

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK  
MENURUNKAN KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III  
DALAM MENGHADAPI PERSALINAN  
DI PMB DYAH SLEMAN**

Febi Santi Lainata<sup>1</sup>, Eniyati<sup>2</sup>, Dechoni Rahmawati<sup>3</sup>  
febilainata@gmail.com

**INTISARI**

**Latar Belakang:** Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2019 sekitar 8%-10% ibu hamil mengalami kecemasan sedang, dengan angka ini meningkat menjadi 12% menjelang persalinan. Tren ini berlanjut pada tahun 2020, di mana jumlah ibu hamil yang mengalami kecemasan menjelang persalinan meningkat menjadi 15%, dan 19,8% pada ibu nifas.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan ibu hamil TM III dalam menghadapi persiapan persalinan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan metode pre-post test satu kelompok (*one group pre-post test*). Desain ini melibatkan satu kelompok subjek yang diukur sebelum dan setelah pemberian perlakuan (intervensi). Teknik penarikan sampel menggunakan metode *accidental sampling* dengan besar sampel sebanyak 36 Ibu hamil TM III di PMB Dyah Sleman. Pengukuran kecemasan menggunakan kuesioner HRSA.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender memiliki efektivitas yang signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil di PMB Dyah Sleman, setelah dilakukan uji *Wilcoxon* didapatkan hasil dengan nilai p-value sebesar 0.001 lebih kecil dari 0.05.

**Kesimpulan:** Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan persalinan.

**Kata Kunci:** Aromaterapi Lavender, Kecemasan, Ibu Hamil Trimester III

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE EFFECTIVENESS OF LAVENDER AROMATHERAPY IN REDUCING ANXIETY  
IN THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN FACING CHILDBIRTH  
AT PMB DYAH SLEMAN**

*Febi Santi Lainata<sup>1</sup>, Eniyati<sup>2</sup>, Dechoni Rahmawati<sup>3</sup>  
febilainata@gmail.com*

**ABSTRACT**

**Background:** According to the World Health Organization (WHO), in 2019 around 8%-10% of pregnant women experienced moderate anxiety, with this figure increasing to 12% before delivery. This trend continued in 2020, where the number of pregnant women who experienced anxiety before giving birth increased to 15%, and 19.8% of postpartum mothers.

**Objective:** This study aims to determine the effectiveness of giving lavender aromatherapy to reduce the anxiety of TM III pregnant women in preparing for childbirth.

**Method:** This research used a quasi-experimental design with a one group pre-post test method. This design involves one group of subjects who are measured before and after treatment (intervention). The sampling technique used accidental sampling technique with a sample size of 36 TM III pregnant women at PMB Dyah Sleman. Anxiety measurement uses the HRSA questionnaire.

**Results:** The results of the research show that giving lavender aromatherapy has significant effectiveness in reducing the level of anxiety in pregnant women at PMB Dyah Sleman. After carrying out the Wilcoxon test, the results were obtained with a p-value of 0.001, which is smaller than 0.05.

**Conclusion:** There is an effect of giving lavender aromatherapy on the anxiety of pregnant women in the third trimester in preparation for childbirth.

**Keywords:** *Lavender Aromatherapy, Anxiety, Third Trimester Pregnant Women.*

---

<sup>1</sup> Student at the Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturer in Midwifery, Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturer in Midwifery, Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta