SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH IBU HAMIL TRIMESTER I DI DUSUN KRAJAN DESA BANTENGAN KABUPATEN MADIUN

Oleh:
IRMA KALISTA AZARIA
202202074

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH IBU HAMIL TRIMESTER I DI DUSUN KRAJAN DESA BANTENGAN KABUPATEN MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh:

IRMA KALISTA AZARIA

NIM: 202202074

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini oleh :
Nama : Irma Kalista Azaria
NIM : 202202074
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH IBU HAMIL TRIMESTER I DI DUSUN KRAJAN DESA BANTENGAN KABUPATEN MADIUN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal: 10 Februari 2026

Oleh:

Menyetujui,
Pembimbing I

Dian Anisia W., S.Kep.,M.Kep
NUPTK. 8340766667230283

Menyetujui,
Pembimbing II

Kartika, S.Kep., Ns., M.KM
NUPTK. 1442766667237013

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Ariani Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 9933766668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :
Nama : Irma Kalista Azaria
NIM : 202202074
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH IBU HAMIL TRIMESTER I DI DUSUN KRAJAN DESA BANTENGAN KABUPATEN MADIUN

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Tanggal : 12 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua : Sri Suhartiningsih, S.Kep., Ns., M.Kes :
NUPTK. 0140748649230183

Penguji I : Dian Anisia W., S.Kep., Ns., M.Kep :
NUPTK. 8340766667230283

Penguji II : Kartika, S.Kep., Ns., M.KM :
NUPTK. 1442766667237013

Mengesahkan
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Wahyumi, S.KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Irma Kalista Azaria

NIM : 202202074

Dengan ini menyatakan bahwa proposal skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar Sarjana di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun yang belum/tidak dipublikasikan, sebelumnya dijelaskan dalam tulisan daftar pustaka.

Madiun, 12 Februari 2026
Penulis



Irma Kalista Azaria
NIM. 202202074

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Irma Kalista Azaria
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tempat dan Tanggal Lahir	: Loa Duri, 05 Januari 2004
Agama	: Islam
Alamat	: Desa Pojoksari, Dukuh Tinggen, Kec. Sukomoro, Kab.Magetan Jawa Timur
Email	: irmakalista9@gmail.com
Riwayat Pendidikan	:

1. Lulus TK Pancasila tahun 2010
2. Lulus SD Negeri 001 Loa janan 2016
3. Lulus SMP negeri 1 Loa janan 2019
4. Lulus SMA negeri 1 Loa janan 2022
5. STIKES Bhakti Husada mulia Madiun 2022 - sekarang

DAFTAR ISI

SKRIPSI **1**
SKRIPSI **2**
LEMBAR PERSETUJUAN **4**
LEMBAR PENGESAHAN **5**
HALAMAN PERNYATAAN **6**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP **7**
DAFTAR ISI **8**
DAFTAR TABEL **11**
DAFTAR GAMBAR **12**
DAFTAR LAMPIRAN **13**
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH **14**
KATA PENGANTAR **16**
ABSTRAK **18**
ABSTRAK **19**
BAB 1 PENDAHULUAN ..... Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.2 Rumusan Masalah ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3 Tujuan Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.1 Tujuan Umum: ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.2 Tujuan Khusus: ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB LANDASAN TEORI 2 ..... Error! Bookmark not defined.
2.1 Kehamilan dan Perubahan Fisiologis ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.1 Pengertian Aromaterapi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.2 Dosis Pembberian Aromaterapi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.3 Dasar atau Acuan Pemberian ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.4 Standar Operasional Prosedur (SOP) Cara Pemberian Aroma Terapi Peppermint **Error! Bookmark not defined.**
2.1.5. Pengertian Mual Muntah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2 Konsep Mual Muntah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Pengertian Mual Dan Muntah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Fisiologi Mual Muntah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.3 Faktor penyebab mual muntah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.4 Dampak mual muntah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.5 Pengertian Kehamilan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.6 Tanda tanda Kehamilan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.7 Manfaat Aromaterapi Peppermint .... **Error! Bookmark not defined.**

