

**AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL
DENGAN HIPERTENSI****Wasis Pujiati^{1*}, Hotmaria Julia Dolok Saribu²**¹⁻² Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

Email Korespondensi: wasispujiati82@gmail.com

Disubmit: 27 Mei 2022

Diterima: 24 Juni 2022

Diterbitkan: 01 September 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i9.6814>**ABSTRACT**

Hypertension in pregnant women has an impact on incomplete fetal growth, premature birth, low birth weight, and even maternal and infant mortality. Pregnant women with hypertension who have anxiety will have an impact on the fetus they contain. Anxiety is a form of psychological change which, if it persists, can cause stress to depression. To find out whether lavender aromatherapy can reduce anxiety in pregnant women with hypertension. This study used a true experimental design, randomized pretest posttest design, with one treatment group. Anxiety pregnant women with hypertension are given lavender aromatherapy which aims to reduce anxiety until labor begins. The research sample amounted to 30 respondents and the sample was taken by quota sampling. The data collection tool is an anxiety questionnaire from the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). With the Wilcoxon test, a p value of 0.000 was obtained, which means that there is an effect of lavender aromatherapy in reducing anxiety for pregnant women with hypertension, this is because aromatherapy is able to relax the brain. For this reason, it is recommended that pregnant women with hypertension use lavender aromatherapy to help reduce the anxiety they experience.

Keywords: Lavender, Anxiety, Pregnancy Hypertension

ABSTRAK

Hipertensi pada ibu hamil berdampak terhadap pertumbuhan janin yang tidak sempurna, prematur, lahir dengan berat rendah, bahkan kematian ibu dan bayi. Ibu hamil dengan hipertensi yang memiliki rasa cemas, akan berdampak pada janin yang dikandungnya. Kecemasan adalah salah satu bentuk perubahan psikologis yang apabila berlangsung terus menerus dapat menyebabkan stress hingga depresi. Diketuinya apakah aromaterapi lavender mampu menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan hipertensi. Penelitian ini menggunakan desain true experimental, rancangan randomized pretest posttest design, dengan satu kelompok perlakuan. Kecemasan ibu hamil dengan hipertensi di berikan aromaterapi lavender yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan sampai persalinan dimulai. Sampel penelitian berjumlah 30 responden dan sampel diambil secara kuota sampling. Alat pengumpul data adalah kuesioner kecemasan dari HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Dengan uji Wilcoxon di dapatkan hasil p value sebesar 0,000 artinya ada pengaruh aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan ibu hamil dengan hipertensi, hal ini dikarenakan aromaterapi mampu

merileksasikan otak. Untuk itu disarankan ibu hamil dengan hipertensi menggunakan aromaterapi lavender untuk membantu menurunkan kecemasan yang dialaminya.

Kata Kunci: Lavender, Kecemasan, Hipertensi Kehamilan.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses berkesinambungan yang dimulai dari ovulasi, konsepsi, nidasi, implantasi dan perkembangan embrio di dalam uterus hingga aterm. Setiap proses dalam kehamilan merupakan kondisi krisis yang memerlukan adaptasi psikologis dan fisiologis terhadap pengaruh hormon kehamilan dan tekanan mekanis akibat pembesaran uterus dan jaringan lain (Bobak, Lowdermik & Jensen, 2010).

Kecemasan pada kehamilan merupakan reaksi emosional yang terjadi pada ibu hamil terkait dengan kekhawatiran ibu dengan kesejahteraan diri dan janinnya, keberlangsungan kehamilan, persalinan, masa setelah persalinan dan ketika telah berperan menjadi ibu (Schetter & Tanner, 2012). Kecemasan ditandai dengan gejala fisik, seperti: kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung. Gejala behavior seperti berperilaku menghindar dan terguncang, serta gejala kognitif seperti: khawatir, ketakutan terhadap sesuatu yang dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk, sulit berkonsentrasi. Berdasarkan gejala tersebut, kecemasan dikelompokkan menjadi kecemasan ringan, sedang, berat dan panik (Resmani Asih, 2014). Depresi dan

kecemasan pada awal kehamilan berhubungan dengan resiko preeklamsia. Preeklamsia merupakan komplikasi utama dalam kehamilan, etiologi komplikasi ini sebagian besar tidak diketahui (Kurki, 2010). Hipertensi merupakan penyakit yang berbahaya, terutama apabila terjadi pada wanita yang sedang hamil. Hal ini dapat menyebabkan kematian bagi ibu dan bayi yang akan dilahirkan. Karena tidak bergejala atau tanda khas sebagai peringatan dini. Hipertensi dalam kehamilan atau yang disebut dengan preeklampsia, kejadiannya 12% dari kematian ibu di seluruh dunia. Kemenkes tahun 2013 menyatakan bahwa hipertensi meningkatkan angka kematian dan kesakitan pada ibu hamil (Kemenkes, 2014).

