

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP KECEMASAN DAN INTENSITAS NYERI
PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA IBU BERSALIN**

Fitria Fadhila Achmad¹, Fania², Nasriyah³

Universitas Muhammadiyah Kudus

Email : fitriafadhila2003@gmail.com¹, fanianurul@umkudus.ac.id², nasriyah@umkudus.ac.id³

ABSTRAK

Persalinan merupakan proses fisiologis yang dialami ibu hamil di seluruh dunia. Meskipun menjadi momen yang dinantikan, persalinan sering disertai rasa takut dan cemas, terutama akibat nyeri. Salah satu metode nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan dan nyeri adalah aromaterapi lavender. Aromaterapi ini mengandung linalool dan linalyl yang memiliki efek relaksasi melalui stimulasi sistem limbik sehingga dapat membantu menurunkan kecemasan dan persepsi nyeri. Namun, efektivitasnya masih memerlukan pembuktian ilmiah. Berdasarkan studi pendahuluan di Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo, belum ada ibu bersalin yang menggunakan aromaterapi lavender untuk mengatasi kecemasan dan nyeri selama persalinan. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan dan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo. Penelitian menggunakan desain quasi eksperimen one group pretest-posttest dengan sampel 36 ibu bersalin yang dipilih melalui teknik accidental sampling. Aromaterapi diberikan selama 20 menit. Tingkat kecemasan diukur dengan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dan intensitas nyeri dengan Visual Analog Scale (VAS). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji wilcoxon pada variabel kecemasan karena data tidak berdistribusi normal dengan nilai $p < 0,001$. Dan uji t berpasangan pada variabel nyeri karena data berdistribusi normal dengan nilai $p < 0,001$ yang menunjukkan terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan dan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo tahun 2026.

Kata Kunci: Aromaterapi Lavender; Kecemasan; Intensitas Nyeri; Persalinan Kala I; Fase Aktif.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang dialami ibu hamil di seluruh dunia. Persalinan normal adalah proses keluarnya janin cukup bulan (37–42 minggu) dan plasenta melalui jalan lahir secara spontan tanpa komplikasi. Persalinan dimulai bila timbul his dan mengeluarkan lendir yang bercampur dengan darah. Serviks mulai membuka atau mendatar, sedangkan darah berasal dari pembuluh kapiler yang berada disekitar kanalis serviks yang pecah karena terjadi pergeseran ketika serviks membuka. Terdapat dua fase dalam persalinan kala I yaitu fase laten dan fase aktif. Pembukaan serviks dimulai pada fase laten, dimana pada fase ini terjadi pembukaan 1-3 cm dan fase aktif terjadi pembukaan 4-10 cm. Pembukaan serviks dalam proses persalinan biasanya disertai dengan rasa nyeri. Nyeri persalinan yaitu suatu kondisi fisiologis yang timbul pada persalinan kala I fase laten dan semakin lama nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, puncak nyeri terjadi pada fase aktif yang berakibat semakin meningkat pula kecemasan ibu (Primihastuti, 2024).

Perasaan cemas merupakan salah satu faktor yang menyebabkan rasa sakit dalam persalinan dan berpengaruh terhadap kontraksi rahim serta dilatasi serviks sehingga persalinan dapat berlangsung lama. Fenomena hubungan antara cemas dan nyeri serta sebaliknya merupakan hubungan yang berkorelasi positif. Dengan semakin majunya proses persalinan, perasaan ibu hamil akan semakin cemas dan rasa cemas tersebut menyebabkan rasa nyeri semakin intens, demikian pula sebaliknya (Primihastuti, 2024). Menurut World Health Organization (WHO) 2019 nyeri selama persalinan dan melahirkan merupakan

peristiwa nyeri yang berat dalam kehidupan wanita. Lebih dari 90% ibu pernah mengalami ketegangan dan kecemasan selama persalinan. Menurut laporan World Health Organization (2020), sekitar 8-10% wanita hamil mengalami kecemasan selama kehamilan, persentase ini meningkat menjadi 13% saat mendekati kelahiran, pada tahun 2020 menyatakan bahwa 2.700 ibu melahirkan dalam proses persalinan data menunjukkan bahwa 15% terjadi nyeri ringan, 85% nyeri sedang hingga berat. Pada tahun 2021 14% proses persalinan dengan nyeri ringan dan 86% dengan nyeri sedang hingga berat. Sedangkan di Indonesia pada tahun 2020 didapatkan 80% nyeri sedang hingga berat dan 20% nyeri ringan dan tahun 2021 didapatkan 83% nyeri sedang hingga berat dan 17% nyeri ringan. Nyeri persalinan di Jawa Barat berdasarkan laporan Dinkes Jawa Barat tahun 2023 didapatkan sekitar 76% ibu bersalin mengeluhkan nyeri sedang sampai berat dan 24% lainnya menyatakan nyeri ringan (Dinkes Jabar, 2023, dalam Fitria, 2024). Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Bandung tahun 2023 didapatkan 82% ibu bersalin mengeluhkan nyeri sedang sampai berat dan 18% nyeri ringan (Dinkes Kota Bandung, 2023, dalam Fitria, 2024) .

Intensitas nyeri saat melahirkan dapat mempengaruhi kondisi psikologis ibu. Nyeri persalinan yang tidak disertai dengan manajemen nyeri menimbulkan dampak negatif, seperti dalam penelitian Noviyanti (2022) mengenai faktor fisik dan psikologis ibu bersalin dengan intensitas nyeri persalinan kala I disebutkan bahwa dampak dari nyeri persalinan atau selama persalinan rasa sakit yang berlebihan akan menyebabkan kecemasan dan rasa takut. Hal ini akan merangsang sistem saraf simpatik untuk meningkatkan sekresi katekolamin yang juga dapat meningkatkan kadar hormon dalam darah seperti epinefrin yang akan lebih meningkatkan rasa nyeri dan berpotensi untuk memperpanjang proses persalinan (Noviyanti, 2022). Terdapat banyak cara untuk mengatasi kecemasan dan nyeri persalinan. Biasanya, cara untuk mengatasi kecemasan dan nyeri persalinan dibagi menjadi cara farmakologis dan cara non farmakologis. Metode farmakologis untuk menurunkan nyeri yaitu menggunakan obat penawar nyeri seperti analgetik dan sedatif sedangkan farmakologis yang dapat diberikan untuk menurunkan kecemasan berupa pemberian obat anxiolytic, anti depresan atau obat penenang. Namun obat tersebut memiliki efek samping yang merugikan meliputi fetal hipoksia, resiko depresi pernafasan neonatus, penurunan frekuensi denyut jantung dan peningkatan suhu tubuh ibu serta dapat menyebabkan perubahan pada janin. Maka dari itu diperlukan terapi alternatif dengan terapi non farmakologis yang lebih mudah, murah, dan aman. Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan dan intensitas nyeri antara lain yaitu aromaterapi. Penggunaan aromaterapi merupakan alternatif yang populer didalam dunia kesehatan dan diakui banyak manfaatnya pada wanita selama hamil dan saat persalinan (Novitasari, 2025).

Aromaterapi adalah terapi komplementer dengan menggunakan minyak esensial yang diambil dari bau harum tumbuh-tumbuhan. Aromaterapi dapat diberikan dengan cara penghirupan, aromaterapi yang dapat digunakan yaitu mawar, melati, kenanga, kayumanis, cendana kemangi, lavender dan sitrus. Dalam penelitian ini, terapi komplementer yang digunakan adalah dengan menggunakan minyak esensial lavender, karena lavender bersifat anxiolytic, antidepresi, menenangkan dan mempunyai antikonvulsan, sifat-sifat lavender secara psikologis dapat menurunkan ketegangan, kecemasan serta merileksasikan pikiran, secara fisik aromaterapi lavender menurunkan rasa nyeri. Lavender merupakan bunga yang berwarna lembayung muda, memiliki bau khas dan lembut sehingga membuat seseorang menjadi relax ketika menghirup aroma lavender, lavender diperoleh dengan cara destilasi bunga. Komponen kimia utama dengan kandungan seperti linalil asetat dan linalool, minyak lavender digunakan secara luas, aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang alfa

didalam otak dan gelombang inilah membantu menciptakan keadaan rilek (Hidayah, 2024).

