

INFORMASI ARTIKEL

Received: June, 20, 2025

Revised: June, 22, 2025

Available online: June, 23, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/mchc>

Pengaruh pemberian aroma therapy lavender Terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan

Rudi Karmi*, Ryka Juaeriah, Santi Susanti

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: *Email: rudikarmi@yahoo.com

Abstract

Background: In 2019, the World Health Organization (WHO) revealed that approximately 12.230.142 pregnant women worldwide experienced problems during the third trimester of pregnancy, with 30% experiencing anxiety during childbirth. The incidence of anxiety among pregnant women in Indonesia reached 28.7%, particularly among third-trimester pregnant women who were about to give birth. Pregnant women experiencing anxiety require efforts to reduce it. Pregnant women with anxiety increase the incidence of preeclampsia by up to 7.84 times, so if not addressed promptly, it will impact the well-being of both the mother and the baby.

Purpose: The objective of this study is to determine the effect of lavender aromatherapy on anxiety levels in third-trimester pregnant women facing childbirth.

Method: This is a quantitative study using a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest. Respondents completed a questionnaire about anxiety before and after the lavender aromatherapy intervention. There was no control group in this study.

Results: Among the 11 respondents before receiving lavender aromatherapy, 2 experienced severe anxiety, 6 experienced moderate anxiety, 1 experienced mild anxiety, and 2 were not anxious. After the first lavender aromatherapy intervention, the results showed 1 person with severe anxiety, 5 with moderate anxiety, 3 with mild anxiety, and 2 without anxiety. Subsequently, the respondents received the second lavender aromatherapy intervention, resulting in 1 person with moderate anxiety, 2 with mild anxiety, and 8 without anxiety. After the third application of lavender aromatherapy, the results showed that 2 individuals experienced moderate anxiety and 9 individuals did not experience anxiety.

Conclusion: Using the Wilcoxon test after three interventions with lavender aromatherapy on 11 pregnant women, the results showed a p-value of $0.003 < 0.05$, indicating that lavender aromatherapy has an effect on the anxiety levels of pregnant women facing childbirth.

Keywords: Anxiety; Lavender; Pregnant Women.

Pendahuluan: Pada tahun 2019, World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwa sekitar 12.230.142 ibu hamil di seluruh dunia mengalami masalah selama trimester ketiga kehamilan, dengan 30% mengalami masalah kecemasan saat melahirkan. Angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia yaitu mencapai 28.7% diantaranya pada ibu hamil trimester III yang akan menghadapi persalinan. Ibu hamil yang mengalami kecemasan membutuhkan upaya untuk menurunkannya. Ibu hamil dengan kecemasan akan meningkatkan kejadian preeklamsia sampai 7.84 kali lipat sehingga jika tidak segera ditangani akan berdampak pada kesejahteraan ibu dan bayi.

Tujuan: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan.

Metoda: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan *Pre Experimental Design* dengan *One Group Pretest Posttest*. Yaitu responden mengisi kuesioner tentang kecemasan sebelum dan setelah dilakukan intervensi pemberian aroma terapi lavender. Dalam penelitian ini tidak ada kelompok kontrol.

Hasil: Dari 11 orang responden sebelum diberi aroma terapi lavender didapatkan data 2 orang mengalami kecemasan berat, 6 orang mengalami kecemasan sedang, 1 orang mengalami kecemasan ringan dan 2 orang tidak cemas. Setelah diberi aroma terapi lavender pertama didapatkan hasil 1 orang mengalami kecemasan berat, 5 orang mengalami kecemasan sedang, 3 orang mengalami kecemasan ringan dan 2 orang tidak cemas. Selanjutnya responden diberi aroma terapi lavender yang kedua dengan hasil 1 orang cemas sedang, 2 orang cemas ringan dan 8 orang tidak cemas. Pada pemberian aroma terapi lavender ketiga, didapatkan hasil 2 orang cemas sedang dan 9 orang tidak cemas.

Simpulan : Dengan menggunakan uji wilcoxon setelah tiga kali dilakukan intervensi pemberian aroma terapi lavender pada 11 responden ibu hamil diperoleh hasil $p\text{-value} = 0.003 < 0.05$, maka terdapat pengaruh aroma terapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan.

