

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS AROMATERAPI *PAPPERMINT*
DAN LEMON TERHADAP PENGURANGAN MUAL MUNTAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI
PUSKESMAS PANCORAN
JAKARTA SELATAN
2024**

SKRIPSI



Oleh:

LIES DEWI FORTUNA ANWAR

225401446158

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS AROMATERAPI *PAPPERMINT*
DAN LEMON TERHADAP PENGURANGAN MUAL MUNTAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS
PANCORAN JAKARTA SELATAN
2024**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada
Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh:

LIES DEWI FORTUNA ANWAR

225401446158

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

SKRIPSI

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS AROMATERAPI PAPPERMINT DAN
LEMON TERHADAP PENGURANGAN MUAL MUNTAH PADA IBU
HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS PANCORAN
JAKARTA SELATAN 2024**

Oleh :

LIES DEWI FORTUNA ANWAR

225401446158

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 23 Februari 2024

Pembimbing 1,



(Bdn. Yenny Anitya, SST, M. Keb)

Pembimbing 2,



(Dr. Nurul Husnul Lail, SST, Bdn., M.Kes)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



(Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si)

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Perbandingan Efektifitas Aromaterapi *Pappermint* dan Lemon Terhadap Pengurangan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Pancoran Jakarta Selatan 2024

Nama Mahasiswa : Lies Dewi Fortuna Anwar

NPM : 225401446158




HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Perbandingan Efektifitas Aromaterapi *Pappermint* dan Lemon Terhadap Pengurangan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Pancoran Jakarta Selatan 2024


Nama Mahasiswa : Lies Dewi Fortuna Anwar
NPM : 225401446158



Menyetujui,

Penguji 1 : Bdn. Febry Mutiariami Dahlan, SST., M.Keb (.....) 

Penguji 2 : Bdn. Yenny Aulya, SST., M. Keb (.....)

Penguji 3 : Dr. Nurul Husnul Lail, SST., Bdn., MKes (.....) 

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Lies Dewi Fortuna Anwar

NPM : 225401446158

Judul Skripsi : Perbandingan Efektifitas Aromaterapi *Pappermint* dan Lemon Terhadap Pengurangan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Pancoran Jakarta Selatan 2024

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.



KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah SWT yang maha sempurna, dengan limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul "Perbandingan Efektivitas Aromaterapi *Pappermint* dan Lemon Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Pancoran Jakarta Selatan 2024". Adapun tujuan pembuatan Skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan di Universitas Nasional. Penulis menyadari selama pembuatan Skripsi ini, banyak menemukan hambatan dan kesulitan. Namun, atas segala dukungan, bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini kami menyampaikan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan dan melimpahkan karunia-Nya sehingga Skripsi ini dapat penulis selesaikan.
2. Dr. Drs. El Amry Bermawi Putera, M.A., selaku Rektor Universitas Nasional.
3. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Prof, Dr. Retno Widiowati, M.Si.
4. Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Putri Azzahroh, SST., M.Kes.
5. Bdn. Yenny Aulya, SST, M . Keb selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik tepat pada waktunya.
6. Dr. Nurul Husnul Lail, SST , Bdn., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah memberikan dorongan, saran, ilmu dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
7. Dr. Siti Syamsiah, SST., M.Keb selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Sarjana Kebidanan FIKES UNAS
8. TPMB Krista Ida Damanik yang telah memberikan izin tempat dan waktu kepada penulis untuk pengambilan data Skripsi.

9. TPMB Eka Rohmawati yang telah memberikan izin tempat dan waktu kepada penulis untuk pengambilan data Skripsi.
10. Kedua Orang tua, adik, dan kakak yang tiada hentinya memberi dukungan baik secara moril maupun materil.
11. Seluruh teman-teman mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan yang sudah memberikan support dan membantu dalam pelaksanaan Skripsi ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang ikut andil dalam terwujudnya Skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam pembuatan Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna baik materi maupun teknik penulisannya, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk penelitian selanjutnya.

Akhir kata penulis mengharapkan semoga Skripsi ini dapat berguna bagi penulis dan khususnya bagi pembaca pada umumnya. Akhir kata kami ucapkan terimakasih.

Jakarta, Februari 2024



(Lies Dewi Fortuna Anwar)

Abstrak

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS AROMATERAPI *PAPPERMINT* DAN LEMON TERHADAP PENGURANGAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS PANCORAN JAKARTA SELATAN 2024

Lies Dewi Fortuna Anwar, Yenny Aulya, Nurul Husnul Ail

Latar Belakang: Mual (*nusea*) dan muntah (*emesis gravidarum*) adalah gejala awal dan sering kadapatan pada kehamilan trimester I. Gejala ini umumnya berlangsung selama sekitar 10 minggu. Rasa mual pada awal kehamilan ini dapat dikurangi dengan menggunakan aromaterapi *pappermint* dan lemon yang dikenal efektif dalam menurunkan intensitas mual dan muntah selama kehamilan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbandingan Efektivitas Aromaterapi *Pappermint* dan Lemon Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Pancoran Jakarta Selatan 2024.

