PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI DESA BANGUN SARI DAN WONOSARI PUSKESMAS DALU SEPULUH KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

IPANI SUKARIA SIAGIAN
NIM : P07524422018

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN PRODI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2026

SKRIPSI

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI DESA BANGUN SARI DAN WONOSARI PUSKESMAS DALU SEPULUH KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

IPANI SUKARIA SIAGIAN
NIM : P07524422018

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN PRODI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2026

SKRIPSI

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI DESA BANGUN SARI DAN WONOSARI PUSKESMAS DALU SEPULUH KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb)
pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan
Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

IPANI SUKARIA SIAGIAN
NIM : P07524422018

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN PRODI
SARJANA TERAPAN TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI DESA BANGUN SARI DAN WONOSARI PUSKESMAS DALU SEPULUH KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

Diusulkan Oleh

IPANI SUKARIA SIAGIAN
NIM : P07524422018

Telah disetujui di Medan

Pada tanggal 22 Me 2026

Pembimbing Utama,	Pembimbing Pendamping
Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes	**Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes**
NIP. 197206091992032001	**NIP. 197002131998032001**

Ketua Jurusan Kebidanan Medan

Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes
NIP : 197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI DESA BANGUN SARI DAN WONOSARI PUSKESMAS DALU SEPULUH KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

IPANI SUKARIA SIAGIAN
NIM P07524422018

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal 22 Mei 2026

Tim Penguji:

Ketua	: Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes	( )
Anggota 1	: Zuraidah, S.SiT, M.Kes	( )
Anggota 2	: Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes	( )

Medan, 22 Mei 2026
Mengetahui,
Ketua Jurusan Kebidanan Medan

(Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
NIP.197002131998032001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Ipani Sukaria Siagian
NIM	: P07524422018
Program Studi	: Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan	: Kebidanan
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karyatulis ilmiah /Laporan Kasus/Skripsi saya yang berjudul:

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI DESA BANGUN SARI DAN WONOSARI PUSKESMAS DALU SEPULUH KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

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, 22 Mei 2026



Ipani Sukaria Siagian

NIM P07524422018

Biodata Penulis



BIODATA PENULIS

Nama	: Ipani Sukaria Siagian
Tempat/Tgl lahir	: Simangumban, 20 Agustus 2003
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen
Alamat Rumah	: Aek Nabara
Nomor HP	: 085658187271

RIWAYAT PENDIDKAN

SD : SD N 173242 SIMANGUMBAN

SLTP : SMP N 1 SIMANGUMBAN

SLTA : S M A N 1 S I M A N G U M B A N

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI DESA BANGUN SARI DAN WONOSARI PUSKESMAS DALU SEPULUH KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

Ipani Sukaria Siagian

Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Medan
Jurusan Kebidanan
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Medan

E-mail : ipanisukariasiagian553@gmail.com

Kecemasan pada ibu hamil trimester III merupakan masalah psikologis yang sering terjadi menjelang persalinan. Data World Health Organization (WHO) tahun 2022 menunjukkan bahwa gangguan kecemasan selama kehamilan masih cukup tinggi dan dapat berdampak pada kesehatan ibu maupun janin. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan adalah pemberian aromaterapi lavender yang memiliki efek relaksasi dan menenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di [tempat penelitian]. Penelitian menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Sampel penelitian sebanyak [jumlah sampel] ibu hamil trimester III yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Tingkat kecemasan diukur menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Intervensi diberikan berupa aromaterapi lavender menggunakan diffuser selama ±10–15 menit. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan aromaterapi lavender sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang, sedangkan setelah intervensi sebagian besar mengalami penurunan menjadi kecemasan ringan. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value < 0,05 yang berarti terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Kesimpulan penelitian ini adalah aromaterapi lavender efektif dalam membantu menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester III sehingga dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologis untuk memberikan rasa rileks dan nyaman menjelang persalinan.