2.2.8 Mekanisme Kerja Aromaterapi Peppermint dalam Mengatasi Mual Muntah **Error! Bookmark not defined.**
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN Error! Bookmark not defined.
3.1 Kerangka Konsep ..... **Error! Bookmark not defined.**
3.2 Hipotesis Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 4 METODE PENELITIAN..... Error! Bookmark not defined.
4.1 Jenis Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2 Populasi Dan Sampel..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.1 Populasi..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.2 Sampel..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.3 Teknik Sampling ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.3 Kerangka Kerja..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4 Identifikasi Variabel..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4.1 Variabel Independent..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4.2 Variabel Dependent ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.5 Definisi Operasional..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6 Instrumen Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7 Waktu dan Tempat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7.1 Waktu Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7.2 Tempat Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
4.8 Prosedur Pengumpulan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9 Pengolahan Data dan Analisa Data..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9.1 Teknik Pengolahan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9.2 Analisis Data..... **Error! Bookmark not defined.**
4.10 Etika Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN Error! Bookmark not defined.
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2 Hasil Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.1 Data Umum..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.2 Data Responden Khusus ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.3 Pembahasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.3.1 Identifikasi mual muntah sebelum dilakukan pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan mual muntah ibu hamil trimester I**Error! Bookmark not defined.**
5.3.2 Identifikasi mual muntah setelah dilakukan pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan mual muntah ibu hamil trimester I**Error! Bookmark not defined.**

5.3.3 Pengaruh pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan mual muntah ibu hamil trimester I Di Dusun Krajan Desa Bantengan Kabupaten Madiun **Error! Bookmark not defined.**
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....Error! Bookmark not defined.
6.1 Kesimpulan.....**Error! Bookmark not defined.**
6.2 Saran.....**Error! Bookmark not defined.**
DAFTAR PUSTAKA .....Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional ..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5.1 Karakteristik Responden ibu hamil trimester I Berdasarkan Usia Di Dusun Krajan Desa Bantengan Kabupaten Madiun Di Tahun 2025 **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5.2 Karakteristik Responden Ibu Hamil Trimester I Berdasarkan Pekerjaan Di Dusun Krajan Desa Bantengan Kabupaten Madiun Tahun 2025 **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5.3 Karakteristik Responden Ibu Hamil Trimester I Berdasarkan pendidikan Di Dusun Krajan Desa Bantengan Kabupaten Madiunn Tahun 2025**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5.4 Karakteristik mual muntah sebelum dilakukan pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan mual muntah ibu hamil trimester I**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5.5 Karakteristik mual muntah setelah dilakukan pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan mual muntah ibu hamil trimester I**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5.6 Mual Muntah Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I ..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penngaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Di Dusun Kerajan Desa Bantengan Kabupaten Madiun.....32

Gambar 4.1 Skema Desain Penelitian.....……34

Gambar 4.2 Kerangka Kerja Pengaruh pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan muntah ibu hamil trimester I Di Dusun Krajan Desa Bantengan Kabupaten Madiun ..... ……**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden.....65
Lampiran 2 Informed Consent.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 3 Surat Perizinan Pengambilan Data Awalesio**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 4 Surat Izin Pengambilan Data Awal Bakesbangpol**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 5 Surat Perizinan Pengambilan Data Dari Puskesmas**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 6 Rekaptulasi Data Mual Muntah 5 Tahun Terakhir**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 7 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 8 Pretest Ibu Hamil Tentang Mual Muntah Dan Aromaterapi Peppermint Pada Trimester I.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 9 Posttest Ibu Hamil Tentang Mual Muntah Dan Aromaterapi Peppermint Pada Trimester I.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 10 Standar Operasional Prosedur Terapi Inhalasi Terapi Aromaterapi Peppermint.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 12 Tabulasi Data Demografi.....**Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 13 Lembar Observasi Responden Ibu Hamil Trimester I.....79
Lampiran 14 Hasil Uji SPSS.....81
Lampiran 15 Gambar Aromaterapi Peppermint.....87
Lampiran 16 Bukti Kartu Bimbingan 88

