

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER DALAM
MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA
TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA TUTUN
SEHATI TANJUNG MORAWA**



TRY HARIANI PANJAITAN
P07520122040

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER DALAM
MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA
TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA TUTUN
SEHATI TANJUNG MORAWA**

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



TRY HARIANI PANJAITAN
P07520122040

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2025

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER DALAM
MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA
TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA TUTUN
SEHATI TANJUNG MORAWA

Diusulkan Oleh
TRY HARIANI PANJAITAN
P07520122040

Telah disetujui di Prodi D-III Keperawatan Medan
Pada tanggal 17 Juni 2025
Menyetujui

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP : 197011301993032013



Dr. Siang Br Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes
NIP: 197212201998032004

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan



Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP : 197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER DALAM

MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA

TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA TUTUN

SEHATI TANJUNG MORAWA

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

TRY HARIANI PANJAITAN
P07520122040

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Medan, 17 Juni 2025

Tanda tangan

- | | | |
|-------------------|--|---|
| 1. cKetua Penguji | : Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd |  |
| 2. Penguji I | : Tiurlan M. Doloksaribu, S.Kep, Ns, M.Kep |  |
| 3. Penguji II | : Wiwik Dwi Arianti S.Kep, Ns, M.Kep |  |

Mengetahui:
Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan



Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP : 197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Try Hariani Panjaitan
NIM : P07520122040
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karya
Tulis Ilmiah yang berjudul:

PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA TUTUN SEHATI TANJUNG MORAWA

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 17 Juni 2025

Penulis



Try Hariani Panjaitan
P07520122040

FORMAT BIODATA PENULIS



BIODATA PENULIS

Nama : Try Hariani Panjaitan
Tempat/ Tgl lahir : Desa Gajah, 19 Maret 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Desa Gajah
Nomor HP : 081270248566

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD NEGERI 010178 DESA GAJAH
2. SLTP : SMP NEGERI 2 MERANTI
3. SLTA : SMA NEGERI 2 MERANTI

ABSTRAK

Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa

Try Hariani Panjaitan¹, Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd²,
Dr. Siang Br Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes³.
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Email: hariyanipanjaitan@gmail.com

Ibu hamil primigravida trimester III rentan mengalami kecemasan karena belum memiliki pengalaman menghadapi persalinan. Kecemasan yang tidak ditangani dapat berdampak negatif terhadap kesehatan ibu dan juga janin. Aromaterapi lavender diketahui memiliki efek relaksasi melalui kandungan linalool dan linalyl asetat yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester III. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan dua responden yang mengalami kecemasan berat berdasarkan skor PASS. Intervensi dilakukan selama tujuh hari berturut-turut, satu kali perhari selama 30 menit menggunakan aromaterapi lavender. Hasil menunjukkan skor PASS menurun dari 70 dan 68 menjadi 28 dan 26, yang masuk kategori kecemasan ringan, sehingga aromaterapi lavender disarankan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III, serta dapat dijadikan sebagai intervensi pendukung kualitas dalam pelayanan kehamilan.

Kata Kunci: Aromaterapi Lavender, Kecemasan, Primigravida, Trimester III

ABSTRACT

The Application of Lavender Aromatherapy in Reducing Anxiety in Primigravida Third Trimester Mothers at Tutun Sehati Pratama Clinic, Tanjung Morawa

Try Hariani Panjaitan¹, Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd²,
Dr. Siang Br Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes³
Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
Email: hariyanipanjaitan@gmail.com

Primigravida mothers in the third trimester are vulnerable to anxiety because they have no previous experience with childbirth. Untreated anxiety can have negative impacts on both maternal and fetal health. Lavender aromatherapy is known to have a relaxing effect through its content of linalool and linalyl acetate, which can help reduce anxiety levels. This study aimed to determine the effect of lavender aromatherapy in reducing anxiety in primigravida third-trimester mothers. The study used a descriptive case study design with two respondents who experienced severe anxiety based on their PASS scores. The intervention was administered for seven consecutive days, once a day for 30 minutes, using lavender aromatherapy. The results showed that the PASS scores decreased from 70 and 68 to 28 and 26, which falls into the mild anxiety category. Therefore, lavender aromatherapy is recommended as a non-pharmacological intervention to reduce anxiety in primigravida third-trimester mothers and can be used as a supportive intervention to improve the quality of pregnancy care.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Anxiety, Primigravida, Third Trimester



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of
The Ministry of Health*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan berkat dan kasih-Nya kepada penulis, serta menuntun dan menguatkan penulis sehingga mampu menyusun serta menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa Tahun 2025”

Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi syarat salah satu untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan. Selama proses penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis telah banyak mendapatkan bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk semua kebaikan itu, penulis dengan segala kerendahan hati menyampaikan ucapan terima kasih kepada Ibu Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd selaku dosen pembimbing I dan Ibu Dr. Siang Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu yang sangat berharga untuk membimbing penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah ini selesai. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan dorongan dalam menyusun proposal ini. Ucapan terimakasih ini penulis sampaikan kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S,SiT., M.Keb, selaku Plt. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kemenkes Medan
3. Ibu Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd selaku Ketua Prodi D-III Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan dan sekaligus dosen pembimbing I dan ibu Dr. Siang Br. Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan dan arahan kepada penulis sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik

4. Ibu Tiurlan Mariasima Doloksaribu, S.Kep, Ns, M.Kep selaku dosen penguji I dan Ibu Wiwik Dwi Arianti S.Kep, Ns, M.Kep selaku dosen penguji II
5. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatann.
6. Teristimewa kepada kedua orang tua penulis Bapak Muara Panjaitan dan Ibu Satur Situmorang yang memberikan doa, dukungan, dan kasih sayang tanpa batas. Terima kasih atas segala pengorbanan, kesabaran, dan cinta yang tiada henti mengiringi setiap langkahku. Tanpa restu dan doa kalian, perjalanan ini tidak akan mungkin terwujud. Dengan penuh cinta dan rasa syukur, karya ini kupersembahkan untuk kalian.
7. Saudara-saudara penulis, kakak terkasih Jelina Lolita Panjaitan dan Lesmiana Febrina Panjaitan, beserta seluruh keluarga besar Panjaitan, terima kasih atas segala dukungan, motivasi, dan kebersamaan yang selalu menguatkan penulis dalam setiap langkah perjalanan ini. Kehadiran dan semangat yang kalian berikan menjadi dorongan besar bagiku untuk terus maju.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penulisan maupun dari tata bahasanya. Maka dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritik serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Medan, 17 Juni 2025

Penulis



Try Hariani Panjaitan

P07520122040

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
FORMAT BIODATA PENULIS	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Studi Kasus.....	5
1. Bagi Subjek Peneliti.....	5
2. Bagi Tempat Peneliti	5
3. Bagi Institusi Pendidikan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Dasar Aromaterapi.....	6
1. Definisi Aromaterapi.....	6
2. Jenis-jenis Aromaterapi.....	7
3. Mekanisme Kerja Aromaterapi	8
4. Manfaat Aromaterapi	9
5. Metode Pemberian Aromaterapi	9
6. Aromaterapi Lavender	10
7. Komponen-komponen Kimia dalam Lavender.....	10
8. Standar Operasional Prosedure Aromaterapi Lavender	11

B. Konsep Kecemasan	12
1. Definisi Kecemasan	12
2. Patofisiologi Kecemasan Pada Ibu Hamil.....	13
3. Penyebab Kecemasan.....	13
4. Gejala Kecemasan.....	14
5. Tingkat Kecemasan.....	15
6. Faktor yang memengaruhi kecemasan	15
7. Alat Ukur Kecemasan	17
C. Kehamilan.....	18
1. Definisi Kehamilan	18
2. Primigravida.....	18
3. Perubahan Fisiologi Kehamilan Pada Trimester tiga	18
4. Psikologis Kehamilan Trimester III	20
BAB III METODE STUDI KASUS.....	22
A. Rancangan Studi Kasus.....	22
B. Subjek Studi Kasus	22
C. Fokus Studi Kasus.....	23
D. Definisi Operasional Studi Kasus	23
E. Instrumen Studi Kasus	24
F. Metode Pengumpulan Data.....	24
G. Lokasi dan Waktu.....	25
H. Penyajian Data	25
I. Etika Studi Kasus	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Hasil Studi Kasus	27
B. Pembahasan	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	23
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Di Klinik Pratama Tutun Sehati.....	27
Tabel 4.2 Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Intervensi	28
Tabel 4.3 Penerapan Intervensi	29
Tabel 4.4 Tabel Evaluasi	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 2 : Lembar Kuesioner
- Lampiran 3 : Standart Operasional Prosedur Aromaterapi Lavender
- Lampiran 4 : Surat Izin Survey Awal
- Lampiran 5 : Surat Persetujuan Survey Awal
- Lampiran 6 : Surat Izin Meneliti
- Lampiran 7 : Surat Persetujuan Meneliti
- Lampiran 8 : EC (Ethical Clearence)
- Lampiran 9 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 10 : Dokumentasi Peneliti
- Lampiran 11 : Turnitin