BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan kecemasan teridentifikasi sebagai problematika krisis kesehatan mental secara spesifik memengaruhi sebagian besar populasi di seluruh dunia, termasuk wanita hamil. Merujuk pada laporan *World Health Organization* (WHO), distres ansietas terklasifikasi sebagai entitas disfungsi psikiatri paling dominan dengan grafik insidensi yang terus menanjak setiap tahunnya, terutama pada kelompok perempuan. Kecemasan wanita pada rentang usia kehamilan trimester ketiga cenderung muncul akibat kekhawatiran menjalani serangkaian proses persalinan klinis, 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 distres psikologis yang tidak terkelola dengan baik memicu stimulasi pelepasan senyawa stresor seperti kortisol serta 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 eskalasi derajat ansietas bagi partisipan gestasi tahap akhir berisiko mengakselerasi tingkat kejadian kelipatan persalinan preterm serta gangguan tingginya tekanan darah pada maternal, gangguan pertumbuhan janin, serta memengaruhi proses persalinan menjadi lebih lama dan sulit. Itulah mengapa kesehatan mental ibu hamil, khususnya terkait kecemasan, menjadi fokus perhatian kita bersama.

Berdasarkan cakupan epidemik dunia, prevalensi prevalensi ansietas di kalangan wanita gestasi tergolong signifikan. 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 bagi subjek maternal tidak hanya terbatas pada skala entitas perorangan, namun juga tergolong sebagai krisis

kesejahteraan klinis masyarakat yang memerlukan penanganan komprehensif.

Pada lingkup nasional, prevalensi ansietas maternal turut mencatatkan angka yang signifikan. Laporan resmi Kementerian Kesehatan RI mengonfirmasi bahwa kondisi psikologis wanita gestasi menjadi salah satu perhatian dalam pelayanan antenatal karena berpengaruh terhadap kesehatan ibu dan bayi. Temuan eksploratif dari Siallagan dan Lestari (2022) mengonfirmasi bahwa mayoritas wanita gestasi tahap akhir di tanah air terindikasi menderita ansietas pada taraf moderat hingga lumayan berat menyongsong proses partus. Distres ansietas tersebut dipengaruhi melalui ketidaksiapan menghadapi persalinan, kurangnya dukungan suami, serta kurangnya pengetahuan tentang proses persalinan normal.

Di Provinsi Sumatera Utara, tingkat distres psikologis populasi maternal pun terbukti masih mencatatkan prevalensi yang relatif besaran dalam pelayanan kesehatan maternal. Berdasarkan penelitian oleh Harahap et al. (2023), sebagian partisipan gestasi tahap akhir di kawasan Sumatera Utara terindikasi menderita ansietas yang dipicu oleh fobia terhadap persepsi rasa sakit persalinan dan kekhawatiran terhadap keselamatan janin. Kondisi ini sering ditemukan pada ibu primigravida maupun multigravida yang memiliki pengalaman persalinan kurang menyenangkan sebelumnya. Kabupaten Deli Serdang sebagai salah satu wilayah dengan jumlah ibu hamil cukup tinggi juga menghadapi masalah yang sama. Berdasarkan data Keberadaan distres psikologis di kalangan wanita usia kehamilan trimester ketiga terbukti masih terdeteksi dalam cakupan wilayah kerja Puskesmas Dalu Sepuluh, berdasarkan pengkajian terhadap program pelayanan kesehatan maternal lokal. Keluhan sering disampaikan meliputi rasa takut menghadapi persalinan, khawatir terjadi komplikasi, sulit tidur, serta perasaan gelisah yang berlebihan. Kondisi memberikan bukti empiris bahwasanya distres ansietas di kalangan wanita gestasi tetap berstatus sebagai krisis medis yang menuntut intervensi efektif dan aman.

