

## Pengaruh Kombinasi Nafas Dalam dan Aromaterapi Jeruk Manis dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pre-Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Tiara Sella Kota Bengkulu

Andi Kristian<sup>1</sup>, Panzilion<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup>Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

### Article Info

#### Key words :

deep breathing,  
aromatherapy, pre-op Sectio  
Caesarea

#### \*Corresponding author:

**Panzilion**, Prodi Ilmu  
Keperawatan, Fakultas Ilmu  
Kesehatan, Universitas  
Muhammadiyah Bengkulu

Email:

[panzilion@umb.ac.id](mailto:panzilion@umb.ac.id)

### Abstract

*The birth process is an emotional experience that involves physical and psychological mechanisms. One type of delivery process that is carried out is surgery or Sectio Caesarea. Delivery by Sectio Caesarea. It can cause anxiety both before and after surgery. The interventions that can be done to overcome non-pharmacological anxiety are deep breathing techniques and aromatherapy. The study aimed to determine the effect of a combination of deep breathing and sweet orange aromatherapy in reducing the anxiety of preoperative Sectio Caesarea patients at Tiara Sella Hospital, Bengkulu City. The One Group Pre-Post Test Design is the research design utilized in this study, which combines quantitative research with a rapid experimental technique. Prior to the intervention, the univariate analysis revealed that the distribution of anxiety frequency was as follows: 19 individuals (95%) had severe anxiety, and 1 person (5%), had moderate anxiety. After the intervention, the distribution of anxiety frequency was as follows: mild anxiety in 7 individuals (35%), moderate anxiety in 12 individuals (60%) and severe anxiety in 1 individual (5%). The bivariate analysis revealed that the combination of deep breathing and sweet orange aroma therapy was effective in reducing anxiety in preoperative patients prior to caesarean sections at Tiara Sella Hospital Bengkulu City, with a p value of 0.000. The study's findings are intended to serve as a guide for conquering and lowering anxiety in individuals undergoing preoperative cesarean sections..*

### PENDAHULUAN

Proses persalinan adalah suatu pengalaman emosi yang melibatkan mekanisme fisik dan psikologis. Selain itu pengalaman nyeri persalinan yang merupakan pengalaman subjektif yang dialami pasien secara sensasi fisik berkaitan dengan his uterus, dilatasi dan pematangan serviks serta proses keluarnya janin pada saat melahirkan. Setiap orang bereaksi berbeda terhadap rasa sakit, bergantung pada kepribadian, budaya, keluarga, tingkat pendidikan, dan pengalaman melahirkan di masa lalu (Whitburn et al., 2017).

Ada beberapa macam proses persalinan yaitu persalinan dengan cara spontan, normal, induksi dan pembedahan. Persalinan tindakan dilakukan ketika persalinan normal/spontan tidak memungkinkan karena faktor internal dan eksternal janin yang kompleks. Salah satu jenis prosedur yang dilakukan adalah operasi atau operasi caesar (Sulfianti et al., 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pada tahun 2021, di negara-negara kurang berkembang, sekitar 8% perempuan akan melahirkan melalui operasi caesar, dibandingkan dengan di Afrika sub-Sahara hanya 5%. Hal ini menunjukkan kurangnya akses

terhadap hal ini. Sebaliknya di Amerika Latin dan Karibia angka ini mencapai 4 dari 10 kelahiran (43%). Di lima negara (Republik Dominika, Brazil, Siprus, Mesir dan Turki), jumlah kelahiran SC kini melebihi jumlah kelahiran normal. Tingkat operasi SC secara global telah meningkat dari sekitar 7% pada tahun 1990 menjadi 21% pada tahun 2021 dan diperkirakan akan terus meningkat selama dekade ini. Jika tren ini terus berlanjut, pada tahun 2030 tingkat tertinggi diperkirakan terjadi di Asia Timur (63%), Amerika Latin dan Karibia (54%), Asia Barat (50%), Afrika Utara (48%), dan Eropa Selatan. (47%) dan Australia dan Selandia Baru (45%) (World Health Organization, 2021)

Berdasarkan Rikesdas tahun 2018, jumlah kelahiran SC pada perempuan usia 10-54 tahun di Indonesia mencapai 17,6% dari seluruh kelahiran. Selain itu, pada wanita Indonesia usia 10-54 tahun, banyak dilaporkan cacat/komplikasi lahir sebesar 23,2%, laporan posisi janin transversal/labial sebesar 3,1%, perdarahan sebesar 2,4%, kejang sebesar 0,2% dan 5,6% ketuban pecah sebelum waktunya, waktu persalinan yang lama 4,3%, ligasi tali pusat 2,9%, persalinan prematur 0,7%, retensio plasenta 0,8%, perdarahan 2,7% dan lainnya 4,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Angka melahirkan dengan tindakan SC di Provinsi Bengkulu menurut hasil Rikesdas 2018 sebanyak 14,9 % dengan umur pasien tertinggi pada umur 40 - 44 tahun sebesar 24,7 %, pendidikan sebesar D1/S1 33,2 % , pekerjaan PNS /TNI / POLRI sebesar 33,6 %. Untuk faktor penyulit persalinan sehingga dilakukan tindakan *Sectio Caesaria* tertinggi dilakukan pada kasus ketuban pecah sebelum waktunya sebesar 4,5 %, waktu perlainan memanjang sebesar 3,5 % dan posisi melintang / sungsang sebesar 3,5 % (Kementrian Kesehatan, 2020).

Pembedahan SC adalah operasi pengangkatan embrio dengan membuat sayatan pada dinding perut dan dinding rahim. (Gerald, 2020). Persalinan secara pembedahan khususnya *Sectio Caesarea* dapat menimbulkan rasa cemas baik sebelum tindakan maupun sesudah tindakan. Kecemasan tersebut dapat berbeda – beda tergantung dengan coping dari pasien. Coping tersebut dapat berupa adaptif dan mal adaptif (Khoirullisa, 2019)

Terapi untuk mengatasi kecemasan pada pasien hendak menjalani operasi caesar dibedakan menjadi 2 jenis, yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis adalah terapi yang menggunakan obat anticemas seperti benzodiazepin (diazepam) dan nonbenzodiazepin seperti buspirone (buspar), sedangkan terapi nonfarmakologis adalah terapi yang tidak menggunakan obat-obatan untuk mengatasi kecemasan. Teknik-teknik tersebut antara lain imajinasi, distraksi, akupunktur, biofeedback, self-hypnosis, stimulasi kulit, terapi saraf listrik transkutan (stimulasi saraf transkutan (TENS), relaksasi progresif, relaksasi autogenik), pernapasan dalam, imajinasi terbimbing, meditasi, yoga (Arianti & Restipa, 2019; Hartinah, 2019).

Teknik pernapasan dalam dan aromaterapi merupakan pengobatan nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk menghilangkan rassa cemas pada pasien yang akan menjalani operasi caesar. Penelitian yang dilakukan oleh Azis, et al., (2020), mengemukakan bahwa teknik pernapasan dalam/latihan pernapasan

dalam sangat efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien menjelang operasi. Lebih lanjut, Khoirullisa, (2019), mengemukakan bahwa teknik pernafasan dalam dan aromaterapi *Citrus Aurantium* berpengaruh yang signifikan dalam menghilangkan kecemasan pasien pra operasi caesar.

Berbagai peneliti telah melakukan penelitian terhadap teknik pernafasan dalam dan aromaterapi untuk mengurangi kecemasan pada pasien sebelum dan sesudah operasi caesar, dan, penelitian yang dilakukan oleh Rusdin, et al., (2021), menyelidiki efektivitas teknik komunikasi dan fasilitasi. Mengurangi kecemasan pasien sebelum operasi caesar (Kaswindiarti & Khotimah, 2021; Kaswindiarti & Noviyanti, 2021), menunjukkan bahwa aromaterapi jeruk manis digunakan untuk menurunkan tekanan darah, denyut nadi, laju pernafasan dan asma pada anak yang mengalami kecemasan pada kunjungan pertama. Hal ini dilakukan dengan menggunakan dokter gigi klinik.

