

**PENGARUH PENERAPAN METODE RELAKSASI
HYPNOBIRTHING DAN MINYAK ESSENTIAL
LAVENDER DALAM MENURUNKAN
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DI UPTD
PUSKESMAS BATURITI**

I



SKRIPSI

NI NYOMAN KARTINI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH PENERAPAN METODE RELAKSASI
HYPNOBIRTHING DAN MINYAK ESSENTIAL
LAVENDER DALAM MENURUNKAN
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DI UPTD
PUSKESMAS BATURITI
I**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh

**NI NYOMAN KARTINI
A1224061**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Nyoman Kartini

NIM : A1224061

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul : “Pengaruh Penerapan Metode Relaksasi *Hypnobirthing* dan Minyak Essensial Lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas Baturiti I”

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila nanti dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.



HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH PENERAPAN METODE RELAKSASI *HYPNOBIRTHING* DAN MINYAK ESSENTIAL LAVENDER DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS BATURITI I

Diajukan Oleh :

NI NYOMAN KARTINI
A1224061

Badung, 17 Juni 2025

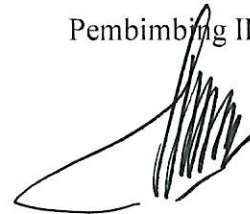
Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn.Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S. ST., M. Keb
NIDN :0808068701

Pembimbing II



Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST.,SH.,M.Biomed
NIDK: 8995650022

Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S. ST., M. Keb
NIDN :0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN
DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal: 24 Juni 2025

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb., M.Keb
NIDN. 0801019503

Sekretaris Penguji



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani., S.ST, M.Keb
NIDN. 0808068701

Anggota Penguji



Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST., SH., M.Biomed.
NIDN: 8995650022

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani., S.ST, M.Keb
NIDN. 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

Skripsi, 17 Juni 2025

Ni Nyoman Kartini

Pengaruh Penerapan Metode Relaksasi *Hypnobirthing* dan Minyak Essensial Lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas Baturiti I
(xiv+ 79) Halaman+ 6 tabel + 3 skema + 16 lampiran

ABSTRAK

Kehamilan dan persalinan juga merupakan proses alamiah (normal) dan bukan merupakan proses patologis, tetapi kondisi normal tersebut dapat menjadi kondisi patologis/abnormal. Persalinan seharusnya merupakan moment yang membahagiakan yang tidak perlu ditakuti oleh seorang wanita, tetapi masih banyak perempuan yang merasa khawatir, cemas dan gelisah menanti saat kelahiran tiba. kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan salah satunya dengan *hypnobirthing* dan Minyak Essensial Lavender. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Penerapan Metode Relaksasi *Hypnobirthing* dan Minyak Essensial Lavender dalam menurunkan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas Baturiti I.

Penelitian ini menggunakan desain *Quasy eksperimen* dengan desain *Non-Equivalent Control Grup Design* dan tehnik *purposive sampling*. sampel yang terkumpul akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi 18 orang dan kelompok kontrol 18 orang, dimana kelompok satu akan diberikan intervensi dan kelompok dua atau kontrol tidak diberikan perlakuan. Data dianalisis menggunakan uji *mann whitney*.

Hasil uji *mann whitney* didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang berarti H_0 di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Penerapan Metode Relaksasi *Hypnobirthing* dan Minyak Essensial Lavender terhadap Tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Baturiti I. Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan ibu hamil trimester III dapat menerapkan Relaksasi *Hypnobirthing* dan Minyak Essensial Lavender untuk mengurangi kecemasan.

Kata Kunci : Relaksasi *Hypnobirthing* dan Minyak Essensial Lavender, Kecemasan, Ibu Hamil Trimester III

Daftar Pustaka : 47 (2019-2023)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF MIDWIFERY AND PROFESSIONAL
MIDWIFE PROGRAM**

