

Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin

Dian Fitriyani¹, Teti Hartini²

^{1,2}Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Bhakti Asih Purwakarta

Email: ¹dfy.fitriyani@gmail.com, ²teti.hartini@gmail.com

Article History:

Received Jan 13th, 2024

Revised Jan 31th, 2024

Accepted Feb 1st, 2024

Abstrak

Kecemasan menghadapi persalinan adalah situasi yang selalu dialami oleh setiap ibu hamil. Laporan dari kementerian Kesehatan RI menyatakan, jumlah ibu hamil yang terdeteksi mengalami kecemasan di Indonesia sebanyak 379.000.000 ibu hamil. Berbagai faktor dapat menjadi penyebab kecemasan pada ibu hamil. Dukungan keluarga dan paritas berpengaruh pada tingkat kecemasan ibu hamil. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin di PMB Ny. T. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi eksperiment*) dengan melakukan pendekatan *pre and posttest two group design*. Dengan populasi sebanyak 30 orang ibu bersalin dan besaran sampel menggunakan total sampling. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian aromaterapi lavender dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T (Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,043), Perlunya mengadakan penyuluhan kesehatan kehamilan agar tingkat kecemasan pada ibu hamil dapat diturunkan. Perlunya untuk melakukan edukasi mengenai masalah kecemasan pada ibu bersalin.

Kata Kunci : Ibu Bersalin, Kecemasan, Aromaterapi Lavender

Abstract

Anxiety about childbirth is a situation that is always experienced by every pregnant woman. Reports from the Indonesian Ministry of Health stated that the number of pregnant women who were detected experiencing anxiety in Indonesia was 379,000,000 pregnant women. Various factors can cause anxiety in pregnant women. Family support and parity have an effect on the anxiety level of pregnant women. The aim of this study was to determine the effect of lavender aromatherapy on the anxiety level of mothers in childbirth at PMB Ny. T period November 2022 – January 2023. The type of research used is quasi-experimental with a pre and posttest two group design approach. With a population of 30 mothers giving birth and the sample size used total sampling. There is a significant effect between the administration of lavender aromatherapy and the anxiety level of women giving birth at PMB Ny. T Period November 2022-January 2023 (The results of the statistical test obtained a p value = 0.043). It is necessary to hold pregnancy health counseling so that the level of anxiety in pregnant women can be reduced. The need to provide education about the problem of anxiety in birthing mothers.

Keyword : *Maternity Mother, Anxiety, Lavender Aromatherapy*

1. PENDAHULUAN

Kecemasan menghadapi persalinan adalah situasi yang selalu dialami oleh setiap ibu hamil. Laporan dari kementerian Kesehatan RI menyatakan, jumlah ibu hamil yang terdeteksi mengalami kecemasan di Indonesia sebanyak 379.000.000 ibu hamil. Berbagai faktor dapat menjadi penyebab kecemasan pada ibu hamil. Dukungan keluarga dan paritas berpengaruh pada tingkat kecemasan ibu hamil. (Susilowati Nunuk; Murti, Bhisma, 2013), komunikasi teraupetik juga berpengaruh terhadap

kecemasan ibu hamil (Novianti et al., 2019). Kecemasan yang dialami ibu antara lain kecemasan terhadap persiapan persalinan karena sudah trimester III sehingga ibu akan terlalu mempersalahkan kesehatan serta cemas akan kondisi bayi. Munculnya kecemasan apabila bayi yang dilahirkan cacat jasmani atau rohani, yang disebabkan oleh kesalahan atau dosa-dosa yang pernah dilakukan di masa lampau (Kartono, 2002), kecemasan terhadap keguguran sehingga calon ibu akan terlalu mempersalahkan kesehatan serta cemas akan kondisi bayi. Kecemasan lain akan dirasakan calon ibu ketika kehamilannya mendekati waktu melahirkan, ini dikarenakan perasaan tentang kondisi fisik (pinggul) terlalu sempit atau kecil sehingga muncul ketakutan akan operasi caesar atau dengan ekstraktor vacum. Terdapat beberapa penentu terjadinya kecemasan pada ibu bersalin yaitu, nyeri persalinan, keadaan fisik ibu, riwayat pemeriksaan kehamilan, kurangnya pengetahuan tentang proses persalinan, dukungan dari lingkungan sosial serta latar belakang psikososial lain dari ibu yang bersangkutan, seperti tingkat pendidikan, status perkawinan, kehamilan yang tidak diinginkan, dan sosial ekonomi. (Aryasatiani, n.d.) Salah satu faktor yang berhubungan dengan gangguan kecemasan pada kala I adalah pengetahuan.