Jeruk manis atau *Citrus Sinensi* atau dikenal juga dengan sebutan jeruk manis termasuk dalam famili Rutaceae. Komponen utama minyak jeruk manis aromaterapi dapat dipastikan dengan analisis kromatografi gas antara lain limonene 92%, myrcene 3% dan komponen lainnya  $\alpha$ -pinene, beta-pinene, p-cymene, linalool dan geraniol. %. Limonene merupakan komponen aromaterapi minyak atsiri *Citrus Sinensis* yang dapat mengurangi kecemasan, dan komponen jeruk manis lainnya antara lain linalool dan geraniol yang farmakologis seperti menenangkan, tonik, tekanan darah rendah, penurunan denyut jantung, anti cemas dan mengendurkan otot (Kaswindiarti & Noviyanti, 2021; Pour, et al., 2013).

Berdasarkan data awal, di Rumah Sakit Tiara Sella kota Bengkulu selama tahun 2022 terdapat 958 pasien yang melakukan persalinan dengan tindakan pembedahan *Sectio Caesarea*, dimana tertinggi pada di bulan April 2022 dengan 99 orang pasien yang melakukan tindakan *Sectio Caesarea*. Dalam menghadapi tindakan pembedahan SC, di Rumah Sakit Tiara Sella telah dilakukan beberapa intervensi yang dilakukan seperti teknik napas dalam, teknik distraksi, dan beberapa jenis aroma terapi. Tetapi di Rumah Sakit Tiara Sella belum ada dilakukan kombinasi antara teknik penapasan dalam dan aromaterapi dalam menghilangkan rasa cemas pada pasien yang akan menjalani tindakan pembedahan SC .

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan pendekatan *quasy eksperimental* dan desain penelitian yang digunakan *One Grup Pre-Post Test Design*. Sampel pada penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 20 orang. Instrumen yang digunakan adalah ekstrak aromaterapi jeruk manis, lembar observasi. Dan menggunakan teknik analisa univariat dan bivariat.

**HASIL**

**1. Distribusi frekuensi sebelum dilakukan intervensi Kombinasi Napas Dalam Dan Aromaterapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea***

Tabel 1. Distribusi frekuensi sebelum dilakukan intervensi Kombinasi Napas Dalam Dan Aromaterapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea*

<b>Pre Intervensi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase ( %)</b>
Kecemasan sedang	1	5
Kecemasan berat	19	95
Total	20	100

Menurut tabel diatas, didapatkan hasil tingkat kecemasan pasien sebelum dilakukan intervensi berada pada kategori tingkat kecemasan berat sebanyak 19 orang ( 95 %) dan kecemasan sedang sebanyak 1 orang (5%).

**2. Distribusi frekuensi Sesudah dilakukan intervensi Kombinasi Napas Dalam Dan Aromaterapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea***

Tabel 2. Distribusi frekuensi Sesudah dilakukan intervensi Kombinasi Napas Dalam Dan Aroma Terapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea*

<b>Post Intervensi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase ( %)</b>
Kecemasan Ringan	7	35
Kecemasan sedang	12	60
Kecemasan berat	1	5
Total	20	100

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil tingkat kecemasan pasien sesudah dilakukan intervensi mengalami penurunan yaitu pada kategori kecemasan ringan sebanyak 7 orang (35 %), kecemasan sedang 12 orang (60 %) dan kecemasan berat 1 orang (5 %)

**3. Pengaruh Kombinasi Napas Dalam Dan Aroma Terapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea***

Tabel 3. Pengaruh Kombinasi Napas Dalam Dan Aroma Terapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea*

Variabel	N	Mean rank	Nilai Z	P value
Kecemasan sebelum dan sesudah intervensi	20	10.50	-3,933	0.000

Berdasarkan tabel diatas. dapat dilihat bahwa nilai *mean rank* untuk tingkat kecemasan adalah 10.50, sedangkan berdasarkan uji wilcoxon didapatkan nilai Z – 3.933 dengan signifikan level 0.000 ( $p \text{ value} < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan ada pengaruh kombinasi Napas Dalam Dan Aroma Terapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi SC Di Rumah Sakit Tiara Sella Kota Bengkulu.

