



LAPORAN BIMBINGAN TA/SKRIPSI

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang - Jawa Tengah
Email: ngudiwaluyo@unw.ac.id, Telp: Telp. (024) 6925408 & Fax. (024) -6925408

Nomor Induk Mahasiswa : 152221002

Nama Mahasiswa : **Hapita**

Ketua Program Studi : **Luvi Dian Afriyani, S.Si.T. , M.Kes.**

Dosen Pembimbing (1) : **Widayati,S.Si.T., M.Keb.**

Dosen Pembimbing (2) : **Widayati,S.Si.T., M.Keb.**

Judul Ta/Skripsi : **EFEKTIVITAS AROMATERAPI LEMON DALAM MENGURANGI MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI POLI KEBIDANAN RSUD RATU AJI PUTRI BOTUNG**

Abstrak : Kehamilan adalah suatu kondisi di dalam rahim seorang wanita, di mana terdapat hasil pembuahan (bertemunya sel telur dan sperma). Kehamilan merupakan proses alami dan fisiologis (Yanti, 2022). Selain itu kehamilan merupakan proses fisiologis dari kehidupan seorang wanita. Proses ini mengarah pada perubahan fisik, mental dan sosial yang dipengaruhi oleh berbagai faktor fisik, psikologis, lingkungan, sosial budaya dan ekonomi. Kehamilan biasanya disertai dengan rasa tidak nyaman yang sering dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama yaitu mual dan muntah. Ada beberapa penyebab mual dan muntah, diantaranya adalah perubahan hormonal dalam tubuh seperti peningkatan hormon estrogen dan HcG. Kebiasaan makan yang buruk sebelum hamil dan pada minggu-minggu pertama, kurang istirahat dan stres dapat memperparah mual dan muntah (Manuaba, 2012).

Kehamilan trimester pertama adalah keadaan dimana embrio atau janin berada pada usia 0-14 minggu di dalam tubuh. Mual dan muntah adalah gejala alami dan umum terjadi pada trimester pertama kehamilan. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, namun bisa juga terjadi kapan saja dan pada malam hari. Gejala ini biasanya muncul antara minggu ke-6 dan ke- 10 kehamilan (Damayanti, D., Wardani, R. S., Indrawati, 2015). Keadaan mual dan muntah ini menyebabkan peningkatan suasana asam di mulut. Plak meningkat karena malas menjaga kebersihan sehingga mempercepat kerusakan gigi (Kemenkes. RI., 2016).

Mual dan muntah yang terjadi selama kehamilan berdampak signifikan pada tubuh, ibu menjadi lebih lemah, wajah pucat, dan buang air kecil berkurang drastis, menyebabkan cairan tubuh berkurang dan darah mengental. Keadaan ini dapat memperlambat peredaran darah, sehingga konsumsi oksigen dan nutrisi jaringan juga menurun, yang dapat mengakibatkan kerusakan jaringan yang mengancam kesehatan ibu dan janin (Rofi'ah et al., 2019).

WHO (World Health Organization) pada tahun 2013 menyatakan bahwa mual dan muntah selama kehamilan merupakan kondisi yang paling sering terjadi pada ibu hamil, biasanya terjadi antara minggu ke-5 dan ke- 18 kehamilan.

Mual dan muntah adalah keluhan kehamilan remaja yang paling umum pada 50% wanita hamil, kehamilan kembar dan mola

hidatidosa. Sekitar 70-80% dari semua wanita hamil menderita morning sickness. Sekitar 60% wanita muntah. Mual dan muntah adalah masalah umum pada paruh pertama kehamilan. 50-90% wanita mengalami mual dan muntah selama trimester pertama, yang dikenal dengan hiperemesis gravidarum (HG). Ini terjadi pada 0,5-3% kehamilan dan digambarkan sebagai muntah yang tidak terkendali terkait dengan penurunan berat badan lebih dari 5% dari berat badan sebelum hamil (Balíková

Bužgová, 2014).

Data hasil Survei Kesehatan Demografi Indonesia (SDKI) Angka kejadian pada hiperemesis gravidarum di Indonesia sebanyak 1.864 (5,31%) dari 21.581 ibu hamil pada tahun 2018 dan 1.904 (5,42%) dari 25.234 ibu hamil pada tahun 2019 memeriksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan (Kemenkes RI, 2019).

