



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

SKRIPSI

**PENGARUH AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP
PENURUNAN *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER 1 DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS PURBARATU KOTA TASIKMALAYA**

DEKA NONA NOVITA

NIM. P2.06.20.5.22.010

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN

KEPERAWATAN TASIKMALAYA

JURUSAN KEPERAWATAN

POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

2026





SKRIPSI

**PENGARUH AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP
PENURUNAN *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER 1 DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS PURBARATU KOTA TASIKMALAYA**

DEKA NONA NOVITA
NIM. P2.06.20.5.22.010

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
KEPERAWATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
2026**



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang mana atas berkat rahmat dan karunianya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Keperawatan Tasikmalaya Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Tak lupa saya ucapkan terimakasih kepada orang-orang terlibat dalam penulisan ini, berkat dengan dukungan dan arahan beliau-beliau saya mampu menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “ Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan *Emesis gravidarum* Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu”. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Direktur Poltekes Kemenkes Tasikmalaya;
2. Ridwan Kustiawan, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.Jiwa, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Tasikmalaya;
3. Yudi Triguna, S.Kep.,Ners,M.Kep., selaku ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
4. Dr. Asep Kuswandi, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.KMB, selaku Pembimbing I yang senantiasa meluangkan waktu di tengah kesibukan, memberikan masukan serta bimbingan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan;

5. Tetik Nurhayati, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu di tengah kesibukan, memberikan masukan serta bimbingan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan;
6. Dewi Ariyanti, S.Kep.,Ns.,M.Sc selaku Pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu di tengah kesibukan, memberikan masukan serta bimbingan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan;
7. Seluruh Staf Dosen Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
8. Kepala Puskesmas Purbaratu beserta jajarannya yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian;
9. Cinta pertama dan panutanku, Bapak Amat Budiyono, S.Pd, SD dan Ibu Eti, S.Pd, SD. Terimakasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi, serta dukungan dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun agar penulis mampu bertahan untuk melangkah setapak demi setapak dalam meraih mimpi dimasa depan. Terimakasih untuk selalu berada disisi penulis dan menjadi alasan bagi menjadi penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini hingga menjadi gelar sarjana;
10. Kedua kakak saya, Anton Kusmara, S.H dan Nunik Dwi Cahyani, S.E. Terimakasih banyak atas dukungan secara moril maupun materil,

terimakasih juga atas segala motivasi dan dukungan yang diberikan kepada penulis;

11. Kepada yang bernama Akmal Maulana S.Tr.Kep. Terimakasih banyak atas dukungan dan motivasi yang di berikan kepada penulis;

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih mempunyai kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti menerima kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan menuju skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca umumnya.

Tasikmalaya, 29 Mei 2026



Penulis

PENGARUH AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP PENURUNAN *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER 1 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PURBARATU

INTISARI

Deka Nona Novita¹, Asep Kuswandi², Tetik Nurhayati³
Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Latar Belakang: Keluhan mual muntah (*emesis gravidarum*) akibat lonjakan hormon hCG dan estrogen sering memicu ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester pertama. Jika tidak ditangani, kondisi ini berisiko menjadi hiperemesis gravidarum yang memicu dehidrasi dan gangguan janin. Aromaterapi *peppermint* (*Mentha piperita*) hadir sebagai terapi komplementer non-farmakologis yang aman dan ekonomis karena mengandung mentol yang berefek antispasmodik pada lambung. **Tujuan:** Menganalisis pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap penurunan intensitas *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya. **Metode:** Penelitian pra-eksperimen dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* ini melibatkan 20 responden ibu hamil trimester I di Kelurahan Sukamenak. Menggunakan teknik sampling *Total sampling*. Mayoritas responden berusia 20–25 tahun, primigravida, berpendidikan SMA, dan tidak bekerja. Intensitas mual muntah diukur menggunakan kuesioner PUQE-24 sebelum dan sesudah inhalasi 2–3 tetes minyak esensial *peppermint*. Data berdistribusi normal menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. **Hasil:** Rata-rata skor *emesis gravidarum* sebelum intervensi adalah 9,50 (SD = 1,235), lalu menurun signifikan setelah intervensi menjadi 3,30 (SD = 1,128). Analisis bivariat menunjukkan rata-rata penurunan skor sebesar 6,2 dengan nilai signifikansi bermakna ($p < 0,05$). Kandungan mentol terbukti merelaksasi saluran pencernaan dan memblokir rangsangan mual pada *Chemoreceptor Trigger Zone* (CTZ). **Kesimpulan:** Pemberian aromaterapi *peppermint* secara inhalasi berpengaruh signifikan dalam menurunkan intensitas *emesis gravidarum*. **Saran:** Disarankan agar terapi ini direkomendasikan bagi perawat atau bidan sebagai asuhan antenatal non-farmakologis yang praktis untuk meningkatkan kualitas hidup ibu hamil.

