

PENGARUH TERAPI LAVENDER ESSENTIAL OIL TERHADAP PENURUNAN SKALA KECEMASAN PADA AKSEPTOR KB IMPLAN

Sri Mulyani¹⁾, Amanda Via Maulinda²⁾, Kasriatun³⁾, Zuhijriani⁴⁾

^{1,2,3,4)}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

Email: sri684952@gmail.com

ABSTRAK

Upaya mencegah kelahiran yang tidak diinginkan secara efektif dapat dilakukan dengan menggunakan kontrasepsi modern, salah satunya adalah implan. Cara untuk menurunkan tingkat kecemasan calon akseptor KB implan dapat dilakukan pemberian terapi komplementer seperti lavender essential oil. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi lavender essential oil terhadap penurunan skala kecemasan pada akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I. Penelitian ini menggunakan metode pre-experimental design tipe one group pretest-posttest, dengan teknik non probability sampling. Populasi dalam penelitian ini yaitu para ibu akseptor KB implan di wilayah Puskesmas Wirosari I. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian diketahui bahwa tingkat kecemasan akseptor KB implan sebelum dilakukan terapi lavender essential oil adalah cemas ringan sebanyak 16 orang (53,3%), tingkat kecemasan akseptor KB implan sesudah dilakukan terapi lavender essential oil adalah tidak mengalami kecemasan sebanyak 28 orang (93,3%) dan terdapat pengaruh terapi lavender essential oil terhadap penurunan skala kecemasan pada akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I, dengan nilai p value 0,000 ($p < 0,05$). Diharapkan bagi petugas kesehatan untuk menerapkan terapi lavender essential oil terhadap penurunan skala kecemasan pada akseptor KB implan.

Kata Kunci: Akseptor KB Implan, Lavender Essential Oil, Terapi

ABSTRACT

Efforts to prevent unwanted births effectively can be done by using modern contraception, one of which is the implan. The way to reduce the anxiety level of prospective implan acceptors can be done by giving complementary therapies such as lavender essential oil. This study aims to analyze the effect of lavender essential oil therapy on decreasing the anxiety scale in implan acceptors at the Wirosari I Public Health Center. This study used a pre-experimental design method, type one group pretest-posttest, with a non-probability sampling technique. The population in this study were mothers who received implaned family planning at the Wirosari I Public Health Center. The sample in this study was 30 people using a purposive sampling technique. The results showed that the anxiety level of KB implan acceptors before lavender essential oil therapy was mild anxiety as many as 16 people (53.3%), the anxiety level of KB implan acceptors after lavender essential oil therapy was not experiencing anxiety as many as 28 people (93.3 %) and there is an effect of lavender essential oil therapy on decreasing the anxiety scale in implaned birth control acceptors at the Wirosari I Health Center, with a p value of 0.000 < 0.05 . It is hoped that health workers will apply lavender essential oil therapy to reduce the anxiety scale in implaned birth control acceptors.

Keywords: Implanable birth control acceptors, Lavender Essential Oil, Therapy

PENDAHULUAN

Kehamilan yang tidak direncanakan adalah masalah kesehatan masyarakat, yang mempengaruhi jutaan wanita di seluruh dunia. Pemberian metode kontrasepsi reversibel jangka lama merupakan strategi yang sangat baik untuk menghindari atau setidaknya mengurangi kehamilan yang tidak direncanakan, karena efektivitas metode kontrasepsi ini lebih tinggi daripada metode lain (Bahamondes, et.al, 2019).