Menurut penelitian Kaya dkk. (2023), Aromaterapi merupakan salah satu metode non-farmakologis yang dapat digunakan dalam manajemen nyeri persalinan. Hasil meta-analisis terhadap 14 penelitian menunjukkan bahwa hasilnya signifikan secara statistik ($p < 0,050$), hal ini menunjukkan aromaterapi yang diberikan melalui inhalasi maupun pijatan menggunakan minyak esensial seperti lavender, melati, mawar, chamomile, dan boswellia dapat memberikan efek positif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin (Kaya et al., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Roniati, Sari, dan Esmianti (2021) menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif. Penelitian quasi eksperimen yang dilakukan pada 34 responden menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian aromaterapi lavender dengan penurunan tingkat kecemasan ibu bersalin dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$ (Roniati et al., 2021).

Bidan sebagai tenaga kesehatan memiliki kewenangan dalam memberikan asuhan kebidanan secara menyeluruh, termasuk dalam upaya mengurangi kecemasan dan intensitas nyeri pada ibu bersalin. Kewenangan tersebut diatur dalam Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2019 tentang kebidanan yang menyebutkan bahwa bidan berperan dalam memberikan asuhan pada masa kehamilan, persalinan, nifas, serta pelayanan kesehatan reproduksi perempuan. Dalam praktiknya bidan dapat melakukan intervensi nonfarmakologis seperti pemberian aromaterapi. Oleh karena itu, penerapan aromaterapi lavender sebagai salah satu metode komplementer asuhan sayang ibu yang menjadi bagian dari upaya bidan dalam memberikan pelayanan yang aman, efektif, dan berorientasi pada kenyamanan pasien (Republik Indonesia, 2019).

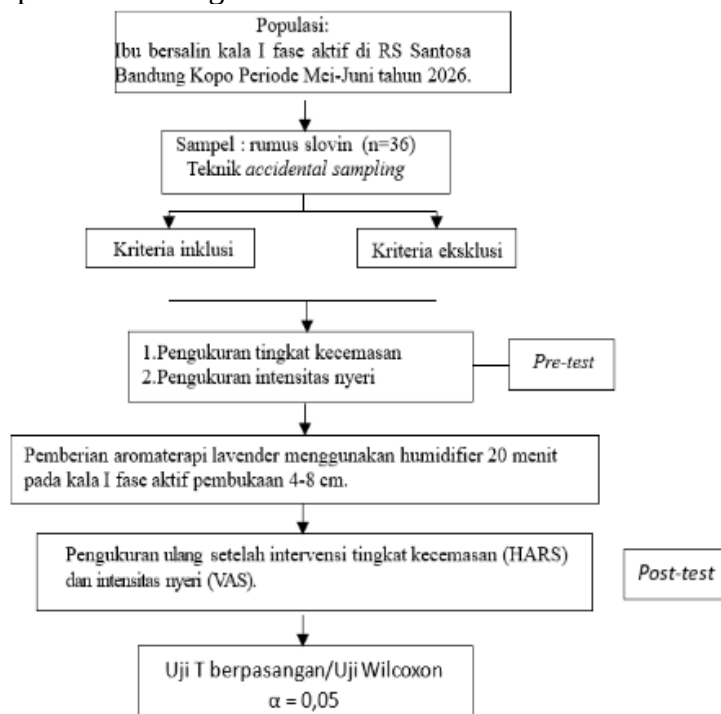
Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan di Kota Bandung yang berstatus sebagai Rumah Sakit Tipe A. Sebagai rumah sakit rujukan dengan pelayanan spesialisik dan subspesialistik yang lengkap, rumah sakit ini menyediakan berbagai layanan medis, termasuk pelayanan kebidanan dan persalinan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di ruang bersalin, tercatat sebanyak 33 ibu melahirkan secara spontan pada bulan Januari 2026. Namun, dari jumlah tersebut, hanya 20 ibu bersalin kala I fase aktif yang dapat dijadikan subjek dalam studi pendahuluan dan dilakukan wawancara oleh peneliti secara langsung. Ditemukan bahwa sebagian besar ibu bersalin menyatakan kekhawatiran terhadap nyeri yang akan dirasakan saat proses persalinan berlangsung. Sebanyak 16 ibu bersalin mengungkapkan perasaan takut, khawatir, panik, tidak tenang dalam menghadapi proses persalinan. Kecemasan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain status primigravida yang belum memiliki pengalaman melahirkan. Kekhawatiran terhadap intensitas nyeri persalinan juga menjadi salah satu penyebab meningkatnya kecemasan pada ibu bersalin. Sebanyak 20 ibu mengungkapkan nyeri yang dirasakan sangat berat berupa sensasi seperti ditusuk-tusuk serta rasa panas yang menjalar di sepanjang pinggang hingga perut bagian bawah. Selain itu, berdasarkan pengamatan langsung selama proses persalinan, belum ditemukan ibu bersalin yang menggunakan metode aromaterapi lavender untuk membantu mengurangi kecemasan dan nyeri persalinan. Sementara itu, 4 ibu lainnya menyatakan tidak mengalami kecemasan karena sudah pernah melahirkan sebelumnya namun masih tetap merasakan nyeri pada saat pembukaan semakin besar.

Prinsip asuhan kebidanan dalam persalinan adalah memberikan pelayanan yang aman, nyaman, holistik, serta berpusat pada kebutuhan ibu (woman centered care). Dalam proses persalinan, bidan memiliki peran penting dalam memberikan dukungan fisik maupun

psikologis untuk membantu ibu mengurangi kecemasan dan intensitas nyeri yang dirasakan. Penatalaksanaan nyeri persalinan dapat dilakukan melalui pendekatan nonfarmakologis yang aman, efektif, dan minim efek samping, seperti pemberian dukungan emosional, teknik relaksasi, distraksi, massage, latihan pernapasan, serta terapi komplementer seperti aromaterapi. Pendekatan tersebut bertujuan untuk meningkatkan rasa nyaman, membantu ibu lebih rileks selama proses persalinan, memperlancar kemajuan persalinan, serta menciptakan pengalaman persalinan yang positif dan menyenangkan bagi ibu bersalin (Kaya, 2023). Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul: “Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan dan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin” yang akan dilakukan di Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen (*quasi experimental design*) dengan pendekatan *one group pre-test dan post-test design*. Pada desain ini, peneliti hanya menggunakan satu kelompok responden tanpa kelompok kontrol, dimana penelitian ini akan menggunakan satu kelompok pada ibu bersalin kala I fase aktif (pembukaan 4-8 cm) yang diberikan aromaterapi lavender. Pengukuran tingkat kecemasan dan intensitas nyeri dilakukan sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) pemberian intervensi aromaterapi lavender selama 20 menit menggunakan alat humidifier sebagai media difusi uap. Humidifier berfungsi untuk mengubah campuran air dan minyak esensial lavender menjadi uap halus yang tersebar ke udara sehingga dapat dihirup oleh responden. Perbedaan hasil sebelum dan sesudah intervensi digunakan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan dan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin. Skema penelitian sebagai berikut :



Gambar 1. Skema Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini dilaksanakan di Ruang Bersalin Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo pada bulan Juni 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I fase aktif selama periode penelitian sebanyak 54 ibu. Responden dalam penelitian ini adalah ibu bersalin kala I fase aktif yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak 36 orang. Karakteristik responden yang disajikan meliputi usia, paritas, dan pembukaan serviks pada saat pemberian intervensi. Penyajian karakteristik responden bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi responden sebelum dilakukan analisis terhadap pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan dan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (n)	Persentase(%)
< 20 Tahun	3	8,3 %
20-35 Tahun	28	77,8 %
>35 Tahun	5	13,9 %
Total	36	100 %

