DAFTAR PUSTAKA

Ali, R., Yusuf, N., & Hidayah, S. (2021). Efektivitas aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 115–122.

Aloysius, M. (2023). *Pemanfaatan aromaterapi lavender terhadap kesehatan mental dan relaksasi*. Jakarta: EGC.

American Psychological Association. (2022). *Anxiety and stress disorders*. Washington DC: APA Publishing.

Anggoro, D. (2023). *Terapi komplementer dalam kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Annisa, R. (2022). *Asuhan kebidanan kehamilan dan persalinan*. Jakarta: Salemba Medika.

Asih, Y., Rahmawati, D., & Putri, A. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 45–52.

Bingan, E. (2021). Hubungan kualitas tidur dengan kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 88–95.

Dennis, C. L., Falah-Hassani, K., & Shiri, R. (2021). Prevalence of antenatal and postnatal anxiety: Systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 210(5), 315–323.

Dipietro, J. A., Novak, M. F., Costigan, K. A., Atella, L. D., & Reusing, S. P. (2021). Maternal psychological distress during pregnancy in relation to child development. *Development and Psychopathology*, 18(3), 795–807.

Faisal-Cury, A., Menezes, P. R., & Quayle, J. (2021). Anxiety symptoms during pregnancy and associated factors. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 43(4), 392–398.

Fanny, L. (2022). *Manfaat aromaterapi dalam pelayanan kebidanan*. Bandung: Media Sains Indonesia.

Fatma, N. (2024). *Aromaterapi dan penggunaannya dalam kesehatan*. Surabaya: Global Aksara Pers.

FOGI. (2021). *Pedoman pelayanan obstetri dan ginekologi*. Jakarta: Federasi Obstetri Ginekologi Indonesia.

Halil, R., & Puspitasari, D. (2023). Hubungan tingkat pendidikan dengan kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 15(1), 66–73.

Intanwati, S. (2022). *Kesehatan mental dan kecemasan pada ibu hamil*. Yogyakarta: Deepublish.

Kaviani, M., et al. (2014). The effect of lavender aromatherapy on anxiety among pregnant women. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 16(4), 1–6.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman pelayanan antenatal terpadu*. Jakarta: Kemenkes RI.

Korukcu, O., Kukulu, K., & Firat, M. Z. (2021). The reliability and validity of the Turkish version of the Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire. *Clinical Nursing Research*, 19(4), 467–480.

Lee, S. H., Kim, H. J., & Kim, Y. S. (2021). Effects of lavender aromatherapy on anxiety and sleep quality in pregnant women. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 42, 101–108.

Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., & Alden, K. R. (2021). *Maternity and women's health care* (12th ed.). St. Louis: Elsevier.

Mufidah, N., Sari, R., & Wahyuni, T. (2024). Dukungan sosial dan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Nasional*, 13(1), 22–30.

Namazi, M., et al. (2014). Aromatherapy with Citrus aurantium oil and anxiety during pregnancy. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 19(6), 705– 709.

Nasution, A., Lubis, R., & Harahap, Y. (2023). Gambaran perilaku ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan menjelang persalinan. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(2), 98–106.

Pillitteri, A. (2020). *Maternal and child health nursing: Care of the childbearing and childrearing family* (8th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Silva, M. M. J., Nogueira, D. A., Clapis, M. J., & Leite, E. P. R. C. (2022). Anxiety in pregnancy: Prevalence and associated factors. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 56, 1–8.

Stuart, G. W. (2021). *Principles and practice of psychiatric nursing* (11th ed.). St. Louis: Elsevier.

Varney, H. (2021). *Varney's midwifery* (6th ed.). Burlington: Jones & Bartlett Learning.

Walangadi, H., Pali, C., & Opod, H. (2021). Gambaran tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. *Jurnal e-Biomedik*, 9(1), 12–18.

WHO. (2022). *Maternal mental health and pregnancy*. Geneva: World Health Organization.

Wulandari, D., Siregar, E., & Handayani, L. (2023). Gejala kecemasan pada ibu hamil trimester III menjelang persalinan. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 11(2), 134–141.

Yuliani, S., Fitriani, D., & Sari, M. (2022). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Indonesia*, 9(3), 201–209.

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/ 7420 /2025 11 November 2025
Perihal : *Izin Survey Penelitian*

Yang terhormat,
Kepala Puskesmas Dalu Sepuluh
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin survey penelitian kepada:

Nama	: Ipani Sukaria Siagian
NIM	: P07524422018
Judul Penelitian	: Pengaruh Aromaterapi Lavender dan Lemon Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan di Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Jurusan Kebidanan
Ketua,

Arihta br.Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

Kementerian Kesehatan
Direktorat Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/0513 /2026
Perihal : *Izin Penelitian*

06 Februari 2026

Yang terhormat,
Kepala Puskesmas Dalu Sepuluh
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir diwajibkan untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama	: Ipani Sukaria Siagian
NIM	: P07524422018
Judul Penelitian	: Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Jurusan Kebidanan
Ketua,

Arihta br Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS DALU SEPULUH
Jl. Sei Blumai Desa Dalu Sepuluh B 20362
Pos-el: puskesdalusepuluh@gmail.com

Nomor : 500.6.19/493.2/PDS/III/2026
Lamp : ---
Hal : Memberikan Izin Penelitian

Kepada Yth
Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Medan
di Medan

Dengan hormat,

1. Sehubungan dengan surat Poltekkes Medan No : PP.08.02/F.XXII.10/ /2025 Tentang Permohonan Izin Penelitian
2. Maka dengan ini Kepala Puskesmas Dalu Sepuluh Kec. Tanjung Morawa Kab. Deli Serdang memberikan Izin Penelitian yang dilakukan oleh :

