

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA AKSEPTOR KB IMPLAN

Eni Yuliawati^{1*}, Husna², Frenstika Veriyani³

Program Studi Kebidanan, Universitas Dharmas Indonesia^{1,2,3}

*Corresponding Author : eniyuliawati20@gmail.com

ABSTRAK

Jumlah penduduk yang besar merupakan salah satu masalah di dunia dan dapat menjadi beban negara dalam pembangunan nasional dan pertumbuhan ekonomi, Kontrasepsi implant dapat menjadi salah satu pilihan metode kontrasepsi jangka panjang yang sangat efektif untuk mencegah kehamilan, Salah satu kendala penggunaan KB Implan adalah kecemasan. Kecemasan yang terjadi dapat diatasi dengan terapi non farmakologis yang dilakukan untuk mengurangi tingkat kecemasan sebelum dilakukan pemasangan implant yaitu dengan aromaterapi lavender. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada akseptor KB Implan. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimen design one group pretest-posttest, populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 orang dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian tingkat kecemasan Pengaruh pemberian terapi aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan akseptor KB implant diperoleh p-value 0,000 artinya $\leq 0,05$ dengan skor ratarata kecemasan sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 2,93 dan rata-rata skor kecemasan setelah diberikan aromaterapi lavender sebesar 1,17 sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada akseptor KB Implan.

Kata kunci : aromaterapi lavender, KB implant, kecemasan

ABSTRACT

A large population is one of the problems in the world and can be a burden on the country in national development and economic growth. Implant contraception can be a very effective long-term contraceptive method option for preventing pregnancy. One of the obstacles to using implant contraception is anxiety. The anxiety that occurs can be overcome with non-pharmacological therapy which is carried out to reduce the level of anxiety before implant installation, namely with lavender aromatherapy. The aim of this research is to see the effect of lavender aromatherapy on the level of anxiety in birth control implant acceptors. This research used a pre-experimental design one group pretest-posttest method, the population in this study was 30 people using a purposive sampling technique. The results of the research on anxiety levels. The effect of giving lavender aromatherapy therapy on the anxiety level of birth control implant acceptors obtained a p-value of 0.000, meaning ≤ 0.05 , with an average anxiety score before being given lavender aromatherapy of 2.93 and an average anxiety score after being given lavender aromatherapy of 1. 17 so it can be said that there is a significant effect of giving lavender aromatherapy on the level of anxiety in birth control implant acceptors.

Keywords : lavender aromatherapy, birth control implants, anxiety

PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara ke-4 dengan jumlah penduduk terbanyak di Dunia yaitu mencapai 277,75 juta jiwa. Dengan pertumbuhan penduduk yang sedemikian cepat dapat menyebabkan berbagai masalah pada masyarakat. Jumlah tersebut akan terus berkembang menjadi 9,6 miliar pada tahun 2050. Tingginya laju pertumbuhan penduduk disebabkan masih tingginya tingkat kelahiran. Pertumbuhan penduduk yang tinggi menyebabkan hasil-hasil pembangunan kurang bisa dirasakan masyarakat dan menjadi beban berat bagi pembangunan selanjutnya. Oleh karena itu, upaya langsung untuk menurunkan tingkat kelahiran mutlak perlu untuk ditingkatkan (Casriyati et al., 2022). Menurut hasil pendataan keluarga tahun 2021,

menunjukkan bahwa angka prevalensi PUS peserta KB di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 57,4%. Berdasarkan distribusi provinsi, angka prevalensi pemakaian KB tertinggi adalah Kalimantan Selatan (67,9%), Kepulauan Bangka Belitung (67,5%), dan Bengkulu (65,5%), sedangkan terendah adalah Papua (15,4%), Papua Barat (29,4%) dan Maluku (33,9%). Prevalensi di provinsi Jawa Barat sendiri sebesar 59,1% (Kemenkes, 2021).

