



PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU POST OPERASI SECTIO CAESAREA DI RUMAH SAKIT MITRA SEJATI MEDAN TAHUN 2025

Rianita Siagian¹, Mariana Sinaga², Jeanika Pinem³

^{1,2,3)} Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Arta Kabanjahe
rianitasiagian95@gmail.com, jeanikapinem30@gmail.com, annatamsin1906@gmail.com

Abstrak

Teknik relaksasi bisa dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya adalah dengan aromaterapi. Aromaterapi memiliki efek menenangkan untuk mengurangi kecemasan dan ketegangan. Penggunaan aromaterapi bisa dengan cara dihirup, diminum, kompres, pijat, dan dicampur dengan air kemudian digunakan untuk mandi. Ketika minyak esensial dihirup aroma dideteksi oleh sel reseptor olfaktorius di lubang hidung, stimulasi tersebut berjalan disepanjang saraf olfaktorius (saraf kranial I) ke bahan olfaktorius dan kemudian menuju ke otak. Tempat stimulasi tersebut dianggap berperan pada emosi, ingatan, dan berbagai fungsi tubuh termasuk frekuensi jantung, tekanan darah, pernafasan, dan sistem imun. Jenis penelitian ini menggunakan pre eksperiment dengan menggunakan rancangan one group pretest-posttest design. Penelitian ini digunakan untuk melihat pengaruh aromaterapi lavender dalam mengurangi tingkat kecemasan pada post sectio caesaria sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian adalah dengan total sampling. Uji statistic T-Test digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh intensitas kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender. Setelah dilakukan penelitian terhadap 20 responden hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu post sc di RSU Sinar Husni. Uji T-Test didapatkan nilai P-Value = 0,009 yang memiliki arti bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan ibu post operasi section caesarea. Dampak positif aromaterapi terhadap penurunan kecemasan ini disebabkan karena aromaterapi lavender diberikan secara langsung. Namun demikian tidak selamanya pemberian lavender berdampak pada perubahan penurunan tingkat kecemasan.

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Ibu Post SC

Abstract

Relaxation techniques can be done in various ways, one of which is with aromatherapy. Aromatherapy has a calming effect to reduce anxiety and tension. The use of aromatherapy can be inhaled, drunk, compressed, massaged, and mixed with water and then used for bathing. When essential oils are inhaled, the aroma is detected by olfactory receptor cells in the nostrils, the stimulation takes place along the olfactory nerve (cranial nerve I) to the olfactory bubble and then to the brain where stimulation is thought to play a role in emotion, memory, and various bodily functions including heart rate, blood pressure, respiration, and the immune system. This type of research uses a pre-experimental design using a one group pretest-posttest design. This study was used to see the effect of lavender aromatherapy in reducing anxiety levels in post sectio caesaria before and after intervention. The sampling technique in this research is total sampling. The T-Test statistical test was used to determine the effect of anxiety intensity before and after being given lavender aromatherapy. After conducting research on 20 respondents, the results of the research and discussion regarding the effect of lavender aromatherapy on the anxiety level of post sc mothers at Mitra Sejati Hospital. The T-Test test obtained P-Value = 0.009 which means that there is an effect of lavender aromatherapy on the anxiety level of postoperative section caesarea mothers. The positive impact of aromatherapy on reducing anxiety is because lavender aromatherapy is given directly. However, giving lavender does not always have an impact on changes in reducing anxiety levels.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Mrs. Post SC

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author :

Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Arta Kabanjahe

Email : rianitasiagian95@gmail.com

PENDAHULUAN

Secara alamiah tubuh seorang ibu telah dipersiapkan menghadapi proses persalinan secara normal. Proses persalinan berjalan dengan baik karena dibantu oleh kelenturan mulut rahim dan kelenturan otot vagina. Namun tidak selamanya persalinan secara normal dapat dilakukan oleh seorang ibu, terkadang ditemukan indikasi medis yang mengharuskan seorang ibu tidak bisa melakukan persalinan secara normal. Beberapa indikasi medis tersebut seperti perjalanan persalinan yang semakin melemah, kesempitan panggul ibu, kelainan posisi kepala janin di jalan lahir, ancaman gawat janin, dan baby giant. Tindakan operasi adalah salah satu jalan untuk menolong persalinan sehingga mencapai "well born baby and well health mother". Tindakan operasi ini sekarang lebih dikenal dengan sebutan "sectio caesarea" (Manuaba, Manuaba, & Manuaba, 2019).