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 20-35 tahun sebanyak 28 responden (77,8%), sedangkan responden berusia <20 tahun sebanyak 3 responden (8,3%) dan responden berusia >35 tahun sebanyak 5 responden (13,9%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

Paritas	Frekuensi (n)	Persentase(%)
Primipara	19	52,8 %
Multipara	17	47,2 %
Total	36	100 %

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 2. diketahui bahwa sebagian besar responden merupakan ibu primipara, yaitu 19 responden (52,8%), sementara itu responden dengan paritas multipara berjumlah 17 responden (47,2). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan primipara lebih banyak dibandingkan responden multipara.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pembukaan Serviks Kala I Fase Aktif (4-8 cm)

Pembukaan serviks (cm)	Frekuensi (n)	Persentase(%)
4	12	33,3 %
5	7	19,4 %
6	13	36,1 %
7	3	8,3 %
8	1	2,8 %
Total	36	100 %

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 3. diketahui bahwa dari 36 responden, pembukaan serviks yang paling banyak ditemukan adalah pembukaan 6 cm sebanyak 13 responden (36,1%), pembukaan 4 cm sebanyak 12 responden (33,3%), pembukaan 5 cm sebanyak 7 responden (19,4%), pembukaan 7 cm sebanyak 3 responden (8,3%), dan pembukaan 8 cm sebanyak 1 responden (2,8%), Demikian sebagian besar responden berada pada pembuka serviks 6 cm.

Hasil Analisis Kecemasan dan Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender

Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan skor kecemasan dan intensitas nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada ibu bersalin kala I fase aktif. Data kecemasan dan intensitas nyeri disajikan berdasarkan nilai rata-rata (mean), standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Skor Kecemasan Kala I Fase Aktif Ibu Bersalin Sebelum Diberikan Aromaterapi Lavender pada Seluruh Responden.

Variabel	n	Mean $\pm$ SD	Min	Maks
Kecemasan Pretest	36	24,03 $\pm$ 7,80	13	50

Berdasarkan Tabel 4. diketahui bahwa dari 36 responden, rata-rata (mean) skor kecemasan sebelum diberikan aromaterapi lavender (pretest) adalah 24,03 dengan standar deviasi 7,80. Skor kecemasan terendah yang diperoleh responden adalah 13, sedangkan skor tertinggi adalah 50. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebelum diberikan aromaterapi lavender, responden memiliki tingkat kecemasan yang bervariasi dengan rata-rata skor sebesar 24,03.

Tabel 5. Deskripsi Skor Kecemasan Kala I Fase Aktif Ibu Bersalin Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender pada Seluruh Responden.

Variabel	n	Mean $\pm$ SD	Min	Maks
Kecemasan Posttest	36	15,22 $\pm$ 4,50	5	26

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa dari 36 responden, rata-rata (mean) skor kecemasan setelah diberikan aromaterapi lavender (posttest) adalah 15,22 dengan standar deviasi 4,50. Skor kecemasan terendah yang diperoleh responden adalah 5, sedangkan skor tertinggi adalah 26. Hasil tersebut menunjukkan bahwa setelah pemberian aromaterapi lavender terjadi penurunan rata-rata skor kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif dibandingkan dengan sebelum pemberian aromaterapi lavender.

Tabel 6 Deskripsi Skor Kecemasan Kala I Fase Aktif Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah diberikan aromaterapi lavender Berdasarkan Paritas.

Kecemasan	Mean $\pm$ SD	
	Primipara	Multipara
	n = 19	n = 17
Pretest	23,05 $\pm$ 6,23	25,12 $\pm$ 9,32
Posttest	15,79 $\pm$ 4,78	14,59 $\pm$ 4,21

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 6. diketahui bahwa pada kelompok primipara (n=19), rata-rata (mean) skor kecemasan sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 23,05 dengan standar deviasi 6,23. Setelah diberikan aromaterapi lavender, rata-rata skor kecemasan menurun menjadi 15,79 dengan standar deviasi 4,78. Pada kelompok multipara (n=17), rata-rata (mean) skor kecemasan sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 25,12 dengan standar deviasi 9,32. Setelah diberikan aromaterapi lavender, rata-rata skor kecemasan menurun menjadi 14,59 dengan standar deviasi 4,21. Hasil tersebut menunjukkan bahwa baik pada kelompok primipara maupun multipara terjadi penurunan rata-rata skor kecemasan setelah pemberian aromaterapi lavender.

Tabel 7. Deskripsi Skor Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Ibu Bersalin Sebelum Diberikan Aromaterapi Lavender pada Seluruh Responden.

Variabel	n	Mean $\pm$ SD	Min	Maks
Nyeri Pretest	36	7,06 $\pm$ 1,26	4,2	9,0

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 7 Menunjukkan bahwa rata-rata skor intensitas nyeri persalinan sebelum pemberian aromaterapi lavender sebesar 7,06 dengan standar deviasi 1,26. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat variasi atau penyebaran skor intensitas nyeri di antara responden, namun variasinya relatif tidak terlalu besar. Nilai skor intensitas nyeri terendah adalah 4,2 dan skor tertinggi 9,0.

Tabel 8 Deskripsi Skor Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Ibu Bersalin Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender pada Seluruh Responden.

Variabel	n	Mean $\pm$ SD	Min	Maks
Nyeri Posttest	36	5,56 $\pm$ 1,32	2,7	7,7

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 8 hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata rata skor intensitas nyeri persalinan sesudah pemberian intervensi adalah 5,56 dengan standar deviasi sebesar 1,32. Standar deviasi 1,32 menunjukkan adanya variasi skor intensitas nyeri antar responden, namun penyebarannya relatif tidak terlalu besar. Skor intensitas nyeri berkisar antara 2,7 sebagai nilai minimum dan 7,7 sebagai nilai maksimum.

Tabel 9 Deskripsi Skor Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah diberikan aromaterapi lavender Berdasarkan Paritas.

Intensitas Nyeri	Mean $\pm$ SD	
	Primipara n = 19	Multipara n = 17
Pretest	7,02 $\pm$ 1,30	7,10 $\pm$ 1,25
Posttest	5,66 $\pm$ 1,30	5,45 $\pm$ 1,36

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 9 pada kelompok primipara diperoleh rata rata skor intensitas nyeri sebelum pemberian aromaterapi lavender sebesar 7,02, sedangkan setelah pemberian aromaterapi lavender menurun menjadi 5,66, hal ini menunjukan adanya penurunan rata rata skor nyeri sebesar 1,36 poin setelah pemberian aromaterapi. Pada kelompok multipara, rata rata skor intensitas nyeri sebelum pemberian aromaterapi adalah 7,10, kemudian menurun menjadi 5,45 setelah intervensi. Dengan demikian terdapat penurunan rata rata skor nyeri sebesar 1,65 poin pada kelompok multipara, Secara deskriptif, baik pada kelompok primipara maupun multipara terjadi penurunan rata rata skor nyeri setelah pemberian aromaterapi lavender.

Analisi Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan dan kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif di Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo Tahun 2026. Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data menggunakan uji Shapiro-Wilk untuk menentukan jenis uji statistik yang akan digunakan.

Uji Normalitas Tingkat Kecemasan (HARS)

Tabel 10 Hasil Uji Normalitas Skor Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender.

Variabel	Shapiro-Wilk	Keterangan
HARS Pretest	0,012	Tidak Berdistribusi Normal
HARS posttest	0,095	Normal

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Uji normalitas Shapiro – Wilk adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui sebaran data acak suatu sampel yang kecil digunakan simulasi data yang tidak lebih dari 50 sampel. Dasar pengambilan keputusan bisa dilakukan berdasarkan probabilitas (Asymtotic Significant), yaitu:

1. Jika Probabilitas > 0.05 maka distribusi dari populasi adalah normal
2. Jika Probabilitas < 0.05 maka populasi tidak berdistribusi secara normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk diketahui bahwa skor kecemasan sebelum pemberian aromaterapi lavender (pretest) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,012 ($p < 0,05$), sehingga data tidak berdistribusi normal. Sedangkan skor kecemasan setelah pemberian aromaterapi lavender (posttest) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,095 ($p > 0,05$), sehingga data berdistribusi normal. Karena salah satu kelompok data tidak berdistribusi normal, maka analisis bivariat untuk menguji perbedaan skor kecemasan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Uji Normalitas Intensitas Nyeri (VAS)

Tabel 11 Hasil Uji Normalitas Skor Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender.

