

Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Dan KIE Terhadap Tingkat Kecemasan Calon Akseptor Kontrasepsi Implant Di TPMB Bd. MS Kabupaten Malang

**Anastasha Centaury Gracilla¹, Widia Shofa Ilmiah²,
Raden Maria Veronika Widiatrilupi³**

¹⁻³ Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen

Email: anastashacentaury@gmail.com, widiailmiah86@gmail.com, mariawidia@itsk-soepraoen.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh pemberian aromaterapi lavender dan KIE terhadap tingkat kecemasan calon akseptor kontrasepsi implant di TPMB Bd. Mia Saputri I., S.Tr. Keb, M.M Kabupaten Malang. Penelitian menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan control group pre-test post-test. Sampel penelitian berjumlah 32 responden yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol menggunakan teknik accidental sampling. Pengukuran tingkat kecemasan menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), sebuah instrumen standar yang menilai gejala fisik dan psikologis kecemasan melalui 14 item, sehingga memungkinkan penilaian tingkat kecemasan secara objektif sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor kecemasan kelompok intervensi menurun dari 21,88 menjadi 15,06, sedangkan pada kelompok kontrol hanya menurun dari 21,88 menjadi 21,31. Uji statistik menunjukkan adanya pengaruh signifikan pemberian aromaterapi lavender dan KIE terhadap penurunan tingkat kecemasan ($p < 0,05$). Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk memperluas jumlah sampel, memperpanjang waktu intervensi, serta menggunakan metode pengukuran kecemasan tambahan, seperti pengukuran fisiologis, guna meminimalkan keterbatasan penelitian.

Kata Kunci: Aromaterapi Lavender, Kecemasan, KIE, Kontrasepsi Implant.

Abstract

This study aims to analyze the effect of lavender aromatherapy and IEC on the anxiety levels of prospective contraceptive implant acceptors at TPMB Bd. Mia Saputri I., S.Tr. Keb, M.M., Malang Regency. The study used a quasi-experimental design with a control group pre-test post-test approach. The study sample consisted of 32 respondents who were divided into an intervention group and a control group using an accidental sampling technique. Anxiety levels were measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), a standardized instrument that assesses physical and psychological symptoms of anxiety through 14 items, thus allowing for objective assessment of anxiety levels before and after the intervention. The results showed that the average anxiety score in the intervention group decreased from 21.88 to 15.06, while in the control group it only decreased from 21.88 to 21.31. Statistical tests showed a significant effect of lavender aromatherapy and IEC on reducing anxiety levels ($p < 0.05$). It is recommended for future researchers to expand the sample size, extend the intervention period, and use additional anxiety measurement methods, such as physiological measurements, to minimize the limitations of the study.

Keywords: Anxiety, Contraceptive Implant, IEC, Lavender Aromatherapy

1. PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan salah satu respon emosional yang sering dialami oleh wanita ketika menghadapi tindakan medis, termasuk prosedur pemasangan alat kontrasepsi. Dalam konteks program Keluarga Berencana (KB), kecemasan dapat muncul akibat kurangnya pengetahuan, pengalaman negatif orang lain, maupun persepsi yang keliru terhadap metode kontrasepsi tertentu. Kondisi ini dapat mempengaruhi keputusan wanita dalam memilih metode kontrasepsi, khususnya metode kontrasepsi jangka panjang. Padahal, penggunaan

kontrasepsi merupakan salah satu strategi penting dalam pengendalian angka kelahiran guna menekan laju pertumbuhan penduduk (Casriyanti *et al.*, 2022).

Program KB menyediakan berbagai pilihan metode kontrasepsi seperti pil, suntik, kondom, *intrauterine device* (IUD), implant, dan steril. Kontrasepsi implant termasuk metode yang sangat efektif karena mampu mencegah kehamilan selama 3–5 tahun dengan tingkat keberhasilan lebih dari 99%. Namun demikian, secara global penggunaan kontrasepsi jangka panjang seperti implant masih relatif rendah, yaitu sekitar 7% dari total pengguna kontrasepsi di dunia (WHO, 2021). Di Indonesia, prevalensi peserta KB aktif mencapai 57,4%, dengan proporsi pengguna implant sekitar 8–10% (Kemenkes RI, 2021). Sementara itu, di Provinsi Jawa Timur cakupan KB aktif mencapai 59,1%, dan di Kabupaten Malang tercatat sekitar 7,6% peserta KB menggunakan implant (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2022).