Kata Kunci: Cemas; Ibu Hamil; Lavender.

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah periode yang sangat spesifik dan kompleks dalam kehidupan seorang wanita. Perubahan yang menyertainya tidak hanya terjadi pada bidang biologis/fisiologis, tetapi juga pada fungsi psikologis dan sosialnya. Perubahan fungsi psikologis dapat terjadi sejak awal hingga akhir kehamilan, termasuk masa nifas. Selama kehamilan, perubahan yang terlihat terjadi pada penampilan tubuh, serta feminitas, afeksi, dan seksualitas, sedangkan posisi dan peran wanita mendapatkan kualitas baru. Pada tingkat yang lebih besar atau lebih kecil, setiap ibu hamil mengalami ambivalensi psikologis, perubahan suasana hati yang sering berubah dari kelelahan ke kegembiraan, gangguan emosional, dan atau gangguan kecemasan-depresi campuran (Bjelica, Cetkovic, Trninic-Pjevic, & Mladenovic-Segedi, 2018).

Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin mulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan. yaitu Lama kehamilan 280 hari atau 40 pekan (minggu) atau 10 bulan (lunar months). Kehamilan dibagi atas 3 trimester: kehamilan trimester I antara 0 -12 minggu, kehamilan trimester II antara 12 - 28 minggu, dan kehamilan trimester III antara 28 – 40 minggu (Yeyeh, Yulianti, & Maimunah, 2009).

Kehamilan bagi ibu primigravida (ibu pertamakali hamil) merupakan pengalaman pertama kali dalam periode kehidupannya. Situasi tersebut dapat menimbulkan perubahan drastis, bukan hanya fisik namun juga psikologis. Angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 373.000. 000, diantaranya 28, 7% atau sebanyak 107.000. 000 ibu hamil mengalami kecemasan saat menjelang proses persalinan. Kecemasan ibu hamil dapat berdampak

buruk sehingga dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. Kondisi tersebut dapat mengakibatkan keguguran dan peningkatan tekanan darah sehingga mampu memicu terjadinya preeklamsi (Hasim, & Sulastri, 2018).

Primigravida trimester III merupakan kehamilan pertama dengan usia kehamilan 27-40 minggu, masa ini merupakan masayang lebih berorientasi pada realitas untuk menjadi orang tua yang menanti kelahiran anak dimana ikatan antara orang tua dan janin yang berkembang pada trimester ini. Pada trimester Illini, banyak sekali terjadi perubahan anatomi dan fisiologi, dan jugapada kehamilan trimester ini sering kali terjadinya tanda bahaya yang terjadi pada ibu. Apabila seorang ibu,yang telah cukup gambaran tingkat pengetahuannya tidak akan cemas untuk menghadapi terjadinya perubahan-perubahan selama masa kehamilan dan melahirkan (Setiati, 2019).

Di Indonesia terdapat 373.000.000 orang ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000.000 orang (28.7%) (Sundara, Larasati, Meli, Wibowo, Utami, Maulina, & Gunarti, 2022). Rata-rata jumlah ibu hamil di Indonesia sebanyak 4.8 juta orang setiap tahun. Di Jawa Barat jumlah ibu hamil tertinggi ditemukan pada umur kehamilan 20-23 minggu sebanyak 26.5% dan umur kehamilan 24-25 minggu sebanyak 30.3% jumlah ibu hamil dengan umur kehamilan lebih dari 20 minggu sebanyak 50.85% (Panuntun, & Gewati, 2023).

Gejala depresi dan kecemasan umum terjadi pada awal dan akhir kehamilan. Skrining faktor risiko pada awal kehamilan merupakan hal yang penting,

Pengaruh pemberian aroma therapy lavender
Terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan

karena depresi dan kecemasan pranatal dapat berhubungan dengan hasil kesehatan ibu dan anak yang buruk (van de Loo, Vlenterie, Nikkels, Merkus, Roukema, Verhaak, & van Gelder, 2018). Kecemasan selama kehamilan dikaitkan dengan hasil yang merugikan pada ibu dan bayi. Sayangnya, karena kecemasan sering disamakan dengan depresi. Meskipun kecemasan selama kehamilan merupakan hal yang normatif, kecemasan dapat menjadi masalah dan berdampak negatif pada perilaku, yang berpotensi membahayakan ibu, serta janin atau anak yang sedang berkembang di rumah (Araji, Griffin, Dixon, Spencer, Peavie, & Wallace, 2020).

