

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER
UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN IBU HAMIL
TRIMESTER III DALAM PERSIAPAN MENGHADAPI PERSALINAN DI
BIDAN PRAKTEK MANDIRI NURUSSYIFA KECAMATAN BUNISEURI
CIAMIS**

Nova Winda Setiati¹ Siti Sugih² Hidayat Wijayanegara³

Email korespondensi: novawindasetiati@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan informasi dari pihak Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis, diketahui bahwa dari 10 orang ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan sebanyak 8 orang merasakan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan. Hal ini menandakan bahwa masih banyaknya ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan yang mengalami kecemasan. Salah satu cara yang dianggap efektif dalam menurunkan kecemasan adalah dengan aromaterapi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pemberian aromaterapi untuk menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Rancangan penelitian eksperimen menggunakan model *quasi experiment* dengan bentuk *two-group pretest-posttest design*. Subjek pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis yang memenuhi kriteria inklusi dan bersedia ikut serta dalam penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan. Pemilihan subjek penelitian dilakukan dengan cara *purposive random sampling* yaitu dengan mengambil setiap subjek penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sesuai kedatangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi dapat menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan terbukti bahwa hasil uji diperoleh nilai sebesar 3,494 dengan signifikansi sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ yang berarti pemberian aromaterapi dapat menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan. Hasil uji statistik diperoleh nilai efektivitas sebesar 1,52. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender lebih efektif daripada yang tidak diberikan aromaterapi dalam menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan.

Kata Kunci : Efektifitas, Aromaterapi, Kecemasan, Ibu Hamil TM III, Persiapan Persalinan

Diterima: 2 Januari 2019

Direview: 10 Januari 2019

Diterbitkan: 1 Februari 2019

**EFFECTIVENESS OF LAVENDER AROMATHERAPY
TO REDUCE PREGNANT WOMEN ANXIETY
TRIMESTER III IN PREPARATION FOR FACILITIES IN PRACTICE
NURUSSYIFA KECAMATAN BUNISEURI CIAMIS**

Nova Winda Setiati¹ Siti Sugih² Hidayat Wijayanegara³

ABSTRACT

Based on information from the Independent Nurussyifa Midwife Practitioner in Buniseuri Ciamis Subdistrict, Seeing from 10 pregnant women in the third trimester in preparation for childbirth. This indicates what is still in the third trimester of pregnant women in preparation for the ongoing labor. One way that is considered effective in eliminating prospects is by aromatherapy. This study aims to analyze data for pregnancy in third trimester pregnant women in preparation for childbirth. The type of research in this study is experimental research. The experimental research design used a quasi-experimental model with a two-group pretest-posttest design. Subjects in this study were all pregnant women in the third trimester in the Mandiri Nurussyifa Practice Midwife in Buniseuri Ciamis Subdistrict who met the inclusion criteria and were willing to participate in the research with the urgomes of consent. The selection of research subjects was done by simple random sampling, namely by taking each research subject who met the inclusion and exclusion criteria according to arrival. The results showed that authorization can reduce the number of third trimester pregnant women in labor

preparation as evidenced by the results of the acquisition test of 3.494 with a significance of 0.000. This shows that the value of $p < 0.05$ which means that administration can reduce the level of third trimester pregnant women in preparation for childbirth. The results of statistical tests obtained an effective value of 1.52. This shows that the administration of lavender aromatherapy is more effective which cannot be used in reducing the risk of third trimester pregnant women in preparation for childbirth.

