

**PENGARUH *ENDORPHINE MASSAGE* DAN AROMATERAPI
CHAMOMILE TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL
TM III DI KLINIK TIARA HUSADA**



SKRIPSI

Oleh:

NI KADEK MIA INDAH SUKMAYANTI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**PENGARUH *ENDORPHINE MASSAGE* DAN AROMATERAPI
CHAMOMILE TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL
TM III DI KLINIK TIARA HUSADA**

SKRIPSI

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

Diajukan oleh:

**Ni Kadek Mia Indah Sukmayanti
NIM. A1225009**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Kadek Mia Indah Sukmayanti

NIM : A1225009

Jurusan : RPL Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh *Endorphine Massage* dan Aromaterapi *Chamomile*
Terhadap Kecemasan Ibu Hamil TM III di Klinik Tiara Husada

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 dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, Juli 2026

(Ni Kadek Mia Indah Sukmayanti)

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *ENDORPHINE MASSAGE* DAN AROMATERAPI *CHAMOMILE* TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TM III DI KLINIK TIARA HUSADA

Diajukan oleh:

Ni Kadek Mia Indah Sukmayanti
NIM. A1225009

Badung, 5 Agustus 2026

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes
NIDN. 0821098803

Pembimbing II



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb
NIDN. 0822059601

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yuhita Udavani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701

LEMBAR PENGESAHAN

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

Badung, 07 September 2026

Yang Terdiri Dari :

Ketua Penguji



Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SST., M.Kes

NIDN : 0809018701

Sekretaris Penguji



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes

NIDN. 0821098803

Anggota Penguji



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb

NIDN. 0822059601

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, 2026

Ni Kadek Mia Indah Sukmayanti

Pengaruh *Endorphine Massage* dan Aromaterapi *Chamomile* Terhadap Kecemasan Ibu Hamil TM III di Klinik Tiara Husada

xiv + 73 Halaman + 6 Tabel ++ 2 Skema + 14 Lampiran

ABSTRAK

Kecemasan pada ibu hamil trimester III adalah kondisi psikologis yang ditandai oleh perasaan tegang, khawatir, dan ketakutan yang intens terjadi pada usia kehamilan 28 minggu hingga menjelang persalinan. Di Indonesia tingkat kecemasan pada ibu hamil sekitar 43,3% dan meningkat saat menghadapi persalinan menjadi 48,7%. Kecemasan yang tidak mendapatkan penanganan tidak hanya memengaruhi kesehatan dan proses persalinan ibu, tetapi juga kesehatan dan perkembangan janin di dalam kandungan dan setelah lahir. Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *endorphine massage* dan aromaterapi *chamomile* terhadap kecemasan ibu hamil trimester III.

Design penelitian menggunakan *Quasi Experimental* dengan rancangan penelitian *Non-Equivalent Control Group Design*. Jumlah sampel sebanyak 34 ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dengan teknik *purposive sampling*. Data dianalisis dengan menggunakan uji *Mann Whitney* untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Berdasarkan hasil analisis data, diketahui nilai *p value* sebesar $0.002 < 0.05$ berarti terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata kecemasan setelah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol. Dapat disimpulkan terdapat pengaruh *endorphine massage* dan aromaterapi *chamomile* terhadap kecemasan ibu hamil TM III di Klinik Tiara Husada. Sehingga terapi ini dapat direkomendasikan sebagai salah satu intervensi asuhan kebidanan non-farmakologi di fasilitas pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : *Endorphine Massage*, *Chamomile*, Kehamilan TM III, Kecemasan
Daftar Pustaka : 66 (2019-2025)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF MIDWIFERY PROGRAM

Undergraduate Thesis, 2026

Ni Kadek Mia Indah Sukmayanti

The Effect of Endorphin Massage and Chamomile Aromatherapy on Anxiety Among Third-Trimester Pregnant Women at Tiara Husada Clinic

(xiv + 73 pages + 6 tables + 2 figures + 14 appendices)

ABSTRACT

Anxiety during the third trimester of pregnancy is a psychological condition characterized by feelings of tension, excessive worry, and intense fear occurring between 28 weeks of gestation and the onset of labor. In Indonesia, the prevalence of anxiety among pregnant women is approximately 43.3% and increases to 48.7% as childbirth approaches. Untreated anxiety may adversely affect not only maternal health and the childbirth process but also fetal health and development during pregnancy and after birth. Anxiety can be managed through both pharmacological and non-pharmacological interventions. This study aimed to determine the effect of endorphin massage and chamomile aromatherapy on anxiety among third-trimester pregnant women.