Kata Kunci: aromaterapi lavender, kecemasan, ibu hamil, trimester III, HARS.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul *"Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026"* dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada ibu Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes selaku pembimbing utama dan ibu Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula sayauntuk mengucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Arihta br Sembiring, SST,M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Yusniar Siregar, SST,M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidann Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Zuraidah, S.SiT, M.Kes atas kesediaannya sebagai untuk menguji karya tulis ilmiah/skripsi ini.
5. Pimpinan institusi tempat penelitian yang telah memberikan izinpenelitian
6. Ibu ibu hamil yang sudah bersedia menjadi responden di penelitian ini.
7. Teristimewa kepada kedua orangtua saya Papa Iskandar Aland Siagian dan Mama Fitri Tampubolon, terimakasih atas setiap doa dan dukungannya, terimakasih atas perjuangannya kepada penulis sehingga penulis ini bisa menyelesaikan skripsi ini.
8. Keempat adik perempuan saya, Christin, Dinda, Natalia, dan Amanda, terimakasih atas semua dukungan dan selalu menemani penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.
9. Teruntuk Nenek tercinta, Rosmini Panggabean, Skripsi ini penulis persembahkan untukmu yang telah merawat, membesarkan, dan menyayangi penulis sejak bayi sampai kini telah dewasa dengan penuh kasih sayang dan

sabar yang tak pernah habis. Terimakasih atas setiap doa, nasehat, pengorbanan, dan cinta yang telah beliau berikan.

10. Untuk Kakak adv. Tesalonika Noverina Silalahi, S.H, terimakasih atas semua dukungan, nasehat, motivasi dan selalu menemani penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.
11. Keempat sahabat seperjuangan saya, Elisa Karunia Sihombing, Lamtiur Magdalena Sirait, Rahelia Febiana Samosir dan Salsabina Habsari Nainggolan, yang telah menemani perjalanan penulis selama masa perkuliahan hingga masa proses penyusunan skripsi ini. Terimakasih telah menjadi tempat berbagi suka maupun duka, saling menguatkan, mendukung serta membersamai setiap proses yang penuh tantangan hingga akhirnya kita dapat sampai pada tahap ini.
12. Kepada Diri Saya Sendiri tetaplah hidup seperti Senyawa Proton anak gadis Tuhan Yesus yang berjiwa Daud.
13. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Kebidaanan serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah/skripsi ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Skripsi ini.

Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untukperbaikan Sripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 22 Mei 2026

Ipani Sukaria Siagian
P07524422018

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iv**
ABSTRAK ..... **v**
BIODATA PENULIS ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
DAFTAR ISI ..... **viii**
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Tujuan 2
1. Tujuan Umum 2
2. Tujuan Khusus 3
C. Rumusan Masalah 2
D. Manfaat Penelitian 3
1. Manfaat Teoritis 3
2. Manfaat Praktis 3
E. Keaslian Peneltian 4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 6

A. Tinjauan Teoritis 6
1. Konsep Dasar Aromaterapi 6
2. Konsep Kecemasan 12
B. Kehamilan 18
C. Profil Lavender 22
D. Kerangka Teori 23
E. Kerangka Konsep 24
F. Hipotesis 24

BAB III METODE PENELITIAN 25
A. Jenis dan Desain Penelitian 25
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 25
C. Populasi dan Sampel 27
D. Kriteria Inklusi dan Eksklusi 28
E. Variabel Penelitian 29
F. Defenisi Operasional 30
G. Prosedur Kerja 31
H. Alat Pengumpul Data 33
I. Prosedur Pengumpul Data 34
J. Analisa Data 35
K. Etika Penelitian 35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 33
A. Hasil Penelitian 33
B. Pembahasan 37

BAB V PENUTUP 42
A. Kesimpulan 42
B. Saran 43

DAFTAR PUSTAKA 46
LAMPIRAN 49

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian 4
Tabel 3.1 Defenisi Operasional 26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lavender 26
Gambar 2.2 Kerangka Teori 27
Gambar 2.3 Kerangka Konsep..... 28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian 71
Lampiran 2 Surat Balasan 72
Lampiran 3 Informed Consent 73
Lampiran 4 Surat Permohonan Menjadi Responden 77
Lampiran 5 Surat Persetujuan Menjadi Responden 78
Lampiran 6 Daftar Kuesioner 79
Lampiran 7 Output SPSS 82
Lampiran 6 Dokumentasi 91