Keywords: *Effectiveness, Aromatherapy, Anxiety, Pregnant Women TM III, Childbirth Preparation*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu anugerah, khususnya bagi seorang wanita, yang tengah mendambakan kehadiran buah hati dari pernikahan. Kehamilan yang terjadi pada seorang ibu akan mendatangkan berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Perubahan fisik, pada ibu yang hamil normal, seperti perut semakin besar seiring dengan pertumbuhan janin yang dapat menyebabkan seorang ibu cepat merasa lelah, sakit pinggang, kaki bengkak, dan berbagai keluhan lainnya yang dapat mengurangi aktivitas seorang ibu hamil dalam menjalankan aktivitas kesehariannya. Dilihat dari segi psikis, berbagai perasaan yang bercampur akan dialami oleh ibu hamil, seperti senang akan melahirkan seorang bayi, sedih merasakan rasa nyeri, hingga cemas, yang akan mencapai klimaks pada saat menghadapi persalinan.

Primigravida trimester III merupakan kehamilan pertama dengan usia kehamilan 27-40 minggu, masa ini merupakan masayang lebih berorientasi pada realitas untuk menjadi orang tua yang menanti kelahiran anak dimana ikatan antara orang tua dan janin yang berkembang pada trimester ini. Pada

trimester III ini, banyak sekali terjadi perubahan anatomi dan fisiologi, dan jugapada kehamilan trimester ini sering kali terjadinya tanda bahaya yang terjadi pada ibu. Apabila seorang ibu, yang telah cukup gambaran tingkat pengetahuannya tidak akan cemas untuk menghadapi terjadinya perubahan-perubahan selama masa kehamilan dan melahirkan.

Kecemasan pada ibu hamil dapat terjadi karena masa yang lama saat menanti kelahiran dengan penuh ketidakpastian dan juga bayangan tentang hal-hal yang menakutkan saat proses persalinan. Beban psikologi pada seorang wanita hamil, lebih banyak terjadi pada umur kehamilan trimester III.¹ Pada saat timbul kecemasan seorang individu akan melakukan mekanisme pertahanan diri seperti regresi, depresi, rasionalisasi, menarik diri, proyeksi, identifikasi, dan sebagainya, dengan harapan individu yang bersangkutan akan merasa terbebas dari segala perasaan cemas.

Kecemasan dan kekhawatiran ibu hamil apabila tidak ditangani dengan serius akan membawa dampak dan pengaruh terhadap fisik dan psikis baik ibu maupun janinnya. Faktor yang memengaruhi kecemasan pada ibu hamil diantaranya faktor psikologis, dimana

adanya rasa cemas yang disebabkan oleh beberapa ketakutan. Takut akan peningkatan nyeri, takut akan kerusakan atau kelainan bentuk tubuh seperti episiotomi, ruptur, jahitan atau seksio sesaria. Faktor psikis dalam menghadapi persalinan merupakan faktor yang sangat penting mempengaruhi lancar tidaknya proses persalinan.²

Prevalensi tingkat kecemasan wanita hamil trimester III di Portugal 18,2%, Banglades 29%. Sedangkan kejadian kecemasan dan atau depresi di Hongkong 54%, dan Pakistan sebesar 70%. Di Indonesia terdapat 373.000.000 orang ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000.000 orang (28,7%). Seluruh populasi di Pulau Jawa terdapat 679.765 ibu hamil yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan 355.873 orang (52,3%).³ Kejadian kecemasan ibu hamil trimester III di Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis sebanyak 45, 66% sedangkan di RSUD Ciamis diperoleh data, primigravida mayoritas berada pada tingkat kecemasan berat(46,7%), dan multigravida mayoritas berada pada tingkat kecemasan sedang(72.3%).

Berkaitan dengan ibu hamil, sebanyak 80% mengalami gangguan kecemasan.⁴ Apabila terjadi kesalahan dalam melakukan mekanisme pertahanan diri tersebut, sangat dikhawatirkan dapat berpengaruh pada janin yang sedang dikandungnya. Hasil penelitian Kinsella *et.al.*, menyimpulkan bahwa kesehatan