Kecemasan pada masa kehamilan merupakan perubahan psikologis disebabkan yang disebabkan oleh perubahan hormon kehamilan yang bila tidak ditangani sejak dini dapat berdampak pada kondisi ibu dan janin. Pemberian prenatal yoga dan inhalasi lavender merupakan salah satu terapi non-farmakologi yang efektif dalam meredakan kecemasan dalam masa kehamilan (Adnyani, Dewi, Yuniati, & Widiastuti, 2023). Kecemasan pada trimester tiga dapat mempengaruhi proses persalinan, tumbuh kembang anak, kelahiran prematur, BBLR, partus lama dan gangguan mental (Kristiningrum & Afriyani, 2019).

METODE

Penelitian kuantitatif menggunakan *Pre Experimental Design* dengan *One Group Pretest Posttest*, dimana akan dilakukan suatu kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya perlakuan atau intervensi yang akan diberikan terhadap suatu variabel. Dalam penelitian ini tidak ada kelompok kontrol, tetapi sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen. Ibu hamil akan dinilai tingkat kecemasannya sebelum diberikan intervensi, selanjutnya dilakukan intervensi aromatherapi lavender, kemudian tingkat

kecemasan ibu hamil akan dinilai kembali setelah diberikan intervensi aromatherapi lavender. Lokasi penelitian di Puskesmas Leuwigajah, waktu penelitian dari bulan Mei s.d Juli 2024.

Variabel independent/bebas dalam proposal penelitian ini adalah aromatherapi lavender, variabel dependen/ terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan ibu hamil. Sampel pada penelitian ini sebanyak 11 responden. Alat pengumpulan data menggunakan instrumen Kuesioner PASS Perinatal Anxiety Screening Scale. PASS merupakan instrumen yang spesifik digunakan untuk mengukur kecemasan. Kuesioner PASS berjumlah 31 pernyataan dengan empat pilihan jawaban, pemberian skor: 0 untuk tidak pernah, skor 1 untuk kadang-kadang, 2 untuk jawaban sering, dan skor 3 untuk jawaban selalu. Alasan menggunakan kuesioner tersebut dikarenakan sejalan dengan penelitian yang akan dilaksanakan yaitu mengenai tingkat kecemasan yang dirasakan khusus oleh ibu hamil.

Langkah pertama persiapan penelitian yaitu menyusun proposal, mengurus ijin penelitian, mengurus etik penelitian, menentukan sampel penelitian dilanjutkan dengan pelaksanaan penelitian. Dalam pelaksanaan penelitian Langkah-langkahnya yaitu peneliti memperkenalkan diri kepada responden, menjelaskan tujuan penelitian, *informed consent* kepada responden, melakukan pretest untuk mengukur kecemasan responden dengan menggunakan kuesioner PASS, pemberian aromatherapi lavender kepada responden dan menjelaskan cara pemakaiannya "Teteskan 6 tetes aromatherapi lavender pada selembar kapas letakan 2cm dari hidung hirup dari hidung yang dilakukan selama 10 menit 1 kali setiap harinya selama 2 minggu". Setelah 2 minggu pemberian aromatherapi lavender responden melakukan posttest (ketika kunjungan ulang) dengan menggunakan kembali kuesioner PASS. Setelah selesai pelaksanaan penelitian maka dilakukan analisis dan pengolahan data.