Salah satu intervensi yang dapat mencegah atau menurunkan AKI yaitu dengan memastikan

bahwa setiap kehamilan merupakan kehamilan yang diinginkan. Menurut (Ihsani, 2019) upaya mencegah kelahiran yang tidak diinginkan secara efektif dapat dilakukan dengan menggunakan kontrasepsi modern. Metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) merupakan jenis kontrasepsi modern yang paling efektif dari segi biaya dan untuk mencegah kehamilan yang tidak diinginkan selama 3-10 tahun. MKJP merupakan metode kontrasepsi yang terdiri dari MKJP yang reversibel yaitu IUD dan implan, serta MKJP yang bersifat permanen yaitu

sterilisasi wanita (tubektomi) dan sterilisasi pria (vasektomi) (Nations, 2015). Penggunaan MKJP di Indonesia masih tergolong rendah jika dibandingkan dengan metode KB suntik atau kontrasepsi oral. Penggunaan kontrasepsi dari hasil estimasi penggunaan kontrasepsi pada tahun 2015 masih didominasi oleh metode suntik yaitu sebanyak 32,6% angka ini lebih tinggi dari penggunaan suntik secara keseluruhan di negara ASEAN 18,9% sedangkan penggunaan IUD hanya 3,9% dan implan sebanyak 3,3% (United Nation, 2015). Cakupan akseptor MKJP pada tahun 2019 sebanyak 23,1%, dan jumlah pengguna implan sebanyak 4,7% (Risksedas, 2018)

Implan adalah kontrasepsi reversibel jangka panjang yang memberikan progestin dosis rendah secara sistemik untuk mencegah kehamilan dengan anovulasi dan penebalan lendir serviks (Curtis dan Peipert, 2017). Durasi penggunaan kontrasepsi implan dapat digunakan 3-5 tahun. Namun, tantangan utama yang ada adalah pengalaman umum dari pola perdarahan yang tidak teratur dan tidak dapat diprediksi (Risksedas, 2018).

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, frustrasi 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).

Penelitian yang dilakukan oleh Widaryanti & Riska (2019) menunjukkan hasil bahwa terapi komplementer efektif dapat menurunkan tingkat kecemasan pada akseptor KB implan sebanyak 9.5 poin. Oleh karena itu, peneliti bekerjasama bersama Puskesmas Wirosari I untuk turut mensukseskan program KB di wilayah Kecamatan Wirosari. Peminatan KB implan di Puskesmas Wirosari I menduduki peringkat ketiga dari keseluruhan jenis KB. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Januari - Februari 2023 di Puskesmas Wirosari I terdapat 9 (Sembilan) responden yang

memasang KB implan dan 60% dari responden mengalami kecemasan tipe sedang (21 – 27) dengan penilaian skala HARS. Rasa enggan untuk menggunakan kontrasepsi implan muncul karena adanya rasa takut dengan proses pemasangan, selain itu tingginya tingkat kecemasan calon akseptor juga mempengaruhi pemilihan kontrasepsi implan. Salah satu upaya untuk mengurangi kecemasan pada calon akseptor implan dapat menerapkan terapi komplementer lavender essential oil.

Berdasarkan hal di atas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Terapi Lavender Essential Oil terhadap Penurunan Skala Kecemasan pada Akseptor KB Implan di Puskesmas Wirosari I”.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis pengaruh terapi lavender essential oil terhadap penurunan skala kecemasan pada akseptor KB implan sedangkan tujuan khususnya untuk mengetahui karakteristik berdasarkan usia, tingkat pendidikan, jumlah persalinan dan pekerjaan akseptor KB implan, mengetahui skala kecemasan pada akseptor KB implan sebelum dilakukan terapi lavender essential oil, mengetahui skala kecemasan pada akseptor KB implan sesudah dilakukan terapi lavender essential oil dan menganalisa perbedaan skala kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi lavender essential oil pada akseptor KB implan.

METODE

Metode penelitian pre-experimental design tipe one group pretest-posttest (tes awal-tes akhir kelompok tunggal). Peneliti dalam melakukan riset menggunakan sampel 30 orang. Variabel independen adalah terapi lavender essential oil, sedangkan variabel dependen adalah skala kecemasan. Populasi penelitian ini adalah seluruh akseptor KB implan yang berada di Puskesmas Wirosari I dengan jumlah 30 responden, yang diambil dengan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan yaitu Satuan Operasional Prosedur (SOP), lembar observasi dan kuisisioner penilaian tingkat kecemasan berdasarkan skala HARS. Pada riset ini data diolah menggunakan cara editing, coding, scoring dan tabulasi data, untuk analisa bivariatnya menggunakan uji paried t- tes.