Selanjutnya Mitayani (2019) mengatakan sectio caesarea (SC) adalah suatu persalinan buatan untuk melahirkan bayi dengan membuka dinding rahim melalui sayatan pada dinding perut dengan saraf rahim dalam keadaan utuh serta berat bayi di atas 500 gram. Kini persalinan melalui caesar sudah banyak diterima dikalangan masyarakat, bahkan mulai dekade 90an sampai dengan saat ini melahirkan dengan cara caesar seakan-akan menjadi trend dan mode. Para calon ibu berbondong-bondong memesan rumah sakit untuk melakukan proses kelahiran dengan cara tersebut. Tindakan caesar ini pun banyak dilakukan tanpa indikasi medis sama sekali, alasan yang diberikan umumnya agar bisa memilih tanggal lahir seperti yang diinginkan, juga untuk alasan praktis sang ibu tidak perlu mengejan, dan rasa nyeri yang ditimbulkan saat proses kelahiran tidak separah kelahiran normal, karena ibu mengalami bius baik lokal maupun total. Padahal proses pemulihan setelah persalinan secara normal jauh lebih cepat dibandingkan persalinan dengan operasi (Maulana, 2018).

Menjalani persalinan dengan prosedur pembedahan atau operatif akan memberikan suatu reaksi emosional bagi seorang ibu maupun keluarganya. Kecemasan pre operatif merupakan suatu respons antisipasi terhadap suatu pengalaman yang dapat dianggap sebagai suatu ancaman perannya dalam hidup, integritas tubuh, atau bahkan kehidupan itu sendiri. Sudah diketahui bahwa pikiran yang bermasalah secara langsung akan mempengaruhi fungsi tubuh, sehingga dapat membuat pascapartum lebih sulit, menyebabkan ketegangan tambahan pada perkembangan hubungan ibu dan bayi yang baru lahir, serta menimbulkan pengalaman melahirkan yang buruk bagi ibu (Muttaqin & Sari, 2019).

Ansietas atau kecemasan adalah respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak

menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup. Sebenarnya rasa cemas adalah hal yang normal bagi setiap manusia, akan tetapi kecemasan menjadi tidak normal apabila ditanggapi secara unrealistic, berlebihan, dan megakibatkan gangguan fisik, psikis, dan sosial. Ansietas merupakan pengalaman emosi dan subjektif tanpa ada objek yang spesifik sehingga seseorang merasakan suatu perasaan yang was-was (khawatir) seolah-olah ada sesuatu yang buruk akan terjadi dan pada umumnya disertai gejala-gejala otonomik yang berlangsung beberapa waktu (Pieter, Janiwarti, & Saragih, 2021).

Gejala psikologis utama dari kecemasan yaitu perasaan takut atau khawatir dalam situasi dimana seseorang merasa terancam. Kecemasan tidak hanya sekedar menyerang perasaan, namun juga berdampak pada fisik. Sebagai manifestasi dari tubuh memerangi atau menjaga keseimbangan (homeostasis), kegelisahan melibatkan berbagai gejala fisik. Adapun gejala fisik secara umum jantung berdebar, berkeringat, mual-mual atau pusing, peningkatan frekuensi BAB atau diare, sesak nafas, tremors, kejang (twitches), ketegangan otot, sakit kepala, kelelahan dan insomnia (Nasir & Muhith, 2021).

Perubahan psikologis ibu akibat kecemasan akan memengaruhi pengambilan keputusan pasien dan keluarga. Sehingga tidak jarang ibu menolak operasi yang sebelumnya telah disetujui dan biasanya pasien pulang tanpa operasi. Sedangkan perubahan fisiologis akibat kecemasan yang dapat mengakibatkan pasien sulit tidur dan tekanan darah akan meningkat sehingga operasi bisa dibatalkan. Adanya penundaan operasi dapat membahayakan ibu dan janin yang dilahirkan (Majid, Judha, & Istinah, 2021).

