



**EFEKTIVITAS KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER DAN
MUSIK KLASIK TERHADAP KECEMASAN IBU BERSALIN
DI PUSKESMAS GEMUH I**

Lestari Puji Astuti¹⁾, Evi Purna Pujiastuti²⁾, Fauziah Winda Gurnita³⁾

^{1), 2), 3)} Program Studi Kebidanan, Universitas Karya Husada Semarang

E-mail: tari.stikeskh@gmail.com,

ABSTRAK

Pendahuluan : Kecemasan pada ibu bersalin kala I dapat meningkatkan persepsi nyeri, ketegangan otot, dan berpotensi menghambat kemajuan persalinan. Intervensi nonfarmakologi yang mudah diterapkan diperlukan untuk membantu ibu lebih rileks, salah satunya kombinasi aromaterapi lavender dan musik klasik. **Tujuan penelitian**: Mengetahui efektivitas kombinasi aromaterapi lavender dan musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin di Puskesmas Gemuh **Metode**: Penelitian kuantitatif pre-eksperimental dengan desain 8. Sampel berjumlah 30 ibu bersalin kala I fase aktif (pembukaan 4–7 cm). Tingkat kecemasan diukur menggunakan kuesioner HARS sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi diberikan selama 20 menit menggunakan diffuser lavender dan musik klasik. Analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. **Hasil**: Sebelum intervensi, mayoritas responden mengalami kecemasan sedang (93%). Setelah intervensi, mayoritas mengalami kecemasan ringan (77%) dan sisanya kecemasan sedang (23%). Uji Wilcoxon menunjukkan penurunan kecemasan signifikan ($Z = -4,583$; $p\text{-value} = 0,000$). **Kesimpulan**: Kombinasi aromaterapi lavender dan musik klasik efektif menurunkan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I di Puskesmas Gemuh I.

Kata kunci: Aromaterapi Lavender, Musik Klasik, Kecemasan, HARS, Ibu Bersalin

Daftar Pustaka : 67 (2016-2025)

***THE EFFECTIVENESS OF LAVENDER AROMATHERAPY AND CLASSICAL
MUSIC ON ANXIETY IN WOMEN DURING LABOR AT GEMUH I COMMUNITY
HEALTH CENTER***

ABSTRACT

Introduction: Anxiety in first-stage labor can increase pain perception, muscle tension, and potentially hinder labor progress. Easy-to-implement non-pharmacological interventions are needed to help mothers relax more, one of which is the combination of lavender aromatherapy and classical music. **Objective**: To determine the effectiveness of the combination of lavender aromatherapy and classical music on the anxiety levels of laboring mothers at Gemuh Community Health Center. **Method**: A quantitative pre-experimental study with a one-group pretest–posttest design. The sample consisted of 30 mothers in the active phase of first-stage labor (4–7 cm dilation). Anxiety levels were measured using the HARS questionnaire before and after the intervention. The intervention was given for 20 minutes using a lavender diffuser and classical music. Analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test. **Results**: Before the intervention, the majority of respondents experienced moderate anxiety (93%). After the intervention, the majority experienced mild anxiety (77%) and the rest experienced moderate anxiety (23%). The Wilcoxon test showed a significant decrease in anxiety ($Z = -4.583$; $p\text{-value} = 0.000$). **Conclusion**: The combination of lavender aromatherapy and classical music effectively reduces anxiety levels in first-stage mothers at Gemuh I Community Health Center.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Classical Music, Anxiety, HARS, Mothers In Labor

Bibliography: 67 (2016-2025)