Kata Kunci : Aromaterapi Peppermint, *Emesis Gravidarum*, Kehamilan Trimester 1

**THE EFFECT OF PEPPERMINT AROMATHERAPY ON REDUCING
EMESIS GRAVIDARUM IN THE FIRST TRIMESTER IN THE
PURBARATU PUBLIC HEALTH CENTER**

ABSTRACT

Deka Nona Novita ¹, Asep Kuswandi ², Tetik Nurhayati ³
*Applied Bachelor of Nursing Majoring In Nursing
Tasikmalaya Ministry of Health Polytechnic of Health*

Background: Complaints of nausea and vomiting (*emesis gravidarum*) due to surges in hCG and estrogen hormones often trigger discomfort in pregnant women in the first trimester. If left untreated, this condition is at risk of becoming hyperemesis gravidarum which triggers dehydration and fetal disorders. Peppermint aromatherapy (*Mentha piperita*) is present as a safe and economical non-pharmacological complementary therapy because it contains menthol which has an antispasmodic effect on the stomach. **Objective:** To analyze the effect of peppermint aromatherapy on reducing the intensity of *emesis gravidarum* in pregnant women in the first trimester in the Purbaratu Community Health Center Working Area, Tasikmalaya City. **Method:** This pre-experimental study with a One Group Pretest-Posttest Design involved 20 respondents of pregnant women in the first trimester in Sukamenak Village. Using a total sampling technique. The majority of respondents were 20–25 years old, primigravida, high school educated, and unemployed. The intensity of nausea and vomiting was measured using the PUQE-24 questionnaire before and after inhalation of 2–3 drops of peppermint essential oil. So that the data were analyzed using the Paired Sample T-Test. **Results:** The average score of *emesis gravidarum* before the intervention was 9.50 (SD = 1.235), then decreased significantly after the intervention to 3.30 (SD = 1.128). Bivariate analysis showed an average decrease in the score of 6.2 with a significant value ($p < 0.05$). The content of menthol was proven to relax the digestive tract and block nausea stimuli in the Chemoreceptor Trigger Zone (CTZ). **Conclusion:** The administration of peppermint aromatherapy by inhalation has a significant effect in reducing the intensity of *emesis gravidarum*. Suggestion: It is recommended that this therapy be recommended for nurses or midwives as a practical non-pharmacological antenatal care to improve the quality of life of pregnant women.

Keywords: Peppermint Aromatherapy, Emesis Gravidarum, First Trimester of Pregnancy

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR ISTILAH SINGKATAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	8
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II	16
TINJAUAN PUSTAKA	16
A. Konsep Dasar Kehamilan.....	16
1. Definisi.....	16
2. Perubahan Kehamilan pada Trimester 1	17
B. Konsep Dasar <i>Emesis gravidarum</i>	21
1. Definisi.....	21

2.	Etiologi.....	23
3.	Patofisiologi	24
4.	Faktor yang Mempengaruhi	26
5.	Dampak	28
6.	Penanganan	30
7.	Pengukuran Mual Muntah pada Kehamilan.....	32
C.	Konsep Dasar Aromaterapi	32
1.	Definisi.....	32
2.	Cara Penggunaan.....	33
3.	Macam – macam Aromaterapi	36
4.	Definisi Peppermint	38
5.	Klasifikasi Tanaman Peppermint	39
6.	Macam Macam Golongan Peppermint.....	39
7.	Kandungan Kimia Peppermint.....	41
8.	Manfaat Peppermint	41
B.	Kerangka Teori	43
C.	Hipotesis.....	44
BAB III.....		45
METODE PENELITIAN		45
A.	Jenis dan Desain Penelitian.....	45
B.	Kerangka Konsep Penelitian	46
C.	Populasi, Sample dan Sampling.....	47
1.	Populasi.....	47
2.	Sample.....	47
3.	Kriteria Sample	48
4.	Sampling	48
D.	Variabel Penelitian	49
1.	Variabel Independen.....	49
2.	Variabel Dependen	49
E.	Definisi Operasional.....	50
F.	Tempat Penelitian.....	51