HASIL

1. Karakteristik Akseptor KB Implan

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Akseptor KB Implan

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
20-25 th	6	20.0
26-30 th	9	30.0
31-35 th	8	26.7
36-40 th	7	23.3
Total	30	100.0
Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	3	10.0
SMP	10	33.3
SMA	14	46.7
Perguruan Tinggi	3	10.0
Total	30	100.0
Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Buruh	4	13.3
IRT	9	30.0
Karyawan	5	16.7
Pedagang	6	20.0
PNS	2	6.7
Wiraswasta	4	13.3
Total	30	100.0
Jumlah Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
1	8	26.7
2	15	50.0
3	7	23.3
Total	30	100.0

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I berusia 26-30 tahun sebanyak 9 orang (30,0%), pendidikan akseptor KB implan sebagian besar SMA sebanyak 14 orang (46,7%), pekerjaan akseptor KB implan sebagian besar sebagai ibu rumah tangga (IRT)

sebanyak 9 orang (30,0%) dan sebagian besar akseptor KB implan jumlah persalinannya yang ke – 2 15 orang (50,0%).

2. Analisis Univariat

- a. Kecemasan pada Akseptor KB Implan Sebelum Dilakukan Terapi Lavender Essential Oil

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Kecemasan pada Akseptor KB Implan Sebelum Dilakukan Terapi Lavender Essential Oil

Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak ada kecemasa	13	43.3
Kecemasan ringan	16	53.3
Kecemasan sedang	1	3.3
Kecemasan berat	0	0.0
Kecemasan berat sekali	0	0.0
Total	30	100.0

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akseptor KB implan sebelum dilakukan terapi lavender essential oil sebagian besar adalah cemas ringan sebanyak 16 orang (53,3%).

- b. Kecemasan pada Akseptor KB Implan Sesudah Dilakukan Terapi Lavender Essential Oil

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Kecemasan pada Akseptor KB Implan Sebelum Dilakukan Terapi Lavender Essential Oil

Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak ada kecemasan	28	93.3
Kecemasan ringan	2	6.7
Kecemasan sedang	0	0.0
Kecemasan berat	0	0.0
Kecemasan berat sekali	0	0.0
Total	30	100.0

3. Analisis Bivariat

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akseptor KB implan sesudah dilakukan terapi lavender essential oil sebagian besar adalah tidak mengalami kecemasan sebanyak 28 orang (93,3%).

a. Perbedaan Skala Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Lavender Essential Oil pada Akseptor KB Implan di Puskesmas Wirosari I

Tabel 4.4
Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Kecemasan Pre Terapi Lavender Essensial Oil	.120	30	.200*	.951	30	.176
Kecemasan Post Terapi Lavender Essensial Oil	.114	30	.200*	.964	30	.393

Berdasarkan Tabel 4.4 diatas hasil pengujian normalitas Shapiro Wilk untuk kecemasan pre terapi lavender essential oil diperoleh nilai asymptotic significance $0,176 \geq 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi

normal, sedangkan untuk variabel kecemasan post terapi lavender essential oil diperoleh nilai asymptotic significance $0,393 \geq 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Maka analisis data dapat dilanjutkan menggunakan metode uji Paired T-Test

Tabel 4.5
Uji Paired T-Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Kecemasan Pre Terapi Lavender Essensial Oil - Kecemasan Post Terapi Lavender Essensial Oil	4.400	3.233	.590	3.193	5.607	7.453	29	.000

Berdasarkan Tabel 4.5 diatas uji Paired T-Test diperoleh nilai t sebesar 7,453 sedangkan t tabel dengan df : 29 diperoleh nilai 1,699 maka t hitung > t tabel. p value $0,000 < 0,05$ artinya Ha diterima dan Ho ditolak. Hipotesis penelitian ini adalah Ha : terdapat pengaruh terapi lavender essential oil terhadap penurunan skala

kecemasan pada akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I.