No	Nama	Nim	Judul
1	Ipani Sukaria Siagian	P07524422018	Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026

3. Demikianlah kami sampaikan kepada Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Medan untuk dapat dimaklumi.

Dalu Sepuluh, 02 Maret 2026
Kepala UPT Puskesmas Dalu Sepuluh

drg. SRI ASTUTI HARIYANI, M.K.M
Pembina TK I, IV B
NIP. 197711302010012011

1. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan Sertifikat Elektronik yang diterbitkan BSrE (Balai Sertifikasi Elektronik)
2. UU ITE Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik

Balai Sertifikasi Elektronik

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.2936/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Peneliti Utama
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026"

"The Effect of Lavender Aromatherapy on Anxiety in Third Trimester Pregnant Women at Dalu Sepuluh Community Health Center, Deli Serdang Regency in 2026"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 22 Juni 2026 sampai dengan tanggal 22 Juni 2027.

This declaration of ethics applies during the period June 22, 2026 until June 22, 2027.

June 22, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran
Nomor : PP.01.01/XIV/1595/2026
Tanggal : 2 Juli 2026
Tentang Permintaan Data Penatusahaan Ijazah Transkrip Akademik, Sertifikat Kompetensi, Surat Keterangan Pendamping Ijazah dan Sertifikat Profesi Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2026

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini (harap diisi dengan huruf kapital) :

Nama	: IPANI SUKARIA SIAGIAN
Tempat, Tanggal Lahir	: SIMANGUMBAN, 20 AGUSTUS 2003
Nomor Induk Mahasiswa	: P07524422018
Nomor Induk Kependudukan	: 1202076008030002
Data diatas berdasarkan	: KTP
Tanggal yudisium	: 14 JULI 2026
Jenis Kelamin	: PEREMPUAN
No. HP	: 082276416801

Menyesuaikan dengan data forlap PDDIKTI sesuai dengan ijazah, transkrip, sertifikat profesi, sertifikat kompetensi dan SKPI yang disahkan oleh Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan.

Sehubungan dengan penyampaian laporan PDDIKTI semester I s.d semester akhir, dengan ini menyatakan :

1. Bahwa semua data dalam PDDIKTI yang akan diberikan sebagai bahan verifikasi laporan PDDIKTI dan data yang dicantumkan dalam ijazah, transkrip, sertifikat profesi, sertifikat kompetensi dan SKPI tersebut adalah benar.
2. Bahwa saya bertanggung jawab terhadap segala akibat yang ditimbulkan jika dikemudian hari ternyata ada unsur kesengajaan memberikan data atau informasi yang tidak benar.
3. Saya tidak akan meminta penggantian data tersebut di forlap PDDIKTI, ijazah, transkrip, sertifikat profesi, sertifikat kompetensi dan SKPI setelah Surat Pernyataan ini saya tandatangani, dan bersedia untuk merubah data di berkas lainnya untuk penyesuaian data.
4. Saya bersedia menerima sanksi apabila data yang diberikan tidak benar

Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Juli 2026
Hormat Saya



(IPANI SUKARIA SIAGIAN)

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya (Ipani Sukaria Siagian) adalah peneliti dari **(jurusan kebidanan poltekkes kemenkes medan)**, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "**(Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026)**" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III, dengan metode pretest–posttest menggunakan kuesioner dan pemeberian aromaterapi lavender.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena Anda merupakan Bikor yang aktif di wilayah kerja Puskesmas Dalu Sepuluh dan memenuhi kriteria inklusi penelitian. Keterlibatan Anda bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun
4. Penelitian ini berlangsung selama ± 1–2 minggu dengan teknik pengambilan sampel total sampling terhadap Bikor yang memenuhi kriteria.
5. Tidak terdapat insentif berupa uang atau hadiah. Namun, Anda mendapatkan kompensasi tidak langsung berupa tambahan pengetahuan melalui kecemasan ibu hamil mtrimester III.
6. Setelah penelitian selesai, Anda akan diberikan informasi hasil penelitian secara umum melalui penyampaian langsung atau laporan singkat kepada kader dan pihak Puskesmas.
7. Anda tidak mendapatkan informasi kesehatan individu karena penelitian hanya menggunakan kuesioner pengetahuan, bukan pemeriksaan kesehatan.
8. Tidak ada temuan medis yang tidak diharapkan karena penelitian ini tidak melakukan pemeriksaan klinis.
9. Tidak ada data kesehatan pribadi yang bersifat sensitif yang ditemukan dalam penelitian ini.
10. Prosedur penelitian adalah pengisian kuesioner pretest, pemberian penyuluhan leaflet, dan posttest. Cara ini mungkin menyebabkan sedikit kelelahan atau ketidaknyamanan ringan saat pengisian kuesioner.
11. Keuntungan Anda adalah peningkatan pengetahuan tentang pengaruh aromaterapi lavender.

12. Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peningkatan kualitas Bikor dan ibu hamil trimester III.
13. Tidak diperlukan perawatan lanjutan karena penelitian ini hanya berupa pemberian aromaterapi lavender dan pengisian kuesioner.
14. Anda tidak memerlukan tindakan medis setelah penelitian karena tidak ada intervensi klinis.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan lanjutan karena penelitian ini tidak melibatkan tindakan kesehatan.
16. Anda akan diinformasikan apabila terdapat informasi baru yang relevan selama penelitian berlangsung.
17. Data penelitian disimpan dalam bentuk file elektronik dan dokumen kuesioner oleh peneliti utama selama ± 5 tahun dengan sistem kode responden.
18. Semua informasi yang Anda berikan akan dijaga kerahasiaannya.
19. Penelitian ini merupakan penelitian mandiri tanpa sponsor.
20. Peneliti bertanggung jawab penuh atas seluruh pelaksanaan penelitian ini.
21. Peneliti tidak menjamin risiko medis karena penelitian ini tidak bersifat intervensi medis.
22. Tidak ada pelayanan medis tambahan karena penelitian tidak menimbulkan risiko kesehatan.
23. Tidak ada kompensasi atas kecacatan atau kematian karena tidak ada risiko tersebut dalam penelitian ini.
24. Tidak ada jaminan hukum khusus karena penelitian ini tidak berisiko fisik atau medis.
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) institusi terkait.
26. Jika terjadi pelanggaran protokol, peneliti akan memastikan keamanan dan kenyamanan responden serta melaporkannya ke komite etik.
27. Anda akan dijelaskan seluruh prosedur penelitian dari awal sampai akhir termasuk cara pengisian kuesioner.
28. Anda berhak menghentikan partisipasi kapan saja selama penelitian berlangsung.
29. Penelitian ini tidak menggunakan data genetik.
30. Penelitian ini tidak menggunakan rekam medis atau data laboratorium.
31. Penelitian ini tidak menggunakan sampel biologis.
32. Penelitian ini tidak melibatkan wanita usia subur secara khusus, tetapi semua responden diperlakukan sama.
33. Penelitian ini tidak melibatkan ibu menyusui secara khusus.
34. Penelitian ini tidak melibatkan korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.
Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : _____

Tanda tangan : _____

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Dengan hormat

Saksi Peneliti

..... (Ipani Sukaria Siagian)

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,

Calon Responden Penelitian,

Di

Tempat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ipani Sukaria Siagian

Nim : P07524422018

Semester : Delapan (VIII)

Dengan ini akan mengadakan penelitian dengan judul **"Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026".**

Untuk saya mohon bantuan kepada saudara, kiranya bersedia memberikan informasi dengan cara mengisi kuesioner yang terlampir. Kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan hanyan digunakan untuk kepentingan penelitian.

Atas perhatian, kerja sama dan kesediaan dalam berpatisipasi sebagai responden dalam penelitian ini, saya menyampaikan bahwa banyak terima kasih dan berharap informasi anda sangat berguna, khususnya dalam penelitian ini.

Medan, 2026

Hormat Saya

Ipani Sukaria Siagian

P07524422018

SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :.....

Umur :.....

Alamat :.....

Setelah mendapatkan keterangan secukupnya serta mengetahui tentang manfaat dan resiko penelitian yang berjudul **"Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026".**

Maka dengan ini saya menyarankan bersedia berpatisipasi menjadi responden, dengan catatan apabila sewaktu-waku saya merasa dirugikan dalam bentuk apapun, saya berhak membatalkan persetujuan ini.

Medan, 2026

(_____)
Tanda Tangan Responden

DAFTAR KUESIONER

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS DALU SEPULUH KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2026

KODE RESPONDEN :

A. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah pernyataan berikut dengan baik
2. Anda sebagai responden diperbolehkan bertanya kepada peneliti, jika ada pernyataan yag tidak bisa dijawab
3. Isilah jawaban anda pada titik dibawah ini.

B. Identitas Responden

Inisial Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Pendidikan :

C. Tingkat Kecemasan (Skala HARS)

Kuesioner Tingkat kecemasan HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Berilah tanda check list (√) pada jawaban yang sesuai dengan kondisi responden. Jawaban boleh lebih dari 1 (satu).masing-masing nilai angka (score) dari ke 14 kelompok gejala tersebut dijumlahkan dari hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui derajat kecemasan seseorang, yaitu:

Skor :

0 : tidak ada

1 : ringan

2 : sedang

3 : berat

4 : berat sekali

Total nilai (score)

Kurang dari 14 : Tidak ada kecemasan

14-20 : Kecemasan Ringan

21-27 : Kecemasan Sedang

28-41 : Kecemasan Berat

45-56 : Panik

No	**Gejala Kecemasan**	**Nilai Angka (*Score*)**				
		0	1	2	3	4
	Perasaan cemas ❖ Firasat buruk ❖ Mudah tersinggung ❖ Takut akan pikiran sendiri ❖ Cemas					
	Ketegangan ❖ Merasa tegang ❖ Lesu ❖ Mudah terkejut ❖ Tidak dapat istirahat dengan tenang ❖ Mudah menangis ❖ Gemetar ❖ Gelisah					
	Ketakutan ❖ Pada gelap ❖ Ditinggal sendiri ❖ Pada orang asing ❖ Pada kerumunan banyak orang ❖ Pada keramaian lalu lintas ❖ Pada binatang besar					
	Gangguan Tidur ❖ Sukar memulai tidur ❖ Terbangun malam hari ❖ Mimpi buruk ❖ Tidur tidak nyenyak ❖ Bangun dengan lesu ❖ Banyak bermimpi ❖ Mimpi menakutkan					
	Gangguan kecerdasan					

