

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI AROMATERAPI DAN TERAPI MUSIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DAN KESEJAHTERAAN JANIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Yasmin Alisha Iznada

Abstrak

Kecemasan merupakan masalah psikologis yang umum dialami oleh ibu hamil, terutama saat memasuki periode trimester ketiga. Perasaan cemas yang dialami ibu hamil dapat memengaruhi kondisi ibu, serta kesejahteraan janin yang tercermin melalui hasil pemeriksaan *Non-Stress Test* (NST). Salah satu intervensi kecemasan yang dapat diberikan kepada ibu hamil trimester ketiga yaitu aromaterapi lavender dan terapi musik dengan suara alam. Karya tulis ilmiah ini disusun dengan menggunakan metode studi kasus, bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan yang menerapkan intervensi keperawatan berbasis bukti berupa aromaterapi lavender dan terapi musik suara alam terhadap tingkat kecemasan dan kesejahteraan janin pada ibu hamil trimester ketiga. Intervensi dilakukan dalam satu kali pertemuan selama 20 menit, dilanjut dengan pemeriksaan NST selama 20 menit. Alat ukur tingkat kecemasan yang digunakan yaitu instrumen *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI-State) berisi 20 pernyataan. Tingkat kecemasan diukur sebelum dan setelah pemberian intervensi. Hasil menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan pada kedua pasien. Pada pasien kelolaan, skor kecemasan sebelum intervensi yaitu 59 (cemas sedang) dan setelah pemberian intervensi yaitu 32 (cemas ringan). Pada pasien resume, skor kecemasan sebelum intervensi yaitu 48 (cemas sedang) dan setelah pemberian intervensi yaitu 39 (cemas ringan). Dari temuan tersebut, diharapkan intervensi ini dapat dijadikan intervensi alternatif untuk mengatasi masalah kecemasan, khususnya pada ibu hamil trimester ketiga.

Kata Kunci: Aromaterapi, Kecemasan, Kesejahteraan Janin, Pemeriksaan NST, Terapi Musik, Trimester Ketiga

ANALYSIS OF NURSING CARE WITH AROMATHERAPY AND MUSIC THERAPY INTERVENTIONS ON ANXIETY LEVELS AND FETAL WELL-BEING IN THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN

Yasmin Alisha Iznada

Abstract

Anxiety is a common psychological problem experienced by pregnant women, especially when entering the third trimester period. Feelings of anxiety experienced by pregnant women can affect the mother's condition, as well as the well-being of the fetus which is reflected through the results of the Non-Stress Test (NST) examination. One of the anxiety interventions that can be given to third trimester pregnant women is lavender aromatherapy and music therapy with natural sounds. This scientific paper was prepared using the case study method, aiming to analyze nursing care that applies evidence-based nursing interventions in the form of lavender aromatherapy and natural sound music therapy to the level of anxiety and fetal well-being in third trimester pregnant women. Interventions are carried out in one meeting for 20 minutes, followed by an NST examination for 20 minutes. The anxiety level measurement tool used is the State-Trait Anxiety Inventory (STAI-State) instrument containing 20 statements. Anxiety levels were measured before and after the intervention. The results showed that there was a decrease in anxiety levels in both patients. In managed patient, the anxiety score before the intervention was 59 (moderate anxiety) and after the intervention was 32 (mild anxiety). In other patient, the anxiety score before the intervention was 48 (moderate anxiety) and after the intervention was 39 (mild anxiety). From these findings, it is hoped that this intervention can be used as an alternative intervention to overcome anxiety problems, especially in third trimester pregnant women.

Keywords: *Anxiety, Aromatherapy, NST Examination, Fetal Well-being, Third Trimester*