Variabel	Shapiro-Wilk	Keterangan
VAS Pretest	0,055	Normal
VAS posttest	0,291	Normal

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 11 diperoleh nilai signifikan uji Shapiro-Wilk pada skor VAS pretest sebesar 0,055 dan VAS posttest sebesar 0,291. Karena kedua nilai signifikan lebih besar dari 0,05 maka data intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender berdistribusi normal. Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) nyeri sebelum dan nyeri sesudah lebih besar (probabilitas) dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, analisis dilanjutkan menggunakan uji t berpasangan (Paired Samples t-test).

Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Tingkat Kecemasan (HARS)

Tabel 12 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Rumah Sakit Santosa Kopo Bandung Tahun 2026.

Variabel	Negatif Ranks (n)	Positif Ranks (n)	Ties(n)	Z	p-value
Kecemasan	35	0	1	5,163	<0,001

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan tabel 12 hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai negative ranks sebanyak 35 responden, yang menunjukkan bahwa 35 responden mengalami

penurunan skor kecemasan setelah diberikan aromaterapi lavender dibandingkan sebelum intervensi. Nilai positive ranks sebesar 0 menunjukkan bahwa tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan skor kecemasan setelah pemberian aromaterapi lavender. Sementara itu, nilai ties sebanyak 1 responden menunjukkan bahwa terdapat 1 responden yang memiliki skor kecemasan yang tetap atau tidak mengalami perubahan antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Hasil uji wilcoxon signed rank Test juga menunjukkan nilai Z sebesar -5,163 dengan nilai signifikansi (p-value) <0,001. Nilai Z merupakan statistik uji pada wilcoxon yang menunjukkan arah dan besarnya perubahan peringkat skor kecemasan, sedangkan tanda negatif menunjukkan bahwa secara umum skor kecemasan setelah intervensi lebih rendah dibandingkan sebelum intervensi. Nilai signifikansi (p-value) <0,001 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif di RS Santosa Bandung Kopo Tahun 2026.

Hasil Uji t Berpasangan (Paired Samples t-test) Intensitas Nyeri (VAS)

Tabel 13 Hasil Uji t Berpasangan (Paired Samples t-test) Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Rumah Sakit Santos Kopo Bandung Tahun 2026.

Variabel	Mean Pretest $\pm$ SD	Mean Posttest SD	Mean Difference	T	p-value
Intensitas Nyeri	7,06 $\pm$ 1,26	5,56 $\pm$ 1,32	1,5	7,932	<0,001

Sumber : data primer yang diolah, 2026.

Berdasarkan Tabel 13 diketahui bahwa rata-rata skor intensitas nyeri sebelum pemberian aromaterapi lavender adalah 7,06 $\pm$ 1,26, sedangkan rata-rata skor intensitas nyeri setelah pemberian aromaterapi lavender adalah 5,56 $\pm$ 1,32, sehingga terjadi penurunan intensitas nyeri sesudah pemberian aromaterapi lavender. Hasil uji paired samples t-test menunjukkan nilai $t = 7,932$ dengan $p\text{-value} = <0,001$. Karena nilai $p < 0,05$, maka terdapat perbedaan yang bermakna antara skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di RS Santosa Bandung Kopo Tahun 2026.

PEMBAHASAN PENELITIAN

Karakteristik Ibu Bersalin

Responden dalam penelitian ini adalah ibu bersalin kala I fase aktif pembukaan (4-8cm) di Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo pada bulan Juni 2026. Sample yang di ambil dengan teknik accidental sampling sebanyak 36 orang. Karakteristik ibu bersalin dalam penelitian ini meliputi usia, paritas, dan pembukaan serviks pada saat pemberian intervensi aromaterapi lavender. Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia reproduksi sehat (20-35 tahun) sebanyak 28 responden (77,8%) usia yang secara biologis telah memiliki kematangan organ reproduksi sehingga proses kehamilan dan persalinan umumnya berlangsung lebih optimal. Responden berusia <20 tahun sebanyak 3 responden (8,3%), sedangkan responden berusia >35 tahun sebanyak 5 responden (13,9%). Usia merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi respons ibu terhadap proses persalinan dan nyeri.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan berdasarkan karakteristik paritas, jumlah ibu primipara sebanyak 19 responden (52,8%), sedangkan ibu multipara sebanyak 17 responden

(47,2%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa jumlah ibu primipara lebih banyak dibandingkan ibu multipara. Paritas dapat memengaruhi pengalaman ibu dalam menghadapi proses persalinan. Ibu primipara belum memiliki pengalaman persalinan sebelumnya, sedangkan ibu multipara telah memiliki pengalaman dalam menghadapi proses persalinan. Perbedaan pengalaman tersebut dapat memengaruhi respons psikologis dan persepsi ibu terhadap nyeri persalinan. Menurut teori purwoto (2023) dalam elisa dkk (2025) yang telah dijelaskan pada tinjauan pustaka, ibu primipara umumnya merasakan nyeri dan cemas lebih berat dibandingkan multipara karena serviks belum pernah mengalami proses pembukaan sebelumnya.

Sedangkan Berdasarkan pembukaan serviks pada saat pemberian intervensi, pembukaan 6 cm merupakan pembukaan yang paling banyak ditemukan, yaitu sebanyak 13 responden (36,1%), diikuti pembukaan 4 cm sebanyak 12 responden (33,3%), pembukaan 5 cm sebanyak 7 responden (19,4%), pembukaan 7 cm sebanyak 3 responden (8,3%), dan pembukaan 8 cm sebanyak 1 responden (2,8%). Seluruh responden berada pada kala I fase aktif sesuai dengan kriteria penelitian. Pada fase aktif persalinan, kontraksi uterus semakin kuat, sering, dan teratur seiring dengan bertambahnya pembukaan serviks sehingga dapat memengaruhi intensitas nyeri yang dirasakan ibu (Fitriana, 2020, dalam Oktaviani, 2024).

Kecemasan dan Intensitas Nyeri Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender

Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata skor kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif sebelum pemberian aromaterapi lavender sebesar $24,03 \pm 7,80$, dengan skor minimum 13 dan skor maksimum 50. Hasil tersebut menunjukkan adanya variasi skor kecemasan pada ibu bersalin sebelum diberikan intervensi aromaterapi lavender. Kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi (Muyasaroh, 2020, dalam Novitasari, 2025). Berdasarkan paritas, rata-rata skor kecemasan sebelum pemberian aromaterapi lavender pada kelompok primipara sebesar 23,05 dengan standar deviasi 6,23, sedangkan pada kelompok multipara sebesar 25,12 dengan standar deviasi 9,32. Secara deskriptif, rata-rata skor kecemasan sebelum intervensi pada kelompok multipara lebih tinggi dibandingkan kelompok primipara. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan selama proses persalinan tidak hanya dialami oleh ibu yang pertama kali melahirkan, tetapi juga dapat dialami oleh ibu yang telah memiliki pengalaman persalinan sebelumnya. Menurut asumsi peneliti, lebih tingginya rata-rata skor kecemasan sebelum intervensi pada kelompok multipara dibandingkan primipara dapat berkaitan dengan pengalaman persalinan sebelumnya yang dimiliki oleh ibu. Pengalaman tersebut dapat membentuk persepsi dan kekhawatiran terhadap proses persalinan berikutnya. Namun, perbedaan rata-rata tersebut hanya menggambarkan hasil secara deskriptif karena penelitian ini tidak melakukan uji statistik untuk menganalisis perbedaan kecemasan berdasarkan paritas.