Kesimpulan hasil uji Paired T-Test, berarti lavender essential oil berpengaruh terhadap penurunan skala kecemasan pada akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I.

PEMBAHASAN

a. Usia Akseptor KB Implan di Puskesmas

Wirosari I

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar usia akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I adalah 26-30 tahun sebanyak 9 orang (30,0%).

Usia aman untuk kehamilan dan persalinan dalam kurun reproduksi sehat yaitu usia 20-30 tahun. Kematian maternal pada wanita hamil dan melahirkan pada usia di bawah 20 tahun ternyata 25 kali lebih tinggi dari pada kematian maternal yang terjadi pada usia 20-29 tahun. Kematian maternal meningkat kembali sesudah usia 30-35 tahun (Winkjosastro, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar akseptor KB implan berusia 20-26 tahun dalam hal ini diketahui bahwa umur akan mempengaruhi seseorang dalam menentukan pemilihan alat kontrasepsi karena biasanya ibu dengan usia muda (baru pertama kali menggunakan alat kontrasepsi) akan cenderung memilih alat kontrasepsi yang kebanyakan orang pakai.

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Wirosari I ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Atikah, dkk (2014) tentang "Karakteristik Akseptor KB Implan di Desa Banjaranyar Kecamatan Balapulang Kabupaten Tegal", dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa diketahui bahwa karakteristik umur akseptor KB

implan sebagian besar berada pada kelompok umur 20-35 tahun sebanyak 127 responden (92,7%), umur > 35 tahun sebanyak 7 responden (5,1%), dan Umur <20 tahun 3 responden (2,2%).

b. Tingkat Pendidikan Akseptor KB Implan di Puskesmas Wirosari I

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa sebagian besar tingkat pendidikan akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I adalah SMA sebanyak 14 orang (46,7%).

Pendidikan pada hakikatnya merupakan sesuatu yang akan diberikan seseorang kepada yang sedang berusaha mencapai kedewasaan dalam arti normative dengan menggunakan cara berupa alat, bahasa atau

media guna mencapai perubahan tingkah laku dan tujuan (Herijulianti, 2012).

Seseorang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi diharapkan mempunyai pengetahuan yang tinggi pula, akan tetapi bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Dengan demikian semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang akan mempengaruhi rasionalitas dalam memilih alat kontrasepsi (Astuti and Ilyas, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tentang karakteristik akseptor KB implan sebagian besar berada pada kelompok pendidikan SMA, sehingga akseptor KB implan memiliki pengetahuan yang baik tentang kelebihan dan kekurangan masing-masing alat kontrasepsi khususnya implan.

Hasil penelitian ini senada dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Atikah, dkk (2014) tentang "Karakteristik Akseptor KB Implan di Desa Banjaranyar Kecamatan Balapulang Kabupaten Tegal", dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa diketahui bahwa karakteristik pendidikan akseptor KB implan sebagian besar berada pada kelompok pendidikan SMP 76 responden (55,5%), SMA 61 responden (44,5%).

c. Pekerjaan Akseptor KB Implan di Puskesmas Wirosari I

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I adalah sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 9 orang (30,0%).

Wanita yang bekerja cenderung lebih mengatur kesuburannya sehingga mereka harus memilih kontrasepsi yang paling efektif dan berlangsung dalam waktu yang lama. Wanita pasangan usia subur yang bekerja atau mempunyai pekerjaan yang mantap akan memilih metode kontrasepsi jangka panjang karena alasan praktis dan aman, mereka cenderung untuk membatasi jumlah anak agar tidak mengganggu karier dan pekerjaannya (Mosha & Ruben, 2013).

Dalam penelitian ini akseptor kontrasepsi implan sebagian besar tidak bekerja atau berprofesi sebagai ibu rumah tangga, pada kategori pekerjaan perlu dilakukan adanya konseling pada calon akseptor implan karena terkait dengan resiko yang dapat dialami akseptor dari pemakaian implan yang berada

pada lengan atas yang dipertimbangkan dengan aktifitas pekerjaannya.

d. Jumlah Persalinan Akseptor KB Implan di Puskesmas Wirosari I

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar jumlah persalinan akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I adalah 2 sebanyak 15 orang (50,0%).