Hipertensi dalam kehamilan merupakan kelainan vaskuler yang terjadi sebelum kehamilan atau selama kehamilan atau pada permulaan nifas (Prawiroharjo, 2014). Dampak hipertensi dalam kehamilan dapat mempengaruhi kerja ginjal berakibat terjadinya protein urine. Apabila seorang ibu hamil mengalami hipertensi dan protein urine diagnosa berubah menjadi pre eklamsia, bahkan menjadi eklampsia. Salah satu penyebab kematian ibu adalah eklampsia dampak, terhadap ibu dan janin sangat merugikan. Pengendalian hipertensi belum menunjukkan hasil yang memuaskan. Hipertensi pada ibu hamil, dilakukan ANC terpadu, perencanaan persalinan di rumah

sakit dan pengobatan farmakologi dengan baik (Prawiroharjo, 2014). Hipertensi dalam kehamilan adalah adanya tekanan darah 140/90 mmHg atau lebih setelah kehamilan 20 minggu pada wanita yang sebelumnya normotensif, atau kenaikan tekanan sistolik 30 mmHg dan atau tekanan diastolik 15 mmHg di atas nilai normal (Indriani, 2013).

Hipertensi kehamilan adalah salah satu penyebab kesakitan dan kematian diseluruh dunia baik bagi ibu maupun janin. Secara global, 80% kematian ibu hamil yang tergolong dalam penyebab kematian ibu secara langsung, yaitu disebabkan karena terjadinya pendarahan (25%) biasanya pendarahan pasca persalinan, hipertensi pada ibu hamil (12%), partus macet (8%), aborsi (13%) dan karena sebab lainnya (7%) (WHO, 2015). Pada penelitian yang dilakukan oleh Riset Kesehatan Dasar tentang prevalensi hipertensi dalam kehamilan di Indonesia, mencatat bahwa ditemukan sebanyak 8.341 kasus (1,51%) ibu hamil dari semua sampel perempuan yang berusia 15-54 tahun. Didapatkan prevalensi hipertensi pada ibu hamil sebesar 1.062 kasus (12,7%). Dari 1062 kasus ibu hamil dengan hipertensi, ditemukan 125 kasus (11,8%) yang pernah didiagnosis menderita hipertensi oleh petugas kesehatan (Sirait dan Ana Maria, 2012).

Salah satu upaya yang dilakukan dalam mengurangi kecemasan adalah dengan pemberian aromaterapi. Teknik aromaterapi merupakan terapi atau pengobatan dengan menggunakan bau-bauan yang berasal dari tumbuhan, pohon, yang berbau harum dan enak yang sering di gabungkan dengan sentuhan terkendali secara esensial sehingga menimbulkan

efek yang menenangkan dengan sifat terapeutik (Dewi, 2012).

Ibu hamil yang mengalami kecemasan dan stres dapat mengakibatkan tekanan darahnya naik. Hipertensi pada ibu hamil termasuk preeklampsia dapat menyebabkan bayi yang dilahirkan memiliki berat lahir rendah, bahkan kematian. Janin dalam rahim dapat merespon apa yang sedang dirasakan ibunya, seperti detak jantung ibu, semakin cepat detak jantung ibu, semakin cepat pula pergerakan janin dalam rahim. Ibu hamil yang mengalami kecemasan dapat meningkatkan detak jantung, dan ibu hamil yang hipertensi memiliki rasa cemas karena senantiasa berfikir tentang kelangsungan kehidupan janin hingga masa persalinan (Alder, 2007).