kecemasan dapat meningkatkan ketegangan dan respons stres sehingga ibu menjadi kurang rileks dalam menghadapi proses persalinan. Kecemasan dapat disebabkan oleh rasa takut terhadap nyeri, kekhawatiran terhadap keselamatan ibu dan bayi, serta kurangnya pengalaman dalam menghadapi persalinan (Tabatabaeichehr, 2020). Tingginya tingkat kecemasan sebelum pemberian aromaterapi lavender merupakan kondisi yang sering dijumpai pada ibu bersalin kala I fase aktif. Kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif merupakan respon psikologis yang wajar, pada fase ini kontraksi uterus semakin kuat dan teratur, pembukaan serviks terus bertambah, serta ibu mulai menghadapi rasa nyeri yang

semakin meningkat. Selain itu, kecemasan juga dapat dipengaruhi oleh usia, paritas, pengalaman persalinan sebelumnya, serta kesiapan ibu dalam menghadapi proses persalinan (Primiastuti, 2024)

Pada primipara, kecemasan umumnya disebabkan oleh belum adanya pengalaman menghadapi proses persalinan, sedangkan pada multipara kecemasan dapat dipengaruhi oleh pengalaman persalinan sebelumnya, terutama apabila pernah mengalami persalinan yang sulit atau menimbulkan trauma. Menurut Ayuda dkk. (2023), penanganan kecemasan dapat dilakukan melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengatasi kecemasan adalah aromaterapi. Dalam penelitian ini, tingginya variasi skor kecemasan sebelum intervensi menunjukkan bahwa setiap ibu dapat memberikan respons psikologis yang berbeda dalam menghadapi proses persalinan (Ayuda dkk., 2023).

Intensitas Nyeri

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor intensitas nyeri persalinan pada seluruh responden sebelum pemberian aromaterapi lavender sebesar 7,06 dengan standar deviasi 1,26. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat variasi atau penyebaran skor intensitas nyeri di antara responden, namun variasinya relatif tidak terlalu besar. Nilai skor intensitas nyeri terendah adalah 4,2 dan skor tertinggi 9,0. Berdasarkan paritas, rata-rata skor intensitas nyeri sebelum pemberian aromaterapi lavender pada kelompok primipara sebesar 7,02 dengan standar deviasi 1,30, sedangkan pada kelompok multipara sebesar 7,10 dengan standar deviasi 1,25. Secara deskriptif, rata-rata skor intensitas nyeri pada kelompok multipara sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok primipara. Meskipun demikian, selisih rata-rata skor nyeri antara kedua kelompok relatif kecil. Menurut asumsi peneliti, kondisi tersebut dapat terjadi karena persepsi nyeri bersifat subjektif dan tidak hanya dipengaruhi oleh paritas, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh usia, kondisi psikologis, lama persalinan, serta respons individu terhadap nyeri. Selain itu, perbedaan pembukaan serviks pada saat pengukuran juga dapat memengaruhi intensitas nyeri yang dirasakan ibu. Perbedaan rata-rata tersebut hanya menggambarkan hasil secara deskriptif karena penelitian ini tidak melakukan uji statistik untuk menganalisis perbedaan nyeri berdasarkan paritas.

Nyeri persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, perut dan menjalar ke arah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (Ayuda dkk., 2023). Dan nyeri yang dirasakan tentunya semakin lama akan semakin kuat intensitas dan frekuensinya setelah fase aktif. Kemudian pada pembukaan lengkap sudah mencapai 10 cm dilanjutkan dengan rasa sakit yang disebabkan oleh peregangan vagina dan dasar panggul pada persalinan kala II (Nasriyah, 2026). Didukung oleh data dari kemenkes tahun 2019 dalam hasil penelitian Nasriyah yang menyebutkan bahwa nyeri persalinan bervariasi sebagian besar dari proses persalinan bayi pasti disertai rasa nyeri (90%) pada ibu bersalin (Nasriyah, 2026).

Kecemasan dan Intensitas Nyeri Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender

Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata skor kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif setelah pemberian aromaterapi lavender sebesar 15,22 dengan standar deviasi 4,50, skor minimum 5, dan skor maksimum 26. Hasil tersebut menunjukkan bahwa rata-rata skor kecemasan setelah pemberian aromaterapi lavender lebih rendah dibandingkan sebelum pemberian intervensi dengan rata-rata skor kecemasan sebelum pemberian aromaterapi lavender sebesar 24,03, terjadi penurunan rata-rata skor kecemasan sebesar 8,81 poin. Berdasarkan paritas, pada kelompok primipara rata-rata skor kecemasan menurun dari 23,05

dengan standar deviasi 6,23 sebelum pemberian aromaterapi lavender menjadi 15,79 dengan standar deviasi 4,78 setelah pemberian aromaterapi lavender. Dengan demikian, terjadi penurunan rata-rata skor kecemasan sebesar 7,26 poin pada kelompok primipara. Sementara itu, pada kelompok multipara rata-rata skor kecemasan menurun dari 25,12 dengan standar deviasi 9,32 menjadi 14,59 dengan standar deviasi 4,21, dengan penurunan rata-rata skor kecemasan sebesar 10,53 poin. Secara deskriptif, penurunan rata-rata skor kecemasan pada kelompok multipara lebih besar dibandingkan kelompok primipara, namun baik pada kelompok primipara maupun multipara terjadi penurunan rata-rata skor kecemasan setelah pemberian aromaterapi lavender.

Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan salah satu penanganan kecemasan dapat menggunakan terapi nonfarmakologi. Manajemen kecemasan secara non farmakologis saat ini sedang mendapat perhatian besar karena memiliki kelebihan dibandingkan farmakologi. Beberapa penelitian juga mengungkapkan bahwa non-farmakologi lebih unggul dalam mengurangi cemas. Non-farmakologi yang banyak digunakan untuk mengatasi kecemasan salah satunya dengan teknik pemberian aromaterapi (Ayuda dkk., 2023). Secara fisiologis, aromaterapi lavender bekerja melalui sistem penciuman (olfactory system). Molekul aroma yang dihirup akan merangsang reseptor penciuman dan diteruskan ke sistem limbik, yaitu bagian otak yang berperan dalam mengatur emosi, memori, dan respons stres. Kandungan utama minyak esensial lavender, yaitu linalool dan linalyl acetate, memiliki efek menenangkan (sedatif) dan relaksasi, sehingga dapat menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, mengurangi pelepasan hormon stres seperti kortisol, serta meningkatkan rasa nyaman dan tenang (Yowana, 2021). Menurut asumsi peneliti, penurunan rata-rata skor kecemasan setelah pemberian aromaterapi lavender dapat berkaitan dengan efek relaksasi yang dirasakan ibu selama pemberian intervensi. Kondisi ibu yang lebih rileks dapat membantu mengurangi ketegangan dan rasa khawatir selama proses persalinan.

Intensitas Nyeri

hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata rata skor intensitas nyeri persalinan sesudah pemberian intervensi pada seluruh responden adalah 5,56 dengan standar deviasi sebesar 1,32. Standar deviasi 1,32 menunjukkan adanya variasi skor intensitas nyeri antar responden, namun penyebarannya relatif tidak terlalu besar. Skor intensitas nyeri berkisar antara 2,7 sebagai nilai minimum dan 7,7 sebagai nilai maksimum. Jika dibandingkan dengan kondisi sebelum pemberian aromaterapi lavender, terlihat adanya penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. Hal ini ditunjukkan oleh penurunan rata-rata skor intensitas nyeri dari 7,06 sebelum pemberian intervensi, menjadi 5,56 setelah intervensi diberikan, dengan selisih 1,50.