HASIL

Tabel Data Distribusi Frekuensi Partisipan (N=11)

Variabel	Hasil	P-value
Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Aromatherapy(n/%)		
Berat	2/18.2	
Sedang	6/54.5	
Ringan	1/9.1	
Tidak Ada	2/18.2	
Tingkat Kecemasan Setelah Terapy I (n/%)		
Berat	1/9.1	0.317
Sedang	5/45.5	
Ringan	3/27.3	
Tidak Ada	2/18.2	
Tingkat Kecemasan Setelah Terapy II (n/%)		
Berat	0/0	0.40
Sedang	1/9.1	
Ringan	2/18.2	
Tidak Ada	8/72.7	
Tingkat Kecemasan Setelah Terapy III (n/%)		
Berat	0/0	0.003
Sedang	2/18.2	
Ringan	0/0	
Tidak Ada	9/81.8	

Berdasarkan tabel di atas mayoritas responden sebelum diberikan aromatherapy lavender memiliki tingkat kecemasan sedang, yaitu dengan jumlah 6 responden (54.5%). Setelah diberikan terapi I mayoritas memiliki tingkat kecemasan sedang, dengan jumlah menjadi 5 responden (45.5%), setelah terapi II dan ke III mayoritas tidak lagi memiliki kecemasan dengan jumlah 8 responden (72.7%) untuk terapi ke II dan menjadi 9 responden (81.8%) untuk terapi ke III. Hasil analisis dengan menggunakan uji wilcoxon setelah 3 kali ibu hamil diberikan aromaterapi lavender diperoleh hasil nilai pvalue = 0.003 < 0.05, maka terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan.

PEMBAHASAN

Kecemasan merupakan salah satu keluhan yang mempengaruhi kesehatan psikologis ibu hamil.

Kecemasan yang berlangsung lama akan berdampak negatif pada ibu dan janin, sehingga harus ditangani sesegera mungkin. Satu-satunya pilihan adalah terapi non farmakologis, yaitu dengan menggunakan kombinasi relaksasi Benson dan aromaterapi untuk merelaksasi tubuh sehingga dapat menekan perasaan tegang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas kombinasi relaksasi Benson dan aromaterapi lavender terhadap perubahan kecemasan pada ibu hamil trimester III (Abidah, Novianti, & Masruroh, 2023). Kehamilan dapat menjadi krisis emosional bagi sebagian wanita dan jika tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan komplikasi maternal dan neonatal (Herawati, Adinda, & Widodo, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian pada ibu hamil trimester III didapatkan hasil adanya perubahan penurunan kecemasan sebelum diberikan aromaterapi terdapat orang ibu hamil mengalami

Pengaruh pemberian aroma therapy lavender
Terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan

kecemasan berat, 6 orang mengalami kecemasan sedang, 1 orang mengalami kecemasan ringan dan 2 orang tidak cemas. Setelah 3 kali diberikan aromaterapi lavender menjadi 9 orang ibu hamil tidak mengalami kecemasan dan 2 orang mengalami kecemasan sedang. Hal ini menandakan bahwa pemberian aromaterapi lavender baik untuk ibu hamil trimester tiga menghadapi persalinan. Peneliti terdahulu menyatakan bahwa bunga lavender sering dipakai sebagai aromaterapi karena dapat memberikan manfaat relaksasi dan memiliki efek sedasi yang sangat membantu pada orang yang mengalami kecemasan (Dewi, 2013). Linalool asetat yang ada pada aromaterapi lavender mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang, disamping itu sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem saraf (Winarsih & Idhayanti, 2017).

Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya kepada 20 ibu hamil trimester III diberikan aromaterapi dengan cara minyak esensial 4-6 tetes dituangkan pada kertas tissue diletakkan di depan hidung dengan jarak 2 cm selama 3-5 menit. Hasil penelitian ini menunjukkan terjadi penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan aromaterapi lavender. Hal ini terjadi karena terapi dengan menggunakan minyak esensial lavender dapat membantu membangkitkan semangat dan menyegarkan. Sehingga pemberian aromaterapi lavender efektif menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester III menghadapi persalinan (Setiati, 2019).

Pengaruh aromatherapy lavender terhadap tingkat kecemasan diperoleh hasil bahwa dari 11 responden sebelum intervensi ada 2 orang tingkat kecemasan berat, 6 orang tingkat kecemasannya sedang dan orang tingkat kecemasannya ringan serta 2 orang tidak cemas. Setelah diberikan intervensi menjadi 9 orang tidak cemas, 2 orang kecemasan sedang, dan tidak ada lagi yang memiliki kecemasan berat. Hasil analisis dengan menggunakan uji wilcoxon setelah 3 kali ibu hamil diberikan aromaterapi lavender diperoleh hasil nilai $p\text{-value} = 0.003 < 0.05$, maka terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan.