Pieter, Janiwarti, dan Saragih (2021) mengatakan ada beberapa cara mengatasi ansietas yaitu dengan menggunakan terapi individual, terapi kelompok, terapi keluarga, dan terapi obat-obatan. Terapi individual merupakan suatu proses ketika seorang klien dan terapis bekerja sama dan bertemu untuk tujuan memperbaiki masalah atau gangguan emosional serta kesulitan-kesulitan psikologis yang dihadapi oleh klien, penatalaksanaan terapi ini salah satunya dengan cara mengajarkan klien untuk menghambat respons ansietas melalui penyelesaian dan analisis logis serta mengajarkan klien tentang relaksasi untuk mengurangi segala ketegangan fisik. Terapi individu menjadi pilihan utama manajemen ansietas karena perawat akan lebih berfokus pada klien dibandingkan dengan penatalaksanaan terapi kelompok ataupun keluarga.

Terapi obat sebagai pilihan terahir karena menurut Karch (2020) obat yang digunakan untuk mengatasi ansietas adalah obat-obatan golongan benzodiazepin yang pada penggunaannya sangat dikontra indikasikan pada ibu hamil dan menyusui karena efek merugikan potensial pada janin dan

kemungkinan sedasi pada bayi. Relaksasi dapat membantu individu membangun keterampilan kognitif untuk mengurangi cara yang negatif dalam merespon situasi dalam lingkungan mereka. Proses relaksasi memperpanjang serat otot, mengurangi pengiriman implus neural ke otak, dan selanjutnya mengurangi aktivitas otak juga sistem tubuh lainnya. Karakteristik dari respons relaksasi dapat menurunkan denyut jantung dan frekuensi pernafasan, tekanan darah, dan konsumsi oksigen serta peningkatan aktivitas gelombang otak alpha dan suhu kulit perifer. Jika diterapkan dalam jangka panjang terapi relaksasi ini dapat membuat seseorang dapat memonitor dirinya secara terus-menerus terhadap indikator ketegangan, serta untuk membiarkan dan melepaskan dengan sadar ketegangan yang terdapat di berbagai bagian tubuh (Potter & Perry, 2020).

Teknik relaksasi bisa dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya adalah dengan aromaterapi. Aromaterapi memiliki efek menenangkan untuk mengurangi kecemasan dan ketegangan. Penggunaan aromaterapi bisa dengan cara di hirup, diminum, kompres, pijat, dan dicampur dengan air kemudian digunakan untuk 4 mandi (Koensoemardiyyah, 2019).

Menurut Kozier, Erb, Berman, dan Snyder (2020) ketika minyak esensial dihirup aroma dideteksi oleh sel reseptor olfaktorius dilubang hidung, stimulus tersebut berjalan di sepanjang saraf olfaktorius (saraf kranial I) ke bulbus olfaktorius dan kemudian menuju ke otak tempat stimulus tersebut dianggap berperan pada emosi, ingatan, dan berbagai fungsi tubuh termasuk frekuensi jantung, tekanan darah, pernafasan, dan sistem imun.

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO, 2018) menetapkan standar rata-rata section caesarea di sebuah Negara adalah sekitar 5-15 % per 1000 kelahiran di dunia. Rumah Sakit pemerintah kira-kira 11 % sementara Rumah Sakit swasta bias lebih dari 30 %. Jumlah angka tindakan operasi caesar di Indonesia sudah melewati batas maksimal standar WHO yaitu 5-15 %.

Di indonesia sendiri, angka kejadian operasi sectio caesarea juga meningkat baik di rumah sakit pemerintah maupun rumah sakit swasta. Menurut data Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia (SDKI) menunjukkan terjadi kecenderungan peningkatan operasi sesar di Indonesia dari tahun 1991 sampai tahun 2017 yaitu 1,3-6,8 persen. Persalinan sesar di kota jauh lebih tinggi dibandingkan di daerah pedesaan yaitu 11 persen dibandingkan 3,9 persen.

Hasil Riskesdes tahun 2018 menunjukkan operasi sectio caesarea sebesar 9,8 persen dari total 48.603 kelahiran sepanjang tahun 2010 sampai 2013, dengan proporsi tertinggi di DKI Jakarta (19,9%) dan terendah di Sulawesi Tenggara (3,3%). Secara umum pola persalinan melalui

operasi sectio caesarea menurur karakteristik menunjukkan proporsi tertinggi pada kuantil indek kepemilikan teratas (18,9%), tinggal di perkotaan (13,8%), pekerjaan sebagai pegawai (20,9%) dan pendidikan tinggi/lulus PT (25,1%) (Kementerian Kesehatan, 2018).