Metodologi: Jenis penelitian menggunakan quasy eksperimen dengan Desain *two group pretest post test*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok. Data analisis menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat.

Hasil Penelitian: Ada pengaruh yang signifikan antara Sebelum dan sesudah diberikan aromatherapi *pappermint* dan aromaterapi lemon terhadap upaya penurunan rasa mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Pancoran 2024. Diperoleh nilai mean pada aromaterapi *pappermint* 6,2500 sedangkan nilai mean pada aromaterapi lemon 4,9500 selisih mean pada kedua aromaterapi tersebut sebesar 1,30000. Hasil *correlation pretest* dan *posttest* aromaterapi *pappermint* 0,580 (cukup kuat) sedangkan *pretest* dan *posttest* aromaterapi lemon hasil *correlation* 0,847 (sangat kuat).

Kesimpulan: Dapat disimpulkan dari penurunan nilai mean dan peningkatan nilai *correlation* bahwa aromaterapi yang paling efektif terhadap upayah penurunan rasa mual muntah pada ibu hamil trimester 1 adalah aromaterapi lemon.

Saran: Diharapkan penelitian ini dapat diterapkan pada ibu hamil yang memiliki keluhan mual muntah pada trimester 1.

Kata Kunci: Aromaterapi *pappermint*, Aromaterapi Lemon, Mual Muntah, Ibu Hamil Trimester 1.

Abstract

THE COMPARISON OF THE EFFECTIVENESS OF PEPPERMINT AND LEMON AROMATHERAPY ON REDUCING NAUSEA, VOMITING ON FIRST TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT PANCORAN HEALTH CENTER SOUTH JAKARTA IN 2024

Lies Dewi Fortuna Anwar, Yenny Aulya, Nurul Husnul Ail

Background: Nausea and vomiting (emesis gravidarum) are early symptoms and are often found in the first trimester of pregnancy. These symptoms generally last for around 10 weeks. Nausea in early pregnancy can be reduced by using peppermint and lemon aromatherapy which is known to be effective in reducing the intensity of nausea and vomiting during pregnancy.

Objective: This study aims to determine the comparison of the effectiveness of peppermint and lemon aromatherapy in reducing nausea and vomiting in pregnant women in the 1st trimester at the Pancoran Health Center, South Jakarta, 2024.

Methodology: This type of research uses a quasi-experiment with a two group pretest post-test design. The sample in this study was 40 people who were divided into 2 groups. Data analysis uses univariate analysis and bivariate analysis.

Results: There was a significant effect between before and after being given peppermint aromatherapy and lemon aromatherapy on efforts to reduce nausea and vomiting in pregnant women in the 1st trimester at the Pancoran Health Center. The mean value for peppermint aromatherapy was 6.2500, while the mean value for lemon aromatherapy was 4.9500, the mean difference between the two aromatherapies is 1.30000. The pretest and posttest correlation results for peppermint aromatherapy were 0.580 (quite strong) while the pretest and posttest lemon aromatherapy correlation results were 0.847 (very strong).

Conclusion: It can be concluded from the decrease in the mean value and increase in the correlation value that the most effective aromatherapy in reducing nausea and vomiting in pregnant women in the 1st trimester is lemon aromatherapy.

Suggestion: It is hoped that this research can be applied to pregnant women who experience nausea and vomiting in the 1st trimester.

Keywords: peppermint aromatherapy, lemon aromatherapy, nausea, vomiting, 1st trimester pregnant women.



DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan.....	7
1.4 Manfaat.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Kajian Teori.....	10
2.2 Kerangka Teori.....	32
2.3 Kerangka Konsep.....	33
2.4 Hipotesis Penelitian.....	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	35
3.1 Desain Penelitian.....	35
3.2 Populasi dan Sampel.....	36
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	38
3.4 Variabel Penelitian.....	38
3.5 Definisi Operasional.....	39
3.6 Instrumen Penelitian.....	40
3.7 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	41
3.8 Prosedur Pengumpulan Data.....	41
3.9 Pengolahan Data.....	42
3.10 Analisis Data.....	43
3.11 Etika Penelitian.....	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	48

4.1 Hasil Penelitian.....	48
4.2 Pembahasan.....	55
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
5.1 Kesimpulan.....	63
5.2 Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66
DAFTAR LAMPIRAN.....	69