psikologis seorang ibu hamil dapat berpengaruh terhadap janin.⁵ Selain itu, hasil penelitian Bastard dan Tiran, menyimpulkan bahwa kecemasan pada ibu hamil dapat memengaruhi perkembangan janin dan mungkin memiliki efek jangka panjang pada perkembangan psikologis anak.⁶ Oleh sebab itu, diperlukan suatu metode atau cara aman yang dapat digunakan bagi ibu hamil dalam upaya menekan atau meminimalisir perasaan cemas, khususnya pada saat menghadapi persalinan. Salah satu cara yang dipercaya dan telah terbukti dapat meminimalisir tingkat kecemasan pada seseorang adalah dengan aromaterapi.⁷ Selain dengan aromaterapi, terapi yang dapat dilakukan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada seseorang yaitu dengan pendekatan psikofarmaka dan psikoterapi. Psikofarmaka dilakukan dengan memberikan fluoksetin 1 x 10 mg dan/atau alprazolam 2 x 0,25 mg, sedangkan pendekatan psikoterapi dapat dilakukan dengan terapi perilaku dan kognitif.⁸ Pemberian terapi baik berupa dengan pendekatan psikofarmaka maupun psikoterapi diharapkan dapat menimbulkan perasaan tenang sehingga individu yang mengalami kecemasan akan lebih rileks.

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu, apakah pemberian aromaterapi lavender efektif untuk menurunkan kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan di Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis?

METODE PENGUKURAN

VARIABEL

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Rancangan penelitian eksperimen menggunakan model *quasi experiment* dengan bentuk *two-group pretest-posttest design*. Alat ukur kecemasan menggunakan kuesioner baku dari STAI (*Spielberger State-Trait Anxiety Inventory*), sedangkan pemberian aroma terapi lavender menggunakan metode inhalasi selama 3-5 menit.

Pada penelitian ini yang menjadi populasi target adalah ibuhamil trimester III yang mengalami kecemasan di Bidan Praktek Mandiri Nurrusyifa Buniseuri Ciamis. Populasiterjangkauadalahibuhamil trimester III yang mengalami kecemasan di Bidan Praktik Mandiri Nurrusyifa Buniseuri Ciamis pada Oktober-Desember 2017, sebanyak 67 orang. Sampel yang digunakan dipilih dengan cara *purposive random sampling*, dari 67 orang diambil sebanyak 40 orang yang dijadikan responden penelitian.

Analisis data dilakukan melalui dua tahapan yaitu analisis univariat dan

analisis bivariat. Analisis univariat merupakan analisis deskriptif terhadap semua variabel dengan menghitung statistik dari setiap variabel. Analisis bivariat merupakan Pengujian hipotesis Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Persiapan Menghadapi Persalinan di Bidan Praktek Mandiri Nurrusyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis, analisis dilakukan berdasarkan nilai awal pada kedua kelompok. Apabila kedua kelompok tersebut memiliki nilai awal yang sama/ homogen, maka analisis dilakukan pada nilai akhir yaitu nilai rerata, simpangan baku dan uji t jika data terdistribusi normal. Uji efektifitas dengan menggunakan rumus N-Gain.

HASIL

Uji statistik kecemasan pada responden diperoleh hasil sebagai berikut :

Uji Normalitas Data

Uji normalitas data pada penelitian ini menggunakan uji Z-skewness terhadap data pre test dan post test pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Tabel 4.7 Uji Normalitas Data

No	Statistik	Z-Skewness	Z	Ambang Batas	Keterangan
1	Pre Test Kelompok perlakuan	,176	0,321	1.96	Normal
2	Post Test Kelompok perlakuan	,512	0,935	1.96	Normal
3	Pre Test Kelompok Kontrol	,538	0,982	1.96	Normal
4	Post Test Kelompok Kontrol	,512	0,935	1.96	Normal

Berdasarkan tabel 4.7, seluruh data pre test dan post test pada kelompok

intervensi dan kelompok kontrol memiliki distribusi normal sehingga pengujian dilanjutkan dengan menggunakan uji t.

Tabel 4.8 Uji Perbedaan tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Statistik	Kelompok Kontrol Post Test	Kelompok intervensi Post Test	ρ_{value}
Mean	5,45	4,75	0,003
SD	0,825	1,118	
t_{hitung}	3,494		

Berdasarkan tabel 4.8 tersebut diketahui bahwa adanya perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III antara kelompok kontrol dengan kelompok perlakuan hal ini dibuktikan nilai mean hasil pretest pada kelompok kontrol sebesar 5,45 namun nilai mean hasil post test pada kelompok perlakuan sebesar 4,75. Hal ini diperkuat dengan hasil uji t diperoleh t hitung 3,494. Selanjutnya

berdasarkan hasil perhitungan tingkat signifikansi menunjukkan bahwa nilai $\rho_{value} < 0,05$ yang berarti adanya perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Uji EfektivitasKelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Efektivitasaroma terapislavender pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 4.9 Uji EfektivitasPenurunan kecemasanKelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol pada Ibu Hamil Trimester III

Variabel	Statistik	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol	Efektifitas
Kecemasan	N-Gain	6,31	4,16	1,52

Berdasarkan tabel 4.9, selisih rata-rata skala kecemasan pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan selisih rata-rata skala kecemasan pada kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan. Pemberian aroma terapi lavender lebih efektif 1,52 menurunkan skala kecemasan dibandingkan dengan tanpa memberikan aroma terapi pada ibu hamil trimester III.

Berdasarkan hasil penelitian pemberian aromaterapi dapat menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan terbukti bahwa hasil uji t diperoleh nilai t hitungsebesar 3,494 dengan signifikansi sebesar 0,003. Hal ini menunjukkan bahwa nilai $\rho < 0,05$ yang berarti pemberian aromaterapi dapat menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan. Hasil uji statistik diperoleh nilai efektivitas sebesar 1,52. Hal ini menunjukkan

PEMBAHASAN

bahwapemberian aromaterapi lavender lebih efektif dari pada yang tidak diberikan aromaterapi dalam menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lebih rendah apabila dibandingkan sebelum diberi aromaterapi lavender, hal ini terjadi karena terapi dengan menggunakan minyak essential lavender dapat membantu membangkitkan semangat dan menyegarkan. Pemberian aromaterapi lavender efektif menurunkan kecemasan persalinan. Aromaterapi mempunyai beberapa molekul yang dilepaskan keudara sebagai uap air. Ketika uap air yang mengandung komponen kimia tersebut hirup, akan diserap tubuh melalui hidung dan paru-paru yang kemudian masuk kealiran darah. Bersamaan saat dihirup, uap air akan berjalan dengan segera ke sistem limbik otak yang bertanggungjawab dalam sistem integrasi dan ekspresi perasaan, belajar, ingatan, emosi, serta rangsangan fisik.⁵³ Minyak esensial lavender sangat efektif dan bermanfaat saat dihirup atau digunakan pada bagian luar, karena indra penciuman berhubungan dekat dengan emosi manusia. Saat aroma dari minyak esensial lavender dihirup, tubuh akan memberikan respon psikologis.⁵⁴

Aromaterapi dapat mempengaruhi sistem limbik di otak yang merupakan pusat emosi, suasana hati atau

mood, dan memori untuk menghasilkan bahan neurohormon endorphen dan encephalin, yang bersifat sebagai penghilang rasa sakitdan serotonin yang berefek menghilangkan ketegangan atau stres serta kecemasan menghadapi persalinan.⁵⁵ Hasil dari penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan di Bidan Praktek Swasta Polokarto pada ibu yang sedang mengalami persalinan. Penelitian ini membandingkan antara kelompok yang diberi aromaterapi lavender dengan yang tidak diberi aromaterapi lavender. Hasilnya, kelompok yang diberi aromaterapi lavender selama persalinan kecemasannya turun sebesar 2,28. Minyak essential lavender dapat bermanfaat dalam mengurangi kecemasan.⁵⁶