Berdasarkan survei awal di Rumah Sakit Mitra SejatiMedan didapatkan data jumlah persalinan SC pada tahun 2022 sebanyak 350 orang dan pada tahun 2025 pada bulan Januari sebanyak 15 orang. Penyebab persalinan SC diantaranya adalah karena letak sungsang atau letak bokong, serta komplikasi pada ibu dan janin.

Berdasarkan data dan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap tingkat kecemasan pada pasien Post SC (*Sectio Caesaria*)di Rumah Sakit Mitra SejatiMedan.

METODE

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah Analitik dengan desain penelitian pre test post test. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas dengan jumlah sampel yaitu sebanyak 20 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan penelitian terhadap 20 responden, hasil penelitian dan pembahasan mengenai "Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post SC di RS. Mitra SejatiTahun 2025", adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di RS Mitra SejatiTahun 2025

No	Karakteristik Responden	N	Jumlah	
				Percentase (%)
1 Umur (tahun)				
			1	5,0
	a. < 20 tahun	15	75,0	
	b. 20-24 tahun			
	c. >24 tahun	4	20,0	
2 Paritas				
	a. Primipara	12	60,0	
	b. Multipara	7	35,0	
	c. Grande-multi	1	5,0	
3 Pendidikan				
	a. Dasar	1	5,0	
	b. Menengah			
	c. Perguruan	11	55,0	
	Tinggi			

	8	40,0
4 Pekerjaan		
a. Bekerja	8	40,0
b. Tdk Bekerja	12	60,0
Total	20	100,0

Berdasarkan Tabel 4.1 didapatkan hasil mayoritas umur ibu berada pada rentang 20-24 tahun sebanyak 15 orang (75,0%), mayoritas paritas ibu dengan kategori primipara sebanyak 12 orang (60,0%), mayoritas pendidikan ibu kategori menengah sebanyak 11 orang (55,0%), mayoritas ibu tidak bekerja sebanyak 12 orang (60,0%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Post Operasi Sectio Caesarea sebelum di berikan Aromatherapy Lavender di RS Mitra SejatiTahun 2025

No	Kecemasan	Jumlah	Per센 (%)
Sebelum			
1	Ringan	1	5,0
2	Sedang	11	55,0
3	Berat	8	40,0
	Jumlah	20	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan distribusi frekuensi kecemasan ibu post operasi sectio caesarea sebelum diberikannya aromatherapy lavender mayoritas kecemasan ibu dengan kategori sedang sebanyak 11 orang (55,0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Post Operasi Sectio Caesarea sesudah di berikan Aromatherapy Lavender di RS Mitra SejatiTahun 2025

No	Kecemasan	Jumlah	Per센 (%)
Sesudah			
1	Ringan	16	80,0
2	Sedang	4	20,0
3	Berat	0	0,0
	Jumlah	20	100,0

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan distribusi frekuensi kecemasan ibu post operasi sectio caesarea setelah diberikannya aromatherapy lavender mayoritas kecemasan ibu dengan kategori sedang sebanyak 16 orang (80,0%).

Analisis Bivariat

Pengaruh Aromatherapy Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Operasi Sectio Caesarea di RS Mitra SejatiMedan Tahun 2025dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. Pengaruh Aromatherapy Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Operasi Sectio Caesarea di RS Mitra SejatiMedan Tahun 2025

Kecemasan	n	Mean	Std. Dev	P-Value
Sebelum (Pretest)	20	3,00	0,00	0,009
Sesudah (Posttest)	20	2,18	0,54	

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hasil uji T-test pada variabel Pengaruh Aromatherapy Lavender Terhadap Tingkat kecemasan Ibu Post Operasi SC di RS Mitra SejatiTahun 2025dengan kategori kecemasan sebelum didapatkan nilai mean sebesar 3,00 sedangkan pada kategori kecemasan sesudah didapatkan nilai mean sebesar 2,18. Berdasarkan hasil uji tersebut didapatkan penurunan tingkat rerata nilai mean sebesar 0,82. Berdasarkan hasil uji tabulasi silang menggunakan uji T-Test didapatkan nilai P value = 0,009 yang memiliki arti bahwa terdapat Pengaruh Aromatherapy Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Operasi Sectio Caesarea di RS Mitra Sejati Medan Tahun 2025.