	❖ Daya ingat buruk ❖ Sulit berkonsentrasi ❖ Daya ingat menurun					
	Perasaan depresi ❖ Kehilangan minat ❖ Sedih ❖ Berkurangnya kesukaan pada hobi ❖ Perasaan berubah-ubah ❖ Bangun dini hari					
	Gejala somatik (otot-otot) ❖ Nyeri otot ❖ Kaku ❖ Kedutan otot ❖ Gigi gemertak ❖ Suara tak stabil					
	Gejala sensorik ❖ Telinga berdengung ❖ Penglihatan kabur ❖ Muka merah dan pucat ❖ Merasa lemah ❖ Perasaan ditusuk-tusuk					
	Gejala kardiovaskuler ❖ Denyut nadi cepat ❖ Berdebar-debar ❖ Nyeri dada ❖ Rasa lemah seperti mau pingsan ❖ Denyut nadi mengeras ❖ Detak jantung menghilang(berhenti sekejap)					
	Gejala pernafasan ❖ Rasa tertekan di dada ❖ Perasaan tercekik ❖ Merasa nafas pendek/sesak ❖ Sering menarik nafas panjang					
	Gejala gastrointestinal ❖ Sulit menelan ❖ Mual ❖ Muntah ❖ Perut terasa penuh dan kembung ❖ Nyeri lambung sebelum makandan					

	sesudah ❖ Perut melilit ❖ Gangguan pencernaan ❖ Perasaan terbakar diperut ❖ Buang air besar lembek ❖ Konstipasi ❖ Kehilangan berat badan					
	Gejala urogenitalia (perkemihan dan kelamin) ❖ Sering kencing ❖ Tidak dapat menahan kencing ❖ Tidak datang bulan ❖ Darah haid berlebihan ❖ Darah haid amat sedikit ❖ Masa haid berkepanjangan ❖ Masa haid amat pendek ❖ Haid beberapa kali dalam sebulan Menjadi dingin (frigid) ❖ Ejakulasi dini ❖ Ereksi lemah ❖ Ereksi hilang ❖ Impotensi					
	Gejala otonom ❖ Mulut kering ❖ Muka merah ❖ Mudah berkeringat ❖ Sakit kepala ❖ Bulu roma berdiri ❖ Kepala terasa berat ❖ Kepala terasa sakit					
	Tingkah laku (sikap) pada wawancara ❖ Gelisah ❖ Tidak terang ❖ Mengerutkan dahi ❖ Muka tegang ❖ Nafas pendek dan cepat ❖ Muka merah ❖ Jari gemetar ❖ Otot tegang/mengeras					
	Total Skor					

(Sumber : Kautsar, 2026)

MASTER TABEL

No	Umur	Pekerjaan	Pendidikan	Kecemasan Sebelum																	Sesudah																
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Jlh	Kategori		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Jlh	Kategori
1	22 tahun	IRT	SMP	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	55	Berat		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada
2	27 tahun	IRT	SMA	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	56	Berat		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada
3	21 tahun	IRT	SMA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada		0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	Tidak ada
4	20 tahun	IRT	SMP	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan		0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	Tidak ada
5	31 tahun	Petani	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada
6	24 tahun	IRT	SMA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
7	34 tahun	IRT	SMA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	30	Ringan		1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	13	Tidak ada
8	24 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada
9	25 tahun	IRT	SMA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada

10	26 Tahun	IRT	SMA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	13	Tidak ada
11	32 Tahun	Wiraswasta	SMA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada
12	32 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
13	31 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
14	25 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	10	Tidak ada
15	30 tahun	PNS	Sarjana	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada
16	20 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	40	Sedang	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
17	22 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	40	Sedang	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang
18	21 Tahun	IRT	SMP	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang
19	26 tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
20	27 Tahun	PNS	SMA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak Ada	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
21	30 Tahun	Wiraswasta	Sarjana	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
22	34 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	40	Sedang	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
23	23 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang
24	35 Tahun	IRT	SMA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan
25	33 Tahun	IRT	SM	3	3	3	3	1	2	1	2	1	1	2	4	4	2	3	Berat	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	Ringan

			A														6																
26	32 Tahun	IRT	D-III	4	3	2	2	1	2	0	1	1	1	1	4	4	2	38	Berat	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada
27	26 Tahun	IRT	SMA	4	3	4	4	0	4	1	1	1	1	1	4	4	2	21	Berat	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	Tidak ada
28	25 Tahun	IRT	SMA	3	3	4	4	0	4	1	1	0	1	2	2	2	2	50	Berat	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang
29	29 Tahun	Pegawai Swasta	Sarjana	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56	Berat	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang
30	24 Tahun	IRT	SMP	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56	Berat	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	Sedang

Kategori Skor	
Kurang dari 14	: Tidak ada kecemasan
15-30	: Kecemasan Ringan
31-45	: Kecemasan Sedang
46-56	: Kecemasan Berat

Frequencies

Statistics

		Umur	Pendidikan	Pekerjaan	Paritas
N	Valid	45	45	45	30
	Missing	0	0	0	15

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid		15	33.3	33.3	33.3
	20-25	13	28.9	28.9	62.2
	26-30	8	17.8	17.8	80.0
	3	9	20.0	20.0	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid		15	33.3	33.3	33.3
	SD	24	53.3	53.3	86.7
	SMP	2	4.4	4.4	91.1
	SMA	1	2.2	2.2	93.3
	PERGURUAN TINGGI	2	4.4	4.4	97.8
	5	1	2.2	2.2	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid		15	33.3	33.3	33.3
	PNS	4	8.9	8.9	42.2
	PEGAWAI SWASTA	22	48.9	48.9	91.1
	WIRASWASTA	4	8.9	8.9	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Paritas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PRIMIGRAVIDA	18	40.0	60.0	60.0
	SEKUNDIGRAVIDA	4	8.9	13.3	73.3
	GRANDEGRAVIDA	8	17.8	26.7	100.0
	Total	30	66.7	100.0	
Missing	System	15	33.3		
Total		45	100.0		

