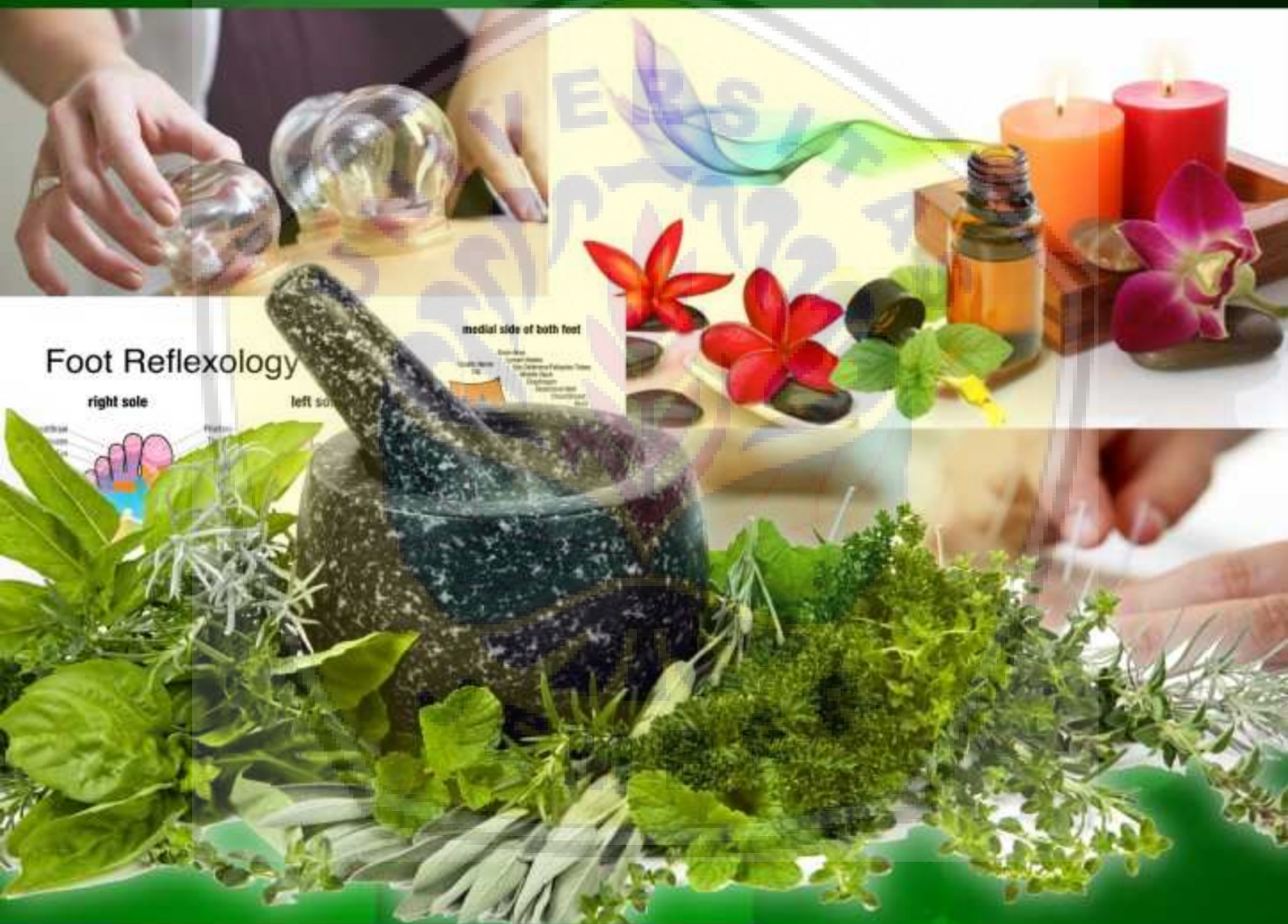


BUKU AJAR KEPERAWATAN KOMPLEMENTER TERAPI KOMPLEMENTER SOLUSI CERDAS OPTIMALKAN KESEHATAN



ZAINAL ABIDIN, S.Pd, M.Kes

BUKU AJAR
KEPERAWATAN KOMPLEMENTER
“ TERAPI KOMPLEMENTER SOLUSI CERDAS
OPTIMALKAN KESEHATAN”



