

**PENGARUH AROMATERAPI *PEPPERMINT* DAN RELAKSASI
TERHADAP INTENSITAS *EMESIS GRAVIDARUM* PADA
IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS
PATRANG KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



Oleh :
PUTRI BERLIAN FEBRIYANI
NIM. 20050040

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2024**

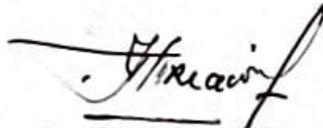
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul hubungan Pengaruh Aromaterapi *Peppermint* Dan Relaksasi Terhadap Intensitas *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember, telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Putri berlian f
NIM : 20050090
Hari, Tanggal : 18 Juli 2024
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana
Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji

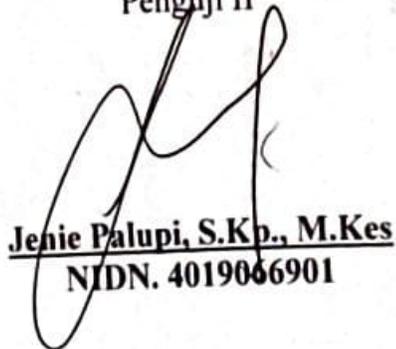
Ketua Penguji,



Jamhariyah, S.ST., M.Kes

NIDN. 4011016401

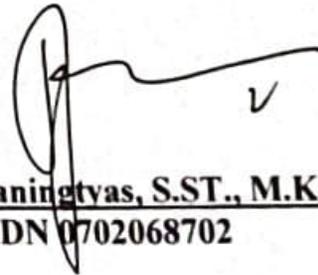
Penguji II



Jenie Palupi, S.Kp., M.Kes

NIDN. 4019066901

Penguji III



Rizki Fitriani, S.ST., M.Keb

NIDN 0702068702

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi



Al Nur Zannah, S.ST., M.Keb

NIDN.0719128902

Abstrak

Sebanyak 70-85% wanita hamil yang mengalami mual muntah saat trimester I kehamilan. Mual dan muntah yang berkelanjutan akan mengakibatkan *hyperemesis gravidarum*, jika tidak tertangani menyebabkan ibu kekurangan nutrisi sehingga menghambat pertumbuhan dan perkembangan janin. Penatalaksanaan nonfarmakologi mual dan muntah pada masa kehamilan dapat menggunakan aromaterapi dan relaksasi. Aromaterapi peppermint dapat digunakan karena mengandung efek antispasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran pencernaan sehingga mampu mengatasi ataupun menghilangkan mual dan muntah. Tujuan : Menganalisis pengaruh pemberian aromaterapi peppermint dan relaksasi terhadap intensitas emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Design penelitian ini adalah *Pre Eksperimental* dengan rancangan *penelitian one group pretest-posttest design*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 15 ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum*. Intensitas *emesis gravidarum* diukur menggunakan kuesioner *Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea (PUQE-24)* (1) . Data dianalisis dengan menggunakan uji wilcoxon untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh intensitas mual muntah sebelum diberikan intervensi sebanyak (53,3%) ibu hamil trimester I mengalami mual muntah sedang dan setelah diberikan intervensi sebanyak (60%) ibu hamil trimester I mengalami intensitas mual muntah ringan. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian aromaterapi peppermint dan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang dengan nilai p value sebesar 0,001. Kesimpulan : aromaterapi peppermint dan relaksasi nafas dalam efektif untuk penanganan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I. Saran : bagi ibu hamil trimester I dapat menggunakan aromaterapi peppermint dan relaksasi nafas dalam sebagai penanganan untuk mengurangi intensitas *emesis gravidarum*

Kata kunci : Peppermint, Relaksasi, Emesis Gravidarum