Paritas dan jumlah anak hidup erat kaitannya dengan tingkat kesejahteraan tinggi umumnya lebih mementingkan kualitas anak daripada kuantitas anak. Sementara itu pada keluarga miskin, anak dianggap memiliki nilai ekonomi. Pada umumnya keluarga miskin lebih banyak mempunyai anak dibandingkan dengan keluarga dengan tingkat ekonomi menengah keatas. Seorang ibu yang telah melahirkan lebih dari 1 kali dan kurang dari 5 kali akan cenderung untuk lebih memilih metode kontrasepsi suntik karena berjangka pendek sehingga masih memungkinkan untuk dihentikan jika mengingikna kehamilan, sedangkan seseorang yang termasuk kategori grandemultipara (melahirkan ≥ 5 kali) cenderung memilih metode kontrasepsi mantap atau yang berjangka Panjang (Astuti and Ilyas, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ibu sudah melahirkan anak 2 kali sehingga menggunakan ibu menggunakan KB implan dengan alasan mereka menunda untuk mempunyai anak karena ingin mempunyai keluarga kecil bahagia sejahtera serta tidak ingin terbebani ketika mempunyai jumlah anak yang banyak seperti tidak mampu membiayai kebutuhan anak ketika sudah dewasa, tidak mampu untuk menyekolahkan anak dan lain sebagainya.

e. Kecemasan pada Akseptor KB Implan Sebelum Dilakukan Terapi *Lavender Essential Oil*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui sebagian besar tingkat kecemasan akseptor KB implan sebelum dilakukan terapi *lavender essential oil* adalah cemas ringan sebanyak 16 orang (53,3%).

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 persepsinya. 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 & Sundeen, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari, D. K. (2019) tentang "Pengaruh Konseling Terhadap Tingkat Kecemasan Akseptor KB Iud Post Plasenta Di Rsud Kota Madiun", dengan hasil menunjukkan Tingkat kecemasan akseptor KB IUD Post Plasenta pada akseptor KB IUD Post Plasenta sebelum diberikan konseling, menunjukkan bahwa dari 37 responden yang diteliti hampir seluruhnya 30 responden (81,1%) dengan tidak ada kecemasan, sebagian kecil 2 responden (13,5%) dengan kecemasan ringan dan 5 responden (13,5%) dengan kecemasan sedang.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa sebelum diberikan terapi *lavender essential oil* akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I sebagian besar mengalami cemas ringan yang mana akseptor KB enggan untuk menggunakan kontrasepsi implan muncul karena adanya rasa takut dengan proses pemasangan, selain itu tingginya tingkat kecemasan calon akseptor juga mempengaruhi pemilihan kontrasepsi implan.

f. Kecemasan pada Akseptor KB Implan Sesudah Dilakukan Terapi *Lavender Essential Oil*

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar tingkat kecemasan akseptor KB implan sesudah dilakukan terapi *lavender essential oil* adalah tidak mengalami kecemasan sebanyak 28 orang (93,3%).

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, frustrasi 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), sehingga cocok digunakan dalam metode terapi komplementer untuk berbagai jenis permasalahan.

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 kuisioner dibantu oleh tim pengabdian. 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

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu setelah diberikan terapi lavender essential oil pada akseptor KB implan pada saat proses pemasangan implan yang mana akseptor diminta untuk menghirup lavender essential oil yang ditetes 5-6 tetes pada tisu didapatkan

hasil bahwa akseptor KB implan tidak mengalami kecemasan, sehingga dapat disimpulkan bahwa salah satu cara untuk menurunkan tingkat kecemasan calon akseptor KB implan dapat dilakukan pemberian terapi komplementer seperti lavender essential oil.