Berdasarkan paritas, rata-rata skor intensitas nyeri setelah pemberian aromaterapi lavender pada kelompok primipara sebesar 5,66 dengan standar deviasi 1,30, sedangkan pada kelompok multipara sebesar 5,45 dengan standar deviasi 1,36. Pada kelompok primipara, rata-rata skor nyeri menurun dari 7,02 menjadi 5,66 dengan penurunan sebesar 1,36 poin. Sementara itu, pada kelompok multipara rata-rata skor nyeri menurun dari 7,10 menjadi 5,45 dengan penurunan sebesar 1,65 poin. Secara deskriptif, penurunan rata-rata skor intensitas nyeri pada kelompok multipara lebih besar dibandingkan kelompok primipara. Penurunan intensitas nyeri setelah pemberian aromaterapi lavender dapat berkaitan dengan efek relaksasi dari kandungan lavender. Aroma lavender yang diterima oleh reseptor olfaktori diteruskan menuju sistem limbik dan dapat memengaruhi respons emosional serta persepsi terhadap nyeri. Kondisi tubuh yang lebih rileks dapat membantu

mengurangi ketegangan sehingga persepsi ibu terhadap nyeri persalinan dapat menurun Yowana (2021). Menurut asumsi peneliti, penurunan yang secara deskriptif lebih besar pada kelompok multipara dapat berkaitan dengan pengalaman persalinan sebelumnya dan kemampuan ibu dalam mengenali serta merespons nyeri persalinan. Meskipun demikian, persepsi nyeri bersifat subjektif dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor.

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan dan Intensitas Nyeri

Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata skor kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif mengalami penurunan dari 24,03 sebelum pemberian aromaterapi lavender menjadi 15,22 setelah pemberian aromaterapi lavender, dengan penurunan rata-rata sebesar 8,81 poin. Sebelum dilakukan uji hipotesis, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah sampel penelitian kurang dari 50 responden. Hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa skor kecemasan pretest tidak berdistribusi normal ($p = 0,012$), sedangkan skor posttest berdistribusi normal ($p = 0,095$). Oleh karena salah satu kelompok data tidak memenuhi asumsi normalitas, sehingga analisis bivariat dalam variabel kecemasan dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil uji menunjukkan 35 responden mengalami penurunan skor kecemasan, tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan skor kecemasan, dan 1 responden memiliki skor yang tetap. Nilai $Z = -5,163$ dengan $p < 0,001$ menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara skor kecemasan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Dengan demikian, pemberian aromaterapi lavender terbukti berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif.

Secara fisiologis, aromaterapi lavender bekerja melalui sistem penciuman (olfactory system). Molekul aroma yang dihirup akan merangsang reseptor penciuman dan diteruskan ke sistem limbik, yaitu bagian otak yang berperan dalam mengatur emosi, memori, dan respons stres. Kandungan utama minyak esensial lavender, yaitu linalool dan linalyl acetate, memiliki efek menenangkan (sedatif) dan relaksasi, sehingga dapat menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, mengurangi pelepasan hormon stres seperti kortisol, serta meningkatkan rasa nyaman dan tenang (Yowana, 2021). Mekanisme tersebut menyebabkan ibu menjadi lebih rileks sehingga tingkat kecemasan selama proses persalinan dapat berkurang. Kecemasan dapat diukur dengan pengukuran tingkat kecemasan dengan alat ukur kecemasan yang disebut HARS (Hamilton Rating Scale). Berdasarkan hasil penelitian oleh Jeong dan Lee (2024) di Korea, HARS terbukti memiliki validitas dan reliabilitas yang baik serta mampu mengukur kecemasan secara komprehensif meliputi aspek psikologis dan somatik, sehingga layak digunakan dalam penelitian (Jeong & Lee, 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu jurnal yang diterbitkan oleh Malahayati tahun 2021 mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu bersalin di RSUD Kota Tangerang Selatan Tahun 2021, didapatkan hasil terdapat perbedaan rerata skor tingkat kecemasan yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan tingkat signifikansi $0,001 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu bersalin di RSUD Kota Tangerang Selatan Tahun 2021. Penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender pada ibu bersalin kala I fase aktif dapat menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan aromaterapi. Hal ini menunjukkan bahwa aromaterapi lavender efektif sebagai salah satu metode nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan selama persalinan (Malahayati, 2022).

Kesamaan hasil tersebut memperkuat bahwa aromaterapi lavender dapat digunakan sebagai salah satu terapi komplementer yang aman, mudah diterapkan, dan efektif untuk membantu mengurangi kecemasan selama persalinan kala I fase aktif.

Apabila terdapat perbedaan hasil dengan penelitian lain, hal tersebut dapat dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik responden, metode pemberian aromaterapi, lama intervensi, maupun instrumen pengukuran kecemasan yang digunakan. Berdasarkan hasil penelitian, teori, dan penelitian terdahulu, dapat ditegaskan bahwa aromaterapi lavender merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang efektif dalam membantu menurunkan tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif, sehingga dapat dipertimbangkan sebagai terapi pendamping dalam pelayanan kebidanan untuk meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan. Menurut asumsi peneliti, pemberian aromaterapi lavender selama 20 menit melalui diffuser dapat membantu ibu menjadi lebih rileks dalam menghadapi proses persalinan. Kondisi rileks dapat membantu mengurangi ketegangan dan rasa khawatir yang dialami ibu. Penurunan rata-rata skor kecemasan sebesar 8,81 poin serta hasil uji statistik dengan nilai $p\text{-value} < 0,001$ menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender memberikan pengaruh terhadap penurunan kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif.

Intensitas Nyeri

Berdasarkan hasil penelitian pada intensitas nyeri, rata-rata skor intensitas nyeri persalinan mengalami penurunan dari 7,06 sebelum pemberian aromaterapi lavender menjadi 5,56 setelah pemberian aromaterapi lavender, dengan penurunan rata-rata sebesar 1,50 poin. Hasil uji normalitas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa data intensitas nyeri sebelum pemberian aromaterapi lavender memiliki nilai signifikan sebesar 0,055 sedangkan data sesudah pemberian aromaterapi lavender memiliki nilai signifikan sebesar 0,291. Karena kedua nilai signifikan tersebut lebih besar dari (0,05) maka data dinyatakan berdistribusi normal. Berdasarkan hasil tersebut, analisis bivariat dilanjutkan dengan menggunakan uji paired sample t-test untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Hasil uji Paired Sample t-test menunjukkan $p\text{-value} < 0,001$ ($p < 0,5$), sehingga terdapat perbedaan yang bermakna antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada ibu bersalin kala I fase aktif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Aromaterapi lavender adalah aroma terapi yang menggunakan bunga lavender yang memiliki zat aktif berupa linalool acetat dan linalool sebagai relaksasi. Sari dari minyak bunga lavender diambil dari bagian pucuk bunganya. Minyak lavender diperoleh dengan cara destilasi bunga. Komponen kimia utama dengan kandungan seperti linalil asetat, linalool dapat meningkatkan gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah membantu menciptakan keadaan relaksasi (Hidayah, 2024). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sri Untari, Nurul Kodiyah, Nurya Sari di Puskesmas Grobong tahun 2022, diketahui rata rata nilai pretest tingkat skala nyeri sebelum diberikan intervensi adalah 7,535, dan rata rata nilai skala nyeri posttest setelah intervensi adalah 5,321, sehingga selisih mean sebanyak 2,21. Selain itu berdasarkan hasil uji Paired Sampel T, diperoleh $p\text{ value} = 0,001$ ($< 0,5$) sehingga secara statistik dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif.

Penurunan intensitas nyeri tersebut diduga terjadi karena aromaterapi lavender yang dilakukan secara inhalasi termasuk melalui penggunaan diffuser atau humidifier.