PENDAHULUAN

Proses persalinan selalu diharapkan berjalan secara fisiologis, akan tetapi pada kenyataannya persalinan tidak selalu berlangsung lancar. (Prawirohardjo, 2016) Persalinan merupakan proses normal dan fisiologis, namun proses ini dapat memunculkan respons negatif pada ibu seperti kesakitan, ketakutan, dan kecemasan. Kondisi psikologis tersebut berkontribusi terhadap pengalaman persalinan yang dirasakan ibu, karena kecemasan dapat berkaitan dengan peningkatan persepsi nyeri sehingga persalinan dirasakan semakin berat. Studi terdahulu menunjukkan adanya variasi tingkat kecemasan ibu bersalin, yaitu 14,5% kecemasan ringan, 9,4% kecemasan sedang, dan 8,7% kecemasan berat, serta dilaporkan bahwa peningkatan kecemasan diikuti oleh peningkatan skala nyeri. (Yuana, Arlym and Yuanti, 2023)

Manajemen persalinan yang efektif dapat membantu mengubah persepsi dan pengalaman persalinan menjadi lebih positif. Provider dapat memberikan pijatan, manajemen napas, perubahan posisi, pemberian aromaterapi, serta dukungan psikologis untuk membantu mengurangi nyeri, kecemasan, dan stres pada ibu bersalin. (Yuana, Arlym and Yuanti, 2023) Dengan demikian, penanganan kecemasan tidak hanya relevan bagi kenyamanan ibu, tetapi juga

berpotensi mendukung kelancaran proses persalinan. Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Kendal tahun 2023, tren kematian ibu di Kabupaten Kendal dari tahun 2019 sampai dengan tahun 2023 menunjukkan variasi. Berdasarkan laporan puskesmas, jumlah kematian ibu maternal di Kabupaten Kendal pada tahun 2023 tercatat 18 kasus atau sekitar 134,52 per 100.000 kelahiran hidup (Kendal, 2024). Kondisi ini menunjukkan bahwa penguatan upaya promotif-preventif dalam pelayanan kesehatan ibu tetap diperlukan, termasuk pada fase persalinan.

Hasil wawancara dengan bidan menunjukkan adanya angka kejadian partus lama yang cukup tinggi. Bidan menyampaikan bahwa salah satu faktor yang diduga berperan adalah kecemasan ibu yang menyebabkan ketegangan otot panggul dan jalan lahir, sehingga menghambat kemajuan persalinan. Intervensi yang selama ini dilakukan untuk mengantisipasi kala I lama meliputi terapi nonfarmakologi seperti gym ball, teknik relaksasi pernapasan, posisi miring kiri, serta mengusap dan menekan ringan area panggul belakang disertai dukungan mental. Wawancara terhadap 10 ibu bersalin juga menunjukkan adanya kecemasan yang ditandai dengan gelisah dan takut; sebagian ibu mencoba mengatasi

kecemasan dengan pengaturan napas dan berdoa, ambulasi ringan bersama suami, pijat panggul belakang, serta pendampingan keluarga. Namun, bidan menyatakan bahwa kombinasi aromaterapi lavender dan musik klasik belum pernah diberikan untuk mengatasi kecemasan persalinan kala I.

Berdasarkan data laporan tahunan Puskesmas Gemuh I, jumlah persalinan pada tahun 2024 mencapai 615 pasien, sedangkan pada Januari–Juni 2025 mencapai 300 pasien. Jumlah persalinan yang tinggi ini memungkinkan tersedianya sampel yang mencukupi untuk penelitian. Data register persalinan dan rujukan menunjukkan bahwa pada tahun 2024, penyebab rujukan salah satunya adalah kala I lama sebanyak 15% kasus rujukan, disusul KPD 8% dan hipertensi 7%. Pada Januari–Juni 2025, rujukan akibat kala I lama meningkat menjadi 16%.