Menurut Nolan (2018) selama persalinan kala I, seorang wanita akan mengalami gangguan psikologi yaitu kecemasan. Kecemasan merupakan reaksi fisik, mental, kimiawi dari tubuh terhadap situasi yang menakutkan, mengejutkan, membingungkan, membahayakan dan merisaukan seseorang (Yosep, 2017). Berdasarkan penelitian Lamadah dan Nomani (2016) yang dilakukan di departemen tenaga kerja di Rumah Sakit Universitas Bersalin El-Shatby di Alexandria, Mesir ditemukan 82% ibu dalam masa persalinan mengalami gangguan kecemasan. Sementara itu di Indonesia yang dilakukan Aisyah, et al (2019) dalam penelitiannya yang dilakukan di Bandung ditemukan 73,3% responden mengalami kecemasan sedang, bahkan ditemukan juga 20% mengalami kecemasan berat dan hanya 6,7% yang mengalami kecemasan ringan. Adapun penelitian lainnya yang dilaksanakan di Kabupaten Tangerang yang merupakan wilayah Provinsi Banten yang dilakukan oleh Syukrini (2016) didapatkan 46,7% mengalami kecemasan sedang, sisanya berada pada kategori berat dan ringan sebanyak 26,7%.

Terdapat beberapa penyebab terjadinya kecemasan pada ibu bersalin yaitu, nyeri persalinan, keadaan fisik ibu, riwayat pemeriksaan kehamilan, kurangnya pengetahuan tentang proses persalinan. Berdasarkan hasil pengamatan penulis masih banyak sekali ibu bersalin yang mengalami kecemasan dengan berbagai macam faktor penyebab kecemasan itu sendiri. Dan untuk mengatasi kecemasan itu sendiri masih sangat jarang yang menggunakan aromaterapi lavender sebagai penanganan non farmakologi, kebanyakan hanya dilakukan pendampingan keluarga saja.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi eksperiment*) dengan melakukan pendekatan *pre and posttest two group design*. Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok yang mendapatkan intervensi (*group intervention*) dan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi (*group control*) sebagai pembandingan.

Pretest dilakukan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mengenai tingkat kecemasan ibu bersalin. Kelompok intervensi akan diberikan aromaterapi lavender dan Kelompok kontrol tidak diberikan terapi aromaterapi lavender. *Posttest* akan dilakukan pada kedua kelompok setelah intervensi diberikan. Selanjutnya penulis menganalisa tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi akan dianalisis perbedaan tingkat kecemasan dibandingkan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Tempat penelitian ini telah dilaksanakan di PMB Ny. T di Kabupaten Purwakarta, Periode penelitian dari November 2022 sampai dengan Januari 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu bersalin yang berada di wilayah PMB Ny. T sebanyak 30 ibu bersalin, dan sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 30 ibu bersalin yang dilakukan 2 kali pengukuran yakni pengukuran saat pretest dan posttest. Teknik pengumpulan sampel dilakukan dengan metode *accidental sampling*, dan untuk mengukur tingkat kecemasan menggunakan metode HARS. Untuk Analisa data pengujian menggunakan uji analisa *T-test Dependen* dengan tujuan untuk menguji perbedaan mean antara dua kelompok data dependen.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Perbedaan Tingkat Kecemasan	Mean	Selisih Mean	Min	Max
Kelompok Kontrol				
Pretest	23,13	1,14	11	36
Posttest	24,27		15	32
Kelompok Intervensi				
Pretest	22,60	2,80	13	35
Posttest	19,80		10	30