KAJIAN PUSTAKA

Hipertensi pada kehamilan sering terjadi dan merupakan penyebab utama kematian ibu melahirkan, serta memiliki efek serius lainnya saat melahirkan. Hipertensi pada kehamilan terjadi pada 5% dari semua kehamilan (Karthikeyan, 2015). Di Amerika Serikat angka kejadian kehamilan dengan hipertensi mencapai 2 6-10 %, dimana terdapat 4 juta wanita hamil dan diperkirakan 240.000 disertai hipertensi setiap tahun. Hipertensi merupakan faktor risiko stroke dan insidennya meningkat pada kehamilan dimana 15% kematian ibu hamil di Amerika disebabkan oleh pendarahan intraserebral (Malha et al., 2018).

Penatalaksanaan hipertensi pada ibu hamil seringkali dilakukan secara farmakologis atau terapi obat. Terdapat 2 cara mengatasi hipertensi yang dapat dilakukan yaitu secara farmakologi dan non

farmakologi. Beberapa jenis penanganan non farmakologi yang dapat dilakukan adalah akupresur (akupuntur tanpa jarum), terapi herbal, terapi jus, pijat (massage), yoga, aromaterapi, pernafasan dan relaksasi, meditasi, hypnosis dan perawatan dirumah. (Ritu Jain, 2011).

Aromaterapi merupakan pemberian minyak esensial melalui pemijatan, salep topikal atau lotion, mandi inhalasi *douches* (digunakan untuk memasukkan aliran dalam tubuh untuk alasan medis), kompres (panas atau dingin) untuk menenangkan dan menurunkan nyeri, dan meningkatkan relaksasi dan rasa nyaman (Bulechek, 2013). Berbagai minyak esensial digunakan untuk aromaterapi, seperti melissa, eucalyptus dan lavender. Minyak tersebut bersifat rileksasi, mengurangi nyeri, stres, dan meningkatkan kesehatan (Apay et al, 2012). Minyak esensial yang umum digunakan untuk manajemen nyeri adalah Chamomile, Clary Sage, Fennel, Geranium, Ginger, Lavender dan Neroli (Lawless, J, 2013).

Aromaterapi merupakan tindakan teraupetik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi seseorang menjadi lebih baik. Beberapa minyak esensial memiliki efek farmakologi yang unik seperti anti bakteri, anti virus, diuretik, vasodilator, penenang, dan perangsang adrenalin. Molekul dalam minyak esensial tersebut ketika dihirup melalui rongga hidung dapat merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik di otak merupakan area yang memengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenalin, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur

denyut jantung, tekanan darah, stres, keseimbangan tubuh dan pernafasan (Runiari, 2010). Linalool merupakan komponen lavender yang memiliki efek sebagai zat sedatif atau penenang dan biasa digunakan sebagai aromaterapi yang mempengaruhi sistem neuroendokrin tubuh yang berpengaruh terhadap pelepasan hormon dan neurotransmitter. Keadaan ini akan meningkatkan rasa nyaman pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah (Buckle, 2013).

Ibu hamil dengan hipertensi mempunyai kecemasan tinggi selama proses kehamilan, dikarenakan resiko yang besar yang akan dihadapi oleh dirinya maupun bayi yang dilahirkan. Kondisi tersebut akan bertambah sulit jika ibu hamil dengan hipertensi memiliki perasaan-perasaan yang mengancam seperti munculnya perasaan khawatir yang berlebihan, kecemasan dalam menghadapi kelahiran, Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada 10 orang ibu hamil di wilayah Puskesmas Batu 10, didapatkan hasil wawancara bahwa ibu sering mengeluh sakit kepala sebanyak 3 orang (30%), jantung berdegup kencang 1 orang (10%), keringat dingin 1 orang (10%), sulit tidur 2 (20%), nafsu makan berkurang 1 orang (10%), khawatir mengenai kondisi kesehatan dirinya sendiri dan janin sebanyak 2 orang (20%) dan mereka mengalami kecemasan apakah bayi yang akan dilahirkan normal atau tidak, dan berdasarkan wawancara ibu hamil dengan hipertensi tidak pernah menggunakan aromaterapi dalam bentuk apapun untuk menurunkan kecemasan. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik melakukan penelitian

menggunakan aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penulisan kuantitatif dengan desain quasi experiment dengan rancangan one group pretest posttest yaitu rancangan yang tidak ada kelompok perbandingan (control), tetapi sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya experiment (program) (Notoatmojo, 2012). Populasi dalam penelitian ini sejumlah 30 orang ibu hamil dengan hipertensi, dan sampel yang digunakan dalam

penelitian ini ada total sampling berjumlah 30 orang responden. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Batu 10 Tanjungpinang kepulauan Riau. Penelitian dilakukan pada Bulan Januari-April 2021. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon, dengan aplikasi perangkat lunak computer.