## **PEMBAHASAN**

### **Distribusi frekuensi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi Kombinasi Napas Dalam Dan Aroma Terapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan**

Dari hasil penelitian ini didapatkan nilai rata – rata sebelum dilakukan intervensi kombinasi napas dalam dan aroma terapi jeruk manis pada pasien pre op pasien yang *Sectio Caesarea* adalah 20.50 termasuk pada kategori kecemasan berat dengan nilai min 16, nilai max 24. Sedangkan nilai rata – rata sesudah dilakukan intervensi sebesar 14.50 termasuk

Kecemasan merupakan respon seseorang terhadap suatu keadaan yang tiba-tiba dan tidak terduga, orang tersebut berusaha melindungi dirinya dari keadaan tersebut, dan bila tidak dapat mengatasinya maka ia mengubah penampilan fisik dan mentalnya. Kondisi ini ditandai dengan perubahan tekanan darah, detak jantung, pernapasan, mual, sering buang air kecil, dan gangguan fisik lainnya yang menurunkan energi dan konsentrasi pasien (Rahmayati & Handayani, 2017; Savitri et al., 2019). Proses persalinan adalah salah satu situasi yang dapat menyebabkan kecemasan

Proses melahirkan dapat dilakukan oleh (ibu) atau dengan operasi caesar. Operasi Caesar adalah suatu tindakan melahirkan yang bertujuan untuk melahirkan bayi dengan cara membuat sayatan pada perut dan rahim ibu. (Wiguna et al., 2020). Proses persalinan dapat dilakukan secara normal (per vaginam) ataupun secara *Sectio Caesarea*. *Sectio Caesarea* merupakan proses persalinan yang bertujuan untuk mengeluarkan bayi dengan cara menginsisi perut dan rahim ibu (Wiguna et al., 2020). Proses melahirkan dengan metode *Sectio Caesarea* dapat membuat ibu khawatir ketika mengalami ketakutan seperti takut harus menjalani operasi (*Sectio Caesarea*), mengeluarkan banyak biaya karena biaya, dan tidak mampu mengurus persalinan, dan ketakutan bayi akan meninggal, sehingga jika ketakutan tersebut tidak diatasi akan menimbulkan kecemasan. Keadaan ini akan menyebabkan gangguan pada janin karena hormon – hormon stres akan mengganggu aliran darah dari ibu ke janin (Astuti et al., 2019; Fatmawati & Pawestri, 2021).

Pasien dengan primigravida lebih merasakan kecemasan atau tingkat kecemasan lebih tinggi daripada jenis paritas yang lain. Hal ini karena merupakan pengalaman pertama kehamilan dan kecemasan tersebut akan bertambah ketika semakin dekat dengan proses persalinan terkhusus apabila telah diketahui persalinan tersebut akan melalui persalinan *sectio caesarea* dengan indikasi tertentu (Heriani, 2016; Siregar et al., 2021).

### **Pengaruh Kombinasi Napas Dalam Dan Aroma Terapi Jeruk Manis Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operas *Sectio Caesarea* Di Rumah Sakit Tiara Sella Kota Bengkulu**

Hasil penelitian ini ditemukan dan disimpulkan ada pengaruh kombinasi napas dan dan aroma terapi jeruk manis pada pasien preoperasi *Sectio Caesarea*. Hal ini dapat dilihat dari uji statistik yang menggunakan uji wilcoxon dengan nilai p value  $0,000 < 0,05$ . Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Valentania, (2023), ada pengaruh kombinasi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi terhadap penurunan kecemasan pada pasien preoperasi SC dengan nilai p Value  $0,000 < 0,05$  dan nilai Z -7.655. Selain itu penelitian Santi et al., (2020), dengan kombinasi lain yaitu terapi dzikir dan relaksasi nafas dalam, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi dzikir dan relaksasi nafas dalam efektif menurunkan tingkat kecemasan pada pasien *Sectio Caesaria* sebelum operasi dengan nilai p-value  $0,000 < 0,05$