G. Waktu Penelitian	52
H. Instrumen Penelitian.....	52
I. Alat dan Bahan.....	53
3. Prosedur Pengumpulan Data.....	54
1. Persiapan	54
2. Pelaksanaan.....	55
4. Teknik Pengolahan Data	57
5. Analisa Data	58
6. Etika Penelitian	60
BAB IV	62
HASIL DAN PEMBAHASAN	62
A. Hasil Penelitian.....	62
1. Analisa Univariat	62
2. Analisa Bivariat.....	65
B. Pembahasan.....	66
1. Gambaran Karakteristik Responden	66
2. Rata-rata frekuensi mual dan muntah sebelum pemberian aromaterapi peppermint.....	73
3. Rata-rata skor mual dan muntah setelah diberikan aromaterapi peppermint.....	74
C. Keterbatasan Penelitian	76
D. Implikasi Untuk Keperawatan.....	77
BAB V.....	78
PENUTUP.....	78
A. Kesimpulan	78
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	9
Tabel 3. 1 Desain Penelitian.....	46
Tabel 3. 2 Definisi Operasional.....	50
Tabel 3. 3 Tabel Coding	57
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	62
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Graviditas	63
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan.....	63
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	63
Tabel 4. 5 Rata-rata skor mual dan muntah pre-test.....	64
Tabel 4. 6 rata rata skor mual dan muntah setelah diberikan intervensi	64
Tabel 4. 7 Perbedaan rata rata skor mual san muntah sebelum dan sesudah intervensi	65

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori.....	43
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep.....	46
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	88
Lampiran 2 Surat Izin Penelitain Dinas Kesehatan.....	89
Lampiran 3 Surat Izin Pengumpulan Data	90
Lampiran 4 Lembar Pernyataan Persetujuan	91
Lampiran 5 Informed Consent KEPK.....	92
Lampiran 6 Data Demografi	96
Lampiran 7 Kuisoner 24-PUQE-24 (Pregnancy Unique Qualification Of Emesis)	97
Lampiran 8 SOP Aromaterapi Peppermint.....	99
Lampiran 9 Bimbingan Skripsi	102
Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan Penelitian Pada Tahap Pelaksanaan	103
Lampiran 11 Master Tabel Penelitian	104
Lampiran 12 Logbook.....	105
Lampiran 13 Hasil Uji SPSS.....	106
Lampiran 14 Uji Similaraty	109
Lampiran 15 Surat Kepk	110
Lampiran 16 Logbook Kegiatan	111

DAFTAR ISTILAH SINGKATAN

AKB	: Angka Kematian Bayi
BBLR	: Bayi Berat Lahir Rendah
CTZ	: <i>Chemoreceptor Trigger Zone</i>
HCG	: <i>Human Chorionic Gonadotropin</i>
IUFD	: <i>Intrauterine Fetal Death</i>
IUGR	: <i>Intrauterine Growth Restriction</i>
K1	: Kunjungan Antenatal Pertama
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
PUQE-24	: <i>Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea</i>
SOP	: <i>Standar Operasional Prosedur</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
<i>Emesis gravidarum</i>	: Mual dan muntah yang terjadi pada masa kehamilan, terutama pada trimester pertama.
<i>Hiperemesis gravidarum</i>	: Kondisi mual dan muntah berat pada kehamilan yang dapat menyebabkan dehidrasi, gangguan elektrolit, dan penurunan berat badan.
<i>Informed Consent</i>	: Persetujuan yang diberikan oleh responden setelah mendapatkan penjelasan lengkap mengenai tujuan, prosedur, manfaat, dan risiko penelitian.

Mentha piperita : Tanaman herbal aromatik yang digunakan sebagai bahan aromaterapi untuk mengurangi mual dan muntah.

Pretest–Pretest Design : Desain penelitian yang mengukur variabel sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada satu kelompok.