Ibu-ibu yang menderita hipertensi dalam kehamilan diukur tekanan darahnya, kemudian diberikan kuesioner HARS, dan berdasarkan pengisian kuesioner apabila mengalami kecemasan maka diberikan aromaterapi, yang penggunaan aromaterapi tersebut bisa di hirup-hirup ataupun di teteskan pada tisu, dan dicium aromanya. Sebelum dan setelah menghirup aromaterapi tersebut diukur tingkat kecemasannya.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Aromaterapi Lavender Berdasarkan Karakteristik Umur, Pendidikan dan Pekerjaan

Karakteristik	F	(%)
Umur		
▪ <20 Tahun	8	24,2
▪ 21-35 Tahun	12	36,4
▪ > 35 Tahun	10	30,3
Pendidikan		
▪ SD	10	33,3
▪ SMP	8	26,7
▪ SMA/SMK	9	30,3
▪ Penguruan Tinggi	3	10,0
Pekerjaan		
▪ Wirauswasta	10	33,3
▪ IRT	15	50,0
▪ Buruh	5	16,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1, tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi dapat dilihat bahwa karakteristik umur mayoritas responden 21-35 tahun sebanyak 12 responden (36,4%), umur <21 tahun

sebanyak 8 responden (24,2%). Pada karakteristik tingkat pendidikan, didapatkan data yaitu pada ibu hamil dengan hipertensi SD yang mengalami kecemasan dengan hipertensi sebanyak 10 responden (33,3%), SMA 9 responden (30,3%), SMP 8 responden (26,7%) dan 3 Penguruan Tinggi (10,0%).

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan, jumlah terbanyak yaitu didominasi oleh ibu hamil pekerjaan IRT 15 responden (50,0%), Wirausaha 10 responden (33,3%) dan buruh 5 responden (16,7%).

Tabel 2. Rata-Rata Tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan Kelompok Aromaterapi Lavender

Variabel	N	Median	Standar Deviasi
Pre Aromaterapi Lavender	30	3,00	,498
Post Aromaterapi Lavender	30	1,50	,509

Sumber : Data Primer, 2021-2022

Berdasarkan tabel 2 rata-rata tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah (3,00),

sesudah diberikan aromaterapi lavender adalah (1,50) dengan selisih tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan adalah 1,5.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Kecemasan ibu hamil dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan Aromaterapi Lavender

Variabel	N	Median	P-Value
Pre Aromaterapi Lavender	30	3,00	
Post Aromaterapi Lavender	30	1,50	,000

Sumber : Data Primer, 2021-2022

Berdasarkan tabel 3 hasil uji wilcoxon penurunan tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi yang diberikan aromaterapi lavender didapatkan hasil uji statistik nilai *P-value* =

0,000 (<0,05) artinya ada pengaruh signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi aromaterapi lavender pada ibu hamil dengan hipertensi.

PEMBAHASAN

Karakteristik usia, pendidikan, pekerjaan ibu hamil dengan hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa umur mayoritas responden 21-35 tahun sebanyak 12 responden (36,4). Pada tingkat

pendidikan mayoritas berpendidikan SD sebanyak 10 responden (33,3%),. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan adalah IRT sebanyak 15 responden (50,0%).

Menurut Ratnawati (2014), Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor usia muda lebih mudah mengalami stres dari pada usia tua. faktor umur yang masih muda dan pendidikan merupakan upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat. Marmi (2012), menegaskan bahwa umur termasuk faktor yang sangat berpengaruh dalam pencapaian peran wanita sebagai seorang ibu. Kehamilan yang terjadi pada usia reproduksi sehat tepat sesuai dengan perkembangan psikologi seorang wanita. Menurut (Gusti, 2012) usia muda dianggap beresiko bagi kehamilan, resiko kehamilan pada ibu hamil yang terlalu muda dan timbul merasa belum siap secara psikis maupun fisik. Secara psikis, umunya usia muda belum siap menjadi ibu. Secara fisik yang disebabkan beberapa faktor organ reproduksi remaja putri seperti rahim belum cukup matang untuk mengandung kehamilannya.

Faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Ahsan (2017), tingkat pendidikan yang rendah pada seseorang akan menyebabkan orang tersebut lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan mereka yang mempunyai status pendidikan tinggi. Menurut Majid, et al (2011) faktor pencetus yang dapat menyebabkan terjadinya kecemasan salah satunya adalah status pendidikan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka tingkat kecemasan cenderung semakin menurun dibandingkan dengan orang yang memiliki tingkat pendidikan rendah (Hawari, 2016).

Menurut Notoatmodjo (2018), orang yang mempunyai pendidikan lebih tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional dibandingkan mereka yang tidak berpendidikan tidak mampu menghadapi suatu tantangan dengan rasional. Dari hasil penelitian terlihat bahwa banyak mengalami kecemasan dari pada ibu berpendidikan tinggi. Ini disebabkan karena semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka mereka dapat berfikir secara rasional dan menahan emosi mereka dengan baik sehingga kecemasan mereka dapat berkurang. Ibu yang berpendidikan tinggi, cenderung lebih memperhatikan kesehatan dirinya dan keluarganya.

Faktor pendidikan dan status ekonomi yang rendah pada seseorang menyebabkan orang tersebut mengalami stres dibanding dengan mereka yang status pendidikan dan status ekonomi yang tinggi. Pendidikan bagi setiap orang memiliki arti yang beragam. Pendidikan pada umumnya berguna dalam merubah pola pikir, pola tingkah laku dan pola pengambilan keputusan. Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh dalam memberikan respon terhadap stimulus. Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh dalam memberikan respon yang lebih rasional dibandingkan mereka yang berpendidikan lebih rendah atau mereka yang tidak berpendidikan. Kecemasan adalah respon yang dapat dipelajari. Dengan demikian pendidikan yang rendah menjadi faktor penunjang terjadi kecemasan. Hal ini sesuai dengan pendapat yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan turut menentukan rendah tidaknya seseorang menyerap atau menerima dan memakai pengetahuannya (Resmaniasih, 2014).

Menurut Rahayu (2016), Pekerjaan merupakan salah satu

cara beradaptasi, ketika seseorang memiliki pekerjaan respon yang muncul ketika mengatasi permasalahan lebih rasional. Bekerja sering dikaitkan dengan penghasilan dan penghasilan sering dikaitkan dengan kebutuhan manusia, agar dapat tetap hidup manusia harus bekerja, dengan bekerja seseorang akan dapat memenuhi kebutuhan hidup keluarga, penurunan produktivitas kerja akan dapat menyebabkan kehilangan minat dan motivasi, yang akhirnya mengarahkan individu pada kecemasan.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ibu hamil yang mengalami kecemasan yang berbeda-beda yang disebabkan oleh aktifnya sistem syaraf simpatis generalisata dan sekaligus mengaktifkan pengeluaran hormon adrenalin. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, pendidikan dan pekerjaan.

Rata-rata tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan penelitian bahwa rata-rata tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah cemas sedang dengan nilai median (3,00) dan sesudah diberikan intervensi aromaterapi lavender tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi menjadi tidak cemas dengan nilai median (1,50). Ada penurunan signifikan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi.

Hal ini didukung oleh teori yang menyatakan penurunan tingkat kecemasan dapat menggunakan aromaterapi lavender dipercaya memberikan efek relaksasi bagi saraf dan otot-otot yang tegang (carminative) setelah lelah

beraktivitas. Lavender mempunyai efek relaksasi sekaligus perangsang sehingga sangat baik digunakan sebagai penyejuk bagi orang-orang yang cemas dan perangsang bagi orang yang mengalami depresi. Aromaterapi lavender juga dapat mengatasi masalah sakit sendi, sakit kepala atau nyeri lainnya (Suprijati, 2014). Lavender (*Lavandula officinalis*) yang merupakan keluarga lamiaceae, merupakan tanaman yang sering digunakan dalam aromaterapi. Lavender mengandung camphor, terpinen-4-ol, linalool, linalyl acetate, beta-cimene, 8-cineole. Studi terhadap manfaat aromaterapi lavender, telah menunjukkan bahwa linalool dan linalyl acetate yang terdapat pada lavender dapat menstimulasi sistem parasimpatik. Sebagai tambahan, linalyl acetate memiliki efek narkotik dan linalool berperan sebagai sedative (Ali et al., 2015). Hasil penelitian (Hosseini, 2016) menunjukkan bahwa, terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender dalam mengurangi kecemasan persalinan. Ada perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan sebelum diberikan aromaterapi dan setelah diberikan aromaterapi dilihat dari hasil p-value <0.05 (Astikasari et al, 2022). Penelitian dengan judul pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan pada ibu bersalin sebelum mendapat intervensi pemberian aromaterapi lavender adalah 2,90 dengan standar deviasi 1,197 sedangkan sesudah mendapat intervensi pemberian aromaterapi lavender diketahui pengaruh terhadap kecemasan 2,10 dengan standar deviasi 0,994. Berarti terjadi pengurangan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender (Widiwati et all, 2021). Penggunaan aromaterapi lavender juga bisa