Kombinasi aromaterapi lavender dan musik klasik berpotensi memperkuat efek relaksasi karena melibatkan dua jalur sensorik sekaligus (penciuman dan pendengaran), sehingga memungkinkan ibu mencapai kondisi tenang dan nyaman secara lebih optimal selama persalinan. Berdasarkan keterkaitan temuan pada literatur musik terapi dan aromaterapi di persalinan, serta kebutuhan pelayanan di Puskesmas Gemuh I. Berdasarkan uraian tersebut, kecemasan ibu bersalin

merupakan kondisi yang memerlukan penanganan tepat karena dapat mempengaruhi kenyamanan serta kelancaran proses persalinan. Kondisi pelayanan dan temuan awal di Puskesmas Gemuh I menunjukkan adanya kebutuhan penguatan intervensi nonfarmakologi yang mudah diterapkan dan mendukung aspek psikologis ibu. Selain itu, bukti ilmiah menunjukkan adanya manfaat terapi musik dan aromaterapi dalam konteks nyeri dan kecemasan persalinan. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai Efektivitas Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Musik Klasik terhadap Kecemasan Ibu Bersalin di Puskesmas Gemuh I.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Desain yang digunakan adalah *pre test – post test one group design* Penelitian dilakukan pada tanggal 20 November 2025 - 24 Desember 2025. Populasi dalam penelitian ini sejumlah 42 ibu bersalin dengan sampel 30 orang ibu bersalin dengan Teknik *accidental sampling*, instrument yang digunakan yaitu lembar observasi *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dan Standar Operasional Prosedur (SOP). Di ukur dengan HARS berskala ordinal uji statistik

nonparametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Cara pemberian intervensi kombinasi aromaterapi lavender dan musik klasik, kombinasi intervensi ini diberikan selama 10 menit, dimana pemberian aroma terapi dan musik klasik di berikan secara bersamaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis yang digunakan untuk me nguji Efektifitas kombinasi aromaterapi lavender dan music klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Puskesmas Gemuh I, yaitu.

Tabel 1. Karakteristik Ibu Bersalin (n=30)

Karakteristik Demografi	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Usia		
20-24 th	8	27
25-29 th	7	23
30-34 th	15	50
Usia Kehamilan		
Preterm (<37 minggu)	0	0
Aterm (37-42 minggu)	30	100
Postterm (>42 minggu)	0	0
Paritas (GPA)		
Primipara	18	60
Multipara	12	40

Berdasarkan hasil analisis distribusi frekuensi pada Tabel 1, diketahui bahwa mayoritas responden dengan usia 30–34 tahun sebanyak 15 responden (50%). Selanjutnya, responden berada pada kelompok usia 20–24 tahun sebanyak 8 responden (27%) dan 25-29

tahun, masing-masing sebanyak 7 responden (23%).

Berdasarkan usia kehamilan, seluruh respondein berada pada kategori aterm (37–42 minggu) sebanyak 30 responden (100%). Tidak terdapat respondein dengan usia keihamilan *preteirm* (<37 minggu) maupun *postterm* (>42 minggu), masing-masing sebesar 0 responden (0%). Berdasarkan paritas (GPA), sebagian besar responden adalah primipara, yaitu 18 responden (60%), sedangkan multipara sebanyak 12 responden (40%).

1. Karakteristik Ibu Bersalin Di Puskesmas Gemuh I.

Hasil penelitian sebagian besar responden berada pada rentang usia 30–34 tahun (50%), yang termasuk usia reproduktif matang dan secara biologis relatif lebih siap dalam menghadapi kehamilan maupun persalinan. Penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh responden berada pada usia kehamilan aterm (37–42 minggu) sebanyak 30 responden (100%), serta tidak ditemukan responden dengan usia kehamilan preterm maupun postterm. Berdasarkan paritas, penelitian ini menunjukkan primipara sebesar 60,0% dan multipara sebesar 40,0%. Sementara itu, kelompok multipara (40,0%) meskipun telah memiliki pengalaman

melahirkan, tetap dapat mengalami kecemasan.