LEMBAR PENGESAHAN

1. Identitas Mata Kuliah

- a. Nama Mata Kuliah : Keperawatan Komplementer
b. Kode/SKS : KPV/ 0516
c. Bidang Ilmu : Keperawatan
d. Status Mata Kuliah : Mata Kuliah Wajib
-

2. Koordinator/Pengampu Mata Kuliah

- a. Nama : Zainal Abidin, S.Pd, .M.Kes
b. NIP : 198001312008011007
c. Pangkat/Golongan : Penata Muda Tk. I/ III a
d. Jabatan : -
e. Fakultas/PS : Keperawatan
f. Perguruan Tinggi : Universitas Jember
-

3. Jumlah Tim Pengajar : 2

Menyetujui,
Pembimbing,

Dr. Ir. Soleh Avivi, M.S.i.
NIP. 196907212000121002

Fakultas Keperawatan
Dekan

Ns. Lantin Sulistyorini, S.Kep., M.Kes.
NIP. 197803232005012002

Jember, 7 Januari 2019
Penyusun,

Zainal Abidin, S.Pd, M.Kes.
NIP. 198001312008011007

Program Studi D3 Keperawatan
Ketua Program Studi,

Nurul Hayati, S.Kep.Ners, MM.
NIP. 19650629 198703 2 008

Mengetahui,

Ketua LP3M,

Dr. Akhmad Taufiq, S.S., M.Pd.
NIP. 197404192005011001

PRAKATA

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan kekuatan-nya, sehingga penulisan buku ajar keperawatan komplementer yang berjudul terapi komplementer solusi optimalkan kesehatan ini dapat terselesaikan sesuai rencana.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh pihak terutama pembimbing yang telah berupaya mengarahkan dan membimbing penulis baik pada aspek penulisan maupun motivasi yang kuat sehingga buku ini dapat tersusun sesuai pedoaman yang ada. Buku ajar Keperawatan Komplementer ini diharapkan dapat bermanfaat baik bagi para mahasiswa maupun para insan terapis komplementer sebagai bahan acuan dasar dalam memberikan Auhan kepada masyarakat. kami sadari Buku ajar ini masih jauh dari sempurna Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat kami harapkan sebagai masukan dan perbaikan Buku Ajar Komplementer kedepannya. Semoga Buku ini terus berkembang dan menjadi buku yang sangat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dengan membaca Alhamdulillah dan solawat dengan membaca Allohmma solli ala sayyidina Muhammad akhirnya buku ajar Keperawatan Kompelementer “ Terapi Komplementer Solusi Cerdas Optimalkan Kesehatan” siswa ini dapat diselesaikan. Buku Ajar ini mengulas tentang Terapi komplementer yang berisi 12 bab dengan 12 kompetensi sebagai panduan bagi mahasiswa Keperawatan secara khusus dan Mahasiswa Kesehatan pada umumnya. Buku ajar ini disusun dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami, dilengkapi dengan gambar latihan soal-soal yang dapat melatih kemampuan pembaca tentang terapi komplementer .

Terima Kasih disampaikan kepada Yth. Dr. Ir. Soleh Avivi, M.S.i selaku pembimbing dalam penyusunan Buku Ajar ini, Terima Kasih juga disampaikan kepada Yth. Nurul Hayati, S.Kep.Ners, MM. selaku koordinator Program Studi Diploma 3 Keperawatan Universitas Jember Kampus Lumajang yang telah memberikan sarana dan prsarana dalam penyusunan buku ajar ini. Kami menyadari masih terdapat kekurangan dalam buku ini untuk itu kritik dan saran terhadap penyempurnaan buku ini sangat diharapkan. Semoga buku ini dapat memberi manfaat bagi mahasiswa Prodi D3 Keperawatan Unej secara Khusus serta seluruh pembaca secara umumnya.

Demikian, mudah-mudahan kita dapat memberikan yang terbaik bagi kemajuan dunia pendidikan khususnya kemajuan Universitas Jember.