Jumlah penduduk yang besar merupakan salah satu masalah global di dunia dan dapat menjadi beban negara dalam pembangunan nasional dan pertumbuhan ekonomi. Salah satu upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah untuk mengatasi hal tersebut adalah program keluarga berencana (KB). Program Keluarga Berencana Nasional pada saat ini tidak hanya bergerak pada masalah keluarga berencana saja tetapi juga ikut serta dalam program program kependudukan lainnya yang menunjang keberhasilan Program Keluarga Berencana yang selanjutnya akan memberikan hasil pada peningkatan kesejahteraan keluarga. Pemerintah menjadikan PUS (Pasangan Usia Subur) sebagai sasaran yang tepat untuk menekan pertumbuhan penduduk di Indonesia. Hal itu disebabkan karena PUS merupakan pasangan suami istri yang aktif berhubungan seksual dan akan menyebabkan kehamilan. Sehingga akan terus meningkatkan angka kelahiran dan masalah kependudukan di Indonesia tetap menjadi masalah yang tidak akan terselesaikan (Multazam, 2021).

Kontrasepsi Implan dapat menjadi salah satu pilihan metode kontrasepsi jangka panjang. Implan berbentuk kapsul silastik berisi hormon berjenis progestin yang dipasang di bawah kulit. Terdapat beberapa jenis kontrasepsi Implan dengan jangka waktu 3-5 tahun (Widaryanti et al., 2021). Rendahnya pemakaian metode kontrasepsi jangka panjang terutama Implan karena adanya rumor dan mitos yang kurang baik tentang metode kontrasepsi tersebut. Dampak negatif dari rumor dan mitos tersebut menjadi sumber timbulnya kecemasan dan ketidaknyamanan dalam penggunaan alat kontrasepsi. Kecemasan klien lebih buruk daripada kenyataannya dan tanpa informasi dari petugas kesehatan juga dapat menambah kecemasan pada klien (D. Akhmad et al., 2022).

Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya pemakaian alat kontrasepsi implant, salah satunya disebabkan kurangnya pengetahuan tentang alat kontrasepsi implant, efek samping serta kurangnya motivasi dan informasi petugas Kesehatan dalam pemasangan alat kontrasepsi. Sejalan dengan penelitian Retnani (2021) menyatakan rendahnya pemakaian metode kontrasepsi jangka panjang terutama Implant karena adanya rumor dan mitos yang kurang baik tentang metode kontrasepsi tersebut. Dampak negative dari rumor dan mitos tersebut menjadi sumber timbulnya kecemasan dan ketidaknyamanan dalam penggunaan alat kontrasepsi. Kecemasan klien lebih buruk daripada kenyataannya dan tanpa informasi dari petugas Kesehatan juga dapat menambah kecemasan pada klien (Retnani, 2021). Ketakutan akan rasa nyeri saat penyisipan Implant merupakan sumber kecemasan utama banyak klien, nyeri yang sebenarnya dialami tidak separah yang dibayangkan. Tingkat kecemasan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yang terkait meliputi potensi stresor, maturasi (kematangan), status pendidikan dan status ekonomi, tingkat pengetahuan, keadaan fisik, tipe kepribadian, sosial budaya, lingkungan atau situasi, usia, jenis kelamin (Stuart dan Sundeen, 2021).

Salah satu cara nonfarmakologi menurunkan tingkat kecemasan pada seseorang saat dilakukan pemasangan implant yaitu dengan relaksasi. Relaksasi merupakan salah satu bagian dari terapi nonfarmakologis, yaitu Complementary And Alternative Therapies (CATs) yang di kelompokkan dalam Mindbody and spiritual terapies. Terapi relaksasi banyak digunakan dalam menangani nyeri dan kecemasan karena tidak memiliki efek samping, mudah dalam pelaksanaannya, tidak memerlukan waktu yang banyak serta relatif murah. Banyak jenis relaksasi yang digunakan sebagai terapi nonfarmakologis antara lain terapi relaksasi Musik, relaksasi Modifikasi dan relaksasi dengan Aromaterapi (Tarigan, 2022). Aromaterapi adalah metode yang menggunakan minyak essensial untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi dan spiritual. Efek lainnya adalah menurunkan nyeri dan kecemasan. Minyak essensial atau minyak

astiri yang bersifat menurunkan atau menghilangkan nyeri salah satunya adalah lavender (Tarigan, 2022). Lavender ini akan meningkatkan gelombang alfa dalam otak dan gelombang inilah yang akan membuat tubuh menjadi rileks dan akan mengurangi rasa nyeri yang di rasakan. Aromaterapi juga dapat menurunkan tingkat nyeri pada seseorang yang mengalami kecemasan saat dilakukan pemasangan implan, sebab aromaterapi juga dapat memberikan efek stimulasi, memberikan sensasi yang menenangkan diri, otak, keseimbangan, stress yang dirasakan, relaksasi pada pikiran dan fisik pada tubuh sehingga efek inilah yang dapat menurunkan nyeri pada seseorang. Jika pikiran terasa tenang dan rileks maka akan tercipta suasana yang nyaman, dan kecemasan pun dapat berkurang (Tarigan, 2022).