Berdasarkan hasil literature review terhadap 10 artikel penelitian, sebagian besar studi menggunakan durasi pemberian aromaterapi selama 10-20 menit dan menunjukkan hasil yang signifikan dalam menurunkan kecemasan dan nyeri. Selain itu beberapa penelitian juga secara spesifik menggunakan durasi 20 menit dengan frekuensi 1 kali pemberian dan terbukti efektif secara statistik. Oleh karena itu dalam penelitian ini, aromaterapi diberikan selama 20 menit dengan mempertimbangkan bahwa durasi tersebut merupakan durasi yang paling banyak digunakan dan efektif berdasarkan penelitian (Rosuli et al., 2023). Aromaterapi lavender diberikan menggunakan diffuser dengan memberikan 6 tetes atau setara dengan 0,3 ml menggunakan syringe 1 cc ke dalam 120 ml air yang telah diukur menggunakan gelas ukur. (Fitrianingsih, 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Melia Hidayah tahun 2024 yang meneliti mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan di RS Bandung Kiwari 2024 didapatkan hasil uji statistik nilai p value 0,001 (< 0.05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender (Hidayah, 2024). Menurut penelitian Kaya dkk. (2023), aromaterapi merupakan salah satu metode non-farmakologis yang dapat digunakan dalam manajemen nyeri persalinan. Hasil meta-analisis terhadap 14 penelitian menunjukkan bahwa hasilnya signifikan secara statistik ($p < 0,050$) dalam jurnalnya yang meneliti tentang efektivitas aromaterapi dalam manajemen nyeri persalinan dalam sebuah meta-analisis ditemukan bahwa aromaterapi memiliki efek menguntungkan pada manajemen nyeri persalinan dan mengurangi nyeri persalinan pada kelompok intervensi dalam 11 studi, ditemukan bahwa tidak ada efek dalam 3 studi, sehingga menurut temuan analisis, aromaterapi secara signifikan mengurangi intensitas nyeri persalinan (Kaya, 2023).

Hasil penelitian mengenai intensitas nyeri ini juga didukung oleh penelitian Khoirunnisa, Indrianingrum, dan Trisanti (2019) mengenai efektivitas Circular Hip Massage dan Knee Press Massage terhadap perubahan intensitas nyeri persalinan. Meskipun intervensi yang digunakan berbeda dengan penelitian ini, kedua penelitian sama-sama berfokus pada penatalaksanaan nonfarmakologis untuk membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri pada kelompok Circular Hip Massage menurun dari 7,85 menjadi 6,88 dengan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan (Khoirunnisa. Fania Nurul, 2019).

Mengenai terapi nonfarmakologi mempengaruhi intensitas nyeri didukung juga oleh penelitian Fitriana, Nasriyah, dan Trisanti (2026) mengenai pengaruh pijat punggung effleurage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin. Meskipun intervensi yang digunakan berbeda dengan penelitian ini, kedua penelitian sama-sama berfokus pada penatalaksanaan nonfarmakologis untuk membantu menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Hasil penelitian terhadap 36 responden menunjukkan rata-rata intensitas nyeri menurun dari 7,6 sebelum intervensi menjadi 5,5 setelah intervensi. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh pijat punggung effleurage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif (Nasriyah, 2026).

Temuan penelitian Khoirunnisa, Indrianingrum, dan Trisanti (2019) serta Fitriana, Nasriyah, dan Trisanti (2026) mendukung bahwa intervensi nonfarmakologis dapat digunakan sebagai salah satu pendekatan dalam penatalaksanaan nyeri persalinan. Walaupun jenis intervensi yang digunakan berbeda dengan aromaterapi lavender, hasil

penelitian tersebut menunjukkan bahwa upaya nonfarmakologis yang memberikan relaksasi dan kenyamanan kepada ibu dapat membantu menurunkan intensitas nyeri selama proses persalinan

Menurut asumsi peneliti, penurunan rata-rata skor intensitas nyeri sebesar 1,50 poin setelah pemberian aromaterapi lavender menunjukkan adanya perubahan persepsi nyeri yang dirasakan ibu. Meskipun kontraksi uterus dan dilatasi serviks tetap berlangsung sebagai proses fisiologis persalinan, kondisi ibu yang lebih rileks setelah menghirup aromaterapi lavender dapat membantu ibu dalam merespons nyeri persalinan. Hasil uji statistik dengan nilai $p\text{-value} < 0,001$ memperkuat bahwa pemberian aromaterapi lavender berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Dalam penelitian ini, pengukuran intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi dilakukan dalam rentang waktu yang singkat. Hal tersebut dilakukan untuk meminimalkan pengaruh proses fisiologi persalinan, termasuk perubahan pembukaan serviks yang dapat memengaruhi intensitas nyeri ataupun kecemasan.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain one group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol, sehingga efektivitas pemberian aromaterapi lavender belum dapat dibandingkan secara langsung dengan kelompok yang tidak memperoleh intervensi. Selain itu, jumlah responden dalam penelitian ini relatif sedikit karena pengambilan data dilakukan dalam periode penelitian yang terbatas dan disesuaikan dengan ketersediaan responden yang memenuhi kriteria penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan dan intensitas nyeri kala I fase aktif pada ibu bersalin di Rumah Sakit Santosa Bandung kopo periode Juni Tahun 2026, dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik ibu bersalin dalam penelitian ini menunjukan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia reproduksi sehat (20-35 tahun) sebanyak 28 responden (77,8%), mayoritas merupakan primipara sebanyak 19 responden (52,8%) dan sebagian besar berada pada pembukaan serviks 6 cm sebanyak 13 responden (36,1%) pada kala I fase aktif persalinan.
2. Sebelum pemberian aromaterapi lavender, sebagian besar ibu bersalin kala I fase aktif mengalami kecemasan dengan rata-rata (mean) skor HARS sebesar $24,03 \pm 7,80$ dan sebagian besar ibu bersalin mengalami intensitas nyeri persalinan dengan rata rata (mean) skor VAS sebesar 7,06 dengan standar deviasi 1,26.
3. Setelah pemberian aromaterapi lavender, terjadi penurunan terhadap kecemasan dan intensitas nyeri persalinan, dengan rata-rata (mean) skor HARS menurun menjadi $15,22 \pm 4,50$ dan rata rata skor intensitas nyeri persalinan menurun menjadi 5,56 dengan standar deviasi sebesar 1,32.
4. Pemberian aromaterapi lavender berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan dan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo. Hal ini dibuktikan berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test pada variabel kecemasan yang menunjukkan nilai $Z = -5,163$ dengan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$), serta hasil uji Paired Sample t-test pada variabel intensitas nyeri yang menunjukkan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0

ditolak dan H₁ diterima, sehingga pemberian aromaterapi lavender terbukti efektif sebagai terapi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan tingkat kecemasan dan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin

Saran

1. Bagi Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dan kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif, Rumah Sakit Santosa Bandung Kopo disarankan mempertimbangkan aromaterapi lavender sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis pendamping dalam asuhan persalinan. Penerapan dapat dilakukan dengan menyusun standar operasional prosedur (SOP) serta menyediakan sarana pendukung agar intervensi dapat dilaksanakan dengan optimal.

2. Bagi Bidan

Berdasarkan hasil penelitian ini, bidan diharapkan dapat memanfaatkan aromaterapi lavender sebagai salah satu alternatif terapi komplementer dalam membantu mengurangi nyeri dan kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif. Pemberian aromaterapi lavender hendaknya dilakukan sesuai prosedur yang benar, dengan memperhatikan kondisi ibu serta tidak menggantikan tata laksana medis yang diperlukan.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam pembelajaran mengenai terapi komplementer, khususnya penggunaan aromaterapi lavender pada asuhan persalinan, sehingga dapat menambah wawasan mahasiswa kebidanan mengenai intervensi nonfarmakologis dalam penatalaksanaan nyeri dan kecemasan persalinan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan jumlah responden yang lebih besar, menambahkan kelompok kontrol, serta mempertimbangkan variabel yang dapat memengaruhi seperti dukungan suami, lama persalinan, usia, paritas, dan pembukaan serviks, sehingga hasil penelitian yang diperoleh menjadi lebih komprehensif, atau menggunakan metode studi yang berbeda seperti dengan metode literature review atau metode studi kasus atau dapat juga dengan mengkombinasikan aromaterapi lain.

5. Bagi Ibu Bersalin

Bagi ibu bersalin, disarankan memanfaatkan aromaterapi lavender sebagai terapi komplementer selama persalinan sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan, karena berdasarkan hasil penelitian terbukti membantu menurunkan intensitas nyeri dan tingkat kecemasan sehingga ibu dapat menjalani proses persalinan dengan lebih nyaman.