Kecemasan calon akseptor terhadap pemasangan implant umumnya disebabkan oleh ketakutan terhadap proses pemasangan, kekhawatiran terhadap efek samping hormonal, serta kurangnya informasi yang benar mengenai kontrasepsi implant. Ketakutan terhadap rasa nyeri, adanya benda asing di bawah kulit, serta mitos yang berkembang di masyarakat juga dapat memperkuat kecemasan tersebut (Stuart & Sundeen, 2021). Kondisi ini dapat berdampak pada rendahnya minat wanita dalam menggunakan metode kontrasepsi implant.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan tersebut salah satunya melalui pemberian Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE). KIE yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan calon akseptor mengenai mekanisme kerja implant, prosedur pemasangan, keamanan, efek samping, serta manfaat penggunaannya dalam jangka panjang. Edukasi yang tepat dapat membantu mengurangi kesalahpahaman dan meningkatkan kepercayaan diri wanita dalam mengambil keputusan terkait penggunaan kontrasepsi. Namun demikian, dalam praktik pelayanan kesehatan, pemberian KIE sering kali belum optimal karena keterbatasan waktu pelayanan sehingga informasi yang diberikan belum sepenuhnya komprehensif.

Selain edukasi, pendekatan nonfarmakologis juga dapat digunakan untuk membantu menurunkan kecemasan, salah satunya melalui aromaterapi lavender. Minyak esensial lavender mengandung senyawa linalool dan linalyl acetate yang bekerja melalui sistem penciuman dan menstimulasi *hipotalamus* untuk melepaskan endorfin, sehingga memberikan efek relaksasi dan menurunkan tingkat kecemasan (Tarigan, 2022). Oleh karena itu, aromaterapi lavender berpotensi menjadi intervensi alami yang dapat membantu menenangkan calon akseptor sebelum tindakan pemasangan kontrasepsi implant.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan dengan durasi pemberian berkisar antara 15–20 menit. Namun penelitian mengenai kombinasi aromaterapi lavender dan KIE dalam menurunkan kecemasan calon akseptor kontrasepsi implant, khususnya pada pelayanan di Praktik Mandiri Bidan, masih terbatas.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi experiment* menggunakan *control group pre-test post-test design*. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender dan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) terhadap tingkat kecemasan calon akseptor kontrasepsi implant dengan membandingkan hasil sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada penelitian ini terdapat dua kelompok, yaitu kelompok intervensi yang mendapatkan aromaterapi lavender dan KIE, serta kelompok kontrol yang hanya mendapatkan KIE (Ilmiah *et al.*, 2023).

Penelitian dilaksanakan di TPMB Bd. Mia Saputri I., S.Tr.Keb., M.M, Kecamatan Turen, Kabupaten Malang pada 3 Februari – 3 Maret 2026. Populasi dalam penelitian ini

adalah seluruh calon akseptor kontrasepsi implant yang datang untuk melakukan pemasangan di TPMB tersebut dan mengalami kecemasan. Jumlah sampel sebanyak 32 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 16 responden kelompok intervensi dan 16 responden kelompok kontrol. Penentuan besar sampel mengacu pada rumus Frederer, sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan accidental sampling, yaitu responden yang secara kebetulan datang dan memenuhi kriteria penelitian dijadikan sebagai sampel (Sugiyono, 2018).

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian aromaterapi lavender dan KIE, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan calon akseptor kontrasepsi implant. Intervensi aromaterapi lavender diberikan menggunakan lavender *essential oil* sebanyak 4 tetes (0,20 ml) yang dicampurkan dengan 30 ml air dan dihirup menggunakan *diffuser* selama ± 20 menit. Selain itu, responden juga diberikan KIE mengenai kontrasepsi implant yang meliputi pengertian, cara kerja, efektivitas, prosedur pemasangan, efek samping, serta klarifikasi terhadap mitos yang berkembang di masyarakat. Pada kelompok kontrol hanya diberikan KIE tanpa pemberian aromaterapi.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) untuk mengukur tingkat kecemasan responden sebelum dan sesudah intervensi. Instrumen HARS terdiri dari 14 item pertanyaan yang menilai gejala psikologis dan fisiologis kecemasan dengan kategori skor mulai dari tidak ada kecemasan hingga kecemasan sangat berat. Hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen ini layak digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan responden.