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan akseptor KB implan.

METODE

Metode penelitian pre-eksperimental design tipe one group pretest-posttest Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Rantau Ikil Kabupaten Bungo Provinsi Jambi pada bulan September 2024 dengan jumlah sampel 30 orang yang diambil secara purposive sampling. Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi *Lavender Essential Oil* sedangkan variabel dependen adalah skala kecemasan, Peneliti melakukan pretest sebagai observasi awal untuk mengetahui tingkat kecemasan pada calon aseptor KB Implan selanjutnya memberikan intervensi dengan memberikan aromaterapi lavender setelah diberikan intervensi peneliti akan menilai tingkat kecemasan pada calon aseptor Kb implan. Instrumen yang digunakan yaitu Satuan Operasional Prosedur (SOP), lembar observasi dan kuisioner penilaian tingkat kecemasan berdasarkan skala HARS. Pada riset ini data diolah menggunakan cara editing, coding, scoring dan tabulasi data, untuk analisa bivariatnya menggunakan Analisis Uji wilcoxon signed test

HASIL

Karakteristik Akseptor KB Implan

Tabel 1. Karakteristik

Pendidikan	Frekuensi	Percentase (%)
SD	12	40,0
SMP	16	53,3
SMA	2	6,7
Total	30	100,0
Usia	Frekuensi	Percentase (%)
20-25 tahun	2	6,7
26-30 tahun	7	23,3
31-35 tahun	21	70,0
Total	30	100,0
Pekerjaan	Frekuensi	Percentase (%)
Buruh	11	36,7
IRT	15	50,0
Karyawan	3	10,0
PNS	1	3,3
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa Karakteristik Akseptor KB Implan di Puskesmas Rantau Ikil dari 30 Akseptor KB Implan setengah responden memiliki Pendidikan 16 orang

(53,3%), usia Akseptor KB Implan sebagian besar usia 31-35 tahun dengan frekuensi 21 orang (70,0) dan pekerjaan Akseptor KB Implan IRT 15 orang (50,0%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecemasan pada Akseptor KB Implan Sebelum Dilakukan Terapi *Lavender Essential Oil*

Kecemasan	Frekuensi	Percentase (%)
Tidak ada kecemasan	10	33.3
Kecemasan ringan	19	63.3
Kecemasan sedang	1	3.3
Kecemasan berat	0	0.0
Kecemasan berat sekali	0	0.0
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akseptor KB implan sebelum dilakukan terapi *Lavender Essential Oil* sebagian besar adalah cemas ringan sebanyak 19 orang (63,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecemasan pada Akseptor KB Implan Sesudah Dilakukan Terapi *Lavender Essential Oil*

Kecemasan	Frekuensi	Percentase (%)
Tidak ada kecemasan	28	93,3
Kecemasan ringan	2	6,7
Kecemasan sedang	1	3.3
Kecemasan berat	0	0.0
Kecemasan berat sekali	0	0.0
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akseptor KB implan sesudah dilakukan terapi *Lavender Essential Oil* Hampir seluruhnya adalah tidak mengalami kecemasan sebanyak 28 orang (93,3%)

Analisis Bivariat

Tabel 4. Uji Normalitas

Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a		Ket
	N	P-value	
Kecemasan Sebelum	30	,000	Berdistribusi
Kecemasan Sesudah	30	,000	Tidak Normal

Berdasarkan tabel 4 diketahui p-value pada semua data $< 0,05$ yang berarti data penelitian berdistribusi tidak normal, sehingga uji analisis data yang digunakan adalah uji parametrik yaitu Uji *wilcoxon signed test* dengan hasil analisis sebagai berikut:

Hasil Analisis Uji *Wilcoxon Signed Test*

Tabel 5. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Akseptor KB Implan Di Puskesmas Rantau Ikil Kabupaten Bungo Provinsi Jambi Tahun 2024

Kelompok	N	Mean	Std. Dev	P-Value
Pre-Test	30	2,93	1,476	0,000
Post-Test	30	1,17	1,455	

Berdasarkan tabel 5, dari hasil penelitian diperoleh p-value 0,000 artinya $\leq 0,05$ dengan skor ratarata kecemasan sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 2,93 dan rata-rata skor kecemasan setelah diberikan aromaterapi lavender sebesar 1,17 sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada akseptor KB Implan.