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
pre_test	30	100.0%	0	0.0%	30	100.0%
post_test	30	100.0%	0	0.0%	30	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre_test	.264	30	.000	.854	30	.001
post_test	.292	30	.000	.773	30	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Related-Samples Sign Test Summary

Total N	30
Test Statistic	.000
Standard Error	2.646
Standardized Test Statistic	-5.103
Asymptotic Sig.(2-sided test)	.000

Related-Samples Wilcoxon Signed Rank Test Summary

Total N	30
Test Statistic	.000
Standard Error	41.854
Standardized Test Statistic	-4.850
Asymptotic Sig.(2-sided test)	.000

Statistics

		pretest	posttest
N	Valid	30	30
	Missing	0	0
Mean		38.2667	23.8000
Std. Error of Mean		2.03415	2.09893
Median		42.0000	28.0000
Mode		42.00	28.00
Std. Deviation		11.14151	11.49633
Range		42.00	32.00
Minimum		14.00	10.00
Maximum		56.00	42.00

pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14.00	2	6.7	6.7	6.7
	21.00	1	3.3	3.3	10.0
	28.00	5	16.7	16.7	26.7
	30.00	1	3.3	3.3	30.0
	36.00	1	3.3	3.3	33.3
	38.00	1	3.3	3.3	36.7
	40.00	3	10.0	10.0	46.7
	42.00	11	36.7	36.7	83.3
	50.00	1	3.3	3.3	86.7
	55.00	1	3.3	3.3	90.0
	56.00	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.00	3	10.0	10.0	10.0
	13.00	2	6.7	6.7	16.7
	14.00	9	30.0	30.0	46.7
	28.00	10	33.3	33.3	80.0
	42.00	6	20.0	20.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Lampiran 13 Draft Jurnal

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

Ipani Sukaria Siagian, Dr. Samsider Sitorus, SST,M.Kes, Arihta Br Sembiring, SST,M.Kes
Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Medan Jurusan Kebidanan
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Medan E-mail
ipanisukariasiagian553@gmail.com
samsidarsitorus@yahoo.co.id
arihtasembiring70@gmail.com

ABSTRAK

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.

ABSTRAK

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 α = 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.

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF LAVENDER AROMATHERAPY ON ANXIETY AMONG THIRD-TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN BANGUN SARI AND WONOSARI VILLAGES, DALU SEPULUH PUBLIC HEALTH CENTER, DELI SERDANG REGENCY, IN 2026

Anxiety in third-trimester pregnant women is a psychological issue that frequently occurs approaching childbirth. Data from the World Health Organization (WHO) in 2022 indicates that anxiety disorders during pregnancy remain considerably high and can impact both maternal and fetal health. One non-pharmacological effort that can be implemented to reduce anxiety is the administration of lavender aromatherapy, which exerts relaxing and calming effects. This study aims to determine the influence of lavender aromatherapy on anxiety levels among third-trimester pregnant women in [research site].
The study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The research sample consisted of [sample size] third-trimester pregnant women selected using a purposive sampling technique. Anxiety levels were measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire. The intervention was administered in the form of lavender aromatherapy using a diffuser for approximately 10–15 minutes. Data analysis was conducted using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of α = 0. 05.
The results demonstrated that before being given lavender aromatherapy, most respondents experienced moderate anxiety, whereas after the intervention, the majority experienced a decrease to mild anxiety. Statistical test results showed a
p-value < 0. 05, which means that there is a significant influence of lavender
aromatherapy on reducing anxiety levels in third-trimester pregnant women.
The conclusion of this study is that lavender aromatherapy is effective in helping to reduce anxiety in third-trimester pregnant women, thereby allowing it to be utilized as a non-pharmacological therapy to provide a sense of relaxation and comfort approaching childbirth.

Keywords: lavender aromatherapy, anxiety, pregnant women, third trimester, HARS.

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang banyak dialami masyarakat di dunia, termasuk pada ibu hamil. Menurut World Health Organization, gangguan kecemasan menjadi salah satu gangguan mental paling umum dengan peningkatan prevalensi setiap tahunnya, terutama pada kelompok perempuan. Kecemasan pada ibu hamil trimester

III umumnya muncul akibat kekhawatiran menghadapi proses persalinan, kondisi janin, rasa nyeri, serta risiko komplikasi yang mungkin terjadi. Kondisi ini dapat memengaruhi kesehatan ibu maupun janin apabila tidak ditangani secara tepat. Chopra (2024) menyatakan bahwa kecemasan yang tidak terkontrol dapat memicu pelepasan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin secara berlebihan sehingga berdampak pada kesehatan fisik dan psikologis ibu hamil.

Selain berdampak secara psikologis, kecemasan juga menimbulkan gangguan fisiologis seperti peningkatan denyut jantung, tekanan darah, gangguan tidur, hingga pernapasan cepat. Penelitian Eberhart et al. (2020) menunjukkan bahwa lebih dari 60– 80% individu mengalami tingkat kecemasan sedang hingga berat pada kondisi tertentu, termasuk pada masa kehamilan. Tingginya tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dapat meningkatkan risiko persalinan prematur, hipertensi dalam kehamilan, gangguan pertumbuhan janin, serta memengaruhi proses persalinan menjadi lebih lama dan sulit. Oleh karena itu, kecemasan pada ibu hamil menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius.