Undergraduate thesis, June 2025

Ni Nyoman Kartini

The Effect of Hypnobirthing Relaxation Method and Lavender Essential Oil on Reducing Anxiety Levels in Third Trimester Pregnant Women at UPTD Puskesmas Baturiti I

xiv + 79 pages + 6 tables + 3 diagrams + 16 appendices

ABSTRACT

Pregnancy and childbirth are physiological processes and should be regarded as normal, not pathological. However, this natural process can become pathological under certain circumstances. Ideally, childbirth should be a joyful experience, yet many women experience fear, anxiety, and restlessness as they await labor. Maternal anxiety during pregnancy may stimulate uterine contractions, potentially leading to complications during labor. One non-pharmacological intervention to reduce maternal anxiety is the application of the hypnobirthing relaxation method combined with lavender essential oil aromatherapy. This study aimed to determine the effect of hypnobirthing relaxation and lavender essential oil on anxiety levels in third-trimester pregnant women at UPTD Puskesmas Baturiti I. This research employed a quasi-experimental design with a non-equivalent control group design and utilized purposive sampling. A total of 36 participants were selected and divided into two groups: an intervention group (n = 18) that received the hypnobirthing and lavender essential oil treatment, and a control group (n = 18) that received no intervention. Data were analyzed using the Mann-Whitney U test.

The results of the Mann-Whitney U test showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant difference between the two groups. This means the null hypothesis was rejected, and it can be concluded that the application of hypnobirthing relaxation and lavender essential oil significantly reduces anxiety levels in third-trimester pregnant women at UPTD Puskesmas Baturiti I.

Based on these findings, it is recommended that third-trimester pregnant women implement hypnobirthing techniques and use lavender essential oil as a complementary therapy to help manage pregnancy-related anxiety.

Keywords : Hypnobirthing Relaxation, Lavender Essential Oil, Anxiety, Third Trimester Pregnant Women

Bibliography : 47 (2019–2023)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat Asung Kerta Wara Nugraha NYA-lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Penerapan Metode Relaksasi *Hypnobirthing* dan Minyak Essensial Lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas Baturiti I.”

Skripsi ini disusun dalam rangka untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali. Penyelesaian skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Bdn.Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb. selaku ketua program Studi Sarjana Kebidanan dan selaku pembimbing I di STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Dr.Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST.,SH.,M.Biomed selaku pembimbing II yang telah membantu dalam memberikan bimbingan, dan saran di dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S. Keb., M.Keb selaku penguji utama yang telah membantu dalam memberikan bimbingan, dan saran di dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Teman – teman sejawat sarjana kebidanan STIKES Bina Usada Bali yang selalu membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Badung, 17 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teoritis.....	9
1. Konsep Dasar Kehamilan.....	9
2. Konsep Dasar Kecemasan.....	23
3. Konsep <i>Hypnobirthing</i>	33
4. Minyak Essensial Aromaterapi Lavender.....	38
B. Kajian Empiris.....	44
C. Kerangka Teori.....	46

BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep.....	47
B. Hipotesis.....	47
C. Definisi Operasional.....	48

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian.....	49
B. Populasi dan Sampel.....	50
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	51
D. Etika Penelitian.....	52
E. Alat Pengumpulan Data.....	54
F. Prosedur Pengumpulan Data.....	55
G. Teknik Pengolahan data.....	57
H. Teknik Analisa Data.....	59

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Tempat dan waktu Penelitian.....	61
B. Analisa Deskriptif.....	61
C. Analisa Bivariat.....	65

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian.....	67
B. Keterbatasan Penelitian.....	76
C. Implikasi Terhadap pelayanan, pendidikan dan penelitian.	76

BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan.....	78
B. Saran.....	79

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Minyak Essensial Lavender.....	39
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	46
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	47
Gambar 4.1 Rancangan Penelitian.....	48

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	48
Tabel 5.1 Karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan dan paritas pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Baturiti I	62
Tabel 5.2. Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum diberikan Relaksasi <i>Hypnobirthing</i> dan Minyak Essensial Lavender pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	63
Tabel 5.3. Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III setelah diberikan Relaksasi <i>Hypnobirthing</i> dan Minyak Essensial Lavender pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	64
Tabel 5.4. Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III anatar kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan setelah diberikan Relaksasi <i>Hypnobirthing</i> dan Minyak Essensial Lavender.....	65
Tabel 5.5. Perbedaan pemberian Relaksasi <i>Hypnobirthing</i> dan Minyak Essensial Lavender terhadap Tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III ibu antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi.....	66