PEMBAHASAN

Kecemasan Calon Akseptor Kb Implan Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden tingkat kecemasan akseptor KB implan sebelum dilakukan terapi *Lavender Essential Oil* sebagian besar adalah cemas ringan sebanyak 19 orang (63,3%) dan tingkat kecemasan akseptor KB implan sesudah dilakukan terapi *Lavender Essential Oil* Hampir seluruhnya adalah tidak mengalami kecemasan sebanyak 28 orang (93,3%). Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Kecemasan dialami secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal. Kecemasan ringan yaitu tingkat kecemasan yang berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari ansietas ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsi. Perasaan bahwa ada sesuatu yang berbeda dan membutuhkan perhatian khusus. Stimulasi sensori meningkatkan dan membantu individu memfokuskan perhatian untuk belajar, menyelesaikan masalah, berfikir, bertindak, merasakan dan melindungi dirinya sendiri (Stuart & Sundein, 2016).

Penggunaan kontrasepsi implan di Indonesia sendiri kenyataannya masih belum banyak ibu yang bersedia menggunakan. Banyak alasan yang mendasari kenapa ibu tidak bersedia menggunakan kontrasepsi ini seperti rasa cemas dan takut dengan cara pemasangannya, rasa cemas itu disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya kekhawatiran atau kegagalan, frustasi pada hasil tindakan yang lalu, evaluasi diri yang negatif, perasaan diri yang negatif tentang kemampuan yang dimilikinya dan orientasi diri yang negatif. Cara untuk menurunkan tingkat kecemasan calon akseptor KB implan dapat dilakukan pemberian terapi komplementer seperti lavender essential oil. (Widaryanti & Riska, 2019). Terapi komplementer diperlukan sebagai tambahan untuk terapi konvensional yang direkomendasikan oleh penyelenggaraan pelayanan kesehatan individu (Kuswanto, 2021). Lavender adalah salah satu jenis tanaman essential yang hasil olahannya dapat digunakan sebagai aromaterapi untuk terapi komplementer. Aromaterapi lavender biasanya dalam bentuk water diffuser atau dalam bentuk variasi jenis parfum yang lainnya. Penggunaan aromaterapi lavender memiliki kandungan linalool yang mempunyai peran memunculkan efek anti cemas atau relaksan (Maharani, 2021).

Aromaterapi adalah metode yang menggunakan minyak essensial untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi dan spiritual. Efek lainnya adalah menurunkan nyeri dan kecemasan. Minyak essensial atau minyak astiri yang bersifat menurunkan atau menghilangkan nyeri salah satunya adalah lavender (Tarigan, 2022). Lavender ini akan meningkatkan gelombang alfa dalam otak dan gelombang inilah yang akan membuat tubuh menjadi rileks dan akan mengurangi rasa nyeri yang di rasakan. Aromaterapi juga dapat menurunkan tingkat nyeri pada seseorang yang mengalami kecemasan saat dilakukan pemasangan implan, sebab aromaterapi juga dapat memberikan efek stimulasi, memberikan sensasi yang menenangkan diri, otak, keseimbangan, stress yang dirasakan, relaksasi pada pikiran dan fisik pada tubuh sehingga efek inilah yang dapat menurunkan nyeri pada seseorang. Jika pikiran terasa tenang dan rileks maka akan tercipta suasana yang nyaman, dan kecemasan pun dapat berkurang (Tarigan, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Jenab Nurhasibah (2022) mengenai tingkat kecemasan akseptor KB. Berdasarkan hasil penelitian dari 100 orang responden, didapatkan

responden yang cemas terhadap penggunaan KB implan sebanyak 85 responden (85%) dan responden yang tidak cemas terhadap penggunaan KB implan sebanyak 15 responden (15%). Selanjutnya hasil analisis antara tingkat kecemasan ibu dengan minat akseptor KB implan menunjukkan responden yang cemas dan tidak berminat terhadap KB implan adalah 46 (54,1%) sedangkan responden yang tidak cemas dan minat terhadap KB implan adalah 5 (33,3%) (Nurhasibuan, 2022).