This study employed a quasi-experimental design using a non-equivalent control group design. A total of 34 third-trimester pregnant women experiencing anxiety were recruited using a purposive sampling technique. The data were analyzed using the Mann–Whitney U test to compare the outcomes between the intervention and control groups following the intervention.

The results of the data analysis showed a p-value of 0.002 ($p < 0.05$), indicating a significant difference in the mean anxiety scores between the intervention group and the control group after the intervention. It can be concluded that endorphin massage combined with chamomile aromatherapy had a significant effect on reducing anxiety among third-trimester pregnant women at Tiara Husada Clinic. Therefore, this intervention is recommended as a non-pharmacological midwifery care strategy in healthcare settings.

Keywords: Anxiety, Chamomile Aromatherapy, Endorphin Massage, Third-Trimester Pregnancy

References: 66 (2019–2025)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa atas segala anugrahNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Endorpine Massage* dan Aromaterapi *Chamomile* Terhadap Kecemasan Ibu Hamil di Klinik Tiara Husada” penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali.

Penyusunan skripsi ini telah mendapatkan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Bersama ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi peneliti untuk menempuh Pendidikan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Kaprodi S1 Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
3. Direktur Klinik Tiara Husada yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian sehingga proposal ini dapat terselesaikan.
4. Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes selaku pembimbing satu yang telah dengan sabar membimbing, memberikan pengetahuan dan motivasi dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
5. Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb selaku pembimbing dua yang telah dengan sabar membimbing, memberikan pengetahuan dan motivasi

dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.

6. Keluarga tercinta yang turut andil memberikan dukungan baik moril maupun material selama proses penyusunan proposal penelitian ini.
7. Responden penelitian ini, terima kasih atas kerelaan dan partisipasinya dalam memberikan informasi yang jujur serta objektif. Tanpa bantuan dan kerja samanya penelitian ini tidak akan dapat terselesaikan.
8. Rekan-rekan sejawat mahasiswa RPL Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali yang senantiasa memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan proposal penelitian ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam menyusun penelitian ini oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap penelitian ini mampu menjadi sumber tambahan dalam meningkatkan kualitas ilmu kebidanan profesional. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Badung, Juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

JUDUL HALAMAN	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR SKEMA	xii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Kajian Teoritis.....	8
B. Kajian Empiris	28
C. Kerangka Teori.....	30
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DEFINISI OPERASIONAL	31
A. Kerangka Konsep	31
B. Hipotesis Penelitian	32
C. Definisi Operasional	32
BAB IV METODE PENELITIAN	34

A. Rancangan Penelitian.....	34
B. Populasi dan Sampel.....	35
C. Tempat Penelitian.....	37
D. Waktu Penelitian	37
E. Etika Penelitian	37
F. Alat Pengumpulan Data	40
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	41
H. Analisis Data.....	43
I. Analisis Data	46
BAB V HASIL	48
A. Tempat dan Waktu Penelitian	48
B. Analisis Deskriptif	49
C. Analisis Komparatif.....	50
BAB VI PEMBAHASAN.....	54
A. Interpretasi Penelitian	54
B. Keterbatasan Penelitian	69
C. Impikasi Terhadap Pelayanan Kesehatan, Pendidikan, dan Penelitian	69
BAB VII PENUTUP.....	71
A. Simpulan.....	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh <i>Endorphine Massage</i> dan Aromaterapi <i>Chamomile</i> Terhadap Kecemasan Ibu Hamil TM III di Klinik Tiara Husada	33
Tabel 4.1	Desain Penelitian.....	34
Tabel 5.1	Karakteristik Ibu Hamil TM III di Klinik Tiara Husada	49
Tabel 5.2	Kecemasan Ibu Hamil TM III Sebelum dan Sesudah diberikan <i>Endorphine Massage</i> dan Aromaterapi <i>Chamomile</i> Pada Kelompok Kontrol.....	51
Tabel 5.3	Kecemasan Ibu Hamil TM III Sebelum dan Sesudah diberikan <i>Endorphine Massage</i> dan Aromaterapi <i>Chamomile</i> Pada Kelompok Perlakuan	52
Tabel 5.4	Hasil Analisis Pengaruh <i>Endorphine Massage</i> dan Aromaterapi <i>Chamomile</i> Terhadap Kecemasan Ibu Hamil TM III di Klinik Tiara Husada	53