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa kecemasan ibu bersalin pada kelompok intervensi (kasus) dengan pemberian aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata pretest = 22,60 dan nilai rata-rata posttest = 19,80 sehingga didapatkan selisih nilai rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 2,80. Selanjutnya kecemasan ibu bersalin pada kelompok kontrol pemeriksaan diperoleh nilai rata-rata pretest = 23,13 dan nilai rata-rata posttest = 24,27 sehingga didapatkan selisih nilai rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender pada kelompok kontrol sebesar 0,33.

2. Uji Normalitas

Analisis Bivariat

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Data pada Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender pada Ibu Bersalin

Variabel	Shapiro Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Pretest	0,953	30	0,202
Posttest	0,955	30	0,227

Berdasarkan Tabel 2 hasil uji normalitas diatas maka dapat disimpulkan bahwa kelompok Pretest data terdistribusi secara normal yaitu dengan nilai $0,202 > 0,05$ dan kelompok Posttest data terdistribusi normal yaitu dengan nilai $0,227 > 0,05$. Dengan demikian untuk mengetahui perbedaan Pemberian Aromaterapi Lavender pada kelompok Pretest dan Kelompok Posttest pada Ibu Bersalin menggunakan uji T Test Independen.

3. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Penurunan Kecemasan

Tabel 3 Distribusi Rata-rata Tingkat Kecemasan Berdasarkan Pemberian Aromaterapi Lavender pada Ibu Bersalin

Pemberian Aromaterapi Lavender	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	P Value
Kontrol	15	24,27	5,365	1,385	0,043
Intervensi	15	19,80	6,144	1,586	

Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan ibu bersalin pada kelompok kontrol adalah 24,27 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 5,365 sedangkan rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin kelompok intervensi adalah 19,80 (kecemasan ringan) dengan standar deviasi 6,144. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,043, artinya dengan alpha 5% terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian aromaterapi lavender dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin,

4. Hubungan Keadaan Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin

Tabel 4 Distribusi Rata-rata Tingkat Kecemasan Berdasarkan Keadaan Fisik pada Ibu Bersalin di PMB Ny. T Periode November 2022-Januari 2023

Keadaan Fisik	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	P Value
Tidak Baik	7	22,43	4,650	1,757	0,849
Baik	23	21,91	6,571	1,370	

Tabel 4 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan keadaan fisik tidak baik adalah 22,43 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 4,650 dan rata-rata tingkat kecemasan pada ibu dengan keadaan fisik baik adalah 21,91 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 6,571. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,849 artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keadaan fisik dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin.

5. Hubungan Paritas Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin

Tabel 5 Distribusi Rata-rata Tingkat Kecemasan Berdasarkan Paritas pada Ibu Bersalin

Paritas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	P Value
Primigravida	17	24,00	6,548	1,588	0,041
Multigravida	13	19,46	4,502	1,249	

Tabel 5 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan paritas primigravida adalah 24,00 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 6,548, sedangkan rata-rata tingkat kecemasan pada ibu dengan paritas multigravida adalah 19,46 (kecemasan ringan) dengan standar deviasi 4,502. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,041 artinya terdapat hubungan yang signifikan antara paritas dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin.

6. Hubungan Riwayat Pemeriksaan Kehamilan (ANC) Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin

Tabel 6. Distribusi Rata-rata Tingkat Kecemasan Berdasarkan Riwayat Pemeriksaan Kehamilan (ANC) pada Ibu Bersalin

Riwayat Pemeriksaan Kehamilan (ANC)	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	P Value
Kurang Baik	8	22,25	4,713	1,666	0,909
Baik	22	21,95	6,637	1,415	

Tabel 6 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan riwayat pemeriksaan kehamilan (ANC) kurang baik adalah 22,25 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 4,713 dan rata-rata tingkat kecemasan pada ibu dengan riwayat pemeriksaan kehamilan (ANC) kurang baik adalah 21,95 (kecemasan sedang) dengan standar 6,637. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value= 0,909 artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat pemeriksaan kehamilan (ANC) dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T Periode November 2022-Januari 2023.

7. Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin

Tabel 7 Distribusi Rata-rata Tingkat Kecemasan Berdasarkan Pendidikan pada Ibu Bersalin

Pendidikan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	P Value
SD/SMP	14	24,36	5,429	1,451	0,049
SMA/D3/S1	16	20,00	6,088	1,522	

Tabel 7 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan tingkat pendidikan SD/SMP adalah 24,36 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 5,429, sedangkan rata-rata tingkat kecemasan pada ibu dengan tingkat pendidikan SMA/D3/S1 adalah 20,00 (kecemasan ringan) dengan standar deviasi 6,088. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,049 artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin.

PEMBAHASAN

A. Gambaran Tingkat Kecemasan pada Ibu Bersalin di PMB Ny. T

Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan dan kekuatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal (Hawari,2001). Suliswati (2015) mengemukakan bahwa teori terjadinya kecemasan sesuatu dorongan yang dipelajari berdasarkan keinginan untuk menghindari rasa sakit pada individu yang pada awal kehidupan dihadapkan pada rasa takut yang berlebihan akan menunjukkan kemungkinan kecemasan yang berat pada kehidupan masa dewasanya.

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa kecemasan ibu bersalin pada kelompok intervensi (kasus) dengan pemberian aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata pretest = 22,60 dan nilai

rata-rata posttest = 19,80 sehingga didapatkan selisih nilai rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 2,80. Selanjutnya kecemasan ibu bersalin pada kelompok kontrol pemeriksaan diperoleh nilai rata-rata pretest = 23,13 dan nilai rata-rata posttest = 24,27 sehingga didapatkan selisih nilai rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender pada kelompok kontrol sebesar 0,33.

Dewi (2015) menyatakan bahwa bunga lavender sering dipakai sebagai aromaterapi karena dapat memberikan manfaat relaksasi dan memiliki efek sedasi yang sangat membantu pada orang yang mengalami insomnia. Menurut Tarsikah dalam Susilarini (2017) linalool asetat yang ada pada aromaterapi lavender mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang, disamping itu sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem saraf. Wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Enkefalin merupakan neuromodulator yang berfungsi untuk menghambat nyeri fisiologi.

B. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T

Setiap ibu hamil memiliki tingkat cemas yang berbeda-beda dan sangat tergantung pada sejauh mana ibu hamil itu mempresepsikan kehamilannya. Ansietas menggambarkan rasa kecemasan, khawatir, persepsi gelisah dan tidak tenang yang disertai dengan gejala fisik. Ansietas merupakan bagian dari respon emosional penilaian individu yang subjektif yang keadaanya dipengaruhi alam bawah sadar (Janiwarty 2014). Rasa cemas dan khawatir pada trimester III, semakin meningkat memasuki usia kehamilan tujuh bulan ke atas dan menjelang persalinan, dimana ibu mulai membayangkan proses persalinan yang menegangkan, rasa sakit yang dialami, bahkan kematian pada saat bersalin. Di samping itu adanya perubahan hormonal dalam tubuh, membesarnya janin dalam kandungan yang mengakibatkan ibu letih, tidak nyaman, kurang istirahat (Uripni 2016).

Berdasarkan DSM-V, gangguan kecemasan terdiri dari gangguan mental non-psikotik, gangguan kecemasan umum, fobia, serangan panik, gangguan obsesif kompulsif, dan gangguan lain yang termasuk dalam kategori yang lebih luas/ gangguan kecemasan tanpa spesifikasi lain (American Psychiatric Association, 2013). Kecemasan dapat menyebabkan perubahan fisik maupun psikologis yang ditandai dengan detak jantung bertambah, tekanan darah naik, frekuensi nafas bertambah dan secara umum mengurangi tingkat energi pada klien, sehingga dapat merugikan individu itu sendiri (Arwani, Sriningsih, & Hartono, 2012).