Di Desa Bangun Sari dan Wonosari wilayah kerja Puskesmas Dalu Sepuluh, Merujuk pada temuan eksplorasi pendahuluan yang dilakukan terhadap sejumlah wanita gestasi tahap akhir, sebagian ibu mengaku merasa cemas menjelang persalinan. Ibu hamil mengatakan sering merasa takut akan rasa nyeri persalinan, khawatir terjadi sesuatu pada bayinya, merasa sulit tidur, dan mudah gelisah terutama saat mendekati hari perkiraan lahir. Sebagian ibu juga menyatakan belum mengetahui metode pendekatan non-medikamentosa yang difungsikan untuk menekan eksaserbasi kecemasan selama

kehamilan.

Aromaterapi lavender merupakan modalitas komplementer non-kimiawi yang difungsikan guna menekan eksaserbasi kecemasan populasi hamil. Terapi aromatik mengemuka sebagai tindakan pendukung berbasis minyak volatil medisinal untuk menunjang kualitas kesehatan fisik maupun psikologis. Lavender dikenal memiliki kandungan *linalool* beserta *linalyl acetate* yang berkontribusi terhadap induksi relaksasi, penstabilan sistem saraf pusat, hingga perbaikan impresi *afek* (suasana hati). Inhalasi sari lavender ini bekerja mempresi serta memodulasi struktur limbik serebral sehingga memunculkan rasa nyaman, rileks, dan tenang. Beberapa penelitian membuktikan kapabilitas intervensi inhalasi lavender dalam menekan derajat ansietas pada wanita gestasi fase trimester akhir secara signifikan (Kurniawati & Sari, 2021; Putri *et al.*, 2022). Temuan komparatif dari Putri dkk. (2022) turut menegaskan bahwa pemberian minyak esensial lavender berkontribusi secara bermakna dalam memitigasi tingkat ansietas wanita gestasi menjelang persalinan.

Penggunaan aromaterapi lavender dipilih karena mudah dilakukan, aman, ekonomis, dan minim risiko toksisitas farmakologis bagi kesehatan wanita hamil ataupun calon bayi. Lebih dari itu, tindakan komplementer ini dapat diterapkan secara mandiri oleh ibu hamil sebagai upaya meningkatkan kenyamanan dan kesiapan psikologis menjelang persalinan. Dengan adanya intervensi nonfarmakologis seperti aromaterapi lavender, diharapkan intensitas distres psikologis populasi maternal Trimester III mampu direduksi, sehingga mekanisme kelahiran dapat berlangsung lebih tenang dan nyaman.

Berdasarkan uraian Berlandaskan urgensi fenomena yang telah dipaparkan, peneliti memfokuskan pengerjaan riset ini pada topik “Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Wilayah Kerja Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026”. Riset ini menduduki posisi strategis guna mengevaluasi daya guna minyak esensial lavender sebagai salah satu bentuk pendekatan komplementer dalam menurunkan ketegangan emosional wanita pada usia kehamilan trimester ketiga.

B. Rumusan Masalah

Mempertimbangkan deskripsi yang telah diuraikan sebelumnya, maka formulasi masalah yang diangkat dalam studi ini yakni “Apakah pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil Trisemester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari

Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Target umum yang hendak dicapai melalui pengkajian riset ini yakni guna mengidentifikasi pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil Trisemester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

Secara khusus, orientasi eksplanatif dari studi ini ditujukan guna:

a. Mengidentifikasi derajat ansietas pada partisipan gestasi tahap akhir sebelum pemaparan intervensi inhalasi lavender di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026

b. Mengetahui tingkat kecemasan sesudah diberikan aromaterapi minyak lavender terhadap intensitas distres psikologis populasi maternal Trimester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026.

c. Mengetahui perbedaan komparasi pra dan pasca-intervensi inhalasi lavender terhadap derajat ansietas partisipan gestasi tahap akhir di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil eksplanasi studi ini ditujukan untuk memperluas cakrawala keilmuan mengenai modalitas aromatik lavender dalam mereduksi distres psikologis populasi maternal Trimester III di kawasan Desa Bangun Sari serta Wonosari bawah naungan Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026, serta berfungsi sebagai rujukan kepustakaan lanjutan bagi penelitian terkait terapi nonfarmakologi untuk kecemasan di Puskesmas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi klien, mampu memperluas wawasan literasi mengenai peranan inhalasi lavender terhadap dinamika ansietas wanita gestasi Trisemester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026,

yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan.