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori Pengaruh <i>Endorphine Massage</i> dan Aromaterapi <i>Chamomile</i> Terhadap Kecemasan Ibu Hamil TM III di Klinik Tiara Husada	31
Skema 4.1 Kerangka Konsep	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 : Surat Balasan Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 : Surat *Ethical Approval*
- Lampiran 5 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7 : Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 : Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9 : Lembar SOP
- Lampiran 10 : Lembar Kuesioner
- Lampiran 11 : Master Tabel Hasil Jawaban Kuesioner
- Lampiran 12 : Hasil SPSS
- Lampiran 13 : Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 14 : Lembar Bimbingan

DAFTAR SINGKATAN

ANC	: <i>Antenatal Care</i>
ASN	: Aparatur Sipil Negara
BBLR	: Berat Badan Lahir Rendah
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
HCG	: <i>Human Chorionic Gonadotropin</i>
HPA	: <i>Hypothalamic Pituitary Adrenal</i>
HPL	: Hari Perkiraan Lahir
KB	: Keluarga Berencana
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
KIA	: Kesehatan Ibu dan Anak
KIE	: Komunikasi Informasi dan Edukasi
KPD	: Ketuban Pecah Dini
RI	: Republik Indonesia
RPL	: Rekognisi Pembelajaran Lampau
SD	: Sekolah Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
SSRI	: <i>Selective Serotonin Reuptake Inhibitors</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
TM III	: Trimester Ketiga
TTV	: Tanda – tanda Vital
UGD	: Unit Gawat Darurat
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, M. L., Jasmiati, Fatiyani, Purwandari, A., Putri, H. W. K., Hafsah Us, Elvieta, Solang, S. D., Handayani, P., & Zulfa, S. Z. (2025). *Asuhan Kebidanan Esensial Kehamilan*. PT Media Pustaka Indo.
- Adnyani, N. W. S., Witari, N. N. D., & Widiani, N. N. A. (2024). Pengaruh Relaksasi Deep Breathing Dengan Teknik Self Introduction Training (Sit) Dalam Bentuk Audio Visual Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jomis (Journal of Midwifery Science)*, 8(1), 9–18.
- Agustina, L., & Haryono, R. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Feny Wulandari. *Jurnal Kebidanan Midwiferya*, 8(1), 1-8.
- Anggreni, N. P. A. D., Widiastini, L. P., & Adhiestiani, N. M. E. (2024). pengaruh terapi akupresur spirit gate terhadap kualitas tidur pada wanita premenopause di Banjar Gambang Desa Munggu. *Jkpbk*, 7(1), 83–91. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JKPBK>
- Astuti, E. W., Murwati, & Fitriani, N. (2022). The Effect of Endorphine Massage on Reducing The Intensity of Back Pain in Third Trimester Pregnant Women: A Systematic Review. *J Matern Child Heal*, 7(02), 148–158.
- Astuti, T. W., & Wijayanti, K. (2025). Analisis determinan psikologis dan dampak kortisol maternal terhadap luaran bayi pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 14(1), 45–54. <https://doi.org/10.31596/jikkr.v14i1.128>
- Azkia, A., Wijaya, D., & Rahmah, S. (2022). Aromaterapi Chamomile Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pasien Kanker. *Window of Nursing Journal*, 3(2), 260-267.
- Dahlan, K. S., Budiartini, N. K., & Putri, N. M. S. (2023). Pengaruh Yoga Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Ni Luh Sudiyanti Gianyar. *Jurnal Ilmu dan Aplikasi Kesehatan*, 6(2), 241-248.
- Darwis, A., Syahridayanti, Pratiwi, C., & Wahyuni, S. (2024). Touch Therapy Or Light Massage That Stimulates The Body To Release Endorphine Compounds (Endorphine Massage) For Labor In Mothers In Active Phase Of In-Partu With Pain In The First And Second Periods. *Int J Heal Sci*, 2, 705–715.
- Fitriani, W. (2021). Efektivitas Aromaterapi *Chamomilla recutita* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III: Sebuah Tinjauan