meningkatkan kualitas tidur pada lansia (Sari, 2018).

Pengaruh penurunan kecemasan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender.

Hasil uji wilcoxon menunjukkan bahwa hasil penelitian didapatkan *p-value* sebesar 0.000 (<0.05) artinya ada pengaruh tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi. Hasil penelitian (Wahyuni et al, 2012) menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi untuk menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan Di Rumah Bersalin Juwanti Sidoharjo Sragen.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setiati et al, 2019) yang menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi dapat menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan. Penelitian oleh Conrad dan Adams (2012) menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi dapat menurunkan secara signifikan tingkat kecemasan dan depresi pada wanita melahirkan dengan resiko tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Woelk dan Schlafke (2010) juga menunjukkan bahwa pemberian lavender sangat efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan umum (*generalized anxiety disorder*) dibandingkan dengan pemberian *lorazepam*. Aromaterapi lavender banyak digunakan di bidang klinis kebidanan dan ginekologi psikomatis. Lavender merupakan famili *laminaceace* yang banyak digunakan untuk relaksasi otot, penenang serta antikontraksi melalui sistem saraf. Minyak lavender adalah salah satu minyak essensial aromatik dalam aromaterapi. Minyak essensial bunga lavender yaitu *silexan* yang diperoleh dengan metode destilasi uap. *Silexan* dapat digunakan untuk gangguan kecemasan, tidur yang

terganggu serta perbaikan suasana hati (Kamalifard et al, 2016). Menurut asumsi peneliti ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan hipertensi dikarenakan lavender mempunyai efek relaksasi sekaligus perangsang sehingga sangat baik digunakan sebagai penenang bagi orang-orang yang cemas.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi. Tingkat kecemasan ibu hamil dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender yaitu rata-rata cemas sedang dengan nilai median (3,00) dan sesudah menjadi tidak cemas dengan nilai median (1,50). Uji statistik yang digunakan adalah uji *wilxocon* diperoleh *p-value* 0,000 ($p<0.05$), yang berarti terdapat pengaruh aromaterapi lavender dalam penurunan kecemasan pada ibu hamil dengan hipertensi. Untuk itu perlunya dilakukan sosialisasi di masyarakat tentang penggunaan Aromaterapi untuk membantu menurunkan kecemasan ibu hamil dengan hipertensi.

Ucapan Terimakasih

Alhamdulillah puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT, ucapan terimakasih kepada kepala Puskesmas, Stikes Hang Tuah Tanjungpinang yang telah memberikan dukungan baik moral maupun material.

DAFTAR PUSTAKA

Ahsan, Lestari, R. & Sriati. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pre operasi pada pasien

