Salemba Medika.
- Nursalam. (2020). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. P. Lestari (Ed.); 5th Ed., Vol. 21, Issue 1). Salemba Medika. [Http://Journal.Um-Surabaya.Ac.Id/Index.Php/Jkm/Article/View/2203](http://Journal.Um-Surabaya.Ac.Id/Index.Php/Jkm/Article/View/2203)
- Organization, W. H. (2016). *Who Recommendations On Antenatal Care For A Positive Pregnancy Experience*. World Health Organization.
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan* (Ke 4, Ceta). Pt.Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Purwoastuti, Dan W. (2021). Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir. In Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir. *Pustaka Baru Press, July 2020*.
- Rhomadona, S. W., Ardiyanti Hidayah, S. S. T., Wiwin Widayanti, S. S. T., Ernawati, E., St, S., & Kusumastuti, S. S. T. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komplementer Pada Ibu Nifas*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Sholeha, T. A. (2022). *Efektifitas Kombinasi Counter Pressure Massage Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Rasa Cemas Dan Penurunan Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif*. Poltekkes Tanjungkarang.
- Sitorus, N. Y., & Maimunah, R. (2021). Masase Mengurangi Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 726–730.
- Sugiyono, P. D. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (4th Ed.). Alfabeta.
- Sulfianti, S., Indryani, I., Purba, D. H., Sitorus, S., Yuliani, M., Haslan, H., Ismawati, I., Sari, M. H. N., Pulungan, P. W., & Wahyuni, W. (2020). *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Yayasan Kita Menulis.
- Widayani, W. (2016). *Aromaterapi Lavender Dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Perineum Pada Ibu Post Partum Lavender Aromatherapy Reduced The Intensity Of Perineal Pain Among Post Partum Women*. 4(September), 123–128.
- Wijaya, W., Limbong, T. O., & Yulianti, D. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas: Untuk Sarjana Akademik Dan Profesi*. Penerbit Nem.
- Yanti, E. M., & Fatmasari, B. D. (2023). *Buku Psikologi Kehamilan, Persalinan, Dan Nifas*. Penerbit Nem.