- g. Perbedaan Skala Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Lavender Essential Oil pada Akseptor KB Implan di Puskesmas Wirosari

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Paired T-Test diperoleh nilai p value $0,000 < 0,05$ yang artinya Ha terdapat pengaruh terapi lavender essential oil terhadap penurunan skala kecemasan pada akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I.

Menurut Saifuddin (2018) kontrasepsi implan ini dapat bekerja efektif selama 5 tahun untuk jenis norplan dan 3 tahun untuk jenis jadena, indoplant, dan implanon. Kontrasepsi implan ini dapat digunakan oleh semua ibu dalam usia reproduksi serta tidak mempengaruhi masa laktasi, pencabutan serta pemasangan implan perlu pelatihan, kemudian setelah dilakukan pencabutan implan maka kesuburan dapat segera kembali, kontrasepsi implan memiliki efek samping utama terjadinya perdarahan bercak dan amenorhea.

Salah satu efek samping penggunaan KB implan yaitu terjadinya infeksi pada daerah insersi, bila terjadi infeksi tanpa nanah maka bersihkan dengan sabun, air atau antiseptik lalu berikan antibiotik yang sesuai untuk 7 hari lalu implan jangan dilepas serta anjurkan klien untuk datang 1 minggu kemudian. Bila keadaan tidak membaik maka cabut implan dan pasang di lengan yang lainnya atau mencari metode kontrasepsi lainnya (Kemenkes, 2014).

Pemakaian kontrasepsi implan ini juga memiliki keuntungan non kontrasepsi diantaranya (Saifuddin, 2018) adalah mengurangi rasa nyeri, mengurangi jumlah darah haid, mengurangi atau memperbaiki anemia, melindungi dari terjadinya kanker endometrium, menurunkan angka kejadian kanker jinak payudara, melindungi diri dari beberapa penyebab radang panggul, menurunkan angka kejadian endometritis.

Penggunaan aromaterapi bunga lavender salah satunya dengan cara inhalasi untuk

mendapatkan manfaat langsung kedalam tubuh. Aromaterapi bunga lavender ini mengandung *linool* yang berfungsi sebagai efek sedative sehingga ketika seseorang menghirup aromaterapi bunga lavender maka aroma yang dikeluarkan akan menstimulasi reseptor *silia* saraf *olfactorius* yang berada di *epitel olfactory* untuk meneruskan aroma tersebut ke *bulbus olfactoius* melalui saraf *olfactorius* (Ramadhan & Zettira, 2017).

Data dari hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terapi komplementer *Lavender Essential Oil* memiliki pengaruh yang cukup besar untuk menurunkan tingkat kecemasan seseorang dalam proses pemasangan KB implan. Selain itu, terapi komplementer *Lavender Essential Oil* juga mampu untuk memperlancar aliran darah, mengurangi stress, menambah kekuatan, meningkatkan konsentrasi, melenturkan otot-otot yang tegang serta mengurangi keluhan sakit yang dirasakan saat proses pemasangan KB implan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rahayu Widaryanti (2021) tentang "Penerapan Terapi Komplementer untuk Mengurangi Kecemasan dan Nyeri Pada Akseptor KB Implan", dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi komplementer dapat menurunkan tingkat kecemasan pada akseptor KB implan sebanyak 9,5 poin.

Penelitian yang sama dilakukan oleh Ziyaeifard Azarfain (2017) tentang "*Effect of lavender oil inhalation on anxiety and pain in patients Undergoing coronary angiography*" dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan kecemasan menggunakan terapi aromatik lavender dengan p value < 0,05.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan penulis tentang Pengaruh Terapi Lavender Essential Oil Terhadap Penurunan Skala Kecemasan pada Akseptor KB Implan di Puskesmas Wirosari I, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden akseptor KB implan di Puskesmas Wirosari I adalah sebagian besar usia 26-30 tahun sebanyak

9 orang (30,0%), sebagian besar tingkat pendidikan akseptor KB implan adalah SMA sebanyak 14 orang (46,7%), sebagian akseptor KB implan bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 9 orang (30,0%) dan sebagian besar jumlah persalinan akseptor KB implan adalah persalinan yang ke-2 sebanyak 15 orang (50,0%)

2. Tingkat kecemasan akseptor KB implan sebelum dilakukan terapi lavender essential oil adalah sebagian besar cemas ringan sebanyak 16 orang (53,3%).
3. Tingkat kecemasan akseptor KB implan sesudah dilakukan terapi lavender essential oil adalah sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 28 orang (93,3%).

