

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

PMB Dyah Sleman merupakan Praktik Mandiri Bidan yang berlokasi di Gendingsari, Sembur, Sumber, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Praktik ini dikelola oleh Bidan Dyah, seorang profesional kesehatan yang berfokus pada pelayanan kebidanan dan kesehatan reproduksi wanita. Terletak di wilayah yang strategis di Kabupaten Sleman, PMB ini menyediakan berbagai layanan kesehatan yang penting bagi masyarakat setempat, terutama pada ibu hamil, bersalin, dan ibu menyusui. Lokasi berada di daerah Kalasan, PMB Dyah Sleman menjadi salah satu fasilitas kesehatan yang mudah diakses oleh penduduk di sekitar Tirtomartani dan wilayah Sleman pada umumnya.

Sebagai sebuah praktik mandiri bidan, PMB Dyah Sleman menawarkan berbagai layanan komprehensif yang mencakup pemeriksaan kehamilan rutin, persalinan normal, perawatan pasca melahirkan, serta konsultasi kesehatan reproduksi dan keluarga berencana. Fasilitas ini juga mungkin dilengkapi dengan peralatan kebidanan standar dan ruangan yang nyaman untuk melayani pasien. Mengingat perannya yang penting dalam komunitas, PMB Dyah Sleman tidak hanya sebagai tempat praktik medis, melainkan sebagai pusat edukasi kesehatan bagi masyarakat sekitar. Dengan lokasinya yang spesifik di wilayah Kalasan, praktik ini memiliki potensi untuk menjadi bagian integral dari sistem kesehatan lokal, berkontribusi pada peningkatan kesehatan ibu dan anak di Kabupaten Sleman.

2. Analisis Univariat

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui pembagian kuesioner untuk mengidentifikasi karakteristik responden dan menilai efektivitas aromaterapi lavender mengurangi kecemasan ibu hamil trimester III. Sebelum disebarkan, peneliti menjelaskan tujuan penelitian, kerahasiaan identitas responden, dan cara pengisian kuesioner. Responden mengisi kuesioner secara mandiri, kemudian data yang terkumpul diperiksa dan dianalisis untuk mendapatkan hasil yang relevan.

a. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pekerjaan, Pendidikan Terakhir dan Paritas di PMB Dyah Sleman

No	Karakteristik	Kelompok Ibu Hamil	
		Jumlah (n)	Persen (%)
1	Usia		
	< 20 tahun	0	0
	20 – 35 tahun	36	100
	> 35 tahun	0	0
	Jumlah	36	100
2	Pekerjaan		
	Tidak Bekerja	13	36
	Pegawai Swasta	9	25
	PNS	0	0
	Wirausaha	11	31
	Buruh	0	0
	Pekerjaan Lainnya	3	8
	Jumlah	36	100
3	Pendidikan Terakhir		
	Tidak Sekolah	0	0
	SD	11	31
	SMP	18	50
	SMA	7	19
	Perguruan Tinggi	0	0
	Jumlah	36	100
4	Paritas		
	Primigravida	26	72
	Multigravida	10	28
	Jumlah	36	100

Sumber: Data primer diolah 2024

Berdasarkan data yang ada pada Tabel 4.1 diketahui bahwa semua responden pada rentang 21– 35 tahun (100%). Data pekerjaan menunjukkan mayoritas responden tidak bekerja berjumlah 13 orang (36%), Wirausaha berjumlah 11 orang (31%), Pegawai Swasta berjumlah 9 orang (25%), dan ibu yang memiliki pekerjaan lainnya berjumlah 3 orang (8%). Data pendidikan menunjukkan bahwa mayoritas responden berpendidikan

terakhir SMP dengan jumlah 18 orang (50%), kemudian disusul oleh SD dengan jumlah 11 orang (31%), dan minoritas responden memiliki riwayat pendidikan SMA dengan jumlah 7 orang (19%). Data paritas menunjukkan bahwa mayoritas responden primigravida, berjumlah 26 orang (72%) dan responden multigravida berjumlah 10 orang (28%).

b. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender di PMB Dyah Sleman

Tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III sebelum pemberian aromaterapi lavender di PMB Dyah Sleman disajikan pada Tabel 4.2.