Pustaka. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 99-105.

Gustini, S. & Marlina, L. (2022). Pengaruh Pijat Endorphine terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas Gandrungmangu I Kabupaten Cilacap Tahun 2019. *Media Informasi*, 18(2), 162–169.

Handayani, R., & Wardani, K. (2024). Analisis faktor internal yang memengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Psikologi Kesehatan dan Kebidanan*, 9(1), 34-42

Handayani, S., Utami, T., & Pratiwi, A. (2024). Efektivitas Endorphin Massage Dalam Menurunkan Skor Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Primigravida: Studi kelompok kontrol. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Terpadu*, 12(2), 215–224. <https://doi.org/10.34011/jkk.v12i2.1842>

Hatijar. (2020). Kehamilan. Dalam: *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Dengan Kepatuhan ANC RSIA Ananda Makassar 2019* (h. 9–10). Universitas Muslim Indonesia.

Hendriani, E., Yanti, S., & Febryanti. (2021). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 22-31.

Islami, M. K., Suci, I. T., & Arfania, P. (2021). Pengaruh Terapi Senam Hamil terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan dan Kebidanan*, 10(1), 1-8.

Jannah, M. (2025). Pekerjaan, pendidikan, dan gravida mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil di Puskesmas Mpunda Kota Bima. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 16(1), 42-51.

Jelahu, P., Djajanti, C. W., & Widianingtyas, S. I. (2025). Pengaruh Tindakan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Remaja di SMAK Stella Maris Surabaya. *Jurnal Ners LENTERA*, 13(1), 42-54.

Jusriani, M. I., et al. (2021). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 150-158.

Kartika, J. & Putri, N. C. M. (2024). Pengaruh *Massage Endorphine* dan Aroma Terapi Chamomile Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 1-8

Karuniawati. (2020). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di BPM Teti Herawati Tahun 2020. *Politeknik Kesehatan Palembang*.

- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*. Kementerian Kesehatan dan JICA (Japan International Cooperation Agency).
- Kolantung, V. K., Mulyadi, C., & Runtuwene, J. (2021). *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Dengan Kepatuhan Antenatal Care (ANC) di Puskesmas Tumpaan Kabupaten Minahasa Selatan*. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(6), 19103.
- Kurniasih, H. (2021). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Nyeri Akut Pasien Post Operasi Apendiksitis di RSUD dr. H. Soewondo Kendal. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 12(2), 220-227.
- Lestari, A. P., & Wijaya, M. (2024). Evaluasi penggunaan terapi komplementer terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di fasilitas kesehatan primer. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Indonesia*, 12(2), 145–153. <https://doi.org/10.30595/jkki.v12i2.1024>
- Lestari, P. D., & Wijayanti, K. (2025). Efektivitas terapi Komplementer Aromaterapi Terhadap Penurunan Skor Kecemasan Ibu Hamil Trimester III: Eksperimen dengan kelompok kontrol. *Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Keperawatan*, 16(1), 88–97. <https://doi.org/10.32536/jikk.v16i1.1522>
- Mendrofa, L. E., Samosir, F. J., & Ginting, R. (2020). Pengaruh Religiositas Terhadap Kecemasan pada Anggota Komunitas Orang Muda Katolik (OMK). *Jurnal Experientia*, 8(2).
- Nugrawati, A. (2021). Pengertian Kehamilan. Dalam: *Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. S dengan Anemia Ringan di PMB Juhana, S.S.T.* (h. 11). Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Nugrawati, A., & Amriani, I. (2021). Pengertian Kehamilan. Dalam: *Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. R di PMB Bidan "A" Kel. Rengas Pulau Kec. Medan Marelan Tahun 2021*. Universitas Nasional.
- Nuraeni, R., Februanti, S., & Adini, S. (2025). The Effect of Endorphine Massage and Warm Compresses on the Intensity of Low Back Pain in Third Trimester Pregnant Women. *Media Informasi*, 21(02), 7–12.
- Nurbaiti, T. S., Eriyani, E., & Rahayu, T. (2022). Pengaruh Psikoedukasi Persalinan Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB H. M. *Jurnal Kesehatan Abdi Husada*, 12(2), 241-247.
- Nurhasanah, I. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Tegal Sari. *Jurnal Kebidanan Darussalam*, 1(1), 22-29.
- Nurliawati, E., Sambas, E. K., & Suprapti, B. (2024). Hubungan gravida dengan

tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 1(4), 1118–1123.

Nursalam, S., Putri, S. D. Y., & Putri, H. W. (2022). Usia Ibu Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2022. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 2(3), 130-138.

Pramana, R. P., & Dewi, R. K. (2024). Literatur Review: Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur*, 17(1), 127-133.

Pratiwi, A. D., & Utami, S. (2024). Penatalaksanaan Non Farmakologis Kecemasan Ibu Hamil Trimester III: Systematic Review Terapi Komplementer. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Maternal*, 8(2), 89-98.

Pratiwi, A., Handayani, S., & Utami, T. (2024). Efektivitas Endorphin Massage Dalam Menurunkan Skor Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Terpadu*, 12(2), 215–224. <https://doi.org/10.34011/jkk.v12i2.1842>

Pravikasari, V. A., Sudarma, I. W., & Aryani, N. N. (2023). Pengaruh Yoga Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Devi Haryanto. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 173-180.

Putri, D. D., & Purwaningrum, A. I. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Kebidanan Midwifery*, 7(1), 1-8.

Rahayu, D., & Lestari, S. (2021). "Manfaat Terapi Aroma Chamomile dalam Menurunkan Mual dan Kecemasan pada Pasien Kemoterapi." *Jurnal Keperawatan Holistik*, 3(2).

Rahmawati, S., Lestari, D., & Nugraheni, A. (2024). Analisis komparatif tingkat kecemasan ibu hamil trimester III pada kelompok kontrol dan kelompok terapi komplementer. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 8(2), 88–96. <https://doi.org/10.32536/jrki.v8i2.311>

Rasyidah, N., & Sulistyaningsih, N. (2023). Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kehamilan Berisiko di Wilayah Kerja Puskesmas Tambakaji Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 12(2), 170-176.

Safitri, A. N. K., Jalaluddin, S., Rahim, R., Delima, A. A. A., & Gassing, Q. (2024). Faktor risiko kecemasan ibu hamil trimester III. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 4(2), 161-169.