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 5. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 7. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 8. Surat Permohonan Menjadi responden
- Lampiran 9. Surat Persetujuan menjadi Menjadi Responden
- Lampiran 10. Pengantar Kuesioner
- Lampiran 11. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 12. Standar Operasional Prosedur (SOP)
- Lampiran 13. Dokumentasi
- Lampiran 14. Sertifikat
- Lampiran 15. Hasil Analisis Data SPSS
- Lampiran 16. Lembar Bimbingan Proposal
- Lampiran 17. Lembar Bimbingan Skripsi

DAFTAR SINGKATAN

AKI	: Angka Kematian Ibu
BBLR	: Berat Badan Lahir Rendah
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
IC	: <i>Informed Consent</i>
IRT	: Ibu Rumah Tangga
KH	: Kelahiran Hidup
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
MT	: Musik Terapi
PMB	: Praktik Mandiri Bidan
PSP	: Pertujuan Setelah Penjelasan
PNS	: Pegawai Negeri Sipil
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SD	: Sekolah Dasar
SUPAS	: Survei Penduduk Antar Sensus
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions.</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
UPTD	: Unit Pelaksana Teknis Daerah
UNICEF	: <i>United Nations International Children's Emergency Fund</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Yesie. (2019). *Gentle Birth Balance: Persalinan Holistik Mind, Body, and Soul*. Bandung: Penerbit Qanita.
- Aprilasari, M., Muqaffi, S. Y., & Sumasto, H. (2021). Hubungan Usia Ibu Hamil dan Paritas dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Padas Kabupaten Ngawi. *Gema Bidan Indonesia*, 10(2), 1–23.
- Anggraeni, L., & Maisaroh, S. (2021). Hubungan hypnobirthing terhadap kecemasan ibu hamil trimester III primigravida. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Salakanagara*, 7(1), 35-42.
- Astuti, H. P. (2020) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu I (Kehamilan)*. Yogyakarta: Rohima Press.
- Baradero, M., *et al.* (2021). Keperawatan perioperatif : Prinsip dan praktik. Jakarta : EGC.
- Depkes RI, (2019), Pusat Data dan Informasi Kesehatan Indonesia, (<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-ibu.pdf>)
- Dewi & Prima, (2020), Aromaterapi lavender sebagai media relaksasi, *Jurnal Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*
- Djilani, A., & Dicko, A. (2019). The Therapeutic Benefits of Essential Oils. In *Nutrition, Well-Being and Health*. InTech. <https://doi.org/10.5772/25344>
- Hasim, (2018), Gambaran kecemasan ibu hamil. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Hafid, M. F. (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Hasil Tes Potensi Akademik Siswa Kelas XII SMA Negeri 21 Makassar. *Skripsi*
- Halil, A., & Puspitasari, E. (2023). Faktor yang menyebabkan kecemasan ibu hamil trimester iii dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Depok 2. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 78-83.
- Hidayat, A.A. (2018), Metode Penelitian Keperawatan dan teknik Analisa Data,. Penerbit Salemba medika
- Hawari, D. (2019) *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Isworo, A., Hakimi, M. & Wibowo, T. (2019). Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kejadian Preeklampsia Di Kabupaten Banyumas Jawa Tengah. *Berita*

Kedokteran Masyarakat (Bkm), 28, 9

Indarti, I. (2023). *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Baki* (Doctoral Dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).

Jannah, Nurul, (2022), *Buku Ajar Asuhan Kebidanan : Kehamilan*. Yogyakarta: CV Andi Offset (Penerbit ANDI).

Jenny, Oftarica (2019) *Asuhan Kebidanan Continuity Of Care Pada Ny I Masa Hamil Sampai Dengan Keluarga Berencana Di Praktik Mandiri Bidan Setyami Ngasinan Ponorogo*. Tugas Akhir (D3) Thesis, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Jaelani. (2019). *Aromaterapi*. Jakarta: Pustaka Populer Obor

Kementrian Kesehatan, (2020), *Profil Kesehatan Indonesia*, Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes.

Kuswandi, Lanny, (2019), *Keajaiban Hypno-birthing*, Jakarta: Pustaka Bunda.

Lestari, W. I., Windayanti, H., Nofitasari, N., Astuti, A. Z., & Khairani, A. F. (2022). Hypnobirthing untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III. In *Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 1, No. 1, pp. 25-36).

Maemunah, L. Y., Susilawati, L.& Rukiah, A. Y. (2021) *Asuhan kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Trans Info Media.