Secara global, prevalensi kecemasan pada ibu hamil masih cukup tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Abate, Chekol, dan Basu (2020) menyebutkan bahwa sekitar 20– 25% ibu hamil di negara berkembang mengalami kecemasan selama kehamilan, terutama pada trimester III. Faktor penyebabnya meliputi kurangnya informasi tentang persalinan, minimnya dukungan keluarga, pengalaman persalinan sebelumnya yang traumatis, kondisi ekonomi, serta tingkat pendidikan ibu. Kondisi ini menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil bukan hanya masalah individual, tetapi juga menjadi masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan penanganan komprehensif.

Di Indonesia, masalah kecemasan pada ibu hamil juga masih cukup tinggi. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa kesehatan mental ibu hamil menjadi salah satu perhatian dalam pelayanan antenatal karena berpengaruh terhadap kesehatan ibu dan bayi. Penelitian yang dilakukan oleh Siallagan dan Lestari (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III di Indonesia mengalami kecemasan sedang hingga berat menjelang persalinan. Kecemasan tersebut dipengaruhi oleh ketidaksiapan menghadapi persalinan, kurangnya dukungan suami, serta kurangnya pengetahuan tentang proses persalinan normal.

Di Provinsi Sumatera Utara, angka kecemasan pada ibu hamil juga masih ditemukan cukup tinggi dalam pelayanan kesehatan maternal. Berdasarkan penelitian oleh Harahap et al. (2023), sebagian ibu hamil trimester III di wilayah Sumatera Utara mengalami kecemasan akibat ketakutan menghadapi nyeri persalinan dan kekhawatiran terhadap keselamatan janin. Kondisi ini sering ditemukan pada ibu primigravida maupun

multigravida yang memiliki pengalaman persalinan kurang menyenangkan sebelumnya.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil Trisemester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026.

Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk:

a. Mengetahui tingkat kecemasan sebelum diberikan aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026
b. Mengetahui tingkat kecemasan sesudah diberikan aromaterapi lavender terhadap kecemasan Ibu hamil Trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026.
c. Mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten DelI Serdang Tahun 2026.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan Quasi Eksperimen dengan rancangan One group pretest dan posttest. Data dikumpulkan dikumpulkan sesudah dan sebelum dilakukannya intervensi.

Penelitian ini terdiri dari satu kelompok yaitu kelompok intervensi yang diberi aromaterapi lavender. Sebelum diberikan aromaterapi lavender pada kelompok akan dilakukan pengukuran kecemasan (pre-test), kemudian kecemasan diukur kembali sesudah diberikan intervensi (post-test).

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1

Distribusi Karakristik Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas Ibu Hamil Trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026

No	Karakteritisk	N	Persentase (%)
1	Umur		
	- 20 – 25 Tahun	13	28,9
	- 26 – 30 Tahun	8	17,8
	- 31 – 35 Tahun Total	9	20,0
		30	100,0
2	Pendidikan		
	- SMP	4	8,9
	- SMA	22	48,9
	- PERGURUAN TINGGI	4	8,9
	Total	30	100,0
3	Pekerjaan		
	- IRT	24	53,3
	- PNS	2	4,4
	- Pegawai Swasta	1	2,2
	- Wiraswasta	2	4,4
	- Petani	1	2,2
	Total	30	100,0
4	Paritas		
	- Primigravida	18	40,0
	- Sekundigravida	4	8,9
	- Grandemultigra vida	8	17,8
	Total	30	100,0
	Jumlah	40	100

(Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 4.1, sebagian besar umur responden berada dalam umur 21-25 tahun yaitu sebanyak 13 responden (28,9%), sebagian besar bekerja sebagai IRT sebanyak 24 responden (53,3%), dan sebagian

besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 22 responden (48,9%).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepulu Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026

No	Kecemasan	N	%
1	Tidak Ada Kecemasan	2	6,6
2	Kecemasan Ringan	6	20,0
3	Kecemasan Sedang	14	46,6
4	Kecemasan Berat	8	26,6
	Jumlah	30	100

(Sumber : Data Primer 2026)

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa sebelum pemberian aromaterapi lavender kecemasan responden mayoritas memiliki kecemasan sedang yaitu sebanyak 14 responden (46,6%).

Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026

No	Kecemasan	N	%
1	Tidak Ada Kecemasan	14	46,6
2	Kecemasan Ringan	10	33,3
3	Kecemasan Sedang	6	25,0
4	Kecemasan Berat	0	0
	Jumlah	30	100

(Sumber : Data Primer 2026)

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil bahwa setelah pemberian aromaterapi lavender kecemasan responden mayoritas memiliki tidak ada kecemasan yaitu sebanyak 14 responden (46,6%).

Tabel 4.4

Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Setelah diberikan Aromaterapi Levender

	n	Mean	Std. Deviasi	P Value
Pretest	30	38,26	11,14	0,001
Posttest	30	23,80	11,49	

Berdasarkan tabel 4.4 dapat disimpulkan bahwa hasil uji paired sample test sebelum dan sesudah

pemberian aromaterapi 51avender, didapatkan nilai sig (2- tailed) = 0,001 < 0,05 yang artinya ada Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil uji paired sample t-test sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender dengan nilai sig. (2-tailed) = 0,001 < 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender mampu menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III setelah dilakukan intervensi sesuai prosedur penelitian.