Lumajang, 7 Januari 2019

Zainal Abidin, A.Md.Kep, S.Pd, M.Kes.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
PRAKATA.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
TINJAUAN MATA KULIAH.....	xiii
PEDOMAN UMUM PENGGUNAAN BUKU	xiv
BAB 1 . KONSEP KEPERAWATAN KOMPLEMENTER.....	1
1.1 Keperawatan komplementer.....	1
1.2 Jenis Terapi Komplementer.....	5
1.3 Masalah dan hambatan yang dihadapi kementerian kesehatan adalah:....	9
1.4 Rangkuman.....	11
1.5 Bahan Diskusi.....	12
1.6 Daftar Pustaka	12
1.7 Latihan Soal.....	13
BAB 2. ASPEK LEGAL TERAPI KOMPLEMENTER.....	16
1.1 Dasar Hukum.....	16
2.2 Standar Penyelenggaraan Pelayanan Medik Herbal.....	27
2.3 Pembinaan, pengawasan dan evaluasi.....	32
2.4 Rangkuman.....	33
2.5 Bahan diskusi.....	34

2.6	Daftar Pustaka	34
2.7	Latihan Soal.....	34
BAB 3	JENIS TERAPI KOMPLEMENTER	37
3.1	Sistem Medis Alternatif.....	37
3.2	Manipulasi Dan Metode Didasari Tubuh	48
3.3	Intervensi Tubuh dan Pikiran	50
3.4	Rangkuman.....	69
3.5	Bahan Diskusi.....	70
3.6	Daftar Pustaka	70
3.7	Latihan soal	70
BAB 4	TERAPI KOMPLEMENTER BERBASIS HERBAL.....	72
4.1	Peran Tanaman Obat Bagi Kesehatan	72
4.2	Bentuk Sediaan Herbal	76
4.3	Pengolahan Herbal.....	78
4.4	Rangkuman.....	81
4.5	Bahan Diskusi.....	81
4.6	Daftar Rujukan/ Dadtar Pustaka.....	82
4.7	Latihan Soal.....	82
BAB 5	TANAMAN HERBAL BERKASIHAT OBAT.....	83
5.1	Tanaman Salam	83
5.2	Kemuning	88
5.3	Alang Alang.....	89
5.4	Kayu Putih	91
5.5	Ciplukan	94
5.6	Daun Sirsak	97

5.7	Jahe.....	102
5.8	Lidah Buaya.....	103
5.9	Kunyit.....	110
5.10	Mahkota Dewa.....	112
5.11	Temulawak.....	115
5.12	Kencur.....	118
5.13	Pare.....	119
5.14	Lemon.....	121
5.15	Keji Beling.....	124
5.17	Rangkuman.....	128
5.18	Bahan Diskusi.....	128
5.19	Daftar pustaka.....	129
5.20	Latihan Soal.....	130
Bab 6	Pemanfaatan Tanaman Herbal Di Masyarakat.....	155
6.1	Herbal untuk Asam Urat.....	155
6.2	Herbal untuk Hiperkolesterol.....	157
6.3	Herbal untuk Hipertensi.....	158
6.4	Herbal untuk Batu Ginjal.....	159
6.5	Herbal untuk Batuk.....	161
6.6	Herbal untuk Antibiotik.....	162
6.7	Herbal untuk Tuberculosis.....	168
6.8	Herbal untuk Wasir.....	170
6.9	Herbal Untuk Diabetes Mellitus.....	172
6.10	Herbal untuk Obesitas.....	173
6.11	Herbal untuk Infeksi.....	173