Selain pernafasan dalam, pemberian aromaterapi merupakan salah satu intervensi untuk mengurangi kecemasan pasien. Penelitian yang dilakukan oleh Widyantari, (2021), Aromaterapi lavender dilaporkan efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan menjelang operasi caesar di ruang operasi RS Nusa Dua, dan nilai p-value 0,000; Nilainya 0,05 dan nilai Z -5,380. Aromaterapi merupakan pengobatan komplementer kecemasan yang populer dan aman dibandingkan pengobatan konvensional (Premkumar et al., 2019). Aromaterapi dapat diterapkan dalam berbagai cara, seperti sauna, pijat, kompres, dan mandi. Aromaterapi jeruk manis (*Citrus sinensis*) merupakan salah satu jenis aromaterapi inhalasi. Aromaterapi jeruk manis mengandung 92% limonene, 3% myrcene dan 5% bahan lainnya yaitu  $\alpha$ -pinene,  $\beta$ -pinene, p-cymene, linalool, geraniol (Soni et al., 2018). Limonene merupakan komponen aromaterapi dari minyak esensial *Citrus sinensis* dan diketahui dapat mengurangi kecemasan (Kaswindiarti & Khotimah, 2021).

### **SIMPULAN**

Berdasarkan Penelitian ini disimpulkan ada pengaruh yang signifikan kombinasi napas dalam dan aroma terapi jeruk manis dalam menurunkan kecemasan pasien pre operasi *sectio caesarea* di Rumah Sakit Tiara Sella Kota Bengkulu dengan nilai p value  $0,000 < 0,05$ , dengan adanya penurunan tingkat kecemasan dari kategori kecemasan berat ke kategori kecemasan ringan.

## REFERENSI

- Arianti, D., & Restipa, L. (2019). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida. *JIK- Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 103. <https://doi.org/10.33757/jik.v3i2.232>
- Astuti, D., Hartinah, D., & Permana, D. R. A. (2019). Pengaruh Pemberian Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post SC. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(2), 307. <https://doi.org/10.26751/jikk.v10i2.687>
- Azis, H. A., Retnaningtyas, E., & Sindarti, G. M. (2020). The Effect Of Deep Breathing Exercise On The Level Of Answer In Pre Operation Sectio Caesarea Patients In Lavalette Hospital, Malang City. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(2), 153–162. <https://ojs.poltekkes-malang.ac.id/index.php/jpk/article/view/2049>
- Fatmawati, L., & Pawestri, P. (2021). Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea dengan Terapi Murotal dan Edukasi Pre Operasi. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 25. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i1.8263>
- Geraldy, Y. (2020). *Profil Persalinan Seksio Sesarea Pada Hipertensi Dalam Kehamilan Berdasarkan Hasil Luaran Ibu Di RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar* [Universitas Hasanuddin]. <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/1285/>
- Hartinah, D. (2019). Pengaruh Pemberian Terapi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Sc. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(2), 307–321. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26751/jikk.v10i2.687>
- Heriani, H. (2016). Kecemasan dalam Menjelang Persalinan Ditinjau Dari Paritas, Usia dan Tingkat Pendidikan. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 01–08. <https://doi.org/10.30604/jika.v1i2.14>
- Kaswindiarti, S., & Khotimah, T. H. (2021). Pengaruh Aromaterapi Jeruk Manis (Citrus Sinensis) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dan Denyut Nadi Anak Usia 6-9 Tahun Pada Kunjungan Pertama Ke Dokter Gigi. *JIKG (Jurnal Ilmu Kedokteran Gigi)*, 3(2), 19–23. <https://journals.ums.ac.id/index.php/jikg/article/view/12469/6478>
- Kaswindiarti, S., & Noviyanti, D. (2021). Pengaruh Aromaterapi Jeruk Manis (Citrus Sinensis) Terhadap Perubahan Frekuensi Pernapasan Dan Saturasi Oksigen Anak Usia 6-9 Tahun Pada Kunjungan Pertama Ke Dokter Gigi. *JIKG (Jurnal Ilmu Kedokteran Gigi)*, 4(1), 18–23. <https://journals.ums.ac.id/index.php/jikg/article/view/15774>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Rikesdas 2018. *Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–100. [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Ha](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Ha)