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan ibu bersalin pada kelompok kontrol adalah 24,27 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 5,365 sedangkan rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin kelompok intervensi adalah 19,80 (kecemasan ringan) dengan standar deviasi 6,144. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,043, artinya dengan alpha 5% terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian aromaterapi lavender dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin.

Penelitian ini didukung oleh Mirazanah dkk yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu bersalin disebabkan oleh karena dimulai adanya proses penguapan dari aromaterapi tersebut yang selanjutnya di hisap oleh ibu bersalin dan diserap oleh tubuh melalui hidung dan paru-paru masuk ke aliran darah. Saat aroma dari minyak

esensial lavender dihirup, tubuh akan memberikan respon psikologis dimana tubuh menjadi nyaman rasa sakit dan ketegangan berkurang, serta kecemasan dalam menghadapi persalinan juga berkurang (Mirazanah et al., 2021).

Yamada, et al (2015) menjelaskan bahwa minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek sedatif, hypnotic dan anti neurodepressive pada manusia. Karena minyak lavender dapat memberi rasa tenang, sehingga dapat digunakan sebagai manajemen stres. Kandungan utama dalam minyak lavender adalah linalool asetat yang mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem saraf. Wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Enkefalin merupakan neuromodulator yang berfungsi untuk menghambat nyeri fisiologi.

C. Hubungan Keadaan Fisik Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan keadaan fisik tidak baik dan dengan keadaan fisik baik adalah sama yaitu mengalami kecemasan sedang dengan skor 22,43 dan 21,91. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,849 artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keadaan fisik dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rina Sembiring (2015) mengenai Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kecemasan Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Di Rumah Sakit Umum dr. Pirngadi Medan Tahun 2009 dengan hasil uji multivariate regresi dimana nilai $\beta = -0,349$ dan $p=0,755$ yang berarti bahwa kondisi fisik tidak berpengaruh terhadap meningkatnya kecemasan.

Hal ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian Dorsinta Siallagan dan Lestari D. (2018) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status kesehatan dengan kecemasan dalam menghadapi persalinan dengan hasil uji Chi-Square diperoleh nilai $p=0,000$.

Seseorang yang menderita sesuatu penyakit akan lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan dengan orang yang tidak sedang menderita sakit. Status kesehatan dapat mempengaruhi kecemasan hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan seorang ibu yang mengalami gangguan kesehatan akan lebih banyak mengalami kecemasan (Arikanto, 2006). Bagi seorang ibu yang mengalami gangguan kesehatan selama kehamilan salah satunya tekanan darah tentunya akan mengalami kecemasan, hanya saja kecemasan ibu yang mengalami gangguan kesehatan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yaitu usia, graviditas, riwayat persalinan lalu, dukungan suami/keluarga, dll.

D. Hubungan Paritas Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T

Tabel 4 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan paritas primigravida adalah 24,00 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 6,548, sedangkan rata-rata tingkat kecemasan pada ibu dengan paritas multigravida adalah 19,46 (kecemasan ringan) dengan standar deviasi 4,502. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,041 artinya terdapat hubungan yang signifikan antara paritas dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diana, dkk (2022) didapatkan hasil penelitian membuktikan hasil analisis dengan uji chi square diperoleh nilai

signifikan 0,000, yang berarti hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara paritas dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Mekarsari.

Paritas dapat mempengaruhi kecemasan, karena terkait dengan aspek psikologis. Pada ibu primigravida, belum ada bayangan mengenai apa yang akan terjadi saat bersalin dan ketakutan karena sering mendengar cerita mengerikan dari teman atau kerabat tentang pengalaman saat melahirkan seperti sang ibu atau bayi meninggal dan ini akan mempengaruhi mindset ibu mengenai proses persalinan yang menakutkan. Sedangkan pada multigravida perasaannya terganggu diakibatkan karena rasa takut, tegang dan menjadi cemas oleh bayangan rasa sakit yang dideritanya dulu sewaktu melahirkan (Asfiati, 2018).