Lavender mempunyai efek menenangkan. Aroma lavender dapat memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan dan keyakinan.⁵⁷ Disamping itu, lavender juga dapat mengurangi rasa tertekan, stres, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, hysteria, rasa frustasi dan kepanikan.⁵⁸

Sebuah studi yang dilakukan di 87 rumah bersalin di New Zealand, bahwa sebanyak 60% dari rumah bersalin yang diteliti menggunakan aromaterapi untuk mengurangi rasa kecemasan selama persalinan.⁵⁹ Hal ini diperkuat oleh peneliti lain bahwa penggunaan aromaterapi di unit maternitas dapat menambah kepuasan ibu saat melahirkan dan proses persalinan menjadi lebih efektif. Sebuah studi mengungkapkan bahwa keuntungan

penggunaan aromaterapi secara psikologi antara lain dapat menurunkan tingkat kecemasan. Secara imunologi aromaterapi dapat meningkatkan limfosit pada pembuluh darah perifer, meningkatkan CD 8 dan CD1 6 yang berperan dalam imunitas.⁶⁰

Penggunaan aromaterapi mempunyai efek menenangkan jiwa sehingga dapat mengurangi stress. Pernyataan tersebut bertentangan dengan penelitian lain yang telah dilakukan bahwa pemberian aromaterapi tidak memiliki pengaruh terhadap tingkat stress mahasiswa jurusan psikologi dalam mengikuti kuliah statistik II.⁶¹

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan setelah diberi aromaterapi lavender. Rasa cemas ini bisa dipengaruhi oleh arti cemas yang dirasakan seseorang, persepsi cemas, dan reaksi cemas yang merupakan respon seseorang terhadap cemas seperti ketakutan, gelisah, menangis dan menjerit dan dapat juga dipengaruhi oleh kondisi sosial dan letak daerah. Kecemasan ini dapat diatasi dengan menggunakan aromaterapi lavender. Pasien yang mendapatkan aromaterapi ini akan merasa tenang, nyaman, rileks, puas dan akan lebih dekat dengan petugas kesehatan yang melayani sehingga secara tidak langsung hal ini bisa mengurangi tingkat cemas yang dirasakan.

SIMPULAN

Pemberian aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan ibu

hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan. Hal ini dibuktikan dengan pemberian aromaterapi lavender lebih efektif 1,52 menurunkan skala kecemasan dibandingkan dengan tanpa memberikan aromaterapi pada ibu hamil trimester III. Yang diperoleh dari rata-rata skala kecemasan pada kelompok intervensi sebesar, 6,31 dan rata-rata skala kecemasan pada kelompok kontrol sebesar 4,16 sehingga terdapat selisih efektif sebesar 1,52.

SARAN

Bagi institusi pelayanan kesehatan, dapat dijadikan bahan masukan bagi Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis bahwa kombinasi pemberian aromaterapi lavender dapat dijadikan SOP dalam asuhan kebidanan secara komprehensif pada ibu Hamil Trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan khususnya untuk menurunkan kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Wahyuni S. *Kecemasan Menjalani Kehamilan Anak Pertama*. Sinopsis Obstetri. Jakarta: EGC; 2005.
- Lestari D. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan*, Jakarta : Salemba Medika; 2005.
- Dewi A.R. *Studi Deskriptif Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida*, Jakarta: Rieneka Cipta; 2009

