

**SCOPING REVIEW : PERBANDINGAN PENGGUNAAN
AROMATERAPI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM
PERSIAPAN PERSALINAN**



Diajukan ke Prodi Kebidanan Program Sarjana Kebidanan Departemen Kebidanan
Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Sebagai Pemenuhan Salah Satu Syarat
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan

Oleh :

NADHIRA SALSABILA CEHAN

NIM : 2210333044

Pembimbing:

1. Dr. Hasmiwati, M.Kes
2. Fitrayeni, SKM., M.Biomed

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
DEPARTEMEN KEBIDANAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

PADANG

2026

ABSTRACT

SCOPING REVIEW: COMPARISON OF AROMATHERAPY USE ON ANXIETY LEVELS OF PREGNANT WOMEN IN THE THIRD TRIMESTER IN PREPARATION FOR LABOR

By

Nadhira Salsabila Cehan, Hasmiwati, Fitriyani, Rozi Sastra Purna, Dina Taufia

Anxiety among pregnant women in the third trimester approaching childbirth is a common psychological issue that has negative effects on both the mother and the fetus. According to the WHO (2020), 10–20% of pregnant women experience anxiety. Based on data from the Padang City Health Department (2023), the anxiety rate among pregnant women reaches 35%. One of the non-pharmacological interventions frequently used to reduce anxiety is aromatherapy, particularly with lavender, lemon, and chamomile. This study aims to identify factors associated with the use of lavender, lemon, and chamomile aromatherapy in reducing anxiety levels among third-trimester pregnant women preparing for childbirth.

This study is a literature review employing a scoping review method using the PICO framework. Articles were retrieved from several databases, namely PubMed, Google Scholar, Garuda, ScienceDirect, and Semantic Scholar. Articles were selected based on inclusion and exclusion criteria. The selected articles were then incorporated into a PRISMA Sc-R flow diagram, resulting in eleven articles for analysis, published between 2020 and 2026, which were subsequently analyzed using thematic analysis.

The results of the study indicate that all three types of aromatherapy are effective in reducing anxiety levels in third-trimester pregnant women. Factors influencing effectiveness include the method of administration (inhalation/topical), duration and frequency of use, dosage, and characteristics of the pregnant women. It is concluded that lavender, lemon, and chamomile aromatherapy are effective as complementary therapies in reducing anxiety in third-trimester pregnant women approaching childbirth, with lavender aromatherapy being the most effective based on the reviewed literature.

Keywords : *aromatherapy, lavender, lemon, chamomile, anxiety, third trimester pregnant women*

ABSTRAK

SCOPING REVIEW : PERBANDINGAN PENGGUNAAN AROMATERAPI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM PERSIAPAN PERSALINAN

Oleh

Nadhira Salsabila Cehan, Hasmiwati, Fitriyeni, Rozi Sastra Purna, Dina Taufia

Kecemasan pada ibu hamil trimester III menjelang persalinan merupakan masalah psikologis yang sering kali terjadi dan memiliki dampak negatif terhadap kondisi ibu maupun janin. Menurut WHO (2020) 10-20% ibu hamil mengalami masalah kecemasan. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang (2023) tingkat kecemasan ibu hamil mencapai 35%. Salah satu intervensi non-farmakologis yang sering kali digunakan untuk mengurangi kecemasan adalah aromaterapi, khususnya lavender, lemon dan kamomil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan aromaterapi lavender, lemon, dan kamomil dapat mengurangi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam persiapan persalinan.

Penelitian ini merupakan *literature review* dengan metode *scoping review* menggunakan PICO. Pencarian artikel diakses dari beberapa *database*, yaitu *PubMed*, *Google Scholar*, *Garuda*, *ScienceDirect*, *Semantic Scholar*. Artikel diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kemudian artikel yang terpilih dimasukkan kedalam diagram alir PRISMA Sc-R sehingga diperoleh sebelas artikel untuk dianalisis, dengan tahun publikasi 2020-2026, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga jenis aromaterapi efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Faktor yang mempengaruhi efektivitas meliputi metode pemberian (inhalasi/topikal), durasi dan frekuensi penggunaan, dosis, dan karakteristik ibu hamil. Disimpulkan bahwa aromaterapi lavender, lemon, kamomil efektif sebagai terapi komplementer dalam menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III menjelang persalinan, dengan aromaterapi lavender sebagai aromaterapi yang paling efektif berdasarkan literatur yang ditelaah.

Kata Kunci : aromaterapi, lavender, lemon, *chamomile*, kecemasan, ibu hamil trimester III