6.12	Herbal untuk Jerawat.....	174
6.13	Herbal untuk Kanker	176
6.14	Rangkuman.....	177
6.15	Bahan Diskusi.....	178
6.16	Daftar Pustaka	178
6.17	Latihan Soal.....	179
BAB 7 TERAPI DOA.....		181
7.1	Definisi Doa.....	181
7.2	Manfaat Terapi Do'a	184
7.3	Dasar Teori Doa	185
7.4	Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan atau Ketidakberhasilan.....	185
7.5	Hikmah Terapi Do'a.....	186
7.6	Rangkuman.....	187
7.7	Bahan Diskusi.....	188
7.8	Daftar Pustaka	188
7.9	Latihan Soal.....	189
BAB 8 TERAPI AKUPUNTUR.....		164
8.1	Definisi Akupuntur.....	164
8.2	Cara Akupuntur	164
8.3	Manfaat akupuntur.....	167
8.4	Dasar teori	168
8.5	Faktor yang mempengaruhi keberhasilan atau ketidakkeberhasilan....	168
8.6	<i>Efiden base practice</i> akupuntur	169
8.7	Rangkuman.....	172
8.8	Bahan Diskusi.....	173

8.9	Daftar Pustaka	173
8.10	Latihan Soal.....	174
BAB 9 HIPNOTERAPI		176
8.1	Definisi Hipnoterapi.....	176
9.2	Cara Hipnoterapi.....	177
9.3	Manfaat Hipnoterapi.....	178
9.4	Dasar Teori.....	179
9.5	Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan dan Kegagalan Hipnoterapi. 184	
9.6	Rangkuman.....	185
9.7	Bahan Diskusi.....	186
9.8	Daftar Pustaka	186
9.9	latihan soal.....	187
BAB 10 AROMATERAPI.....		189
10.1	Definsi Aromaterapi	189
10.2	Aplikasi aroma terapi	190
10.3	Jenis aromaterapi	191
10.4	Efek samping aromaterapi	193
10.5	Dasar teori mawar dan lavender	194
10.6	Faktor yang mempengaruhi keberhasilan.....	196
10.7	Rangkuman.....	196
10.8	Bahan Diskusi.....	197
10.9	Daftar Pustaka	197
10.10	Latihan Soal	198
BAB 11 TERAPI BEKAM/HIJAMAH.....		201

11.1	Definisi Hijamah	201
11.2	Manfaat Dan Tujuan Berhijamah	203
11.3	Hal Yang Harus Diperhatikan Terkait Hijamah.....	204
11.4	Waktu untuk Hijamah.....	206
11.5	Standar Operasional Hijamah.....	206
11.6	Standar Operasional Sterilisasi/Desinfeksi.....	212
11.7	Standar Operasional Pengelolaan Limbah Hijamah.....	214
11.8	Indikasi Hijamah	215
11.9	Rangkuman.....	221
11.10	Bahan Diskusi	222
11.11	Daftar Pustaka.....	222
11.12	Latihan Soal.....	222
BAB 12. DETOKSIFIKASI.....		224
12.1	Sehat dan Sakit	224
12.2	Toksemia	226
12.3	Penyakit Degeneratif	227
12.4	Detoksifikasi.....	228
12.5	Herba Untuk Program Detoksifikasi	229
12.6	Rangkuman.....	230
12.7	Bahan Diskusi.....	231
12.8	Daftar Pustaka	231
12.9	Latihan Soal.....	231
DAFTAR PUSTAKA		233

DAFTAR GAMBAR

gambar 1 logo pengelompokan obat herbal	75
gambar 2 Sediaan Obat Herbal semisolid	77
gambar 3 Sediaan Obat Herbal Padat atau kering.....	78
gambar 4 daun salam.....	83
gambar 5 daun kemuning	88
gambar 6 Alang alang	89
gambar 7 Kayu Putih.....	91
gambar 8 Ciplukan	94
gambar 9 daun Sirsak	97
gambar 10 Jahe.....	102
gambar 11 Lidah buaya.....	103
gambar 12 Lidah Buaya	103
gambar 13 Kunyit.....	110
gambar 14 Mahkota Dewa	112
gambar 15 Temulawak.....	115
gambar 16 Kencur	118
gambar 17 Pare.....	119
gambar 18 Lemon	121
gambar 19 Keji Beling	124
gambar 20 Daun ungu	126
gambar 21 terapi Akupuntur	167

gambar 22 Titik Bekam Sunnah..... 208

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Standar Kompetensi Pengobat Tradisional..... 28