- Safitri, M. I., & Sulistiyah. (2025). Pengaruh Aroma Terapi Chamomile Terhadap Pengurangan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Titik Ismawanti, SST Singosari. *Journal of Innovative and Creativity*, 5(2), 8064–8073.
- Sari, D. E., & Ramadani, F. (2023). Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 19(1), 12–20. <https://doi.org/10.26753/jikk.v19i1.942>
- Sari, D. P., Lestari, W., & Utami, T. (2023). Pengaruh terapi komplementer terhadap skor kecemasan ibu hamil berdasarkan stratifikasi usia produktif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Kebidanan*, 12(3), 155-164.
- Sari, R. N., & Wahyuni, E. (2023). Pengaruh Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan Bidan Pintar*, 7(1), 1-7.
- Saryani, W., & Alpiyah, D. N. (2025). Efektivitas Massage Endorphine Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Hamil Menjelang Persalinan. *Jurnal Fisioterapi Terapan Indonesia*, 4(1).
- Sihombing, R., & Amalia, R. (2024). Pengendalian variabel konfounding paritas dalam uji klinis terapi komplementer terhadap kecemasan persalinan. *Jurnal Riset Kebidanan Nasional*, 8(1), 15–24.
- Setiawati, D., & Sudhana, S. H. (2024). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Chamomile untuk Mengurangi Insomnia pada Lansia: *Systematic Review*. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Indonesia*, 1(2), 105-115.
- Sitorus, F., Bancin, D. R., Sembiring, R., Anita, S., & Lestari, R. (2025). Edukasi Pijat Endorphine Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Bersalin Kala I Di Bpm Mariana. *Journal Abdimas Mutiara*, 6(1), 95–99.
- Soare, I. M., dos Santos, I. J., de Conceicao, Z. C., & Pereira, R. X. (2025). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. CV. Angkasa Media Literasi.
- Soleha, M., Sepiwiryanti, W., & Zelharsandy, V. T. (2025). Pengaruh endorphin massage untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III primigravida. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(5), 315–322. <https://doi.org/10.37287/jppp.v7i5.973>
- Suhartini, L., Pardede, T. U., & Febriyanti, M. (2023). Penggunaan Poster Sebagai Media Edukasi Asuhan Kebidanan. *Jurnal Inovasi Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat (JIPPMAS)*, 3(1), 1-10.

- Sulistiyanti, A. R., Ningsih, P., & Sari, N. L. (2025). Pentingnya Pemantauan Rutin Antenatal Care dalam Deteksi Dini Preeklampsia dan Gawat Janin. *Jurnal Kebidanan Ceria*, 16(1), 12-20.
- Susanti, E. F., & Handayani, T. (2022). Pemberian Aromaterapi *Chamomile* Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi: *Literature Review*. *Jurnal Ilmiah Perekam dan Informasi Kesehatan Imelda*, 7(2), 241-248.
- Suryani, L., Handayani, T., & Lestari, P. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan di pelayanan kesehatan primer. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Indonesia*, 11(3), 201-210.
- Syarifah, S. S., & Sitorus, R. (2022). Hubungan Status Ekonomi dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Panjang. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 99-106.
- Tuti, K. W., Indriastuti, N. A., & Herningsih, H. (2025). Pengaruh Pijat Endorphine dan Pijat Oksitosin untuk Mengurangi Nyeri Persalinan dan Mempercepat Proses Persalinan. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(2), 921-928.
- Utami, S. R., & Wijayanti, K. (2025). Aplikasi klinis aromaterapi chamomile terhadap penurunan skor kecemasan maternal trimester III. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 16(1), 88–97. <https://doi.org/10.32536/jikk.v16i1.1522>
- Wardani, R. A., Saputri, E., & Utami, S. (2024). Pengaruh endorphin massage terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III primigravida. *Jurnal Kebidanan Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 142–151. <https://doi.org/10.35874/jbk.v13i2.1290>
- Wulandari, R., Suparni, S., & Prawiro, D. F. (2022). Pengaruh Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di PMB Zulaikha. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 5(2), 70-76.
- Yang, X. (2021). *Psychometric Properties of Hamilton Anxiety Rating Scale in Clinical Settings*. ResearchGate Publication.
- Yasin, A. S., & Sumarni, S. (2019). Hubungan Usia Ibu Hamil dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan di Puskesmas Patrang. *Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 1-8.
- Yuliana, D. (2020). Pengaruh Aromaterapi Chamomile Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Midwifery*, 8(2), 115-120.
- Yulastuti, N., & Keswara, N. W. (2025). The Effect of Endorphine Massage on

Reducing Labor Pain Intensity During the Active Phase of the First Stage of Labor at Ledokombo Public Health Center, Jember Regency. *Jurnal EduHealth*, 16(2), 525-534.