6. Bagi Ibu Hamil dan Keluarga

Bagi ibu hamil diharapkan dapat mempersiapkan proses persalinan sejak masa kehamilan, termasuk mengenal berbagai metode nonfarmakologis seperti aromaterapi lavender yang dapat dipertimbangkan untuk membantu mengurangi kecemasan dan intensitas nyeri selama persalinan. Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan kepada ibu hamil dalam mempersiapkan persalinan, termasuk mendukung pemanfaatan aromaterapi lavender sebagai salah satu terapi komplementer sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan untuk membantu mengurangi kecemasan dan intensitas nyeri persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuda, B., Susilawati, S., & Nuryuniarti, R. (2023). Penatalaksanaan Pemberian Teknik Inhalasi Aromaterapi Lemon Citrus Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Jurnal Kebidanan Umta*, 7(2), 85–90. <https://doi.org/10.35568/bimtas.v7i2>
- Choi, S., Yoon, S. H., & Lee, H. J. (2024). penelusuran mendalam tentang skala nyeri yang umum digunakan untuk penilaian nyeri pascaoperasi. *Dalam Korean Journal of Pain* (Vol. 37, Nomor 3, hlm. 188–200). Korean Pain Society. <https://doi.org/10.3344/kjp.24069>
- Elisa, R., Hernawati, Y., & Triwidiyanti, D. (2025). Pengaruh Pemberian Deep Back Massage Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Rsud Bandung Kiwari Kota Bandung. <https://siakad.stikesdhh.ac.id/repositories/400824/4008240010/ARTIKEL%20PDF.pdf>
- Fitria, D. (2024). Pengaruh Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lemon Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Ruang Bersalin Rsud Bandung Kiwari Kota Bandung. <https://siakad.stikesdhh.ac.id/repositories/400824/4008240270/ARTIKEL%20PDF.pdf>
- Fitrianingsih, Y. (2024). Metode Penyampaian Aromaterapi Lavender untuk Mengatasi Nyeri Analisis Perbandingan Inhalasi Langsung vs. Diffuser Intensitas pada Ibu Hamil Pertama Selama Fase Persalinan Aktif. <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/MANR>
- Hidayah, M. (t.t.). PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA IBU BERSALIN KALA 1 FASE AKTIF DI RSUD BANDUNG KIWARI KOTA BANDUNG TAHUN 2024 SKRIPSI Diajukan untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan Disusun Oleh.
- Hidayah, M. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Di Rsud Bandung Kiwari Kota Bandung Tahun 2024.
- Jeong, H., & Lee, B. (2024). Sifat Psikometrik dan Struktur Faktor dari Skala Penilaian Kecemasan Hamilton di Kalangan Korea Mahasiswa Universitas selama COVID-19. *The Open Psychology Journal*, 17(1). <https://doi.org/10.2174/0118743501268244231108104216>
- Kadek Indryawati Putri Utami, N., & Sondang Irawan, D. (2025). Hamilton Anxiety Rating Scale Untuk Mengetahui Gangguan Kecemasan Pada Lansia Di Puskesmas Mulyorejo, Kota Malang (Vol. 1, Nomor 8). <https://jurnalpengabdianmasyarakatmentari.com/index.php/jpmm/index>
- Kaya, A. (2023a). Efektivitas aromaterapi dalam manajemen nyeri persalinan: Sebuah meta-analisis. *Dalam European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology: X* (Vol. 20). Elsevier Ireland Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.eurox.2023.100255>
- Kaya, A. (2023b). The effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain: A meta-analysis. *Dalam European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology: X* (Vol. 20). Elsevier Ireland Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.eurox.2023.100255>
- Kaya, A., Yeşildere Sağlam, H., Karadağ, E., & Gürsoy, E. (2023). The effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain: A meta-analysis. *Dalam European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology: X* (Vol. 20). Elsevier Ireland Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.eurox.2023.100255>
- Khairunisa. Fania Nurul. (2019). Efektivitas Pijat Pinggul Melingkar dan Pijat Tekan Lutut terhadap Intensitas Perubahan Nyeri Persalinan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 44. <https://doi.org/https://www.google.com/search?q=https://doi.org/10.15294/kemas.v15i1.15783>
- Koo, M., & Yang, S. W. (2025). Visual Analogue Scale. *Encyclopedia*, 5(4). <https://doi.org/10.3390/encyclopedia5040190>
- Nasriyah. (2026). Pengaruh Pijat Punggung Effleurage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSIA Annisa Blora. *Jurnal Bunda Edu-Kebidanan (BEMJ)*, 9(1), 1140–1145. <https://doi.org/10.30605/bunda.v9i1.1140>
- Novitasari. (2025). EFEKTIVITAS TERAPI KOMBINASI AROMATERAPI ATIVON OIL DAN TEKNIK RELAKSASI TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DI

- KLINIK BUMI SEHAT BAHAGIA KOTA BANDUNG TAHUN 2025.
<https://siakad.stikesdhib.ac.id/repositories/400824/4008240232/ARTIKEL%20PDF.pdf>
- Noviyanti, A. (2022). Faktor Fisik dan Psikologis Ibu Bersalin dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Primipara Physical and Psychological Factors of Maternal in Labor with Intensity of First Stage of Labor Pain in Primipara's Mothers. Dalam Jurnal Kesehatan (Vol. 13, Nomor 3). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Oktaviani, D. (2024). Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Di Puskesmas Cibatu Kabupaten Garut.
<https://siakad.stikesdhib.ac.id/repositories/400824/4008240274/ARTIKEL%20PDF.pdf>
- pradana. (2019). Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS).
<https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/downloadSuppFile/16302/4768>
- Pratiwi, F. (2024). Konseling Informasi Edukasi (Kie) Tentang Kehamilan, Persalinan Dan Nifas Pada Pasangan Usia Subur Di Dusun Dadabhong, Sendang Sari, Kapanewon Pajangan Bantul. Pengabdian Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta, 2(2), 61–66. <https://jurnal.lppm-mmy.ac.id/index.php/dimaslia>
- Primiastuti, D. (2024). Efektivitas Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif.
<https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Keb/article/download/614/717/1810>
- Republik, indonesia. (2019). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan.
<https://www.google.com/url?sa=E&source=gmail&q=https://peraturan.bpk.go.id/Details/104111/UU-No-4-Tahun-2019>
- Roniati, R., Indah Purnama Eka Sari, W., Esmianti, F., IV Kebidanan, P. D., Kemenkes Bengkulu, P., III Kebidanan Curup, P. D., & Naskah, G. (2021). PENGARUH AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN IBU BERSALIN PADA KALA I FASE AKTIF. JMSWH Journal of Midwifery Science and Women's Health, 2, 20.
<https://doi.org/10.36082/jmswh.v2i1.364>
- Rosuli, A., Hapsari, R. M., Rudyanto, R., Yuanto, H. H., & Rahmawan, F. A. (2023). Efektifitas Aromaterapi dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Pasien Preoperasi: Studi Literatur. Nursing Information Journal, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.54832/nij.v3i1.515>
- Tabatabaeichehr, M. (2020). Efektivitas Aromaterapi dalam Pengelolaan Persalinan Nyeri dan Kecemasan. Ethiopian journal of health sciences, 30(3), 449–458.
<https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i3.16>
- Ye, W., Hackett, S., Vandeveld, C., Twigg, S., Helliwell, P. S., & Coates, L. C. (2021). Perbandingan Skala Analog Visual dan Skala Peringkat Numerik dalam Hasil yang Dilaporkan Pasien pada Arthritis Psoriatik. Journal of Rheumatology, 48(6), 836–840.
<https://doi.org/10.3899/jrheum.200928>
- Untari, S., Kodiyah, N., & Kumalasari, N. (2022). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan pada primipara kala I fase aktif. The Shine Cahaya Dunia Kebidanan, 7(2), 50–56.
<https://doi.org/10.35720/tscbid.v7i2.375>