DAFTAR PUSTAKA

1. Afriani, A. (2015). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas 5, SDN Purwoyoso 02, Ngaliyan Semarang. *Publikasi Ilmiah*, 1-130.
2. Almasdy, D., Septiyeni, E., Khambri, D., & Kurniasih, N. (2017). Penggunaan Obat Alternatif dan Komplementer pada Pasien Kanker Payudara di Suatu Rumah Sakit Pemerintah di Kota Padang Indonesia : Pengaruh Sosiodemografi. *Jurnal Sains dan Teknologi Farmasi Vol 19 suplemen 1 (Desember 2017)* , 1-2
3. Anggita, A., Fakhururazi, & Harris, A. (2018). Uji Aktivitas Bakteri Ekstrak Etanol Daun Putri Malu (*Minosa pudica*) terhadap Bakteri *Pseudomonas aeruginosa*. *JIMVET E-ISSN : 2540-9492 Juli 2018, 2(3) : 411-418 , 411-418*.
4. Anggrainy, A., Sofyan, A., & Muhadar. (2016). Tindakan Hipnoterapi Dokter Ditinjau Dari Aspek Hukum Pidana: The Criminal Aspect Of Medical Hypnotherapy. *Jurnal Universitas Hasanuddin*, 1-13.
5. Arifin, H., Masitah, & Elisma. (2010). Efek Diuretik dan Daya Melarutkan Batu Ginjal. *Jurnal Farmasi Higea, vol. 2 No. 1, 2010* , 35
6. Ariyanto, D. (2006). Psikoterapi Dengan Doa. *Suhuf* , 26
7. Arhan, m. U. (2015). Terapi spiritual melalui dzikir pada santri gangguan jiwa di pp. Al-qodir cangkringan yogyakarta. Retrieved 08 14, 2017, from http://digilib.uin-suka.ac.id/19622/1/09220094_bab-i_iv-atau-v_daftar-pustaka.pdf
8. Ashifa, A. (2015). Mengatasi Psikomatik Dengan Hipnoterapi. *Buku Hipnoterapi*, 1-69.
9. Astana, P. R., Ardiyanto, D., Triyono, A., & Mana, T. A. (2017). Uji Keamanan dan Manfaat Ramuan Jamu untuk Hemoroid di Bandingkan dengan Diosmin Hisperidin. *Media Litbangkes, Vol. 27 No. 1, Maret 2017* , 58-62
10. Bangun, A.V dan Susi. N.(2013).Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi di Rumah Sakit Dustira Cimahi.*Jurnal Keperawatan Soedirman, Volume 8, No 2, 123-124*

11. Dewi, K. (2012). Peranan Pengobatan dengan Akupuntur pada Diabetes Mellitus dalam Era Globalisasi. 73.
12. Dharmojojo. (2009). Teknik Hebat Penyembuhan dengan Akupunktur&Moksibos. *Cara Menentukan Lokasi Titik Akupuntur*
13. Ellias. (2009). *Hipnosis & Hipnoterapi, Transpersonal/NLP*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
14. Endriyanto, N. C., & Santoso, B. (2018). Hasil Komputasi Vina untuk Kandungan Bawang Putih dan Adas Bintang terhadap Protein Dehidrogenase Piruvat Mycobacterium tuberculosis . 366-371.
15. Erikar, L. (2013). *Food Combining itu Gampang*. Bandung: PT. Mizan Pustaka
16. Gondosari, A. H. (2010). *The Secret of 5 Elements Terapi Sehat Bahagia yang Murah dan Praktis*. Jakarta: Gramedia
17. Hariana. (2008). *Tumbuhan Obat dan Kasiatnya Seri 2*. Jakarta: Penebar Swadaya.
18. Harsimah, K., & Chusniatun. (2016). Pemanfaatan Daun Salam Sebagai Obat Herbal dan Rempah Penyedap Makanan. *Warta Lpm, Vol. 19 No. 2* , 111.
19. Harti, A., Sari, R., & dkk. (2013). Kegunaan Daun Sirsak Untuk Membunuh Sel Kanker dan Pengganti Kemoterapi. *Jurnal KesMaDaSka* , 112.
20. Hawari, D. (1997). *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa.
21. Hidana, R., & Hayati, M. A. (2014). Daya Hambat Ekstrak Daun Sirsak Terhadap Pertumbuhan Bakteri Escherichia coli. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada Volume 11 No. 1* , 156-157
22. Iqbar, Masykur, & Putri, R. (2016). Tumbuhan Berguna di Lembah Seulawah, provinsi Aceh. *Prosiding Seminar Nasional Biotik 2016* , 94.
23. Iriyanto, A., Kristiyawati, S. P., & Supriyadi. (2014). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi di RS Telogorejo Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 1-20.
24. Jaya, I. (2017). *Uji Efektivitas Serbuk Alang-alang Sbagai Anti Nyamuk Elektrik Terhadap Nyamuk Aedes aegypti*. Makassar: UIN Makassar.
25. Kelana, Ramli (purwanto, 2013)ly, dkk. (2014). *Diktat Kuliah Dasar Herba Thibbunnabawi Tingkat Dasar*. Jakarta; CELLS HPA

