

SKRIPSI

PERBEDAAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I SEBELUM DAN SETELAH DIBERIKAN INHALASI AROMATERAPI LEMON

**Studi dilakukan di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah
Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat**



Oleh :

NI KETUT SRI HANDAYANI
NIM.P07124224111

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
2025**

SKRIPSI

**PERBEDAAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I SEBELUM DAN SETELAH DIBERIKAN
INHALASI AROMATERAPI LEMON**

**Studi dilakukan di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah
Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

**Oleh:
NIKETUT SRI HANDAYANI
NIM.P07124224111**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
2025**

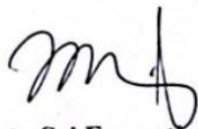
LEMBAR PERSETUJUAN
PERBEDAAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I SEBELUM DAN SETELAH DIBERIKAN
INHALASI AROMATERAPI LEMON

Studi dilakukan di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah
Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat

Oleh:
NI KETUT SRI HANDAYANI
NIM. P07124224111

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T., MPH
NIP. 197508252000122002

Pembimbing Pendamping:



Ni Gusti Kompiang Sriasih, S.ST., M.Kes
NIP. 197001161989032001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Ni Ketut Somovani, SST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001

LEMBAR PENGESAHAN

PERBEDAAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I SEBELUM DAN SETELAH DIBERIKAN INHALASI AROMATERAPI LEMON

Studi dilakukan di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah
Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat

Oleh:

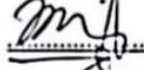
NI KETUT SRI HANDAYANI
NIM.P07124224111

TELAH DIUJIKAN DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 10 JUNI 2025

TIM PENGUJI

- | | | |
|--|--------------|---|
| 1. I Nyoman Wirata, SKM.,M.Kes | (Ketua) |  |
| 2. Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T.,MPH | (Sekertaris) |  |
| 3. Ni Made Dwi Purnamayanti, S.Si.T.,M.Keb | (Anggota) |  |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Ni Ketut Somovani, S.Si.T.,M.Biomed
NIP.196904211989032001

PERBEDAAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I SEBELUM DAN SETELAH DIBERIKAN INHALASI AROMATERAPI LEMON

ABSTRAK

Mual dan muntah adalah gejala umum pada ibu hamil trimester pertama yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Pengobatan farmakologis sering kali tidak aman, sehingga diperlukan alternatif terapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan mual dan muntah sebelum dan setelah diberikan inhalasi aromaterapi lemon pada 20 ibu hamil Trimester I di UPTD Puskesmas II Dinkes Kecamatan Denpasar Barat. Metode yang digunakan adalah pre-eksperimental *one group pretest-posttest*. Data diukur sebelum dan sesudah intervensi selama empat hari, pada bulan April hingga Mei 2025. Hasil menunjukkan penurunan signifikan pada tingkat mual, dari rata-rata 7,65 (kategori sedang) menjadi 3,65 (kategori ringan), serta frekuensi muntah yang berkurang. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yaitu nilai $p = 0,000$, menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkatan mual muntah sebelum dan setelah intervensi inhalasi aromaterapi lemon pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat, Kota Denpasar Tahun 2025

Kata kunci: Aromaterapi Lemon, Mual dan Muntah, Ibu Hamil Trimester I

***DIFFERENCES IN NAUSEA AND VOMITING AMONG PREGNANT
WOMEN IN THE FIRST TRIMESTER
BEFORE AND AFTER RECEIVING LEMON
AROMATHERAPY INHALATION***

ABSTRACT

Nausea and vomiting are common symptoms in the first trimester of pregnancy that can disrupt daily activities. Pharmacological treatments are often unsafe, necessitating the need for alternative therapies. This study aims to identify the difference between nausea before and after giving lemon aromatherapy inhalation in 20 pregnant women at Puskesmas II Denpasar Barat. The methodology employed is a pre-experimental one-group pretest-posttest design. Data were measured before and after the intervention over four days, from April to May 2025. Results indicate a significant decrease in nausea levels, from an average of 7.65 (moderate-severe category) to 3.65 (mild category), as well as a reduction in vomiting frequency. The Wilcoxon Signed Rank Test yielded a p-value of 0.000, indicating a statistically and clinically significant effect of lemon aromatherapy. This study supports the use of lemon aromatherapy as an effective non-pharmacological therapy for alleviating nausea and vomiting in pregnant women and recommends the implementation of this method in midwifery practice.

Keywords: Lemon Aromatherapy, Nausea and Vomiting, Early Pregnancy Women

RINGKASAN PENELITIAN

PERBEDAAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I SEBELUM DAN SETELAH DIBERIKAN INHALASI AROMATERAPI LEMON

Studi dilakukan di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas II
Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat

Kehamilan adalah fase penting dalam kehidupan wanita yang membawa perubahan fisik dan psikologis. Salah satu masalah umum yang dialami ibu hamil pada trimester pertama adalah mual dan muntah, yang dikenal sebagai emesis gravidarum. Sekitar 50-90% ibu hamil mengalami gejala ini, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup. Mual dan muntah sering disebabkan oleh perubahan hormonal, terutama peningkatan hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG), dan dapat menyebabkan stres, kecemasan, serta gangguan tidur. Pengobatan farmakologis untuk mual dan muntah sering kali tidak aman bagi ibu dan janin, sehingga diperlukan alternatif terapi. Aromaterapi, khususnya aromaterapi lemon, dianggap sebagai metode non-farmakologis yang aman dan efektif untuk mengatasi gejala ini. Minyak esensial lemon memiliki sifat menenangkan dan dapat membantu mengurangi perasaan mual.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan mual dan muntah sebelum dan setelah diberikan inhalasi aromaterapi lemon pada 20 ibu hamil trimester I yang berkunjung ke Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*, di mana data diukur sebelum dan setelah intervensi yang berlangsung selama empat hari. Metode pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner PUQE-24 untuk mengukur tingkat keparahan mual dan muntah. Intervensi aromaterapi lemon dilakukan selama empat hari dengan cara menghirup aroma lemon dari tisu yang telah ditetesi minyak esensial lemon. Populasi penelitian terdiri dari ibu hamil yang mengalami mual muntah. Kriteria inklusi mencakup ibu hamil yang menyetujui partisipasi dalam penelitian dan belum pernah menggunakan aromaterapi

