

**PROGRAM STUDI SARJANAN KEBIDANAN FAKULTAS KESEHATAN
DAN INFORMATIKA INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI
PEKANBARU**

Penelitian, 23 Juli 2025

Nola Wati

**Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil
Trimester III Di Puskesmas Garuda Kota Pekanbaru**

iv + 46 Halaman + 9 Tabel + 10 Lampiran

ABSTRAK

Trimester ketiga kehamilan merupakan masa kritis yang sering disertai peningkatan kecemasan akibat berbagai perubahan fisik dan psikologis yang dialami ibu hamil. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif terhadap kesehatan ibu maupun perkembangan janin. Salah satu metode non-farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan adalah aromaterapi, khususnya menggunakan lavender yang dikenal memiliki efek menenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III menjelang persalinan di Puskesmas Garuda Kota Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan pendekatan *kuantitatif* dengan desain *Quasi Experiment* tipe *One Group Pre-Test and Post-Test*. Sebanyak 17 ibu hamil trimester III dijadikan responden melalui teknik random sampling. Tingkat kecemasan diukur sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Data dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Kesimpulan, Aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III menjelang persalinan. Intervensi ini dapat dijadikan salah satu alternatif terapi komplementer oleh tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam memberikan asuhan holistik kepada ibu hamil.

Kata Kunci : Ibu Hamil, Kecemasan, Aromaterapi Lavender
Daftar Bacaan : 31 (2016-2025)

**BACHELOR OF MIDWIFERY STUDY PROGRAM FACULTY OF HEALTH
AND INFORMATICS INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI
PEKANBARU**

Research, 23 Juli 2025

Nola Wati

***The Effect of Lavender Aromatherapy on Anxiety in Third Trimester Pregnant
Women at the Garuda Community Health Center in Pekanbaru City***

v + 46 schemes+ 9 table + 10 appendixes

ABSTRACT

The third trimester of pregnancy is a critical period often accompanied by increased anxiety due to various physical and psychological changes experienced by pregnant women. Anxiety that is not managed properly can negatively impact maternal health and fetal development. One non-pharmacological method that can be used to reduce anxiety is aromatherapy, specifically using lavender, which is known to have a calming effect. This study aims to determine the effect of lavender aromatherapy on anxiety levels in third-trimester pregnant women approaching labor at the Garuda Community Health Center in Pekanbaru City. This study used a quantitative approach with a Quasi-Experimental design of One Group Pre-Test and Post-Test. A total of 17 third-trimester pregnant women were selected as respondents through a random sampling technique. Anxiety levels were measured before and after administration of lavender aromatherapy. Data were analyzed using a Paired Sample T-Test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results of the statistical test showed a significance value of 0.000 (<0.05), which means there is a significant difference between anxiety levels before and after the intervention. In conclusion, lavender aromatherapy is effective in reducing anxiety levels in third-trimester pregnant women approaching labor. This intervention can be used as an alternative complementary therapy by healthcare professionals, particularly midwives, in providing holistic care to pregnant women.

Keywords : Pregnant Women, Anxiety, Lavender Aromatherapy

References : 31 (2016-2025)