Pada umumnya, kecemasan yang terjadi pada wanita yang akan melahirkan disebabkan karena ibu hamil harus menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan psikologis. (Usman, 2016) Pada ibu hamil primigravida trimester ketiga, kecemasan yang dialami berkaitan dengan persalinan dan kesiapan diri dan keluarga. (Maimunah, 2009) Selain itu, kecemasan timbul karena ketakutan kehilangan bayi yang dilahirkan, seperti ketakutan bahwa bayi yang dilahirkan akan meninggal atau lahir cacat. Kecemasan juga dapat muncul akibat perasaan ketidakmampuan memenuhi kebutuhan bayi yang akan dilahirkan, serta munculnya dugaan bahwa melahirkan akan menghambat aktivitas sehari-hari. (Rosyidah, 2017).

E. Hubungan Riwayat Pemeriksaan Kesehatan (ANC) Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan riwayat pemeriksaan kehamilan (ANC) kurang baik dan baik adalah kecemasan sedang yaitu 22,25 dan 21,95. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value= 0,909 artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat pemeriksaan kehamilan (ANC) dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin.

Hasil penelitian ini senada dengan apa yang disampaikan oleh Usman (2016) mengenai perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan dengan kepatuhan Antenatal Care (ANC), dari hasil analisis menggunakan uji Mann Whitney pada tingkat kemaknaan 95% diperoleh nilai $p = 0,441$ Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa responden yang patuh dan tidak patuh melaksanakan ANC memiliki kecemasan.

Hal ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian Rina Sembiring (2009) yang menyatakan bahwa riwayat pemeriksaan kehamilan berpengaruh terhadap peningkatan kecemasan dengan hasil uji multivariate regresi dimana $\beta = -7,126$ dan nilai $p = 0,020$.

Menurut Robbins dan Judge (2018) mengemukakan bahwa sikap ibu melakukan antenatal care dipengaruhi oleh karakteristik pribadi (kepribadian, motif, minat, kebutuhan, pengalaman masa lalu dan harapan seseorang) dan situasi (waktu, keadaan kerja dan keadaan sosial). Selain itu, anggapan ibu tentang kondisi kehamilan yang baik-baik saja sehingga ibu tidak perlu melakukan pemeriksaan kehamilan ke petugas kesehatan yang dapat berdampak pada meningkatnya angka kematian ibu hamil karena kurangnya deteksi dini resiko tinggi (Winaryati, 2018). Beberapa faktor yang mempengaruhi keaktifan ibu dalam melakukan kunjungan antenatal care yaitu umur, pendidikan, paritas dan pekerjaan (Lumongga, 2017). Tingkat kecemasan pada ibu hamil juga dapat dipengaruhi oleh kurangnya informasi yang diperoleh selama kehamilan. Kurangnya pengetahuan akan perilaku-perilaku yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi serta minimnya informasi yang diperoleh selama masa kehamilan akan menimbulkan kecemasan tersendiri (Aisyah, 2018).

F. Hubungan Pendidikan Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin

Tingkat pendidikan ibu hamil sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu. Pendidikan dapat membantu ibu hamil dan keluarganya mengendalikan sumber kecemasan, terlebih lagi pada kehamilan pertama (primigravida) (Usman, 2016). Pendidikan juga dapat mempengaruhi persepsi ibu hamil, cara berpikir dalam mengelola informasi dan mengambil keputusan. Kecemasan pada ibu hamil dipengaruhi oleh faktor pengetahuan ibu hamil mengenai kehamilannya. Ibu hamil yang berpendidikan tinggi mempunyai pengetahuan yang lebih mengenai kehamilan memungkinkan untuk mengantisipasi diri dalam menghadapi kecemasan. Sedangkan, pendidikan yang rendah menyebabkan kecemasan karena kurangnya informasi yang dimiliki. (Said, 2015)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan tingkat pendidikan SD/SMP adalah 24,36 (kecemasan sedang) dengan standar deviasi 5,429, sedangkan rata-rata tingkat kecemasan pada ibu dengan tingkat pendidikan SMA/D3/S1 adalah 20,00 (kecemasan ringan) dengan standar deviasi 6,088. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,049 artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Evi Rinata dan Gita Ayu Andayani (2018), menyatakan ada pengaruh yang signifikan antara pendidikan dengan kecemasan ibu hamil primigravida trimester III. Pendidikan dapat memiliki pengaruh yang penting terhadap suatu perilaku kesehatan ibu hamil, terutama terhadap ibu hamil primigravida trimester III dengan nilai $p= 0,002$ Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Handayani (2017), bahwa kemampuan seseorang dalam merespon kecemasan salah satunya dapat dipengaruhi oleh usia, dengan adanya mekanisme koping yang baik, maka dapat lebih banyak diterapkan oleh individu dengan usia dan pola pikir yang matang dibandingkan pada kelompok dengan umur yang lebih muda.

Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka seseorang tersebut akan semakin berkualitas dari segi pengetahuannya dan dapat semakin matang intelektualnya. Dengan adanya pendidikan tinggi dapat cenderung lebih memperhatikan kesehatan diri serta kesehatan keluarganya. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap proses serta kemampuan berfikir sehingga dapat mampu menangkap informasi-informasi baru dengan cepat (Hawari, 2016).

Eliminasi pandangan negatif ibu terhadap masalah hidup (kehamilan dan menantikan persalinan) dapat terjadi karena pendidikan. Pendidikan basis fundamental yang menunjang penyampaian dan penerimaan informasi yang selalu diperbaharui. Pendidikan juga dapat menanamkan pemahaman positif yang akan merubah konseptual kepribadian ibu. Mekanisme koping semakin konsisten terbentuk dan bermodifikasi akibat respon adaptif tepat terhadap kecemasan ibu. Akumulasi ilmu karena pendidikan dapat membentuk perilaku sehat (health behaviour) yang semakin menyejahterakan kesehatan fisiologis dan psikologis ibu. Kesehatan ibu menjamin konsistensi respon adaptif ibu terhadap kecemasan ibu (Notoatmodjo, 2016).

4. KESIMPULAN

Gambaran ibu bersalin dengan keadaan fisik yang baik sebanyak 80% pada kelompok kontrol dan 73,2% pada kelompok intervensi, ibu bersalin dengan paritas primigravida pada kelompok kontrol sebanyak 66,7% sedangkan pada kelompok intervensi dengan paritas multigravida sebanyak

53,3%, ibu bersalin dengan riwayat pemeriksaan kehamilan baik yaitu ≥ 4 kali kunjungan pada kedua kelompok sebanyak 73,3%, ibu bersalin dengan pendidikan SMA/D3/S1 pada kedua kelompok sebanyak 53,3%. Gambaran tingkat kecemasan ibu bersalin pada kelompok intervensi (kasus) dengan pemberian aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata pretest = 22,60 dan nilai rata-rata posttest = 19,80 Selanjutnya kecemasan ibu bersalin pada kelompok kontrol pemeriksaan diperoleh nilai rata-rata pretest = 23,13 dan nilai rata-rata posttest = 24,27. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian aromaterapi lavender dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T (Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,043). Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara keadaan fisik dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T (Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,043) Terdapat pengaruh yang paritas dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T (Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,043). Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara riwayat pemeriksaan kehamilan (ANC) dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T (Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,043). Terdapat pengaruh yang signifikan antara pendidikan dengan tingkat kecemasan Ibu Bersalin di PMB Ny. T Periode November 2022-Januari 2023 (Hasil uji statistik didapatkan nilai p value=0,043).