Prinsip pengobatan emesis gravidarum adalah pencegahan, pengurangan mual dan muntah, dan koreksi kebutuhan cairan dan elektrolit. Pencegahan dan pengurangan gejala mual dan muntah dapat dicapai dengan agen farmakologis dan nonfarmakologis. Pengobatan obat dilakukan dengan mengonsumsi obat-obatan seperti obat antimual atau vitamin B6. Namun, obat tersebut memiliki efek samping yang mungkin dialami ibu hamil, seperti sakit kepala, diare, dan mengantuk.

Pengobatan lain yang dapat disembuhkan adalah pengobatan nonfarmakologis atau komplementer, yang memiliki keuntungan lebih murah dan tidak memiliki efek samping farmakologis. Salah satu pengobatan yang aman dan dapat diberikan pada ibu hamil yang mengalami mual muntah melalui aromaterapi lemon (Dewi Safitri, 2018).

Aromaterapi Lemon merupakan minyak esensial yang terbuat dari ekstrak kulit jeruk yang biasa digunakan dalam aromaterapi.

Aromaterapi lemon merupakan bentuk aromaterapi yang aman selama kehamilan dan persalinan (Medforth, 2013). Lemon aromaterapi mengandung bahan yang dapat membunuh bakteri meningokokus dan tifus, memiliki efek antijamur, efektif menetralkan bau tak sedap, memiliki efek anticemas, depresan dan penghilang stres, serta meningkatkan dan memfokuskan pikiran (Dewi

Safitri, 2018). Minyak esensial lemon adalah minyak herbal yang paling umum digunakan dan dianggap sebagai obat yang aman selama kehamilan.

Aromaterapi lemon telah terbukti memiliki efek positif pada muntah. Menurut penelitian (Yavari Kia et al., 2014), skor muntah rata-rata menurun 4 hari ketika aromaterapi lemon yang dihirup digunakan. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Erick, di mana ia mengamati penggunaan pengobatan non-obat pada wanita untuk menghilangkan emesis gravidarum. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, 40% wanita menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan lebih dari separuh yang menggunakannya mengatakan efektif.

Berdasarkan hasil penelitian (Des Metasari et al., 2022), tentang efektivitas aromaterapi lavender dan lemon dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Kelompok uji coba dengan desain penelitian eksperimen semu. Teknik pengambilan sampel melibatkan purposive sample sebanyak 30 orang. Aromaterapi diberikan pada ibu hamil trimester pertama dengan cara

dihirup selama empat hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi mual muntah selama trimester I berkurang dengan aromaterapi lavender dan lemon dengan nilai P sebesar 0,006. Aromaterapi lavender dan lemon terbukti efektif dan aman mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

Penelitian lainnya dari (Fadila et al., 2022), hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi mual muntah sebelum aromaterapi lemon rendah pada 12 subjek (40,0%). Frekuensi mual muntah setelah aromaterapi lemon tergolong rendah yaitu sebanyak 9 orang (30,0%). Dari hasil analisis statistik dengan menggunakan uji T-Paired didapatkan nilai $\rho = 0,000 < \alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara efektivitas aromaterapi.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung oleh peneliti dengan wawancara terhadap 10 ibu hamil, terdapat 6 ibu hamil memberikan aroma terapi seperti minyak kayu putih, dan 4 ibu hamil memilih untuk meminum obat mual dan muntah. Berdasarkan beberapa teori dan data tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Aromaterapi Lemon dalam Mengurangi Mual Muntah pada Ibu hamil Trimester I di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung”.

Tanggal Pengajuan : **23/12/2023 19:36:08**

Tanggal Acc Judul : 28/12/2023 22:56:27

Tanggal Selesai Proposal : -

Tanggal Selesai TA/Skripsi : -

No	Hari/Tgl	Keterangan	Dosen/Mhs
BIMBINGAN PROPOSAL			
1	Minggu,28/01/2024 17:23:17	tanggal 20-05-2023 konsul judul efektivitas aromatherapi lemon dalam mengurangi mual muntah di poli kandungan RSUD ratu aji putri botung	Hapita
2	Selasa,30/01/2024 09:09:33	pastikan untuk judul yang diambil berdasarkan permasalahan yang ada	Widayati,S.Si.T., M.Keb.