- Zhuwairia Z. *Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil*, Jakarta:Rieneka Cipta; 2009.
- Amalia Titian. *Kecemasan Ibu Menanti Persalinan*. Jakarta. Titian Amalia; 2009.
- Kinsella MT, dan Monk C. *Impact of Maternal Stress, Depression & Anxiety on Fetal Neurobehavioral Development*. Clin Obstet Gynecol, 2009; 52 (3).
- Bastard Jdan Tiran D. *Aromatherapy and Massage for Antenatal Anxiety: Its Effect on the Fetus*. Complementary Therapies in Clinical Practice, 2006; 12.
- Luo T, Huang M, Xia H, dan Zeng Y. *Aromatherapy for Laboring Women: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials*. Open Journal of Nursing, 2014; 4.
- Igarashi T. *Physical and Psychologic Effects of Aromatherapy Inhalation on Pregnant Women: A Randomized Controlled Trial*. The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 2013; 19 (10).
- Burns EE, Blamey C, Ersser SJ, Barnetson L, dan Lloyd AJ. *An Investigation into the Use of Aromatherapy in Intrapartum Midwifery Practice*. The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 2000; 6 (2).
- Suprijati. *Efektivitas Pemberian Aromaterapi Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Persiapan Menghadapi Persalinan di Bidan Praktek Mandiri Suprijati Desa Bagi Kecamatan/Kabupaten Madiun*. Jurnal Delima Harapan, 2014; 2 (1).
- Dewi BK. *Manfaat Aromaterapi untuk Ibu Hamil*. 14 Mei 2015, 15:05 WIB. [homepage on the Internet]. c2015 [update 2015, May 14; cited 2017 Sept 03]. Available from: <http://lifestyle.kompas.com/read/2015/05/14/150500123/Manfaat.Aromaterapi.untuk.Ibu.Hamil#>.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 97 Tahun 2014 *Tentang Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, Dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, Serta Pelayanan Kesehatan Seksual*.
- Prawirohardjo S. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2009.
- Yanti dan Eko N. *Etika Profesi dan Hukum Kebidanan*. Yogyakarta : Pustaka Rihama; 2010.
- Asrinah. *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2010.

- Dewi dkk. *Asuhan Kehamilan untuk kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika; 2012.
- Jannah Nurul. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan :Kehamilan*. Yogyakarta: CV Andi OF SET; 2012.
- SulityawatiAri. *Asuhan kebidanan Pada Masa kehamilan*. Jakarta: Salemba Mediaka; 2012.
- Astuti Maya. *Buku Pintar Kehamilan*. Jakarta: EGC; 2010.
- Dewi Sunarsih. *Asuhan Kehamilan untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
- Sujiyatini. *Asuhan Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2010.
- Naviri T. *Buku Pintar Ibu Hamil*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo; 2012.
- Sinsin I. *Masa Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta: PT. Elex MediaKomputindo; 2008.
- Wahyuni S. *Kecemasan Menjalani Kehamilan Anak Pertama*. Sinopsis Obstetri. Jakarta: EGC; 2005
- Hawari D. *Manajemen stres, cemas, dan depresi*, Jakarta: Gaya Baru; 2006.
- Sukma D. *Tanda-tanda Bahaya Pada Ibu Hamil Trimester III*. Surabaya: Gramata Publishing; 2008.
- Bayu I. D. *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti Paradigma Baru Dalam Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Sagung Seto; 2013.
- RohmahN. *Pendidikan Prenatal Upaya Promosi Kesehatan bagi Ibu Hamil*. Jakarta: Gramata Publishing; 2009.
- Nuryanto. *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Kelahiran Anak Pertama Pada Masa Triwulan Ketiga*: Jurnal STIKES Payung Negeri; 2009.
- Dalami Ermawati. *Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Psikososial*; 2009
- Yosep I. *Keperawatan Jiwa*. Bandung: PT RefikaAditama; 2009.
- Asrinah, Putri Shinta Siswoyo, Sulistyorini Dewi dan Sari Dian Nirmala, *Asuhan Kebidanan Masa Persalinan*, Yogyakarta, Graha Ilmu; 2010.
- Hani, Umami, Kusbandiyah Jiarti, Marjatidan Yulifah Rita. *Asuhan kebidanan pada Kehamilan Fisiologis*, Jakarta, Salemba Medika; 2011.
- Jaelani. *Aromaterapi*. Jakarta: Pustaka Populer Obor; 2009.
- Nuraini D. *Aneka Manfaat Bunga Untuk Kesehatan*. Yogyakarta: Gaya Media; 2014.
- Arief Hariana. *Tumbuhan Obat dan Khasiatnya*. Jakarta: Penebar Swadaya, 2009.
- Poerwadi Rina. *Aromaterapi Sahabat Calon Ibu*. Jakarta: Dian Rakyat, 2006.
- Arwani, Sriningsih Iis, Hartono, Rodhi. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Operasi Dengan*