sebelumnya. Sampel yang digunakan adalah 20 responden yang memenuhi kriteria tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, rata-rata skor mual adalah 7,65, yang tergolong dalam kategori sedang-berat. Setelah diberikan inhalasi aromaterapi lemon, rata-rata skor mual turun menjadi 3,65, yang masuk dalam kategori ringan. Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan nilai *p* sebesar 0,000, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara sebelum dan setelah intervensi. Sebelum intervensi, data menunjukkan bahwa ibu hamil mengalami gejala mual dan muntah dengan skor 4-11. Setelah inhalasi aromaterapi lemon, terlihat penurunan signifikan pada frekuensi dan tingkatan mual muntah dengan skor 3-7. Hal ini menunjukkan bahwa aromaterapi lemon efektif dalam mengurangi gejala *emesis gravidarum*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa aromaterapi lemon berpotensi efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil. Aromaterapi lemon bekerja dengan cara merangsang sistem saraf pusat dan mengurangi produksi hormon yang memicu mual. Selain itu, inhalasi aromaterapi lemon dapat meningkatkan suasana hati dan mengurangi stres, yang juga berkontribusi pada penurunan gejala.

Aromaterapi lemon terbukti aman dan mudah diterapkan, menjadikannya pilihan menarik dalam manajemen mual muntah selama kehamilan. Penelitian ini mendukung integrasi aromaterapi lemon dalam protokol pelayanan antenatal, memberikan alternatif yang efektif bagi ibu hamil untuk mengatasi gejala mual dan muntah tanpa risiko efek samping yang berpotensi ditimbulkan oleh obat-obatan farmakologis.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan mual muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Setelah diberikan Inhalasi Aromaterapi Lemon di wilayah kerja unit pelaksana teknis daerah Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat” tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Peneliti menyadari skripsi ini dapat diselesaikan berdasarkan masukan dari berbagai pihak. Peneliti menyampaikan terimakasih yang sebesar- besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners., M. Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar
3. Ni Wayan Armini, S.Si.T., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan dan profesi bidan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar
4. Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T., MPH selaku pembimbing utama sekaligus pembimbing akademik yang telah banyak meluangkan waktu untuk proses bimbingan skripsi.
5. Ni Gusti Kompiang Sriasih, S.ST., M.Kes, selaku pembimbing Pendamping yang telah banyak meluangkan waktu untuk proses bimbingan skripsi.

6. dr. Lanawati, M.Kes, selaku Kepala UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

7. Seluruh ibu hamil yang telah bersedia menjadi responden yang telah meluangkan waktunya untuk mendukung penelitian ini.

8. Seluruh pegawai di Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah membantu selama proses perkuliahan khususnya dalam pengurusan administrasi.

9. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu.

Dalam penyusunan skripsi, peneliti menyadari masih terdapat beberapa kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari para pembaca demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, peneliti mempunyai harapan besar agar skripsi ini dapat memandu dalam pelaksanaan penelitian.

Denpasar. Mei 2025



Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Ketut Sri Handayani
NIM : P07124224111
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2025
Alamat : Jl. Waturenggong gg. XVII No.24 Denpasar

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul “Perbedaan mual muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Setelah diberikan Inhalasi Aromaterapi Lemon” di wilayah kerja unit pelaksana teknis daerah Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang** lain.
 2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan
- Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2025



Ni Ketut Sri Handayani
NIM.P07124224111

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	x
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penulisan.....	3
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Kehamilan Trimester I.....	5
B. Mual Muntah	6
C. Aromaterapi Lemon	15
BAB III KERANGKA KONSEP	26
A. Kerangka Konsep.....	26
B. Variabel dan Definisi Operasional	27
C. Hipotesis	29
BAB IV METODELOGI PENELITIAN	30
A. Jenis Penelitian	30
B. Alur Penelitian	31
D. Populasi dan Sampel.....	32
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	34
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	37
G. Etika Penelitian.....	39

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Hasil Penelitian	41
B. Pembahasan Penelitian	47
C. Keterbatasan Penelitian	55
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	56
A. Simpulan	56
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>PUQE-24 Scoring System</i>	12
Tabel 2. Definisi Operasional Variabel.....	28
Tabel 3. Data Karakteristik Responden	42
Tabel 4. Mual dan Muntah Ibu Hamil I Sebelum Diberikan Inhalasi Aromaterapi Lemon	44
Tabel 5. Mual dan Muntah Ibu Hamil I Setelah Diberikan Inhalasi Aromaterapi lemon	45
Tabel 6. <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian.....	26
Gambar 2. Desain Penelitian	30
Gambar 3. Alur Kerja Penelitian	31

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Pelaksana Kegiatan
- Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Persetujuan Sebelum Pelaksanaan
- Lampiran 4. Format Pengumpulan Data
- Lampiran 5. Rancangan Anggaran Biaya
- Lampiran 6. *Ethical Clearance*
- Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 8. Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 9. *Master Table*
- Lampiran 10. Hasil Olah Data
- Lampiran 11. Dokumentasi