Kecemasan kehamilan adalah respon emosional yang mirip dengan kecemasan umum, tetapi terjadi pada ibu hamil dan terkait dengan kesejahteraan

bayi, persalinan, pengalaman merawat kehamilan, dan perubahan peran orangtua (Simon, 2018). Dalam penelitian (Rinata & Andayani, 2018) menyatakan bahwa kecemasan yang sering dialami ibu hamil di trimester ketiga sebagian besar berkaitan dengan proses persalinan dan masa perawatan dan pemulihan yang akan mereka alami setelah persalinan. Kecemasan ibu hamil dapat berdampak negatif pada ibu dan janinnya (Rinata & Andayani, 2018).

Aromaterapi dapat berdampak pada sistem limbik otak, yang bertanggung jawab atas memori, emosi suasana hati, dan mood. Ini menghasilkan neuro hormon endorphen dan encephalin, yang berfungsi sebagai pereda nyeri dan mengurangi ketegangan atau stres serta kecemasan yang terkait dengan persalinan (Setiati, 2019). Peneliti terdahulu mendapatkan hasil penelitian Uji Statistik Wilcoxon Match Paired Test diperoleh $p\text{-value} 0.001 < 0.05$ yang artinya ada perbedaan responden sebelum diberikan intervensi dengan sesudah diberikan intervensi. Maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III primigravida (Kartikasari, Wijayanti, & Purwanti, 2024).

Berpendapat bahwa beberapa tetes minyak lavender dapat membantu menanggulangi insomnia, memperbaiki mood seseorang, menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan tingkat kewaspadaan, dan tentunya dapat memberikan efek relaksasi (Dewi (2013). Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek menenangkan. Penelitian yang dilakukan terhadap manusia mengenai efek aromaterapi lavender untuk relaksasi, kecemasan, mood, dan kewaspadaan pada aktivitas EEG (Electro Encephalo Gram) menunjukkan terjadinya penurunan kecemasan, perbaikan mood dan terjadi peningkatan kekuatan gelombang alpha dan beta pada EEG yang menunjukkan peningkatan relaksasi. Didapatkan pula hasil yaitu terjadi peningkatan secara signifikan dari kekuatan gelombang alpha di daerah frontal, yang menunjukkan terjadinya peningkatan rasa kantuk (Yamada, Mimaki, & Sashida, 2005).

Peneliti sebelumnya menemukan bahwa pemberian kombinasi senam yoga prenatal dan aroma terapi lavender merupakan terapi non farmakologis yang dapat diterapkan pada ibu hamil karena memiliki pengaruh terhadap perubahan tekanan darah (Fathonah, Pertami, Ciptaningtyas, & Nataliswati, 2024). Peneliti lain juga menyimpulkan

Pengaruh pemberian aroma therapy lavender
Terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan

bahwa pijat aromaterapi dengan minyak lavender dapat mengurangi rasa sakit dan kecemasan selama persalinan. Selain itu, pijat ini juga merupakan cara yang efektif untuk mengurangi durasi persalinan. merekomendasikan bahwa pijat aromaterapi lavender dapat ditawarkan kepada wanita yang akan melahirkan untuk meredakan nyeri (Lamadah & Nomani, 2016).

SIMPULAN

Hasil analisis dengan menggunakan uji wilcoxon setelah 3 kali ibu hamil diberikan aromaterapi lavender diperoleh hasil nilai pvalue = 0.003 < 0.05, maka terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan.