Pembahasan

Pengaruh Aromatherapy Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Operasi Sectio Caesarea di RS Mitra SejatiMedan Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil uji T-test pada variabel Pengaruh Aromatherapy Lavender Terhadap Tingkat kecemasan Ibu Post Operasi SC di RS Mitra SejatiTahun 2025dengan kategori kecemasan sebelum didapatkan nilai mean sebesar 3,00 sedangkan pada kategori kecemasan sesudah didapatkan nilai mean sebesar 2,18. Berdasarkan hasil uji tersebut didapatkan penurunan tingkat rerata nilai mean sebesar 0,82. Berdasarkan hasil uji tabulasi silang menggunakan uji T-Test didapatkan nilai P value = 0,009 yang memiliki arti bahwa terdapat Pengaruh Aromatherapy Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Operasi Sectio Caesarea di RS Mitra SejatiMedan Tahun 2025.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil-hasil penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya. Kritsidima, Newton, dan Asimakopoulou (2020) melaporkan dalam penelitiannya bahwa pemberian aromatherapy lavender pada klien dengan masalah gigi secara signifikan menurunkan tingkat kecemasan jika dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberi lavender ($p = 0.001$). Penelitian yang dilakukan oleh Woelk dan Schlafke (2020) juga menunjukkan bahwa pemberian lavender sangat efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan umum (generalized anxiety disorder) dibandingkan dengan pemberian Lorazepam.

Hasil penelitian oleh Conrad dan Adams (2019) menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi dapat menurunkan secara signifikan tingkat kecemasan dan depresi pada wanita melahirkan dengan resiko tinggi. Dampak positif aromaterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan ini disebabkan karena aromaterapi lavender diberikan secara langsung (inhalasi). Mekanisme melalui penciuman jauh lebih cepat dibanding rute yang lain dalam penanggulangan problem emosional seperti stess dan kecemasan, termasuk sakit kepala, karena hidung / penciuman mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan oleh aromaterapi. Hidung sendiri bukanlah organ untuk membau, tetapi hanya memodifikasi suhu dan kelembaban udara yang masuk. Saraf otak (cranial) pertama bertanggung jawab terhadap indera pembau dan menyampaikan pada sel-sel reseptor. Ketika aromaterapi dihirup, molekul yang mudah mengguap dari minyak tersebut dibawa oleh udara ke "atap" hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Ketika molekul-molekul itu menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektro kimia akan ditransmisikan melalui bola dan olfactory ke dalam sistem limbik. Hal ini akan merangsang memori dan respons emosional. Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulator, memunculkan pesan-pesan ke bagian otak serta bagian tubuh yang lain. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euporia, relaks atau sedative. Sistem limbik ini terutama digunakan untuk sistem ekspresi emosi (Koensoemardiyyah, 2019).

Namun demikian tidak selamanya pemberian lavender berdampak pada perubahan penurunan tingkat kecemasan. Muzzarelli, Force, dan Sebold (2016) melaporkan dalam penelitiannya bahwa tidak ada perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok yang diberikan aromatherapy (lavender) dengan kelompok kontrol (tanpa aromaterapi) ($p = 0.47$). Walaupun tidak bermakna secara statistic, namun hasil penelitian Muzzarelli, et.al. (2006) melaporkan bahwa kelompok yang diberikan lavender merasa lebih nyaman.

Sebelum pemberian aromaterapi paling banyak tingkat kecemasan responden adalah tingkat cemas berat. Munculnya kecemasan berat tersebut dapat disebabkan karena tindakan operasi merupakan pengalaman yang pertama. Responden dalam penelitian ini adalah mereka yang sebelumnya belum pernah mengalami tindakan operasi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Palese, Cecconi, Moreale, dan Skrap (2012) bahwa mereka yang mengalami pengalaman pertama operasi terlebih operasi pada bagian tubuh yang vital, akan mengalami

kecemasan yang lebih tinggi bahkan dapat mengalami depresi. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jawaid, Mushtaq, Mukhtar, dan Khan (2017) dan penelitian oleh Roomruangwong, Tangwongchai, dan Chokchainon (2017) bahwa klien yang akan dioperasi untuk pertamakalinya memiliki tingkat kecemasan sebelum operasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang telah memiliki pengalaman operasi sebelumnya.

Setelah dilakukan pemberian aromaterapi tidak lagi ditemukan responden dengan kecemasan berat, namun terjadi peningkatan jumlah pada kategori kecemasan sedang dari 11 orang menjadi 17. Di lain sisi, terdapat peningkatan jumlah klien / responden yang tidak cemas dari 6 orang menjadi 16 orang setelah aromaterapi. Perubahan jumlah responden ke arah tingkat kecemasan yang lebih rendah ini dimungkinkan karena adanya intervensi yang diberikan yaitu aromaterapi. Aromaterapi diberikan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan tubuh, pikiran, dan jiwa.