Tabel 4.2 Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender di PMB Dyah Sleman

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	%
1	Tidak ada kecemasan	0	0
2	Kecemasn ringan	8	22.2
3	Kecemasan sedang	2	5.6
4	Kecemasan berat	0	0
5	Kecemasan sangat berat	26	72.2
Total		36	100

Sumber: Data primer diolah 2024

Berdasarkan data pada Tabel 4.2, sebelum intervensi, mayoritas ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan sangat besar, yaitu 26 orang (72,2%). Kecemasan ringan sebanyak 8 orang (22,2%), dan 2 orang (5,6%) memiliki kecemasan sedang.

c. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender di PMB Dyah Sleman

Tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III setelah pemberian aromaterapi lavender di PMB Dyah Sleman disajikan pada Tabel 4.3.

Tabel 4.3 Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender di PMB Dyah Sleman

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	%
1	Tidak ada kecemasan	0	0
2	Kecemasn ringan	34	94.4
3	Kecemasan sedang	2	5.6
4	Kecemasan berat	0	0
5	Kecemasan sangat berat	0	0
Total		36	100

Sumber: Data primer diolah 2024

Berdasarkan data pada Tabel 4.3, setelah intervensi aromaterapi lavender, mayoritas ibu hamil trimester III dengan kecemasan ringan, yaitu 34 orang (94,4%), sementara 2 orang (5,6%) memiliki kecemasan sedang.

3. Analisis Bivariat

a. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender Berdasarkan Karakteristik Responden

Tabel 4.4 Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik	Tidak ada kecemasan		Kecemasan ringan		Kecemasan sedang		Kecemasan berat		Kecemasan sangat berat	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Usia										
< 20 tahun	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20 – 35 tahun	0	0	8	22.2	2	5.6	0	0	26	72.2
> 35 tahun	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			36						100%	
Pekerjaan										
Tidak Bekerja	0	0	4	11.1	0	0	0	0	9	25
Pegawai Swasta	0	0	2	5.6	2	5.6	0	0	5	13.9
PNS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Wirausaha	0	0	2	5.6	0	0	0	0	9	25
Buruh	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pekerjaan Lainnya	0	0	0	0	0	0	0	0	3	8.3
Total			36						100%	
Pendidikan Terakhir										
Tidak Sekolah	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
SD	0	0	2	5.6	0	0	0	0	9	25
SMP	0	0	4	11.1	0	0	0	0	14	38.9
SMA	0	0	2	5.6	2	5.6	0	0	3	8.3
Perguruan Tinggi	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			36						100%	
Paritas										
Primigravida	0	0	0	0	0	0	0	0	26	72.2
Multigravida	0	0	8	22.2	2	5.6	0	0	0	0
Total			36						100%	

Sumber: Data primer diolah 2024

Berdasarkan hasil analisis crosstabulation karakteristik responden ibu hamil trimester III sebelum pemberian aromaterapi lavender, ditemukan beberapa pola yang signifikan. Ditinjau dari karakteristik usia, responden berusia 20-35 tahun mayoritas dengan tingkat kecemasan sangat berat sebanyak 26 (72.2%) responden, kecemasan sedang berjumlah 8 (22.2%) responden dan 2 (5,6%) responden dengan kecemasan ringan. Dari segi pekerjaan, ibu yang tidak bekerja menunjukkan mengalami kecemasan sangat

berat yaitu sebanyak 9 (25%) responden dan 4 (11.1%) responden dengan kecemasan ringan. Pegawai swasta dengan kecemasan sangat berat sebanyak 5 (13.9%), 2 (5.6%) responden dengan kecemasan sedang dan 2 (5.6%) responden dengan kecemasan ringan. Sebagai wirausaha diketahui sebanyak 9 (25%) responden dengan kecemasan sangat berat dan sebanyak 2 (5.6%) responden dengan kecemasan ringan. Berdasarkan tingkat pendidikan juga memiliki korelasi yang jelas dengan tingkat kecemasan, dimana responden dengan pendidikan terakhir SMP memiliki persentase tertinggi mengalami kecemasan sangat berat yaitu sebanyak 14 (38.9%) responden dan sebanyak 4 (11.1%) responden dengan kecemasan ringan. Responden berpendidikan SMA dengan kecemasan sangat berat sebanyak 3 (8.3%) responden, sebanyak 2 (5.6%) dengan kecemasan sedang serta 2 (5.6%) responden dengan kecemasan ringan. Responden berpendidikan SD sebanyak 9 (25%) dengan kecemasan sangat berat dan 2 (5.6%) dengan kecemasan ringan.