SARAN

Penelitian dapat dilaksanakan dengan lancar, untuk selanjutnya penelitian penerapan terapi non farmakologis ini dilaksanakan pada saat ibu melahirkan dengan tujuan mengurangi kecemasan atau untuk mengurangi nyeri saat ibu melahirkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, S. N., Novianti, H., & Masruroh, N. (2023). Effectiveness of combination of benson relaxation and lavender aromatherapy relaxation towards changes in anxiety in the third trimester pregnant woman. *Bali Medical Journal*, 12(3), 3382-3386.
- Adnyani, N. W. S., Dewi, A. S., Yuniati, M. G., & Widiastuti, N. M. R. (2023). Pengaruh Kombinasi Prenatal Yoga dan Inhalasi Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Genta Kebidanan*, 12(2), 50-56.
- Araji, S., Griffin, A., Dixon, L., Spencer, S. K., Peavie, C., & Wallace, K. (2020). An overview of maternal anxiety during pregnancy and the post-partum period. *Journal of Mental Health & Clinical Psychology*, 4(4).
- Bjelica, A., Cetkovic, N., Trninic-Pjevic, A., & Mladenovic-Segedi, L. (2018). The phenomenon of pregnancy—A psychological view. *Ginekologia polska*, 89(2), 102-106.
- Dewi, I. P. (2013). Aromaterapi lavender sebagai media relaksasi. *Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*, 2(1), 21-53.
- Fathonah, A. N., Pertami, S. B., Ciptaningtyas, M. D., & Nataliswati, T. (2024). The Effect of Prenatal Yoga Exercise Combination and Lavender Aromatherapy on Blood Pressure Changes in Pregnant Women. *Indonesian Journal of Applied Health*, 1(2), 11-19.
- Hasim, R. P., & Sulastris, S. K. (2018). *Gambaran Kecemasan Ibu Hamil* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Herawati, T., Adinda, A. Y., & Widodo, D. (2024). Giving Lavender Aromatherapy Candles to Overcome Anxiety in Primigravida Pregnant Women in Trimester Iii at the Kanigoro Health Center, Blitar District. In *Proceeding Strada International Conference on Health* (Vol. 6, No. 6, pp. 26-30).
- Kartikasari, L., Wijayanti, T. R. A., & Purwanti, A. S. (2024). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(2), 271-278.
- Kristiningrum, W., & Afriyani, L. D. (2019). Efektivitas aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Bergas. *Journal of Holistics and Health Sciences*, 1(1), 99-107.
- Lamadah, S. M., & Nomani, I. (2016). The effect of aromatherapy massage using lavender oil on the level of pain and anxiety during labour among primigravida women. *I am J Nurs Sci*, 5(2), 37-44.
- Panuntun, B. P., & Gewati, M. (2023). Ada 4,8 Juta Ibu Hamil Per Tahun, Kepala BKKBN: Kalau Dibiarkan Ada 20 Persen yang Melahirkan Anak Stunting. Diakses dari: <https://nasional.kompas.com/read/2023/10/24/15275871/ada-48-juta-ibu-hamil-per-tahun-kepala-bkkbn-kalau-dibiarkan-ada-20-persen>
- Rinata, E., & Andayani, G. A. (2018). Karakteristik ibu (usia, paritas, pendidikan) dan dukungan

Pengaruh pemberian aroma therapy lavender
Terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan

- keluarga dengan kecemasan ibu hamil trimester III. *Medisains*, 16(1), 14-20.
- Setiati, N. W. (2019). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Persiapan Menghadapi Persalinan di Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 19(1).
- Simon, M. (2018). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan Di Rsud La Temmamala Kabupaten Soppeng. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 13(5), 497-500.
- Sundara, A. K., Larasati, B., Meli, D. S., Wibowo, D. M., Utami, F. N., Maulina, S., & Gunarti, N. S. (2022). Aromaterapi Sebagai Terapi Stres dan Gangguan Kecemasan. *Jurnal Buana Farma*, 2(2), 78-84.
- van de Loo, K. F., Vlenterie, R., Nikkels, S. J., Merkus, P. J., Roukema, J., Verhaak, C. M., & van Gelder, M. M. (2018). Depression and anxiety during pregnancy: the influence of maternal characteristics. *Birth*, 45(4), 478-489.
- Winarsih, S., & Idhayanti, R. I. (2017). Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala i pada ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 47-54.
- Yamada, K., Mimaki, Y., & Sashida, Y. (2005). Effects of inhaling the vapor of *Lavandula burnatii* super-derived essential oil and linalool on plasma adrenocorticotrophic hormone (ACTH), catecholamine and gonadotropin levels in experimental menopausal female rats. *Biological and pharmaceutical bulletin*, 28(2), 378-379.
- Yeyeh, A., Yulianti, L., & Maimunah, S. L. (2009). Asuhan kebidanan I (kehamilan). *Jakarta: Trans info media*.