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

HCG : *human chorionic gonadotropin*

BBLR : *berat badan lahir rendah*

WHO : *World Health Organisasion*

KTD : *Kehamilan Tidak Diinginkan*

LH : *luteinzing hormone)*

NAHA : *National Association for Holistic Aromatherapy*

PUQE : *Pregnancy unique quantification of emesis and nausea*

SOP : *Standar Operasional Prosedur*

HPHT : *hari pertama haid terakhir*

DAFTAR ISTILAH

Independent : Bebas

Dependet :Terikat

Hiperemesis gravidarum : Mual muntah berlebihan

Primigravida : Wanita yang baru pertama hamil

Multigravida : Wanita yang mengalami hamil lebih dari satu kali

Morning sickness : Mual muntah yang terjadi diawal kehamilan

essen-tial oil : esensial

Trimester :Periode kehamilan 3 bulan

Progesteron : Hormon steroid seks dalam siklus mentrsuasi, kehamilan

Estrogen	: Berperan mengatur system reproduksi Wanita, pubertas, silkus mentruasi
Gastrointestinal	: Saluran pencernaan
Estradiol	: Mengatur siklus menstruasi
Peppermint	: Tanaman hibrida yang meyegarkan
Inhalasi	:Penghirupan langsung
Diffuser	: Penguapan ruangan
Dehidrasi	: Kondisi kekurangan cairan tubuh
Elektrolit	: Mineral yang penting bagi tubuh manusia
ekstraksi	: Penyulingan
Plasenta	: Organ sementara yang tubuh dalam rahim
Anonymity	: Tanpa Nama
Anoreksia	: Makan sedikit dari yang dibutuhkan tubuh
Mammae	: Payudara
Miksi	: Buang air kecil
Konstipasi	: Sulit buang air besar
Pre Test	*:*Sebelum
Post Test	*: Sesudah*
Confidentiality	*:* Kerahasiaan
Non Maleficience	*:* Tidak membahayakan
Veracity	*:* Kejjujuran
Varises	: Vena - vena
Aleora	*:* Area melingkar berwarna gelap

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul "PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI DUSUN KRAJAN DESA BANTENGAN KABUPATEN MADIUN ". Dalam penyusunan Skripsi ini, tentu tidak lepas dari bimbingan, saran, motivasi kepada penulis.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam kegiatan penyusunan skripsi tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan dan motivasi pada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Retno widiarini, S.KM, M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun.
2. Kepala Puskesmas Mojopurno Dr. Maria Evarista Desa Bantengan Kabupaten Madiun yang telah memberikan izin kesempatan untuk saya melakukan penelitian di sana.
3. Ketua Dewan Penguji Ibu Srisuhartiningsih, S.Kep., Ns., M.Kes. yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis dalam menyusun skripsI ini.
4. Ibu Dian Anisia Widyaningrum, S.Kep., Ns, M.Kep. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis dalam menyusun ini.
5. Ibu Kartika, S.Kep., Ns., M.K.M. selaku Dosen Pembimbing II yang dengan sabar memberikan saran dan masukan yang sangat berharga.

6. Keluarga saya ayah dan keluarga yang ada dikaltim, yang selalu memberikan doa, semangat hingga sampai saat ini dan dukungan moral maupun materiil kepada penulis.
7. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Keperawatan terutama orang terdekat saya mevia, rosita, daysila, elsa, yang senantiasa memberikan dukungan dan kebersamaan selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari sempurna, baik dari segi isi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan proposal penelitian ini.

Akhir kata, semoga proposal ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis sendiri maupun bagi pihak lain yang membutuhkan, serta dapat menjadi salah satu kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan.