Distribusi ini menggambarkan bahwa sebagian besar ibu yang bersalin di Puskesmas Gemuh I berada pada rentang usia reproduktif yang relatif aman secara obstetri, yaitu 20–34 tahun, usia 20–34 tahun umumnya dikategorikan sebagai usia reproduksi sehat karena secara fisiologis organ reproduksi telah matang, kondisi kesehatan ibu lebih stabil, serta risiko komplikasi obstetri cenderung lebih rendah dibandingkan usia terlalu muda atau terlalu tua. Meskipun usia 20–34 tahun relatif aman dari sisi obstetri, usia tetap merupakan faktor yang berpengaruh terhadap respon psikologis selama persalinan. Perubahan hormonal, persepsi terhadap nyeri, pengalaman hidup, serta kesiapan psikologis dapat bervariasi antar kelompok usia.

Menurut peneliti bahwa setelah diberikan intervensi ibu primipara maupun multipara menunjukkan bahwa ada rasa nyaman dan rilek sehingga menurunkan tingkat kecemasan pada ibu bersalin.

2. Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum Diberikan Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Musik Klasik di Puskesmas Gemuh I

Tabel. 2. Distribusi Kecemasan Sebelum Diberikan Perlakuan (n=30)

Kecemasan	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Pre		
Ringan	2	7
Sedang	28	93
Berat	0	0
Total	30	100

Berdasarkan hasil analisis distribusi frekuensi pada Tabel 2. Diatas kecemasan ibu bersalin sebelum diberikan perlakuan (pretest) menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang, yaitu sebanyak 28 responden (93%). Selanjutnya responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 2 responden (7%). Sementara itu, tidak terdapat responden yang mengalami kecemasan berat, yaitu 0 responden (0%).

Sebelum pemberian kombinasi aromaterapi Lavender dan musik klasik, mayoritas ibu bersalin mengalami kecemasan sedang 93%) dan sisanya berada pada kategori kecemasan ringan (7%). Temuan ini menegaskan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam tingkat sedang yang dapat memengaruhi kenyamanan dan pengalaman Persalinan.

Persalinan merupakan proses fisiologis, namun seringkali disertai respon psikologis berupa kecemasan

karena adanya rasa nyeri, ketidakpastian, dan kekhawatiran terhadap keselamatan ibu maupun bayi. Kondisi kecemasan sedang menggambarkan bahwa ibu merasakan kekhawatiran yang cukup nyata, disertai ketegangan emosi dan gejala somatik tertentu, walaupun masih mampu berfungsi seirta mengikuti instruksi tenaga kesehatan.

Temuan ini memperkuat bahwa tingginya kecemasan sedang sebelum interveinsi adalah kondisi yang wajar secara klinis pada kelompok dengan dominasi primipara. Kecemasan pada kala I umumnya meningkat seiring progres Persalinan karena kontraksi uterus semakin sering, kuat, dan menimbulkan rasa tidak nyaman yang semakin tinggi. Nyeri Persalinan merupakan stimulus utama yang dapat meningkatkan kecemasan. Apabila dukungan imosional kurang optimal atau komunikasi dengan teinaga kesehatan tidak berjalan eifeiktif, kecemasan dapat meningkat dan menetap pada tingkat sedang bahkan berat. Oleh karena itu, temuan ini juga menjadi indikasi bahwa aspek psikososial perlu diperkuat dalam pelayanan Persalinan.

Peneilitian eksperimental membuktikan bahwa penggunaan Lavender aromatheirapy mask pada

ibu bersalin kala I mampu menurunkan kecemasan seicara signifikan. Hal ini memperkuat bahwa aromaterapi Lavender tidak hanya memiliki dasar teioritis, tetapi juga telah terbukti secara klinis pada kondisi Persalinan tahap pertama. (Intanwati et al., 2023) Penelitian mengenai aromaterapi pada kala I menunjukkan penurunan kecemasan ibu bersalin, meskipun jeinis minyak esensial dan metode pemberian bervariasi antar penelitian (Ghiasi, Bagheri and Haseli, 2019).