Analisis data dilakukan menggunakan program SPSS melalui analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi tingkat kecemasan. Sebelum uji bivariat dilakukan, data diuji normalitas menggunakan *Shapiro–Wilk* karena jumlah sampel kurang dari 50 responden. Hasil uji menunjukkan data berdistribusi normal sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji parametrik, yaitu *paired t-test* untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok, serta *independent t-test* untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Nilai signifikansi ditetapkan pada $p \leq 0,05$.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik (*ethical clearance*) dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. Dr. Soepraon Malang dengan nomor KEPK-EC/416/XII/2025. Seluruh responden telah mendapatkan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta memberikan persetujuan tertulis melalui *informed consent* sebelum penelitian dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Data Umum Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
	(n)	(%)
Usia (Tahun)	<20 tahun	3 9.4
	20-30 tahun	12 37.5
	31-40 tahun	10 31.3
	>40 tahun	7 21.9
Pendidikan	SD	1 3.1
	SMP	2 6.3
	SMA	11 34.4
	PT	18 56.3

	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
		(n)	(%)
Paritas	Primipara	13	40.6
	Multipara	12	37.5
	Grandemultipara	7	21.9
Kategori	Pil	11	34.4
	Suntik	14	43.8
	Implan	7	21.9

Sumber data observasi : Maret 2026

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–30 tahun yaitu sebanyak 12 orang (37,5%), diikuti usia 31–40 tahun sebanyak 10 orang (31,3%), usia >40 tahun sebanyak 7 orang (21,9%), dan paling sedikit berusia <20 tahun yaitu 3 orang (9,4%). Dari segi pendidikan, mayoritas responden memiliki pendidikan perguruan tinggi sebanyak 18 orang (56,3%), kemudian SMA sebanyak 11 orang (34,4%), SMP 2 orang (6,3%), dan paling sedikit berpendidikan SD yaitu 1 orang (3,1%). Berdasarkan paritas, responden paling banyak adalah primipara sebanyak 13 orang (40,6%), diikuti multipara 12 orang (37,5%) dan grandemultipara 7 orang (21,9%). Sementara itu, berdasarkan kategori penggunaan kontrasepsi, metode yang paling banyak digunakan adalah suntik sebanyak 14 orang (43,8%), diikuti pil sebanyak 11 orang (34,4%), dan implan sebanyak 7 orang (21,9%). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan wanita usia produktif dengan tingkat pendidikan yang relatif tinggi dan lebih banyak menggunakan metode kontrasepsi suntik.

Tabel 2. Rata-rata Tingkat Kecemasan Kelompok Kontrol dan Intervensi *Pre - Post Test*

Pengukuran	Mean
<i>Pre Test</i> Kontrol	21.88
<i>Post Test</i> Kontrol	21.31
Selisih	0,57
Pengukuran	Mean
<i>Pre Test</i> Intervensi	21.88
<i>Post Test</i> Intervensi	15.06
Selisih	6.82

Sumber data observasi : Maret 2026

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada kelompok kontrol sebelum perlakuan (*pre test*) adalah 21,88 dan setelah pengukuran ulang (*post test*) menjadi 21,31, sehingga hanya terjadi penurunan sebesar 0,57. Hal ini menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol perubahan tingkat kecemasan relatif kecil. Sementara itu, pada kelompok intervensi rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberikan perlakuan adalah 21,88 dan setelah diberikan intervensi menurun menjadi 15,06 dengan selisih penurunan sebesar 6,82. Data ini menunjukkan bahwa kelompok yang mendapatkan intervensi mengalami penurunan tingkat kecemasan yang jauh lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol, sehingga dapat diindikasikan bahwa intervensi yang diberikan memiliki pengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan responden.

Uji *paired sample t-test* tingkat kecemasan responden *pre-post test* pada kelompok kontrol maupun intervensi di sajikan pada tabel 3. Berdasarkan tabel 3, hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi terdapat penurunan tingkat kecemasan yang signifikan dengan nilai Sig. (*2-tailed*) 0,000 dan mean difference 6,813.

Sementara pada kelompok kontrol juga terdapat perbedaan dengan nilai Sig. 0,001, namun penurunannya sangat kecil yaitu dengan *mean difference* 0,563. Hal ini menunjukkan bahwa penurunan tingkat kecemasan lebih besar terjadi pada kelompok yang mendapatkan intervensi dibandingkan kelompok kontrol.