26. Kenia, N.M dan Dian Taviyanda.2013.Pengaruh Relaksasi (Aromaterapi Mawar) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi.*Jurnal Stikes Volume 6, No 1*,96-97.
27. Khamidah, A., & dkk. (2017). Ragam Produk Olahan Temulawak Untuk Mendukung Keanekaragaman Pangan. *Jurnal Litbang Pertanian Vol.36 No.1* , 1-12.
28. Krisdiantin, F. (2011). *Budidaya Daun Dewa dan Khasiatnya Sebagai Obat Tradisional di PT.Indmira, Kaliurang, Yogyakarta*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
29. Mulyani, H., Widyastuti, S. H., & Ekowati, V. I. (2016). Tumbuhan Herbal sebagai Jamu Pengobatan Tradisional terhadap Penyakit Dalam Serat Primbon Jampi Jawi Jilid I. *Jurnal Penelitian Humaniora Volume 21 Nomor 02, Oktober 2016* , 76-77.
30. Novitri, A. S., Arifin, H., & Rusdi. (2018). Evaluasi Ekstrak Tali Putri (*Cassya Filiformis Linn*) terhadap Efek Diuretik dan Daya Larut Batu Ginjal. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product Volume 01, Nomor 02, September 2018* , 15-18.
31. Nugraheni, H., Wiyatini, T., & Wiradona, I. (2018). *Kesehatan Masyarakat dalam Determinan Sosial Budaya*. Yogyakarta: Deepublish
32. Nurmalina, R., & Valley, B. (2012). *Herbal Legendaris Untuk Kesehatan Anda*. Jakarta: PT Alex Media Komputindo.
33. Pangemanan, A., & dkk. (2016). Uji Daya Hambat Ekstrak Rimpang Kunyit Terhadap Pertumbuhan Bakteri *Staphylococcus aureus* dan *Pseudomonas sp*. *Jurnal e-Biomedik (eBm), Vol.4 No.1* , 82.
34. Purwanto, B. (2013). *Herbal dan Keperawatan Komplementer*. Yogyakarta: Nuhamedika.
35. Purwanto, B. (2013). *Herbal dan Keperawatan Komplementer (Teori, Praktik, Hukum dalam Asuhan Keperawatan)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
36. Puspitasari, M. L., & dkk. (2016). Aktivasi Antioksidan Suplemen Herbal Daun Sirsak (*Annonamuricata L.*) Dan Kulit Manggis (*Garcinia mangostana L.*). *Jurnal Pangan dan Agroindustri Vol. 4 No. 1* p.283-290 , 286.
37. Rahmah, A. N. (2018). *Peran Ekstraksi Daun Ungu (*Graptophyllum pictum (L.) Griff*) Terhadap Adeshi *Streptococcus mutans* Pada Neutrofil*. Jember: Univ.Jember.
38. Rakhmawati, R., & dkk. (2014). Metode Keperawatan Komplementer Hipnoterapi Untuk Menurunkan Efek Stress Pasca Trauma Tingkat

