

**PERUBAHAN KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III  
PRA PASCA PEMBERIAN MUSIK KLASIK  
DAN AROMATERAPI *PEPPERMINT*  
DI TEGAL BESAR**

**SKRIPSI**



**Oleh :  
Resa Eunike Auldi  
NIM. 22104082**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
2026**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Perubahan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Pra Pasca Pemberian Musik Klasik Dan Aromaterapi *Peppermint* Di Tegal Besar telah diuji dan disahkan oleh :

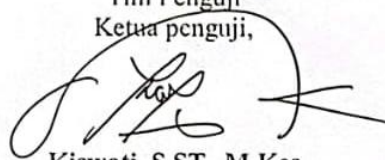
Nama : Resa Eunike Auldi

NIM : 22104082

Hari, Tanggal : 17 Juli 2026

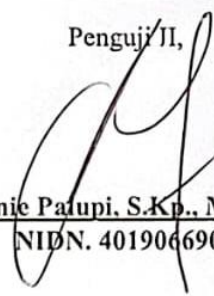
Program Studi : Program Studi Kebidanan Sarjana Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji  
Ketua penguji,



Kiswati. S.ST., M.Kes  
NIDN. 4017076801

Penguji II,



Jenie Palupi, S.Kp., M.Kes  
NIDN. 4019066901

Penguji III,



Gumiarti, S.ST., M.P.H  
NIDN. 4005076201

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zahra, S.ST., S.Keb., M.Keb  
NIDN. 07191289

# PERUBAHAN KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III PRA PASCA PEMBERIAN MUSIK KLASIK DAN AROMATERAPI PEPPERMINT DI TEGAL BESAR

*Changes in Anxiety Levels Among Third-Trimester Pregnant Women Before and After  
Classical Music and Peppermint Aromatherapy Intervention in Tegal Besar*

Resa Eunike Auldi<sup>1</sup>, Gumiarti<sup>2</sup>, Kiswati<sup>3</sup>, Jenie Palupi<sup>4</sup>  
Prodi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, Indonesia  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang, Indonesia  
Email : [resanikea@gmail.com](mailto:resanikea@gmail.com)

Received:

Accepted:

Published:

---

## Abstrak

**Latar Belakang:** Kehamilan trimester III kerap disertai kecemasan, terutama karena persalinan dibayangkan sebagai pengalaman yang menyakitkan dan penuh ketegangan. Di tingkat global, WHO (2022) mencatat angka kejadian kecemasan pada trimester III berkisar 7-9%. Angka nasional menurut Departemen Kesehatan RI (2021) tercatat 28,7%, sedangkan di Jawa Timur angka tersebut naik menjadi 31,4% pada kategori berat. Situasi di lokasi penelitian bahkan lebih tinggi: dari 15 ibu hamil trimester III yang diamati di Tegal Besar, 10 orang (70%) mengalami kecemasan. Apabila diabaikan, kecemasan pada masa kehamilan dapat mengganggu jalannya persalinan, memengaruhi kondisi psikis ibu di masa nifas, dan berdampak pada kesehatan bayi. **Tujuan:** Mengetahui gambaran perubahan kecemasan pada ibu hamil trimester III sebelum dan setelah diberikan musik klasik serta aromaterapi *peppermint* di Tegal Besar. **Metode:** Rancangan penelitian bersifat kuantitatif *Pre-Experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sebanyak 20 ibu hamil trimester III dilibatkan sebagai populasi sekaligus sampel penelitian, dipilih melalui teknik sampel jenuh. Data kecemasan dikumpulkan memakai kuesioner, lalu diuji dengan *Wilcoxon Signed Rank Test* pada taraf signifikansi  $p\text{-value} < \alpha 0.05$ . **Hasil:** Sebelum intervensi, rerata skor kecemasan tercatat 28,00 (kecemasan berat); setelah diberikan musik klasik dan aromaterapi *peppermint*, rerata skor turun menjadi 12,20 (tidak cemas). Nilai  $p\text{-value}$  dari uji *Wilcoxon Signed Rank Test* sebesar 0,00 ( $< \alpha 0.05$ ). **Kesimpulan:** Musik klasik dan aromaterapi *peppermint* terbukti membawa perubahan bermakna pada kecemasan ibu hamil trimester III, sehingga layak dipertimbangkan sebagai terapi pendamping oleh tenaga kesehatan dalam menurunkan kecemasan kelompok tersebut

**Kata Kunci:** Kecemasan, Ibu Hamil Trimester III, Musik Klasik, Aromaterapi *Peppermint*