Status paritas memberikan gambaran yang menarik dimana primigravida (kehamilan pertama) menunjukkan tingkat kecemasan sangat berat yang jauh lebih tinggi yaitu sebanyak 26 (72.2%). Dibandingkan dengan multigravida diketahui sebanyak 8 (22.2%) responden dengan kecemasan ringan dan sebanyak 2 (5.6%) responden dengan kecemasan sedang.

b. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender Berdasarkan Karakteristik Responden

Tabel 4.5 Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik	Tidak ada kecemasan		Kecemasan ringan		Kecemasan sedang		Kecemasan berat		Kecemasan sangat berat	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Usia										
< 20 tahun	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20 – 35 tahun	0	0	34	94.4	2	5.6	0	0	0	0
> 35 tahun	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			36				100%			
Pekerjaan										
Tidak Bekerja	0	0	11	30.6	2	5.6	0	0	0	0
Pegawai Swasta	0	0	9	25	0	0	0	0	0	0
PNS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Wirausaha	0	0	11	30.6	0	0	0	0	0	0
Buruh	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pekerjaan Lainnya	0	0	3	8.3	0	0	0	0	0	0
Total			36				100%			
Pendidikan Terakhir										
Tidak Sekolah	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
SD	0	0	9	25	2	5.6	0	0	0	0
SMP	0	0	18	50	0	0	0	0	0	0
SMA	0	0	7	19.4	0	0	0	0	0	0
Perguruan Tinggi	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			36				100%			
Paritas										
Primigravida	0	0	24	66.7	2	5.6	0	0	0	0
Multigravida	0	0	10	27.8	0	0	0	0	0	0
Total			36				100%			

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel crosstabulation karakteristik responden setelah intervensi diberikan pada ibu hamil trimester III, menunjukkan perubahan signifikan dibandingkan kondisi sebelumnya. Dari segi usia responden 20-35 tahun, mayoritas responden memiliki kecemasan ringan sebanyak 34 (94.4%) responden, dan sebanyak 2 (5.6%) responden dengan kecemasan sedang.

Berdasarkan karakteristik pekerjaan, terjadi perubahan positif dimana mayoritas responden yang tidak bekerja sekarang berada pada kategori kecemasan ringan berjumlah 11 (30.6%) responden dan sebanyak 2 (5.6%) responden dengan kecemasan sedang. Sebagai pegawai swasta sebanyak 9

(25%) responden dengan kecemasan ringan. Sebagai wirausaha sebanyak 11 (30.6%) responden dengan kecemasan ringan dan pekerjaan lainnya sebanyak 3 (8.3%) responden dengan kecemasan ringan.

Berdasarkan tingkat pendidikan, perubahan signifikan terlihat pada kelompok pendidikan terakhir SMP, dimana sebanyak 18 (50%) sekarang berada pada kategori kecemasan ringan. Kelompok SMA, sebanyak 7 (19.4%) responden dengan kecemasan ringan, kelompok SD sebanyak 9 (25%) responden kecemasan ringan, dan 2 (5.6%) responden mengalami kecemasan sedang.

Berdasarkan status paritas juga menunjukkan perubahan dimana primigravida yang sebelumnya dominan mengalami kecemasan sangat berat, kini 24 (66.7%) responden kecemasan ringan dan sebanyak 2 (5.6%) responden dengan kecemasan sedang. Kelompok multigravida menunjukkan hasil positif dengan 10 (27.8%) responden dengan kecemasan ringan.

c. Analisis Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di PMB Dyah Sleman

Analisis efektifitas intervensi aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di PMB Dyah Sleman

Tabel 4.4 Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di PMB Dyah Sleman

Uji Wilcoxon	Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender
Score (Z)	-5.012
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan data pada Tabel 4.4, hasil dari uji Wilcoxon nilai Z hitung sebesar -5.012 dengan p-value 0.001 (<0.05). Menunjukkan intervensi aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan ibu hamil di PMB Dyah Sleman.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan seluruh responden dalam rentang usia 20-35 tahun, menunjukkan fokus pada ibu hamil dalam usia reproduksi optimal. Dari segi pekerjaan, terdapat keberagaman dengan mayoritas tidak bekerja (36%), diikuti oleh wirausaha (31%), pegawai swasta (25%), dan pekerjaan lainnya (8%). Tingkat pendidikan responden didominasi oleh lulusan SMP (50%), diikuti oleh SD (31%), dan SMA (19%), menggambarkan latar belakang pendidikan yang cenderung menengah ke bawah. Aspek paritas menunjukkan bahwa sebagian besar responden (72%) sedang mengalami kehamilan pertama, sementara sisanya (28%) telah memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya. Karakteristik demografi ini memberikan gambaran tentang latar belakang responden yang beragam dalam hal pekerjaan, namun relatif homogen dalam aspek usia dan didominasi oleh mereka yang berpendidikan menengah ke bawah serta baru pertama kali hamil. Faktor-faktor ini dapat mempengaruhi berbagai aspek penelitian, termasuk tingkat kecemasan, pengetahuan tentang kehamilan dan persalinan, serta kebutuhan akan dukungan dan informasi, yang penting untuk dipertimbangkan dalam analisis hasil penelitian dan perencanaan intervensi yang sesuai.

2. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender di PMB Dyah Sleman

Data dalam Tabel 4.2 menunjukkan tingkat kecemasan yang signifikan di kalangan ibu hamil trimester III sebelum pemberian aromaterapi lavender. Mayoritas responden, yaitu 26 orang (72.2%), mengalami tingkat kecemasan yang sangat besar. Sementara itu, 8 orang (22.2%) dengan kecemasan ringan, dan 2 orang (5.6%) mengalami kecemasan sedang. Tingginya persentase ibu hamil yang mengalami kecemasan besar sejalan dengan temuan penelitian terbaru. Menurut studi Susanti et al. (2023), sekitar 65% ibu hamil trimester III mengalami kecemasan sedang hingga berat mendekati waktu persalinan. Kecemasan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kekhawatiran

tentang proses persalinan, kesehatan bayi, dan perubahan peran yang akan dihadapi. Rahmawati et al. (2022) juga menegaskan bahwa kecemasan pada ibu hamil trimester III berdampak negatif bagi kesehatan ibu dan janin, serta berpotensi mempengaruhi proses persalinan.

3. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender di PMB Dyah Sleman

Tabel 4.3 menggambarkan perubahan dramatis dalam tingkat kecemasan ibu hamil trimester III setelah pemberian aromaterapi lavender. Data menunjukkan bahwa mayoritas responden, yaitu 34 orang (94.4%), mengalami penurunan ke tingkat kecemasan ringan. Hanya 2 orang (5.6%) yang masih mengalami kecemasan sedang. Hasil ini mengindikasikan efektivitas yang tinggi dari aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III. Konsisten dengan penelitian Pratiwi et al. (2023), melaporkan aromaterapi lavender signifikan menurunkan tingkat kecemasan 89% ibu hamil trimester III yang menjadi subjek penelitian mereka. Lebih lanjut, Nurhayati dan Widyawati (2022) dalam studi mereka menemukan bahwa penggunaan aromaterapi lavender tidak hanya efektif dalam mengurangi kecemasan, tetapi juga meningkatkan kualitas tidur ibu hamil trimester III. Efektivitas lavender dalam mengurangi kecemasan terkait dengan kandungan linalool yang memberikan efek menenangkan pada sistem saraf pusat. Hasil ini menegaskan potensi aromaterapi lavender sebagai intervensi non-farmakologis yang aman dan efektif dalam manajemen kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan.

4. Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di PMB Dyah Sleman

Data pada Tabel 4.4 menunjukkan intervensi aromaterapi lavender efektif secara signifikan dalam menangani kecemasan ibu hamil di PMB Dyah Sleman, dengan p-value sebesar 0.001 (<0.05) mengindikasikan bahwa hasil ini sangat mungkin bukan kebetulan, melainkan efek nyata dari intervensi aromaterapi lavender. Efektivitas dari aromaterapi lavender dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme. Pertama, lavender mengandung senyawa linalool dan *linalyl acetate* yang memiliki efek sedatif dan *anxiolytic* (anti-kecemasan).

Ketika dihirup, molekul-molekul ini merangsang sistem limbik di otak, yang bertanggung jawab atas emosi dan mood (Alanazi et al., 2021). Stimulasi ini dapat menginduksi perasaan tenang dan rileks, sehingga mengurangi gejala kecemasan.

Kedua, aromaterapi lavender dapat mempengaruhi neurotransmitter di otak. Penelitian oleh Sánchez-Vidaña et al. (2022) menunjukkan bahwa lavender meningkatkan aktivitas reseptor GABA (gamma-aminobutyric acid), neurotransmitter yang berperan dalam menekan aktivitas sistem saraf dan menimbulkan efek relaksasi. Peningkatan aktivitas GABA ini berkontribusi pada penurunan kecemasan dan peningkatan kualitas tidur. Selain itu, aromaterapi lavender juga berpengaruh pada sistem saraf otonom. Menurut studi yang dilakukan oleh Karadag et al. (2021), inhalasi lavender dapat menurunkan tingkat kortisol, hormon stress, dalam darah. Penurunan kortisol ini berkorelasi dengan berkurangnya gejala kecemasan dan peningkatan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Efek fisiologis lain dari aromaterapi lavender meliputi penurunan tekanan darah dan detak jantung. Penelitian oleh Ozkaraman et al. (2023) menunjukkan bahwa penggunaan aromaterapi lavender secara rutin dapat mengurangi tekanan darah pada ibu hamil trimester III. Efek ini tidak hanya berkontribusi pada penurunan kecemasan, tetapi juga mendukung kesehatan kardiovaskular ibu hamil. Aspek psikologis juga berperan penting dalam efektivitas aromaterapi lavender. Aroma lavender yang menenangkan dapat membentuk asosiasi positif dan membantu ibu hamil merasa lebih terkendali menghadapi kecemasan terkait kehamilan serta persalinan. Temuan sejalan dengan hasil penelitian Feeley et al. (2022) menunjukkan aromaterapi dapat meningkatkan self-efficacy dan menurunkan persepsi ancaman terkait persalinan pada ibu hamil.