Mandriwati, G. A.*et al.*, (2020) “Asuhan Kebidanan Kehamilan Berbasis Kompetensi,” in. Jakarta: EGC.

Nariswari, D.N (2024) Pengaruh Metode Hypnobirthing Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Yayuk Broto Pakisaji, Malang.*Junal kesehatan masyarakat*. seroja Husada.

Nursalam. (2020). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika

Nurbaya, A.P (2023). Pengaruh Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester Iii Dalam Menghadapi Persiapan Persalinan Di Klinik Bougenville Pandeglang. *Jurnal Ilmiah Bidan* Vol.7.no 3 (2023)

Nuraini. (2019). *Aneka Manfaat Bunga Untuk Kesehatan*. Yogyakarta: Gaya Media

- Noviani, N.W.(2022) Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Pada Pandemi Covid-19 Di Puskesmas I Denpasar Timur. *JOMIS (Jurnal of Midwifery Science)* Vol.6.No.1.Januari 2022.
- Pieter, H. Z. & Lubis, N. L. (2020) “Pengantar Psikologi untuk Kebidanan,” in. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Putri, Ariani. (2018). *Metodologi Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Purwandari, A., Tirtawati, G. A., & Lakotani, E. (2022). Usia Dan Paritas Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Menjelang Masa Persalinan Di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado. In *PROSIDING Seminar Nasional Tahun 2022 ISBN: 2549-0931* (Vol. 1, No. 3, pp. 525-533).
- Puspitasari, I., & Indrianingrum, I. (2021). Karakteristik Ibu Hamil Yang Mengalami Hiperemesis Garvidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Kudus. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 4(2), 1. <https://doi.org/10.26751/ijb.v4i2.1007>
- Rohmansyah, N. A. (2019). *Pengertian Tentang Teori Kecemasan*. Jurnal Ilmiah PENJAS.
- Rahmawati, L., Ningsih, M. P. (2018). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pariaman. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8 N0 1(February), 1–9.
- Ramadhani, R.,& Bina, N. S. (2021). *Statistika Penelitian Pendidikan: Analisis Perhitungan Matematis dan Aplikasi SPSS*. Kencana
- Rezi Dwi Putri, et al. (2021). *Ketidaknyamanan Pada Ibu Hamil, Bersalin, Dan Nifasketidaknyamanan Pada Ibu Hamil, Bersalin, Dan Nifas*. Rezi Dwi Putri, Novianti, Deni Maryani, 9(1), 38–43.
- Sarifah, Siti, (2023), Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Ibu Hamil Pertama Trimester ke III dalam Menghadapi Persalinan di Samarinda. *E-Journal Psikologi*, Vol. 4, No. 4, 2016, ISSN: 2477-2674.
- Saad, R., & Rahayu, R. (2023). Efektivitas Relaksasi Hypnobirthing Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5730-5735.
- Sadock (2019) Kaplan Sodock’s Synopsis Of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry. Edudi 11. New York-Usa: Wolters Kluwer Health.

- Susilawati, Emi Sutrisminah, & Rr Catur Leny Wulandari. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(4), 778–786. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i4.4740>
- Siregar, (2019), Statistik deskriptif untuk penelitian. jurnal penelitian.
- Siahaan, R. S. (2013). Efektifitas campuran Minyak Esensial Indonesia; Sereh wangi, kenanga, Lavender Dan Nilam Terhadap relaksasi Secara Inhalasi.
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta
- Suriyati, Adriana, & Murtilita. (2016). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Graha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya. *Nursing Lecture Tanjungpura University*.
- Suyani, S. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Status Pekerjaan Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 8(1), 19-28
- Syahrir, H. (2020). Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Hasanuddin Journal of Midwifery*, 2(1), 21-27.
- Yuria, Mella. (2022). The Effectiveness Of Using Lavender Essential Oil In Reduce Anxiety Levels In Pregnant Women. *Avicenna: Jurnal Ilmiah*. 17. 125-136. [10.36085/avicenna.v17i02.3287](https://doi.org/10.36085/avicenna.v17i02.3287).
- WHO. (2019). Maternal Mortality. [Online]. Tersedia di : <https://www.who.int/newsroom/fact-sheets/detail/maternal-mortality>