- Sedang Pada Fase Rehabilitasi Sistem Penanggulangan Kegawatdaruratan Terpadu (Spgdt). *Jurnal Keperawatan*, Vol. 5 No. 2, 178-184.
39. Romas, A., Rosyidah, D. U., & Aziz, M. A. (2015). Uji Aktivitas Antibakteri Ekstrak Etanol Kulit Buah Manggis (*Garcinia mangostana* L) terhadap Bakteri *Escheria coli* ATCC 11229 dan *Staphylococcus aureus* ATCC 6538 secara In Vitro. *University Research Colloquium 2015* , 129-131.
 40. Rivai, H., Nurdin, H., & dkk. (2011). Karakterisasi Ekstrak Daun Dewa Dengan Kromatografi Cair Kinerja Tinggi. *Jurnal Farmasi Indonesia Vol.5 No.3* , 134-141.
 41. Saleh, Y. A. (2010). *Berdikir untuk Kesehatan Syaraf*. Jakarta: zaman.
 42. Saputra, K. (2009). Akupunktur dalam Pelayanan Kesehatan tingkat Rumah Sakit.
 43. Sari, K., Susanti, E., & Hendra, S. (2018). Studi Komparasi Keefektifan Mahkota Dewa dan Pare terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes. 75-77.
 44. Setiawati, n. p. (2016). Tindakan sosial pasien pada pengobatan akupunktur. 3-5.
 45. Setyowati, H., Hanifah, H. Z., & Nugraheni, R. P. (2016). Krim Kulit Buah Durian Sebagai Obat Herbal Pengobatan Infeksi Jamur *Candida albicans*. *Majority* .
 46. Sumanto. (2010). Penurunan Nyeri Dismenorhoea Menggunakan Titik Akupunktur Guanyuan (ren 4), Guilai (st 29) dan Sanyinjiao (sp 6) pada Mahasiswi Poltekkes Surakarta.
 47. Styoadi, & Sartika, D. D. (2010). Efek Lumatan Daun Dewa Dalam Memperpendek Waktu Ppenyembuhan Luka Bersih Pada Tikus Putih. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal Of Nursing)*, Vol.5, No.3 , 128.
 48. Ummanah, C. (2017). *Uji Skrining Fitokimia dan Antimikroba Ekstrak Daun Handeuleum (Graptophyllum pictum L. Griff) Dalam Meghambat Pertumbuhan Mikroba Patogen*. Medan: Univ. Medan Area.
 49. Wahjono, E., & Koesnadar. (2009). *Mengebunkan Lidah Buaya Secara Intensif*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
 50. Wahyuningsih, I. (2015). Hubungan Pikiran Dan Bahasa Pada Bahasa Hypnotherapi. *Naskah Pubikasi*, 1-19.

51. Widaryati, R. (2016). Uji Ketahanan Tubuh Ikan Nila yang Diberi Pakan Mengandung Ekstrak Daun Ciplukan di pH Air Rendah. *Jurnal Ilmu Hewani Tropika Vol.5 Ni.1* , 28
52. Wirman. (2015). Doa dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis bagi Korban Narkoba . Perenial:Jurnal multikulturalisme & Multireligius , 84.
53. Wiwin Widayani.(2016).Aromaterapi Lavender dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Perineum pada Ibu Post Partum.*Jurnal Ners and Midwifery Indonesia*,hal 125-126
54. Yogasara, T., & dkk. (2014). Pengaruh jenis musik dan aromaterapi terhadap kemampuan kognitif mahasiswa untuk tiap tipe kepriadian. hal 10-12.
55. Yogasara, T., & dkk. (2014). Pengaruh jenis musik dan aromaterapi terhadap kemampuan kognitif mahasiswa untuk tiap tipe kepriadian. hal 10-12.
56. Yuliandari, W. (2015). Food Combining. Jakarta Selatan: PT. Kawan Pustaka
57. Yulianti, T. S., Setyaningsih, R., & Suryaningsih, M. (2014). Pengaruh Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dukuh Jangkung Rejo Nogosari Boyolali. *JIK. Vol. 2 No. 2* , 39-40.