Tabel 3. Uji *Paired Sample T-Test* Tingkat Kecemasan Responden *Pre-Post Test* Pada Kelompok Kontrol Maupun Intervensi

Kelompok	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Intervensi	67.599	15	0,000	6.813
Kontrol	4.392	15	0,001	0.563

Sumber data observasi : Maret 2026

Tabel 4. Uji *Unpaired T-Test* Penurunan Tingkat Kecemasan Responden Antara Kelompok Intervensi Dengan Kelompok Kontrol *Pre-Post Test*

Variabel	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Delta (<i>Pre-Post</i>)	38.348	30	0.007	-0,23750

Sumber data observasi : Maret 2026

Berdasarkan tabel 4, hasil uji *Unpaired T-Test* menunjukkan nilai signifikansi (*Sig. 2-tailed*) sebesar 0,007 yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan tingkat kecemasan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada pengukuran *pre-post test*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa intervensi yang diberikan lebih efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan responden dibandingkan dengan kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–30 tahun (37,5%). Usia ini termasuk dalam kelompok usia reproduktif aktif dimana wanita cenderung lebih memperhatikan kesehatan reproduksi serta penggunaan metode kontrasepsi untuk menjarangkan kehamilan. Menurut *World Health Organization* (WHO), wanita usia 20–35 tahun merupakan usia reproduksi yang paling aman untuk kehamilan sehingga pada rentang usia tersebut penggunaan kontrasepsi sering menjadi pilihan untuk mengatur jarak kelahiran (WHO, 2021). Usia juga berhubungan dengan tingkat kematangan psikologis seseorang dalam menghadapi berbagai kondisi kesehatan, termasuk kecemasan. Penelitian oleh (Pratiwi & Handayani, 2021) menunjukkan bahwa wanita usia dewasa awal memiliki tingkat kecemasan yang lebih stabil karena kemampuan adaptasi psikologis yang lebih baik dibandingkan usia remaja.

Ditinjau dari tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki pendidikan perguruan tinggi (56,3%). Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam menerima informasi kesehatan dan memahami manfaat pelayanan kesehatan. Individu dengan pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki pengetahuan yang lebih baik sehingga lebih mudah menerima intervensi atau edukasi kesehatan yang diberikan. Hal ini sejalan dengan teori Notoatmodjo yang menyatakan bahwa pendidikan merupakan faktor penting yang mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku seseorang terhadap kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh (Rahmawati *et al.*, 2022) juga menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi berhubungan dengan peningkatan pemahaman terhadap informasi kesehatan reproduksi serta mampu menurunkan kecemasan melalui peningkatan pengetahuan.

Berdasarkan paritas, sebagian besar responden merupakan primipara (40,6%). Ibu dengan pengalaman melahirkan pertama kali umumnya memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan multipara karena belum memiliki pengalaman sebelumnya. Pengalaman merupakan salah satu faktor penting dalam membentuk kesiapan psikologis seseorang. Menurut teori adaptasi psikologis dalam keperawatan maternitas, pengalaman sebelumnya dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi ketidakpastian yang menjadi penyebab kecemasan. Penelitian oleh (Sari & Lestari, 2020) menunjukkan bahwa ibu primipara cenderung mengalami kecemasan lebih tinggi dibandingkan multipara karena kurangnya pengalaman dalam menghadapi proses reproduksi dan pelayanan kesehatan.

Dilihat dari kategori penggunaan kontrasepsi, metode yang paling banyak digunakan responden adalah suntik (43,8%), diikuti pil (34,4%) dan implan (21,9%). Kontrasepsi suntik menjadi salah satu metode yang paling banyak dipilih karena dianggap praktis, efektif, dan tidak memerlukan penggunaan setiap hari seperti pil. Menurut (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022), kontrasepsi suntik merupakan salah satu metode kontrasepsi yang paling banyak digunakan oleh wanita usia subur di Indonesia karena kemudahan penggunaan serta efektivitasnya dalam mencegah kehamilan. Penelitian oleh (Fitriani *et al.*, 2023) juga menyatakan bahwa kontrasepsi suntik lebih banyak dipilih karena memiliki tingkat kepatuhan yang tinggi dan tidak memerlukan prosedur invasif seperti implan.