3. Kecemasan Ibu Bersalin Sesudah Diberikan Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Musik Klasik di Puskesmas Gemuh I

Tabel. 3 Distribusi Kecemasan Seiteilah Diberikan Perlakuan (n=30)

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Post		
Ringan	23	77
Sedang	7	23
Berat	0	0
Total	30	100

Berdasarkan hasil analisis distribusi frekwensi pada Tabel 3, kecemasan ibu bersalin setelah diberikan perlakuan (posttest) menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan ringan, yaitu sebanyak 23 responden (77%). Responden dengan kategori kecemasan sedang sebanyak 7 responden (23%), sedangkan

kategori kecemasan berat tidak ditemukan, yaitu 0 responden (0%).

Setelah diberikan kombinasi aromaterapi Lavender dan musik klasik, mayoritas ibu bersalin berada pada kategori kecemasan ringan (77%), sedangkan sisanya berada pada kategori kecemasan sedang (23%). Tidak ada responden yang berada pada kategori kecemasan berat.

Kecemasan merupakan respon emosional yang wajar pada Persalinan, namun harus dikelola agar tidak berkembang menjadi distress yang mengganggu proses fisiologis persalinan WHO menekankan bahwa “positive childbirth experience” tidak hanya bergantung pada luaran klinis, tetapi juga pada pemenuhan kebutuhan psikologis ibu, termasuk rasa aman, komunikasi suportif, dukungan emosional, serta manajemen ketakutan dan kecemasan

selama proses persalinan (Organization, 2018)

Temuan bahwa masih ada 23% responden dengan kecemasan sedang pasca intervensi juga perlu dibahas secara objektif. Tidak semua faktor dapat dihilangkan hanya dengan intervensi aromaterapi dan musik. Pada sebagian ibu, nyeri kontraksi yang semakin kuat, proses pembukaan serviks yang lama, atau kekhawatiran terkait kondisi bayi dapat tetap mempertahankan kecemasan pada level sedang. Selain itu, perbedaan individu dalam preferensi terhadap musik dan sensitivitas terhadap aroma dapat memengaruhi efektivitas intervensi. Pemilihan jenis musik berpengaruh terhadap kenyamanan; musik yang sesuai dengan preferensi dan dianggap menyenangkan akan lebih efektif dibanding musik yang tidak sesuai (de Witte *et al.*, 2025)

4. Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Musik Klasik di Puskesmas Gemuh I

Tabel. 4.

Analisa Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Music Klasik di Puskesmas Gemuh I.(n-30)

Variabel	Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Z	p-value
Tingkat kecemasan (HARS)	21	0	9	-4,583	0,000

Berdasarkan Tabel 4. hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa dari 30 responden, sebanyak 21 responden mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan kombinasi aromaterapi Lavender dan musik klasik, tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecemasan, dan terdapat 9 responden dengan tingkat kecemasan tetap. Nilai statistik uji diperoleh $Z = -4,583$ dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan.

Sebanyak 23 responden mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan kombinasi aromaterapi Lavender dan musik klasik, tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecemasan (0 responden), dan terdapat 9 responden dengan tingkat kecemasan tetap. Nilai statistik uji yang diperoleh dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

Temuan ini bermakna bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan, sehingga kombinasi aromaterapi Lavender dan musik klasik dapat dinyatakan efektif menurunkan tingkat kecemasan ibu

bersalin kala I di Puskesmas Gemuh I. Secara metodologis dan klinis, pola hasil seperti ini sangat kuat karena penurunan terjadi pada hampir seuruh responden, serta tidak ditemukan responden yang mengalami peningkatan. Penurunan kecemasan setelah intervensi berarti penelitian telah mendukung tujuan intrapartum care, yaitu membantu ibu melewati Persalinan bukan hanya seara aman, tetapi juga secara psikologis lebih nyaman. Keberhasilan intervensi ini relevan untuk fasilitas pelayanan primer seperti Puskesmas karena intervensi yang digunakan tidak memerlukan teknologi kompleks, mudah diterapkan oleh tenaga kebidanan, dan sesuai dengan praktik asuhan sayang ibu.