Lebih lanjut, penggunaan aromaterapi lavender sebagai metode non-farmakologis untuk mengatasi kecemasan memiliki keunggulan tersendiri. Tidak seperti obat-obatan yang mungkin memiliki efek samping, aromaterapi lavender umumnya dianggap aman untuk ibu hamil ketika digunakan dengan

benar. Studi oleh Winangsit et al. (2021) menegaskan bahwa aromaterapi lavender tidak hanya efektif dalam mengurangi kecemasan, tetapi juga memiliki profil keamanan yang baik untuk penggunaan selama kehamilan. Penting untuk dicatat bahwa efektivitas aromaterapi lavender juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor individual seperti preferensi aroma, pengalaman sebelumnya dengan aromaterapi, dan tingkat kecemasan awal. Oleh karena itu, pendekatan yang personal dan terpadu dalam penggunaan aromaterapi lavender, dikombinasikan dengan metode relaksasi lainnya, dapat mengoptimalkan manfaatnya bagi ibu hamil. Kesimpulannya, hasil penelitian ini, didukung oleh berbagai studi terkini, hal ini menegaskan potensi aromaterapi lavender sebagai intervensi yang efektif dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil. Dengan mekanisme kerja yang melibatkan aspek fisiologis dan psikologis, aromaterapi lavender menawarkan pendekatan holistik dalam manajemen kecemasan selama kehamilan, khususnya pada trimester III menjelang persalinan.

5. Keterbatasan Penelitian

- a. Penelitian dilakukan di PMB Dyah Sleman, yang kemungkinan memiliki karakteristik populasi yang spesifik. Sampel yang terbatas pada satu lokasi praktik bidan dapat membatasi kemampuan untuk menggeneralisasi hasil penelitian ke populasi yang lebih luas. Ibu hamil yang mengunjungi PMB Dyah Sleman mungkin memiliki karakteristik sosio-ekonomi, budaya, atau demografi tertentu yang tidak mewakili keseluruhan populasi ibu hamil trimester III. Hal ini dapat mempengaruhi validitas eksternal penelitian dan membatasi aplikasi hasil penelitian pada kelompok ibu hamil yang lebih beragam atau di lokasi geografis yang berbeda.
- b. Penelitian ini berfokus pada ibu hamil trimester III, yang merupakan periode waktu relatif singkat dalam keseluruhan masa kehamilan. Efektivitas aromaterapi lavender mungkin berbeda jika diterapkan dalam jangka waktu yang lebih panjang atau dimulai pada trimester sebelumnya. Selain itu, penelitian ini mungkin tidak mempertimbangkan efek jangka panjang dari aromaterapi lavender setelah persalinan. Keterbatasan waktu

ini dapat membatasi pemahaman tentang bagaimana aromaterapi lavender mungkin mempengaruhi kecemasan ibu hamil dalam konteks yang lebih luas dari keseluruhan pengalaman kehamilan dan pasca persalinan.

- c. Penelitian ini berfokus pada efektivitas aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan, namun mungkin tidak mempertimbangkan variabel lain yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil, seperti faktor psikologis, sosial, atau kondisi medis lainnya. Faktor-faktor seperti dukungan sosial, riwayat kesehatan mental, pengalaman kehamilan sebelumnya, atau faktor stres eksternal lainnya mungkin tidak sepenuhnya diperhitungkan dalam penelitian ini. Selain itu, penelitian ini mungkin tidak mengukur efek aromaterapi lavender pada aspek lain dari kesejahteraan ibu hamil, seperti kualitas tidur, tingkat energi, atau persiapan mental untuk persalinan. Keterbatasan dalam variabel yang diukur ini dapat menghasilkan pemahaman yang kurang komprehensif tentang peran aromaterapi lavender dalam manajemen kesehatan holistik