Aromaterapi mempunyai efeknya positif karena aroma yang segar dan harum akan merangsang sensori dan respor yang pada akhirnya mempengaruhi organ lain sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap emosi dan mampu bereaksi terhadap stress. Aromaterapi mempunyai beberapa keuntungan sebagai tindakan supportive seperti efek relaksasi maupun perangsang, menenangkan kecemasan dan menurunkan depresi (Primadiati, 2019).

Hasil penelitian Wiwin Widayani, (2019), dengan judul Aromaterapi Lavender dapat Menurunkan Intensitas Nyeri luka jahitan Pada Ibu Post sc dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan intensitas nyeri luka jahitan sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender dengan hasil penelitian bahwa nyeri sebelum diberikan intervensi berada pada nyeri sedang (35,7%), setelah diberi intervensi menjadi nyeri ringan (39,3%).

Keterbatasan Penelitian

Pada saat intervensi dilakukan kepada ibu post partum intervensi ini semestinya dilakukan di tempat yang nyaman, sunyi atau tidak terlalu banyak orang agar pasien bisa rileks saat relaksasi aromaterapi berlangsung namun saat intervensi ada satu pasien yang keluarganya sering sekali berkunjung sehingga pasien sedikit kehilangan rasa fokusnya terhadap relaksasi aromaterapi.

SIMPULAN

1. Tingkat kecemasan ibu Post Operasi Sectio Caesaria sebelum diberikan intervensi Aromaterapy Lavender mayoritas ibu berada pada kecemasan kategori sedang sebanyak 11 orang (55,0%).
2. Tingkat kecemasan ibu Post Operasi Sectio Caesaria sesudah diberikan intervensi

- Aromaterapy Lavender mayoritas ibu berada pada kecemasan kategori ringan sebanyak 16 orang (80,0%).
3. Ada Pengaruh Aromaterapy Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Operasi Sectio Caesaria di Rumah Sakit Mitra SejatiMedan Tahun 2025dengan nilai P-Value = 0,009.

tanggal 4 april 2017 dari
http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/81965/1/9789241564588_eng.pdf

DAFTAR PUSTAKA

- Hawari, D. (2016). Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Marliandiani, Yefi. (2015). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas dan Menyusui. Jakarta: Salemba Medika.
- Maritalia, Dewi. (2012). Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Marmi, K. R. (2015). Asuhan Naonatus, Bayi, Balita dan Anak Prasekolah. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Manuaba. (2010). Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB. Jakarta: EGC
- Meylani Putri (2017). Asuhan Kebidanan Continuity Of Care Ny. N Masa Hamil Sampai Dengan Keluarga Berencana di RB Fauziah Katini, S.ST [skripsi]. Ponorogo: Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Prawirohardjo, S. (2010). Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. Jakarta: Bina Pustaka.
- Price, S. A., & Wilson, L. M. (2006). Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. Jakarta: EGC. Ratna, Eny. (2010). Asuhan Kebidanan Nifas. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Reeder, S. J., Martin, L., & Koniak-Griffin, D. (2011). Keperawatan Maternitas: Kesehatan Wanita, Bayi Dan Keluarga Volume 2 Edisi 18. Jakarta: EGC.
- Riska Septiani. (2017). Asuhan Kperawatan Pada Klien Post Sectio Caesarea Dengan Gangguan Pola Tidur di Ruang Melati RSUD Dr. Hardjono Ponorogo [skripsi]. Ponorogo: Akedemi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ponorogo.
- Rosdahl, C. B., & Kowalski, M. T. (2014). Buku Ajaran Keperawatan Dasar Volume 3 Edisi 10. Jakarta: EGC. Saleha, Siti. (2009). Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas. Jakarta: Salemba Medika
- Uliyah, M., and A. Hidayat. 2010. *Praktikum Klinik: Keterampilan Dasar Praktek Klinik Untuk Kebidanan*. Jakarta: salemba medika.
- Sugiyono. 2012. *Metodologi Penelitian*. 2nd ed. Jakarta: salemba medika.
- WHO (2013), 'World Health Statistic 2013', WHO Library Cataloguing-in-Publication Data hal. 96-98, Diakses pada