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan pada Akseptor KB Implan

Berdasarkan tabel 5 dari hasil penelitian diperoleh p-value 0,000 artinya $\leq 0,05$ dengan skor ratarata kecemasan sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 2,93 dan rata-rata skor kecemasan setelah diberikan aromaterapi lavender sebesar 1,17 sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada akseptor KB Implan. Cara untuk mengurangi kecemasan salah satunya dengan relaksasi. Relaksasi adalah salah satu cara non farmakologis untuk mengurangi kecemasan yang dialami oleh seseorang. Banyak jenis relaksasi yang digunakan sebagai terapi non farmakologis salah satunya dengan aromaterapi. Lavender (Nisa & Hidayani, 2023).

Aromaterapi berarti pengobatan menggunakan wangi-wangian. Aromaterapi dalam penyembuhan holistik untuk meperbaiki kesehatan dan kenyamanan. Manfaat aromaterapi selain meningkatkan keadaan fisik dan psikologis, aromaterapi dapat memberikan efek relaksasi bagi saraf dan otot-otot yang tegang (Salsabilla, 2020). Lavender merupakan tanaman semak yang memiliki aroma khusus. Lavender aktif dalam menyeimbangkan sistem saraf dan emosi. Ekstrak minyak lavender diambil dari kuncup bunga lavender yang dapat meningkatkan ketenangan, keseimbangan, kenyamanan, keterbukaan dan kepercayaan diri. Juga dapat mengurangi stres, depresi, ketidakseimbangan emosi, hysteria, dan panik (Dewi & Astuti, 2022).

Aromaterapi adalah metode yang menggunakan minyak essensial untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi dan spiritual. Efek lainnya adalah menurunkan nyeri dan kecemasan. Minyak essensial atau minyak astiri yang bersifat menurunkan atau menghilangkan nyeri salah satunya adalah lavender (Tarigan, 2022). Lavender ini akan meningkatkan gelombang alfa dalam otak dan gelombang inilah yang akan membuat tubuh menjadi rileks dan akan mengurangi rasa nyeri yang di rasakan. Aromaterapi juga dapat menurunkan tingkat nyeri pada seseorang yang mengalami kecemasan saat dilakukan pemasangan implan, sebab aromaterapi juga dapat memberikan efek stimulasi, memberikan sensasi yang menenangkan diri, otak, keseimbangan, stress yang dirasakan, relaksasi pada pikiran dan fisik pada tubuh sehingga efek inilah yang dapat menurunkan nyeri pada seseorang. Jika pikiran terasa tenang dan rileks maka akan tercipta suasana yang nyaman, dan kecemasan pun dapat berkurang (Tarigan, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nurhasibah, 2022) mengenai tingkat kecemasan akseptor KB Berdasarkan hasil penelitian dari 100 orang responden, didapatkan responden yang cemas terhadap penggunaan KB implan sebanyak 85 responden (85%) dan responden yang tidak cemas terhadap penggunaan KB implan sebanyak 15 responden (15%) Selanjutnya hasil analisis antara tingkat kecemasan ibu dengan minat akseptor KB implan menunjukkan responden yang cemas dan tidak berminat terhadap KB implan adalah 46 (54,1%) sedangkan responden yang tidak cemas dan minat terhadap KB implan adalah 5 (33,3%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nisa & Hidayani, 2023) bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan pada responden yang akan dipasangkan implan antara sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender. Hal ini mengindikasi bahwa calon akseptor merasa lebih nyaman, lebih siap dan tentunya sudah lebih memahami mengenai tindakan yang akan dilakukan oleh petugas pemasangan sehingga ketakutan yang selama ini dibayangkan tidak seperti yang dipikirkan sebelumnya sehingga kecemasan pun berkurang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widaryanti, R., Riska, H., Ratnaningsih, E., & Yuliani, I. (2021) tentang “Penerapan Terapi Komplementer untuk Mengurangi Kecemasan dan Nyeri pada Akseptor KB Implan”, dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa penilaian post test kecemasan kembali dilakukan setelah implan selesai dipasang dan ibu masih berbaring di tempat tidur. pengisian kuisoner dibantu oleh tim pengabdi. Dari hasil post test diperoleh nilai median 8,00 hal ini berarti banyak ibu yang mengalami kecemasan ringan. Dari selisih nilai median pre test dan post test diperoleh nilai 9,75 dan p value $< 0,001$ sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan setelah mendapatkan terapi komplementer pada akseptor KB Implan. Terdapat penurunan skala kecemasan sebanyak 9,50 point. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Isy Royhanati (2022). Hasil penelitian menunjukkan kecemasan akseptor KB implan sebelum pemberian aromaterapi lavender mempunyai median 32,5 sementara setelah pemberian aromaterapi lavender median menjadi 14,50. P value $0,00 < 0,05$. Sehingga dalam penelitian ini, H0 ditolak Ha diterima yang berarti ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan akseptor KB implan di Wilayah Puskesmas Kambangan Kabupaten Tegal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan penulis tentang Pengaruh Terapi *Lavender Essential Oil* Terhadap Penurunan Skala Kecemasan pada Akseptor KB Implan di Puskesmas Rantau Ikil, dapat disimpulkan Karakteristik Akseptor KB Implan di Puskesmas Rantau Ikil dari 30 Akseptor KB Implan setengah responden memiliki Pendidikan 16 orang (53,3%), usia Akseptor KB Implan sebagian besar usia 31-35 tahun dengan frekuensi 21 orang (70,0) dan pekerjaan Akseptor KB Implan IRT 15 orang (50,0%), dan Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi aromaterapi lavender menunjukkan bahwa dari 30 responden tingkat kecemasan akseptor KB implan sebelum dilakukan terapi *Lavender Essential Oil* sebagian besar adalah cemas ringan sebanyak 19 orang (63,3%) dan tingkat kecemasan akseptor KB implan sesudah dilakukan terapi *Lavender Essential Oil* Hampir seluruhnya adalah tidak mengalami kecemasan sebanyak 28 orang (93,3%). Pengaruh pemberian terapi aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan akseptor KB implan diperoleh p-value $0,000$ artinya $\leq 0,05$ dengan skor ratarata kecemasan sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 2,93 dan rata-rata skor kecemasan setelah diberikan aromaterapi lavender sebesar 1,17 sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada akseptor KB Implan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh jajaran yang sudah membantu peneliti dalam meneliti Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Akseptor Kb Implan.