Madiun, 20 Februari 2026
Penulis

Irma Kalista Azaria
NIM. 202202074

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH IBU HAMIL TRIMESTER I DI DUSUN KRAJAN DESA BANTENGAN KABUPATEN MADIUN

Irma Kalista Azaria

Trimester pertama awal trimester yang menimbulkan mual dan muntah (emesisgravidarum) pada ibu hamil. Mual muntah biasanya terjadi di pagi hari (morningsicknes), tapi ada yang timbul saat malam hari. World Health Organization (WHO) angka kejadian mual muntah 50-90% dari semua wanita hamil, 70-80% mengalami morning sickness. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh aroma terapi peppermint untuk mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Dusun Krajan Desa Bantengan Kabupaten Madiun Tahun 2025.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan rancangan *pre eksperiment* dan dengan *teknik one group pretest-posttest*, Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Diabetes Melitus dan mengikuti posbindu di Dusun Krajan Desa Bantengan, Kabupaten Madiun, sejumlah 16 orang. Teknik sampling menggunakan *nonprobability* dimana pengambilan sampel yang tidak dilakukan secara acak pada semua elemen populai dalam penelitian yang menderita ibu hamil trimester I, untuk sampel berjumlah 16 orang. Pengolahan data menggunakan *editing, coding, scoring, tabulating* dan uji statistik menggunakan P*aired T-Test.*

Hasil uji P*aired T-Test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi p value (asymp.sig 2-tailed) sebesar 0.000 < 0.05 maka H0 ditolak dan H1 diterima, Simpulannya adalah ada pengaruh yang signifikan terhadap penurunan mual muntah ibu hamil trimester I baik sebelum maupun sesudah diberi aromaterapi peppermint secara kualitas dan kuantitas.

Berdasarkan hasil analisis Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengaruh aroma terapi peppermint terhadap mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Saran bagi ibu Di Dusun Krajan Desa Bantengan Kabupaten Madiun. Diharapkan bagi responden agar dapat menjadikan aroma terapi peppermint salah satu alternatif dalam mengatasi pengurangan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Kata kunci : Aroma Terapi Peppermint, Ibu Hamil, Mual dan Muntah

ABSTRAK

THE EFFECT OF PEPPERMINT AROMATHERAPY ON REDUCING NAUSEA AND VOPING IN PREGNANT WOMEN IN THE FIRST TRIMESTER IN KRAJAN HALL, BANTENGAN VILLAGE, MADIUN REGENCY

Irma Kalista Azaria

The first trimester, the beginning of the first trimester, can cause nausea and vomiting (emesis gravidarum) in pregnant women. Nausea and vomiting typically occur in the morning (morning sickness), but some can occur at night. The World Health Organization (WHO) estimates that nausea and vomiting occur in 50-90% of all pregnant women, and 70-80% experience morning sickness. The purpose of this study was to determine the effect of peppermint aromatherapy on nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester in Krajan Hamlet, Bantengan Village, Madiun Regency, in 2025.

This research is quantitative, with a pre-experimental design and a one-group pretest-posttest technique. The population comprised 16 individuals with diabetes mellitus who participated in the integrated health post (Posbindu) in Krajan Hamlet, Bantengan Village, Madiun Regency. The sampling technique used non-probability sampling, with non-random sampling of all elements of the population in the study who were pregnant in the first trimester. The data were processed using editing, coding, scoring, tabulation, and statistical testing using a paired t-test.

The results of the paired t-test showed a significance p-value (asymp.sig 2-tailed) of 0.000 < 0.05, thus H0 was rejected and H1 was accepted. The conclusion is that there is a significant effect on reducing nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester, both before and after peppermint aromatherapy, both in quality and quantity.

Based on the analysis results, there is a significant influence on the effect of peppermint aromatherapy on nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester. Suggestions for mothers in Krajan Hamlet, Bantengan Village, Madiun Regency. It is hoped that respondents can make peppermint aromatherapy an alternative in overcoming the reduction of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester.

Keywords: Peppermint Aromatherapy, Pregnant Women, Nausea and Vomiting