Kehamilan trimester III merupakan periode akhir kehamilan yang sering menimbulkan perubahan fisiologis dan psikologis pada ibu. Menurut Annisa (2022), trimester III merupakan masa persiapan persalinan yang ditandai dengan meningkatnya rasa takut, khawatir, dan cemas menjelang proses melahirkan. Perubahan hormonal, ketidaknyamanan fisik, serta kekhawatiran terhadap keselamatan diri dan janin menyebabkan ibu lebih rentan mengalami kecemasan. Hal ini sesuai dengan hasil observasi peneliti dimana sebagian besar ibu hamil mengalami sulit tidur, mudah gelisah, jantung berdebar, sulit berkonsentrasi, sering terbangun pada malam hari, serta takut menghadapi persalinan.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Setiati, Sugih, dan Wijayanegara (2022) yang menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender efektif menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester III. Dalam penelitian tersebut, aromaterapi diberikan menggunakan minyak esensial lavender sebanyak 4–6 tetes melalui metode inhalasi selama 3–5 menit dan terbukti mampu menurunkan skor kecemasan ibu hamil. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan aromaterapi lavender sebagai terapi nonfarmakologis untuk menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III. Perbedaannya terletak pada metode pemberian aromaterapi, dimana penelitian ini menggunakan diffuser dengan durasi pemberian selama 10–15 menit.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Lee et al. (2021) yang menyatakan bahwa aromaterapi lavender memberikan efek relaksasi melalui stimulasi sistem limbik otak sehingga dapat membantu menurunkan stres dan kecemasan pada ibu hamil. Penelitian Yuliani, Fitriani, dan Sari (2022) juga menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III yang diberikan aromaterapi lavender mengalami penurunan kecemasan dan merasalebih nyaman serta rileks menjelang

DAFTAR PUSTAKA

Ali, R., Yusuf, N., & Hidayah, S. (2021). Efektivitas aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil trimester III. Jurnal Kebidanan Indonesia, 12(2), 115–122.

Aloysius, M. (2023). Pemanfaatan aromaterapi lavender terhadap kesehatan mental dan relaksasi. Jakarta: EGC.

American Psychological Association. (2022). Anxiety and stress disorders. Washington DC: APA Publishing.

Anggoro, D. (2023). Terapi komplementer dalam kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Annisa, R. (2022). Asuhan kebidanan kehamilan dan persalinan. Jakarta: Salemba Medika.

Asih, Y., Rahmawati, D., & Putri, A. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 10(1), 45–52.

Bingan, E. (2021). Hubungan kualitas tidur dengan kecemasan ibu hamil trimester III.
Jurnal Kesehatan Reproduksi, 8(2), 88–95.

Dennis, C. L., Falah-Hassani, K., & Shiri, R. (2021). Prevalence of antenatal and postnatal anxiety: Systematic review and meta-analysis. The British Journal of Psychiatry, 210(5), 315–323.

Dipietro, J. A., Novak, M. F., Costigan, K. A., Atella, L. D., & Reusing, S. P. (2021). Maternal psychological distress during pregnancy in relation to child development. Development and Psychopathology, 18(3), 795–807.

Faisal-Cury, A., Menezes, P. R., & Quayle, J. (2021). Anxiety symptoms during pregnancy and associated factors. Revista Brasileira de Psiquiatria, 43(4), 392–398.

Fanny, L. (2022). Manfaat aromaterapi dalam pelayanan kebidanan. Bandung: Media Sains Indonesia.

Fatma, N. (2024). Aromaterapi dan penggunaannya dalam kesehatan. Surabaya: Global Aksara Pers.

FOGI. (2021). Pedoman pelayanan obstetri dan ginekologi. Jakarta: Federasi Obstetri Ginekologi Indonesia.

Halil, R., & Puspitasari, D. (2023). Hubungan tingkat pendidikan dengan kecemasan ibu hamil trimester III. Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak, 15(1), 66–73.

Intanwati, S. (2022). Kesehatan mental dan kecemasan pada ibu hamil. Yogyakarta: Deepublish.

Kaviani, M., et al. (2014). The effect of lavender aromatherapy on anxiety among pregnant women. Iranian Red Crescent Medical Journal, 16(4), 1–6.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Pedoman pelayanan antenatal terpadu. Jakarta: Kemenkes RI.

Korukcu, O., Kukulu, K., & Firat, M. Z. (2021). The reliability and validity of the Turkish version of the Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire. Clinical Nursing Research, 19(4), 467–480.

Lee, S. H., Kim, H. J., & Kim, Y. S. (2021). Effects of lavender aromatherapy on anxiety and sleep quality in pregnant women. Complementary Therapies in Clinical Practice, 42, 101–108.

Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., & Alden, K. R. (2021). Maternity and women's health care (12th ed.). St. Louis: Elsevier.

Mufidah, N., Sari, R., & Wahyuni, T. (2024). Dukungan sosial dan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Jurnal Kebidanan Nasional, 13(1), 22–30.

Namazi, M., et al. (2014). Aromatherapy with Citrus aurantium oil and anxiety during pregnancy. Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research, 19(6), 705– 709.

Nasution, A., Lubis, R., & Harahap, Y. (2023). Gambaran perilaku ibu hamil trimester

III yang mengalami kecemasan menjelang persalinan. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, 14(2), 98–106.

Pillitteri, A. (2020). Maternal and child health nursing: Care of the childbearing and childrearing family (8th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Silva, M. M. J., Nogueira, D. A., Clapis, M. J., & Leite, E. P. R. C. (2022). Anxiety in pregnancy: Prevalence and associated factors. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 56, 1–8.

Stuart, G. W. (2021). Principles and practice of psychiatric nursing (11th ed.). St. Louis: Elsevier.

Varney, H. (2021). Varney's midwifery (6th ed.). Burlington: Jones & Bartlett Learning.

Walangadi, H., Pali, C., & Opod, H. (2021). Gambaran tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. Jurnal e-Biomedik, 9(1), 12–18.