3	Minggu,28/01/2024 17:24:05	tanggal 06/06/2023 follow up ulang judul penelitian	Hapita
4	Selasa,30/01/2024 09:10:11	pastikan kembali dengan permasalahan yang ada di lahan untuk diambil judul	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
5	Minggu,28/01/2024 17:25:05	tanggal 08/06/2023 follow up ulang judul penelitian	Hapita
6	Selasa,30/01/2024 09:11:17	pastikan waktu pengambilan data untuk penelitian cukup	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
7	Minggu,28/01/2024 17:26:29	tanggal 09/06/2023 ACC judul dan mencari SOP pemberian aromaterapi melon	Hapita
8	Selasa,30/01/2024 09:12:47	SOP yang digunakan di tempat penelitian sudah ada atau belum, pastikan terlebih dahulu, kalau sudah ada gunakan yang SOP yang disana	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
9	Minggu,28/01/2024 17:29:59	tanggal 17/06/2023 komsul bab 1 menambahkan alasan mengambil judul, SOP dan mencari referensi SOP yang lain	Hapita
10	Selasa,30/01/2024 09:13:07	tambahkan alasan pengambilan judul, SOP jangan lupa dan tambahkan di bab selanjutnya	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
11	Minggu,28/01/2024 17:30:41	tanggal 05/07/2023 konsul bab 1 (ACC) melanjutkan bab 2 dan bab 3	Hapita
12	Selasa,30/01/2024 09:13:19	Bab 1 acc, lanjut ke bab 2 dan 3	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
13	Minggu,28/01/2024 17:31:21	tanggal 12/07/2023 konsul ulang bab 2	Hapita
14	Selasa,30/01/2024 09:13:49	bab 2 kerangka teori lebih sederhana, tambahkan cleaning, tambahkan kriteria inklusi dan eksklusi, lembar kuesioner di tambahkan alamat dan nomor telepon	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
15	Minggu,28/01/2024 17:31:42	tanggal 15 juli 2023 konsul ulang bab 3	Hapita
16	Selasa,30/01/2024 09:14:06	bab 2 dan 3 acc, lanjut pembuatan EC	Widayati,S.Si.T., M.Keb.

17	Minggu,28/01/2024 17:32:20	tanggal 28/07/2023 ACC persetujuan EC dan melanjutkan pengambilan data dan penelitian	Hapita
18	Selasa,30/01/2024 09:14:29	Acc persetujuan ttd EC lanjut penelitian	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
19	Minggu,28/01/2024 17:33:14	tanggal 20/10/2023 acc bab 3 dan melanjutkan bab 4 penelitian	Hapita
20	Selasa,30/01/2024 09:30:16	revisi EC dan silahkan diajukan kembali	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
21	Minggu,28/01/2024 17:33:56	tanggal 03/11/2023 follow up EC dan melanjutkan revisi bab 4	Hapita
22	Selasa,30/01/2024 09:30:57	silahkan direvisi kembali ECnya dan dikirimkan tetap semangat	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
23	Minggu,28/01/2024 17:35:29	tanggal 13/11/2023 EC di ACC dan melanjutkan penelitian pada bab 4	Hapita
24	Selasa,30/01/2024 09:26:05	Injut penelitian dan pengambilan data	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
25	Minggu,28/01/2024 17:39:19	tanggal 18/01/2024 konsul tabulasi data, di acc dan melanjutkan bab 4 dan bab 5 pada bab 4 menambahkan pre dan post selanjutnya di tabulasikan berdasarkan tingkat pendidikan dan umur	Hapita
26	Selasa,30/01/2024 09:31:19	tabulasi sdah benar, nnti d hasil skripsi tampilkan pre hari pertama dan post hari ke 4, klasifikasi umur dan pendidikan	Widayati,S.Si.T., M.Keb.
27	Minggu,28/01/2024 17:40:34	tanggal 21/01/2024 konsul ulang bab 4 dan bab 5 alasan dan kesimpulan dibuat lebih singkat	Hapita
28	Minggu,28/01/2024 17:41:18	tanggal 21/1/2024 melanjutkan uji turnitin dan persiapan lainnya untuk ujian skripsi	Hapita
29	Selasa,30/01/2024 09:33:00	siapkan untuk ujian	Widayati,S.Si.T., M.Keb.

30	Kamis,01/02/2024 07:59:23	siap ibu	-
----	------------------------------	----------	---

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Luvi Dian Afriyani, S.Si.T. ,
M.Kes.
(NIDN: 0627048302)

Semarang , 04 April 2024



Hapita
(NIM: 152221002)

Dosen Pembimbing (1)



Widayati,S.Si.T., M.Keb.
(NIDN: 0616088101)

Dosen Pembimbing (2)



Widayati,S.Si.T., M.Keb.
(NIDN: 0616088101)