si l-riskesda-2018\_1274.pdf

- Kementrian Kesehatan. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan tentang Standar Antropometri Anak* (pp. 1–8). <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/152505/permenkes-no-2-tahun-2020>
- Khoirullisa, I. (2019). *Pengaruh Aromaterapi Citrus Aurantium Dengan Slow Deep Breathing Pada Pre Operasi Sectio Caesarea Terhadap Kecemasan Dengan Spinal Anestesi Di RS PKU Muhammadiyah Bantul*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3580/>
- Pour, F., Arman, S., & Jaafarzadeh, M. (2013). Effect of aromatherapy with orange essential oil on salivary cortisol and pulse rate in children during dental treatment: A randomized controlled clinical trial. *Advanced Biomedical Research*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.4103/2277-9175.107968>
- Premkumar, K. S., Aafaque, S., Sumalatha, S., & Narendran, N. (2019). Effect of Aromatherapy on Dental Anxiety Among Orthodontic Patients: A Randomized Controlled Trial. *Cureus*, 11(8). <https://doi.org/10.7759/cureus.5306>
- Rahmayati, E., & Handayani, R. S. (2017). Perbedaan Pengaruh Terapi Psikoreligius dengan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif di RSUD dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 191. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i2.472>
- Rusdin, M. A., Tahiruddin, T., & Mien, M. (2021). Perbedaan Efektivitas Terapi Zikir dan Relaksasi Nafas dalam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 2(01), 1–9. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JIKK/article/view/415>
- Santi, Y. K., Sarwinanti, M. K., Mat, S. K., & Handayani, D. S. (2020). *Pengaruh Kombinasi Dzikir Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rs Pku Muhammadiyah Gamping Yogyakarta* (pp. 1–25). Universitas' Aisyiyah Yogyakarta. <http://digilib.unisayogya.ac.id/4935/>
- Savitri, W., Fidayanti, N., & Subiyanto, P. (2019). Terapi Musik dan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi. *Media Ilmu Kesehatan*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.30989/mik.v5i1.138>
- Soni, S., Bhatia, R., & Oberoi, J. (2018). Evaluation of the efficacy of aromatherapy on anxiety level among pediatric patients in a dental setting: a randomized control trial. *International Journal of Oral Care and Research*, 6(2), 44–49. [http://ijocrweb.com/pdf/2018/April-June/10\\_DR\\_SHEENA\\_DY\\_PATIL\\_PEDO.pdf](http://ijocrweb.com/pdf/2018/April-June/10_DR_SHEENA_DY_PATIL_PEDO.pdf)
- 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.
- Valentania, R. P. P. (2023). *Pengaruh Kombinasi Relaksasi Nafas Dalam Dan*



*Aromaterapi Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di RSUD Kota Pekalongan [Poltekkes Kemenkes Yogyakarta].*  
<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/13082/>

Whitburn, L. Y., Jones, L. E., Davey, M.-A., & Small, R. (2017). The meaning of labour pain: how the social environment and other contextual factors shape women's experiences. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(1), 1–10.  
<https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-017-1343-3>

Widyantari, N. P. (2021). *Pengaruh Tehnik Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi Sectio Caesarea di Ruang Operasi RSU X Nusadua* (pp. 1–73). STIKES BINA USADA BALI.  
<http://repository.binausadabali.ac.id/278/>

Wiguna, T. O., Surya, I. G. H. W., Manuaba, I. B. G. F., & Sudirman, J. (2020). Indikasi ibu melakukan persalinan seksio sesarea di RSUP Sanglah Denpasar tahun 2018. *Intisari Sains Medis*, 11(2), 778–781.  
<https://doi.org/10.15562/ism.v11i2.724>

World Health Organization, W. (2021). *Caesarean section rates continue to rise, amid growing inequalities in access*. <https://www.who.int/news/item/16-06-2021-caesarean-section-rates-continue-to-rise-amid-growing-inequalities-in-access>