b. Bagi Puskesmas, dapat memberikan informasi atau pengetahuan terkait pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan Ibu hamil Trisemester III di Desa Bangun Sari dan Wonosari Puskesmas Dalu Sepuluh Kabupaten Deli Serdang Tahun 2026, sehingga dapat meningkatkan mutu terhadap klien dengan kecemasan.
c. Bagi masyarakat luas maupun peneliti lain, temuan studi ini berpotensi dijadikan acuan literatur untuk mengoperasionalkan pengembangan penelitian berikutnya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1

Keaslian Penelitian

Nama Penulis	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
(Jane et al., 2025)	*Pengaruh Aromaterapi Lavende Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Pucangsawi t*	Pendekatan kuasi-eksperimental yang mengaplikasikan skema evaluasi sebelum dan sesudah perlakuan pada subjek studi (*group pretest-posttest design*).	Verifikasi data statistik mencatatkan nilai hitung Z senilai 4,787 dan tingkat signifikansi $p = 0{,}000$ ($p < 0{,}05$), yang menandakan keberadaan perbedaan secara esensial dan bermakna .	Disparitas bermakna pada rerata skala ansietas antara fase pengukuran awal (*pre-test*) dan evaluasi akhir (*post-test*) pasca-pemberian perlakuan
(Novi et al., 2025)	*Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Merakurak*	Kerangka kerja eksperimental semu yang mengaplikasikan evaluasi baseline dan evaluasi akhir pada kelompok perlakuan tunggal.	Hasil signifikasi yang diperoleh < a sehingga H1 peneliti H1 diterima serta H0 ditolak, yang menegaskan kesimpulan pemaparan inhalasi lavender berpengaruh nyata terhadap penekanan derajat ansietas	Disparitas bermakna pada rerata skala ansietas antara fase pengukuran awal (pre-test) dan evaluasi akhir (post-test) pasca-

			partisipan gestasi tahap akhir Puskesmas Merakurak.	pemberian perlakuan

Nama Penulis	**Judul**	**Metode**	**Hasil**	**Perbedaan**
(Nurhidaya h et al., 2025)	*Efektivitas Aromaterap li Lavender untuk Menurunka n Kecemasan Ibu Hamil Primigravid a Trimester III di PMB Ernita S.Tr Keb Kota Pekanbaru*	Metode quasi eksperimen dengan mengadopsi skema perancanga n amatan tunggal pra dan pasca-intervensi (*one-group pretest-posttest design*).	Temuan empiris ini membuktikan bahwa pengaplikasian inhalasi lavender memberikan dampak protektif yang nyata dalam memitigasi derajat ansietas pada partisipan kehamilan pertama tahap akhir.	Kesenjangan kuantitatif yang signifikan pada skala ketegangan emosional partisipan sebelum versus sesudah pemaparan modalitas aromaterapi lavender.
(Nurdiana et al, 2025)	*Perbanding an Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III DI Wilayah Kerja Puskesmas Sambongpa ri Kota Tasikmalay a 2024*	Metode Pre eksperiment al	Hasil bahwa aromaterapi lemon lebih signifikan disbanding dengan aromaterapi lavender dengan p value = 0,000, < 0,05 maka ditarik inferensi bahwa pemaparan intervensi lavender memberikan efek bermakna secara kuantitatif partisipan gestasi tahap akhir di area operasional Puskesmas Sambongpari, Kota Tasikmalaya.	Perbedaan . yang terbukti nyata terkait intensitas distres psikologis populasi maternal saat perbandingan aromaterapi lavender .

(Miskiyah et al., 2025)	*Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Pembina Palembang*	Metode quasi eksperimen dengan *desain group pretest-posttest*	Hasil penelitian ini didapatkan bahwa hasil uji statistic nilai p= 0,000 (a<0,05).	Hasil kalkulasi *paired sample t-test* mencatatkan probabilitas sebesar 0,000, lebih kecil dari ambang batas 0,05 ($p <$ 0,05), sehingga terbukti secara statistik