- Anestesi Spinal Di Rs Tugu Semarang.* 2013. Prosiding Konferensi Nasional PPNI JawaTengah 2013 (Pp. 83-87). Semarang: Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.
- Dewi dan Prima. *Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi.* Semarang: Bagian Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, 2011.
- Muchtaridi. *Tinjauan Aktivitas Farmakologi Aromaterapi.* Farmaka Vol. 1 No. 1 April 2003, 6-16, 2003.
- Sharma S. *Aromaterapi.* Tangerang: Kharisma Publishing Group; 2009.
- Indrati Dina DS. *Efektitas Terapi Aroma Terhadap Penurunan Kecemasan dan Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Kala I.* Jurnal FIK UI. 2009.
- Koensomardiyah. *A-Z Aroma terapi Untuk Kesehatan, Kebugara, dan Kecantikan.* Ed 1. Yogyakarta : Andi; 2009.
- Rohani. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Persalinan.* Salemba Medika: Jakarta ; 2012.
- Sondakh J.S. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi baru Lahir.* Erlangga: Jakarta; 2013
- Sulistyawati Ari. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan.* Salemba Medika: Jakarta; 2010.
- Prawirohardjo, S. *Ilmu Kebidanan.* Jakarta: Pt. Bina Pustaka; 2011.
- Manuaba. *Ilmu Kebidanan, Kandungan dan KB.* Jakarta: EGC. 2008.
- Sumarah. *Perawatan Ibu Bersalin: Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin.* Jogjakarta: Fitramaya. 2009.
- Ikatan Bidan Indonesia. *Bidan Menyongsong Masa Depan: 50 Tahun Ikatan Bidan Indonesia.* Jakarta :Pengurus Pusat IBI. 2004.
- IkatanBidan Indonesia. 2014. *Surat Edaran Nomor 17/SE/PPIBI/II/2014 tentang pelayanan Kebidanan di Era Jaminan Kesehatan Nasional (JKN)* Kementerian Kesehatan RI, 2011.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor. 2562/MENKES/PER/XII/2011 tentang Petunjuk Teknis Jaminan Persalinan, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI, 2010. Permenkes RI Nomor 1464/MENKES/PER/X/ 2010 tentang izin dan penyelenggaraan praktik bidan, Jakarta.
- DewiSunarsih. *Asuhan Kehamilan untuk Kebidanan.* Jakarta: Salemba Medika; 2011.
- Hanidkk. *AsuhanKebidananpadaKehamilan Fisiologis.* Jakarta: SalembaMedika; 2010.
- Karlina SD, Reksokusodo S, dan Widayati A. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender secara Inhalasi terhadap Penurunan*

- Intensitas Nyeri Persalinan Karanganyar. Skripsi, Stikes
Fisiologis pada Primipara Inpartu Kusuma Husada, Surakarta; 2014.*
- Kala Satu Fase Aktif di BPM Sugiyono. Metode Penelitian
"Fetty Fathiyah" Kota Mataram, Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D.
Majalah Kesehatan Fakultas Bandung: Alfabeta; 2011.*
- Kedokteran, 2015; 2 (2). Nursalam. Manajemen Keperawatan
Wahyuningsih M. Efektifitas Aromaterapi Aplikasi dalam Praktik
Lavender (Lavandula Keperawatan Profesional. Jakarta:
Angustifolia) dan Massage Penerbit Salemba Medika; 2014.*
- Effleurage terhadap Tingkat Nyeri Arikunto, S. Metodologi Penelitian
Persalinan Kala I Fase Aktif pada kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta;
Primigravida di BPS Utami dan 2010.*
- Ruang PONEK RSUD*