WHO. (2022). Maternal mental health and pregnancy. Geneva: World Health Organization.

Wulandari, D., Siregar, E., & Handayani, L. (2023). Gejala kecemasan pada ibu hamil trimester III menjelang persalinan. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, 11(2), 134–141.

Yuliani, S., Fitriani, D., & Sari, M. (2022). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Indonesia, 9(3), 201–209.

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Ipani Sukaria Siagian
NIM : P07524422018
Judul Skripsi : Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026
Pembimbing Utama : Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes
Pembimbing Pendamping : Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes

NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1	03 November 2025	Pengajuan Judul Skripsi, Dosen Pembimbing 1	Diarahkan mencari referensi ilmiah untuk penyempurnaan skripsi.	(Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
2	06 November 2025	Pengajuan Judul Skripsi, Dosen Pembimbing 1	ACC	

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

				(Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
3	06 November 2025	Pengajuan Judul Skripsi Dosen Pembimbing 2	ACC	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
4	11 November 2025	Bimbingan Bab I dan Bab II Dosen Pembimbing I	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
5	14 November 2025	Bimbingan Bab I dan Bab II Dosen Pembimbing I	ACC	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
6	17 November 2025	Bimbingan Bab I dan Bab II Dosen Pembimbing II	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

7	20 November 2025	Bimbingan Bab I dan Bab II Dosen Pembimbing 2	ACC	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
8	09 Desember 2025	Bimbingan Bab III dan Instrumen Penelitian Dosen Pembimbing I	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
9	12 Desember 2025	Bimbingan Bab 3 dan Instrumen Penelitian Dosen Pembimbing I	ACC	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
10	10 Desember 2025	Bimbingan Bab III dan Instrumen Penelitian Dosen Pembimbing II	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
11	12 Desember 2025	Bimbingan Bab III dan Instrumen Penelitian Dosen Pembimbing II	ACC	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

12	09 Januari 2026	Uji Validitas dan Reabilitas Dosen Pembimbing I	Proposal penelitian disetujui untuk mengikuti Seminar Proposal	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
13	09 Januari 2026	Uji Validitas dan Reabilitas Dosen Pembimbing II	ACC	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
14	23 Januari 2026	Revisi Proposal Dosen Pembimbing I	ACC	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
15	26 Januari 2026	Revisi Proposal Penelitian Dosen Pembimbing II	ACC	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
16	27 Januari 2026	Revisi Proposal Penelitian Dosen Penguji	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Zuraidah, S. SiT, M.Kes)

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

17	15 Februari 2026	Revisi Proposal Dosen Penguji	ACC	 (Zuraidah, S. SiT, M.Kes)
18	08 April 2026	Konsultasi Bab IV DAN V, Dosen Pembimbing I	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
19	14 April 2026	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing I	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing II	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
20	16 April 2026	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing II	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
21	23 April 2026	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing II	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing II	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

22	11 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing I	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
23	13 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing I	ACC Jilid Lux	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
24	18 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing II	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
25	21 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing II	Melakukan Perbaikan pada Abstrak	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
26	26 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing II	ACC Jilid Lux	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

19	14 April 2026	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing I	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing II	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
20	16 April 2026	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing II	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
21	23 April 2026	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing II	Konsultasi Bab IV dan V, Dosen Pembimbing II	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
22	11 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing I	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
23	13 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing I	ACC Jilid Lux	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

24	18 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing II	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
23	13 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing I	ACC Jilid Lux	 (Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes)
24	18 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing II	Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
25	21 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing II	Melakukan Perbaikan pada Abstrak	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
26	26 Mei 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Pembimbing II	ACC Jilid Lux	 (Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

27	03 Juni 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Penguji	Melakukan Perbaikan pada Media Penelitian	(Zuraidah, S. SiT, M.Kes)
28	09 Juni 2026	Konsultasi Revisi Skripsi, Dosen Penguji	ACC Jilid Lux	(Zuraidah, S. SiT, M.Kes)

Mengetahui

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

Ipani Sukaria Siagian

REVISI PERBAIKAN SKRIPSI BAB I-BAB 5 IPANI.pdf

Cek Skripsi Mahasiswa Bimbingan Dosen Samsider

Skripsi 2026

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Document Details

Submission ID
trn:oid:::1:3622229732

Submission Date
Aug 4, 2026, 7:03 AM GMT+7

Download Date
Aug 4, 2026, 7:09 AM GMT+7

File Name
REVISI_PERBAIKAN_SKRIPSI_BAB_I-BAB_5_IPANI.pdf

File Size
750.2 KB

57 Pages

12,846 Words

84,579 Characters

turnitin Page 1 of 68 - Cover Page Submission ID trn:oid:::1:3622229732

20% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Top Sources

17% Internet sources
10% Publications
9% Submitted works (Student Papers)

LAMPIRAN












KELAS IBU HAMIL
















KELAS


DATA KEGIATAN PWK




KELOMPOK PELAKSANA (POKLAK)












DATA KESIAPAN PMK
DESA DALU SEPULUH - B KEC. TANJUNG MORAWA
KABUPATEN DELI SERDANG
DATA KESIAPAN PMK
PMKBS


























THE RUNABOUTS




AYO
LINDUNGI DIRI
KITA DARI BAHAYA
PENYAKIT CAMPAK
& RUBELLA
KAMI BIDAN
SIAP MEMBERIKAN PELAYANAN
YANG TERBAIK


KEMENKES
DUMP Truck
Everyone drive safely now!