Music mempengaruhi sistem saraf otonom dengan menurunkan aktivasi simpatis yang berperan dalam respon *fight-or-flight*. Saat simpatis menurun dan parasimpatis meningkat, tubuh memasuki kondisi reaksi yang terlihat dalam penurunan ketegangan otot, stabilisasi denyut nadi, serta kecenderungan pernapasan lebih teratur. Penjelasan ini sejalan dengan literatur psikofisiologi musik yang menunjukkan bahwa musik dapat menghasilkan perubahan fisiologis yang mendukung penurunan

kecemasan dan stres (Arnold, Bagg and Harvey, 2024)

Temuan 1 responden dengan skor tetap (ties) juga dapat dijelaskan secara ilmiah. Respon intervensi komplementer dipengaruhi oleh perbedaan individu seperti preferensi aroma, preferensi musik, tingkat nyeri yang dialami saat intervensi, serta faktor psikologis seperti pengalaman Persalinan sebelumnya atau ketakutan tertentu. Literatur menegaskan bahwa pemilihan musik sangat penting; musik yang dianggap tidak sesuai dapat membuat efek relaksasi tidak optimal. (de Witte *et al.*, 2025)

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Efektivitas Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Music Klasik Di Puskesmas Gemuh I”, peneliti mengambil kesimpulan umum bahwa Ada Efektivitas Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Music Klasik Di Puskesmas Gemuh I. Adapun kesimpulan khususnya adalah sebagai berikut yang pertama mayoritas responden berada pada usia 30–34 tahun sebanyak 15 responden (50%). Seluruh responden memiliki usia kehamilan aterm (37–42 minggu) sebanyak 30 responden (100%). Berdasarkan paritas, sebagian besar responden adalah primipara sebanyak 18

responden (60%). Kemudian sebelum diberikan perlakuan sebanyak 93,3% dari 30 responden mengalami kecemasan sedang. Selain itu setelah diberikan perlakuan sebanyak 76,7% dari 30 responden mengalami penurunan kecemasan menjadi kecemasan ringan, maka dapat disimpulkan bahwa ada efektivitas kombinasi aromaterapi lavender dan musik klasik terhadap kecemasan ibu bersalin di Puskesmas Gemuh I dengan nilai *p-value* 0,000 dan 23 responden mengalami penurunan kecemasan menjadi kecemasan ringan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnold, C.A., Bagg, M.K. and Harvey, A.R. (2024) ‘The psychophysiology of music-based interventions and the experience of pain.’, *Frontiers in psychology*, 15, p. 1361857. doi:10.3389/fpsyg.2024.1361857.
- Ghiasi, A., Bagheri, L. and Haseli, A. (2019) ‘A Systematic Review on the Anxiolytic Effect of Aromatherapy during the First Stage of Labor.’, *Journal of caring sciences*, 8(1), pp. 51–60. doi:10.15171/jcs.2019.008.
- Intanwati *et al.* (2023) ‘Effect Of Lavender Aromatherapy Mask On Anxiety In The First Stage Of Labour: ’, *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 16(2 SE-Research Articles), pp. 75–83. doi:10.29238/kia.v16i2.1200.
- Kendal, D.K.K. (2024) *Profil Kesehatan Kabupaten Kendal 2023*. Kendal.

- Organization, W.H. (2018) *WHO recommendations on intrapartum care for a positive childbirth experience*. World Health Organization.
- Prawirohardjo, S. (2016) *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo Edisi Keempat Cetakan Kelima*. Jakarta: Bina Pustaka Sarowono Prawirohardjo.
- de Witte, M. *et al.* (2025) 'Music therapy for the treatment of anxiety: a systematic review with multilevel meta-analyses.', *EClinicalMedicine*, 84, p. 103293.
doi:10.1016/j.eclinm.2025.103293.
- Yuana, F.I.H., Arlym, L.T. and Yuanti, Y. (2023) 'Pengaruh aromaterapi mawar terhadap nyeri persalinan: Systematic literature review', *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), pp. 312–320.