Hasil penelitian pada Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada kelompok kontrol sebelum perlakuan adalah 21,88 dan setelah pengukuran ulang menjadi 21,31 dengan penurunan yang sangat kecil yaitu sebesar 0,57. Sementara itu, pada kelompok intervensi terjadi penurunan yang jauh lebih besar, dimana rata-rata kecemasan sebelum intervensi adalah 21,88 dan setelah intervensi menurun menjadi 15,06 dengan selisih 6,82. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan mampu menurunkan tingkat kecemasan responden secara lebih signifikan dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi. Secara teori, kecemasan merupakan respon emosional terhadap situasi yang dianggap mengancam atau menimbulkan ketidakpastian. Menurut teori kecemasan yang dikemukakan oleh (Ponelo *et al.*, 2025), kecemasan dapat dikurangi melalui pemberian intervensi psikologis, edukasi, atau teknik relaksasi yang mampu meningkatkan rasa kontrol dan pemahaman individu terhadap kondisi yang dihadapi.

Hasil uji statistik pada Tabel 3 menggunakan *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi terdapat penurunan tingkat kecemasan yang signifikan dengan nilai *p-value* 0,000 ($<0,05$) dan *mean difference* sebesar 6,813. Sementara pada kelompok kontrol juga terdapat perbedaan dengan nilai *p-value* 0,001, namun penurunannya sangat kecil yaitu sebesar 0,563. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat perubahan kecemasan secara alami pada kelompok kontrol, namun perubahan tersebut tidak sebesar pada kelompok yang mendapatkan intervensi. Penurunan kecemasan pada kelompok kontrol dapat disebabkan oleh faktor adaptasi responden terhadap situasi atau proses pengukuran yang berulang. Menurut penelitian oleh (Wulandari *et al.*, 2021), responden yang mengikuti proses penelitian berulang dapat mengalami penurunan kecemasan secara alami karena mulai memahami situasi yang dihadapi.

Selanjutnya, hasil uji *Unpaired T-Test* pada Tabel 4 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,007 ($<0,05$) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara penurunan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hal ini membuktikan bahwa intervensi yang diberikan dalam penelitian ini efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan responden. Secara teoritis, intervensi yang bersifat edukatif maupun psikologis dapat meningkatkan pemahaman individu, memberikan rasa aman, serta mengurangi ketidakpastian yang menjadi sumber kecemasan. Penelitian oleh (Pitaloka *et al.*, 2024) juga menunjukkan bahwa pemberian intervensi edukasi atau terapi psikologis sederhana mampu menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan pada wanita usia reproduktif.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Nugroho & Astuti, 2022) yang menunjukkan bahwa pemberian intervensi psikologis atau edukasi kesehatan dapat menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian lain oleh (Veronika *et al.*, 2019) juga menyatakan bahwa intervensi yang diberikan secara terstruktur mampu meningkatkan pemahaman responden dan memberikan efek relaksasi sehingga kecemasan dapat berkurang secara bermakna. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bahwa intervensi yang tepat dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada wanita usia reproduktif.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor karakteristik responden seperti usia, pendidikan, dan pengalaman reproduksi dapat mempengaruhi tingkat kecemasan, namun pemberian intervensi yang tepat terbukti lebih efektif dalam menurunkan kecemasan dibandingkan tanpa intervensi. Oleh karena itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan intervensi edukatif maupun psikologis secara optimal untuk membantu mengurangi kecemasan pada wanita usia reproduktif sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender yang dikombinasikan dengan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada calon akseptor kontrasepsi implant sebelum tindakan pemasangan dilakukan. Hal ini terlihat dari penurunan rata-rata skor kecemasan yang lebih besar pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil uji statistik juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi, serta perbedaan yang bermakna antara kelompok yang mendapatkan kombinasi aromaterapi lavender dan KIE dengan kelompok yang hanya mendapatkan KIE. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi yang menggabungkan pendekatan edukatif dan relaksasi dapat membantu meningkatkan rasa nyaman, mengurangi ketakutan terhadap prosedur medis, serta memperkuat kesiapan psikologis calon akseptor dalam menggunakan kontrasepsi implant.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih disampaikan kepada pihak TPMB Bd. Mia Saputri I., S.Tr. Keb., M.M di Kecamatan Turen, Kabupaten Malang yang telah memberikan izin serta fasilitas sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada sivitas akademika Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen yang telah memberikan arahan, masukan, dan dukungan selama proses penyusunan penelitian ini.

6. DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2020). *Pedoman pelayanan kontrasepsi dan keluarga berencana*. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- Casriyanti, D., et al. (2022). Faktor yang mempengaruhi penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang pada wanita usia subur. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 13(2), 115–123.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2022). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2022*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Fitriani, N., Rahmawati, D., & Lestari, P. (2023). Faktor yang mempengaruhi pemilihan metode kontrasepsi pada wanita usia subur. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(1), 45–52.

- Handayani, S., & Putri, A. (2021). *Kesehatan reproduksi wanita*. Nuha Medika.
- Ilmiah, W. S., Ahmad Ekayanti, H., Makkasau, Fitriani, Latifah, A., Syatriani, Marlin, E., & BuraerahSri, S. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (2017). *Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry* (11th ed.). Wolters Kluwer.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Pedoman pelayanan kontrasepsi*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pelayanan keluarga berencana dan kesehatan reproduksi*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2022*. Kementerian Kesehatan RI.
- Koulivand, P. H., Khaleghi Ghadiri, M., & Gorji, A. (2019). Lavender and the nervous system. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2019, 1–10. <https://doi.org/10.1155/2019/6813041>
- Nugroho, A., & Astuti, Y. (2022). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap penurunan kecemasan pada pasien sebelum tindakan medis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 98–105.
- Pitaloka, P. S., Ilmiah, W. S., & Alfitri, R. (2024). Pengaruh Lilin Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di PMB Yulia Tri Jayanti Turen Kab. Malang Tahun 2024. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(5), 2422–2429.
- Ponelo, F., Maulina, R., & Ilmiah, W. S. (2025). *Proceeding of The International Conference of Inovation , Science , Technology , The Effect of Lavender Aromatherapy on Anxiety of Primigravid Pregnant Women in Tobongon Village*.
- Pratiwi, D., & Handayani, L. (2021). Hubungan usia dengan tingkat kecemasan pada wanita usia reproduktif. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 12(2), 88–94.
- Pratiwi, N., & Suryaningsih, S. (2018). Efektivitas kontrasepsi implant dalam pencegahan kehamilan. *Jurnal Kebidanan Nasional*, 9(2), 120–126.
- Priyoto. (2015). *Konsep manajemen stres*. Nuha Medika.
- Putri, A., & Armini, N. K. A. (2020). Faktor yang mempengaruhi pemilihan kontrasepsi implant pada wanita usia subur. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1), 55–61.
- Rahmawati, D., Sari, P., & Lestari, N. (2022). Hubungan tingkat pendidikan dengan pengetahuan kesehatan reproduksi pada wanita usia subur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(2), 101–108.
- Rohmah, N., & Indrawati, R. (2019). Faktor psikologis yang mempengaruhi kecemasan pasien sebelum tindakan medis. *Jurnal Keperawatan Klinik*, 10(1), 27–34.
- Sari, M., & Lestari, D. (2020). Hubungan paritas dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi pelayanan kesehatan reproduksi. *Jurnal Kebidanan*, 11(1), 60–66.
- Stuart, G. W. (2016). *Principles and practice of psychiatric nursing* (10th ed.). Elsevier.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2021). *Buku saku keperawatan jiwa* (terjemahan). EGC.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suhartini, T., & Rahmawati, A. (2020). Efektivitas aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan. *Jurnal Terapi Komplementer Kesehatan*, 4(2), 75–82.
- Tarigan, R. (2022). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 6(1), 12–18.
- Townsend, M. C. (2017). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice* (9th ed.). F. A. Davis Company.

- Veronika, R. M., Alfitri, R., & Anggun, P. (2019). *Hubungan Amenorrea Sekunder Dengan Kecemasan Pada Akseptor Kb Kontrasepsi Suntik Dmpa Di Klinik Delia Husada Pagelaran Kabupaten Malang*.
- Wulandari, S., Hidayati, N., & Prasetyo, B. (2021). Perubahan tingkat kecemasan responden dalam penelitian berulang. *Jurnal Psikologi Terapan*, 9(1), 41–48.
- World Health Organization. (2018). *Medical eligibility criteria for contraceptive use* (5th ed.). WHO.
- World Health Organization. (2021). *Family planning: A global handbook for providers*. WHO.