DAFTAR PUSTAKA

- Casriyati, Maftuchah, & Nurhayati, S. (2022). Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan Calon Akseptor Keluarga Berencana Implan. National & International Scientific Proceeding of UNKAHA,1(1), 46.
- Dewi, P. I. P., & Astuti, K. W. (2022). Efektivitas Penggunaan Minyak Aromaterapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Dalam Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi. *Journal*

- Scientific Of Mandalika (JSM) e-ISSN 2745-5955 / p-ISSN 2809- 0543, 3(11), 5–12.*
<https://doi.10.36312/10.36312/vol3iss11pp5-12>
- D. Akhmad, R. A., Saadong, D., Afriani, A., & Hidayati, H. (2022). Persepsi Mempengaruhi Rendahnya Pemakaian Kontrasepsi Implan. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 3(1), 21. <https://doi.org/10.33490/b.v3i1.518>
- Kemenkes, R. I. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Maharani, A. P. (2021). Aroma Terapi Lavender untuk Mengatasi Insomnia pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 159- 164.
- Nisa, K., & Hidayani, H. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Akseptor Kb Implan Di Puskesmas Haurpanggung Kabupaten Garut Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(10), 3970–3981. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i10.1620>
- Nurhasibah, J. (2022). Tingkat Kecemasan Ibu, Izin Suami dan Informasi Sosial Media Dengan Minat Akseptor KB Implan Pada Ibu. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(1), 214–220. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i1.48>
- Retnani, I. (2021). *Pengaruh Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasan Calon Akseptor KB Implant Di Klinik Ramdani Husada* (Doctoral dissertation, ITSK RS dr. Soepraoen)
- Royhanati, I., Herlina, S., & Hapsari, S. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Akseptor Kb Implan di Wilayah Puskesmas Kambangan Kabupaten Tegal Tahun 2021. *National & International Scientific Proceeding ofUNKAHA*, 1(1).
- Stuart, G., & Sundeen, S. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Stuart, G. W., & Sundeen. (2016). *Pinciple and Practice of Psychiatric Nursing*. Singapore: Elsevier.
- Tarigan, E. F., Pinem, S. B., Andriani, A., Lahagu, M. J., & Devi, N. (2022). Efektivitas Aroma Terapi Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Saat Pemasangan IUD Pada Akseptor KB IUD. *Indonesian Health Issue*, 1(1), 98- 105.
- Widaryanti, R., & Riska, H. (2019). *Terapi Komplementer Pelayanan Kebidanan*. Yogyakarta: Deepublish.