B. Saran

Diharapkan kepada petugas kesehatan seperti petugas puskesmas, bidan desa, dan kader-kader di Puskesmas Wirosari I untuk meningkatkan lagi dalam memberikan penyuluhan kepada calon akseptor KB implan khususnya tentang manfaat, keuntungan dan efek samping penggunaan KB implan serta menerapkan terapi lavender essential oil terhadap penurunan skala kecemasan pada akseptor KB implan

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atikah, dkk (2014). Karakteristik Akseptor KB Implan di Desa Banjaranyar Kecamatan Balapulang Kabupaten Tegal. *Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*. Vol.3 No.1 (2014). https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj-3_7dsqiAAxU7V2wGHWEWAGwQFnoECMQAQ&url=https%3A%2F%2Fjournal.poltaktegal.ac.id%2Findex.php%2Fsiklus%2Farticle%2Fview%2F176&usq=AOvVaw2OqgJ6wGoaql713TcntD7Q&opi=89978449
- Bahamondes, L., Fernandes, A., Monteiro, I., & Bahamondes, M. V. (2019). Long Acting Reversible Contraceptive (LARCs) Methods. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics and Gynaecology*, 1-12.

- Curtis, K. M., & Peipert, J. F. (2017). Long-Acting Reversible Contraception. *The New England Journal of Medicine* Issue 376, 461-468.
- Dewi, I. (2013). Aromaterapi Lavender sebagai Relaksasi. Denpasar: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Hulu, V. J. (2020). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Minat Ibu Memilih Implan Sebagai Alat Kontrasepsi Keluarga Berencana. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 62-67.
- Kemenkes. (2014). Situasi dan Analisis Keluarga Berencana. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kuswanto, D. (2021). Gambaran Terapi Komplementer pada Pasien Stroke Non Hemoragik: Literature Review. Kalimantan Timur: Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- Maharani, A. P. (2021). Aroma Terapi Lavender untuk Mengatasi Insomnia pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 159-164.
- Nations, U. (2015). Trends in Contraceptive Use Worldwide. New York: United Nations.
- Notoatmodjo, S. (2012). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rafa, A. (2019). Pengaruh Penerapan Konseling Keluarga Berencana Terhadap Pemakaian Kontrasepsi Implan. *Voice of Midwifery*, 806-812.
- Ramadhan, M. R., & Zettira, O. Z. (2017). Aromaterapi Bunga Lavender (*Lavandula Angustifolia*) dalam Menurunkan Risiko Insomnia. *Majority*, 2.
- S, I. T., & Wuryaningsih, C. E. (2019). Peran Pengambilan Keputusan Terhadap Penggunaan MKJP di Indonesia (Analisis Lanjut Data SRPJMN Tahun 2017). *Jurnal Keluarga Besar Berencana* Issue 4, 11-19.
- Saifuddin, A. B. (2010). Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta: Tridasa Printer.
- Sari, D. K. (2019). Pengaruh Konseling Terhadap Tingkat Kecemasan Akseptor KB Iud Post Plasenta Di Rsud Kota Madiun Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 22-29.
- Stuart, G. W., & Sundeen. (2016). Pinciple and Practice of Psychiatric Nursing. Singapore: Elsevier.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet.
- Surahman, E., Satrio, A., & Sofyan, H. (2020). Kajian Teori Dalam Penelitian. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan (JKTP)*, 49-58.
- Swarjana, I. K. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan, Edisi Revisi. Yogyakarta: Andi Offset.
- Walgito, B. (2010). Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Andi.
- Widaryanti, R., & Riska, H. (2019). Terapi Komplementer Pelayanan Kebidanan. Yogyakarta: Deepublish.