5. SARAN

Diharapkan dapat mencantumkan perhitungan waktu seberapa lama pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan responden lebih besar dan rentang waktu yang lebih lama dari penelitian ini, sehingga hasil yang didapat lebih akurat dan dapat dijadikan sebagai bahan referensi.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung dalam penyelesaian artikel ini terutama orang tua, pasangan, keluarga serta orang-orang terdekat kami, seluruh civitas akademika keluarga besar politeknik bhakti asih purwakarta dan segenap tim BEMJ yang telah mendorong dan mempercayakan serta menginisiasi terbitnya artikel ini. Semoga artikel ini dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya dan seluruh masyarakat Indonesia umumnya.

7. DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. 2013. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5), Fifth Edition. Washington DC: American Psychiatric Association Pub.
- Arwani., Sriningsih, I., & Hartono, R. (2013). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Operasi Dengan Anestesi Spinal Di RS Tugu Semarang. Prosiding Konferensi Nasional PPNI Jawa Tengah 2013.
- Asfiati, Nur. 2018. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Proses Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Tonia Induk Kabupaten Wakatobi. Skripsi S1 Keperawatan STIK 1ST Buton Baubah.

- Dewi, IGA. (2015). Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi. Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Jurnal Kesehatan. Volume 2 Nomor 1. Hal. 21-53.
- Diana. (2022). Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Mekarsari. Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat. ISSN 2623-1581.
- Handayani R. 2012. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan pada Ibu Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2012. Ners Jurnal Keperawatan. 11(1): 62-70.
- Hawari, D. 2016. Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta: Badan Penerbit FKUI
- Janiwarty. (2014). Pendidikan Psikologi Untuk Bidan Suatu Teori Dan Terapannya. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Litsmanasari A, Warsiti. 2013. Perbedaan Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Primigravida dan Multigravida Trimester III di Puskesmas Sanden Bantul. Stikes Aisyiyaj Yogyakarta.
- Maimunah S. 2009. Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Pertama. Jurnal Humanity. 5 (1): 61-67.
- Mirazanah, I. et al. (2021) ‘Pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu bersalin’, 7(4), pp. 785–792.
- Rohani. (2017). Asuhan Kebidanan pada Masa Persalinan. Jakarta: Salemba Medika. Rosyidah NN. 2017. Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di BPS Ny. Roidah, SST, M.Kes Desa Dlanggu Mojokerto. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan. pp: 81-86
- Said N, Kanine E, Bidjuni H. 2015. Hubungan Faktor Sosial Ekonomi Dengan Kecemasan Ibu Primigravida di Puskesmas Tuminting. Ejournal Keperawatan (e-Kep). 3(2): 1-8.
- Semiun, Y. (2017). Kesehatan Mental. Yogyakarta: Kanisius
- Sembiring, R. (2015). Faktor–Faktor Yang Memengaruhi Kecemasan Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Di Rumah Sakit Umum dr. Pirngadi Medan Tahun 2009 (Master's thesis).
- Siallagan, D., & Lestari, D. (2018). Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas Dan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang. Indonesian Journal of Midwifery (IJM), 1(2)
- Suliswati. (2015). Konsep Dasar Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC.
- Uripni. (2016). Komunikasi Kebidanan. Jakarta: EGC.
- Usman FR, Kundre RM, Onibala F. 2016. Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Dengan Kepatuhan Antenatal Care (ANC) Di Puskesmas Bahu Kota Manado. Ejournal Keperawatan (e-Kp). 4 (1): 1-7.
- Yamada K, Mimaki Y, Sashida Y, (2015). Effect Inhaling of the Vapor of Lavandula burnatii super-Derived Esensial Oil and Linalool on Plasma Adrenocorticotropin Hormone (ACTH), Catecholamine and Gonadotropin Level in Experimental Menopausal Female Rats. Pharmaceutical Society of Japan. Volume 28 Nomor 2. Hal. 1-18.
- Yonne Astria, Irma Nurbaeti, Catur Rosidati. (2009). “Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Poliklinik Kebidanan Dan Kandungan Rumah Sakit X Jakarta.” Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan 10(Xix):38–48