- sectio caesarea di ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Kanjuruhan Kapanjen Kabupaten Malang. Vol.8 (1). Januari 2017
- Alder Judith, et all. (2007). Depression and Anxiety during Pregnancy : a risk factor for obstetric, fetal and neonatal outcome? A critical review of the literature. *The Journal of Maternal - Fetal and Neonatal Medicine* 20 (3) : 189-209
- Ali, B., Al-Wabel, N, A., Shams, S., Ahamad, A., Khan, S, A., Anwar, F. (2015). Essential Oils Used in Aromatherapy: A Systemic Review. *Asian Pac J Trop Biomed.* 5 (8): 601-11. doi:10.1016/j.apjtb.2015.05.007
- Ana Ratnawati (2020). *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Apay, S.E., Arslan, S., Akpınar, R.B., Celebioglu, A. (2012). Effect of Aromatherapy Massage on Dysmenorrhea in Turkish Students. *The American Society for Pain Management Nursing*.
- Bobak, Lowdermik, Jensen. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Jakarta. EGC
- Buckle, J. (2013). *Clinical Aromatherapy* (second edition). United States: Churchill Livingstone.
- Bulechek GM; Butcher HK; Dochterman JM; Wagner CM. (2013). *Nursing Interventions Classification (NIC)*. Edisi Keenam. Edisi Bahasa Indonesia. Elsevier. Moco Media
- Conrad, Adams. (2012). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Dalam Menurunkan Kecemasan dan Depresi Pada Wanita Melahirkan Dengan Resiko Tinggi. Jakarta
- Darvishpor, S., Hosseini, A., Davoodi, A., Salehifar, E., Akbari, J., & Azadbakht, M. (2018). A Review on Medicinal Plants used for Nausea and Vomiting in Persian Medicine A Review on Medicinal Plants used for Nausea and Vomiting in Persian Medicine A Review on Medicinal Plants used for Nausea and Vomiting in Persian Medicine. Type: Double Blind Peer Reviewed International Research Journal Publisher: Global Journals Online, 18(January). <https://www.researchgate.net/publication/326146494>
- Dewi (2013). *Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi*. Jurnal Bali. Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Dian Sari, Devid Leonard. (2018). Pengaruh aroma terapi lavender terhadap kualitas tidur lansia di wisma cinta kasih. *Jurnal Endurance* 3(1) Februari 2018 (121-130). <http://ejournal.1ldikti10.id/index.php/endurance/article/view/2433/912>
- Hawari, D. (2016). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta :Badan Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Indriyani, D. (2013). *Keperawatan Maternitas*. Graha Ilmu, Jakarta
- Kamalifard, M., Abbas, D., Nilofar, S., Mojgan, M dan Rana, D. (2016). The Comparison of The Impact of Lavender and Valerian Aromatherapy On Reduction of The Active Phase Among Nulliparous Women: A Double Blind Randomized Controlled Trial. *International Journal of*

- Medical Research and Health Science. Vol. 5(9): 532-538
- Kemenkes RI, (2014). Situasi Kesehatan Ibu. Infodatin - Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. <http://www.depkes.go.id>
- Kurki, et all. (2010). Depression and anxiety in early pregnancy and risk for preeclampsia. The American college of Obstetricians and Gynecologist, Volume 95 issue 4 p 487-490.
- Karthikeyan, V. J. (2015). Hypertension in pregnancy; in Nadar, S. and Lip, G.Y.H., Hypertension, Ch. 22, 2nd Ed. Oxford Cardiology Library. Oxford.
- Lawless, J. (2013). The Encyclopedia of Essential Oils: The Complete Guide to the Use of Aromatic Oils In Aromatherapy, Herbalism, Health, and Well Being. Conari Press.
- Marmi. (2012). Asuhan Kebidanan Pada Masa Antenatal. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Malha et al. (2018). Hypertension in Pregnancy in Hypertension: A Companion to Braunwald's Heart Disease (Third Edition) Ch 39. Elsevier.
- Notoadmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. Soekidjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan 3 Jakarta : Rineka Cipt.
- Gusti, I. (2012). Pengaruh Aromaterapi Lavender (Lavandula Angustifolia) Terhadap Insomnia Pada Lansia Banjar Tangtu Puskesmas II Denpasar Timur. BMJ Vol. 5 No.1, 101-117
- Prawirohardjo, S. (2014). Ilmu Kebidanan. Penerbit Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo: Jakarta. 2014.
- Resmaniasih. (2014). (<http://eprints.uny.ac.id>)
- Ritu Jain. (2011). Pengobatan Alternatif untuk Mengatasi Tekanan Darah. Jakarta: Gramedia
- Sari, D. (2018). Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Wisma Cinta Kasih. Jurnal Endurance 3 (1), 121-130.
- Schetter, C. D. & Tanner, L. (2012). Anxiety, depression and stress in pregnancy: implication mothers, children, research, and practice. Curropin psychiatry, 25 (2): 141-8.
- Setiati, N. W., Sugih, S., Wijayanegara, H. (2019). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Persiapan Menghadapi Persalinan di Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi. Volume 19 Nomor 1
- Sirait, Ana Maria. (2012). Prevalensi Hipertensi pada Kehamilan di Indonesia. Buletin Penelitian Sistem Kesehatan, Vol. 15 (2), April 2012: 103-109, Jakarta.
- Suprijati. (2014). 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. 2(1):58-65.

World Health Organization. (2015).
Data Hipertensi Global Asia
Tenggara: WHO