

KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI PEMBERIAN AROMATERAPY PEPPERMINT
TERHADAP FREKUENSI MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER 1 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIKUMANA



OLEH

WULAN RAMADHANI DJAFAR
NIM.PO5303201220855

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D III KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI PEMBERIAN AROMATERAPY PEPPERMINT
TERHADAP FREKUENSI MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER 1 DI PUSKESMAS SIKUMANA

*Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Mendapatkan Gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi Diploma III
Keperawatan Di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang*



OLEH:
WULAN RAMADHANI DJAFAR
NIM : PO5303201220855

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D III KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wulan Ramadhani Djafar

NIM : PO5303201220855

Program Studi : D III Keperawatan Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Proposal Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Semua bersumber baik yang di kutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Penulis tidak melakukan plagiat dalam melakukan Proposal Karya Tulis dan apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 2025

Pembuat Pernyataan



Wulan Ramadhani Djafar
PO.5303201220855

Pembimbing



Yuliana Dafroyati, S.Kep.,Ns.,M.Sc
NIP.197202181997032001

Penguji



Irfan, sKM, M.Kes
NIP.197104031998031003

LEMBAR PERSETUJUAN

IMPLEMENTASI PEMBERIAN AROMATERAPY PEPPERMINT TERHADAP FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI PUSKESMAS SIKUMANA

Disusun Oleh:



Wulan Ramadhani Djafar
PO.5303201220855

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal

Menyetujui

Pembimbing Utama



Yuliana Dafroyati, S.Kep.,Ns.,M.Sc
NIP.197202181997032001

LEMBAR PENGESAHAN

IMPLEMENTASI PEMBERIAN AROMATERAPY PEPPERMINT TERHADAP FREKUENSI MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI PUSKESMAS SIKUMANA

Disusun oleh:



Wulan Ramadhani Djafar
PO.5303201220855

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal :

Penguji I



Irfan, SKM, M.Kes
NIP.197104031998031003

Mengesahkan

Ketua Jurusan keperawatan



Dr. Florentinus Tat, S.Kep., M.Kes
NIP. 196911281993031005

Penguji II



Yuliana Dafroyati, S.Kep., Ns., M.Sc
NIP.197202181997032001

Mengetahui

Ketua Prodi DIII Keperawatan Kupang



Margareta Teli, S.Kep., Ns., MSc, PH., PhD
NIP.197707272000032002

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmatNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal dengan judul “Implementasi aromaterapy peppermint terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 di wilayah kerja puskesmas sikumana”. Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Penulis juga banyak mendapatkan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung, selama proses penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Yuliana Dafroyati, S.Kep.,Ns., MSc, yang bertindak sebagai dosen pembimbing, serta Bapak Irfan,SKM,M.Kes, yang bertindak sebagai penguji institusi, yang telah memberikan saran dan masukan yang sangat berharga dan berguna untuk memperbaiki karya ilmiah ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Irfan, SKM, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kupang
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberi ijin dan kesempatan bagi penulis untuk menyelesaikan studi kasus ini
3. Ibu Meyeriance Kapitan, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan.
4. Bapak Irfan, SKM., M.Kes selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan dukungan dan bimbingan kepada penulis selama melaksanakan perkuliahan.
5. Ibu Yuliana Dafroyati.,S.Kep.,Ns.,M.Sc, selaku Pembimbing yang penuh kesabaran dan ketelitian serta dengan segala totalitas menyumbangkan ide-idenya dengan mengoreksi, merevisi serta melengkapi dalam penyusunan karya tulis ilmiah
6. Seluruh jajaran Dosen Program Studi DIII Keperawatan Kupang Politeknik Kesehatan Kupang yang telah memberikan bimbingan dan dukungan bagi penulis

7. Kedua orang tua tercinta, Almh. Ibu Nurlia, Bapak Djafar Lambono, kakak Mudin Djafar, kakak Risky Yati, kakak Hadiman Djafar, kakak Darwin Djafar, kakak Arman Djafar dan kakak Muhammad Ikbil Djafar, keponakan-keponakan tercinta dan semua keluarga, terima kasih karena selalu mendoakan dan memotivasi penulis untuk selalu semangat.
8. Teman-teman seperjuangan vivi, ella, sry, thesia, mechy, ningsy dan kakak tingkat k ine, terimakasih selalu setia memberikan dukungan dan semangat dalam penulisan karya tulis ilmiah.
9. Teman-teman seperjuangan, teman-teman angkatan 31 yang setia memberikan saran, dan motivasi penulis sehingga proposal ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam penyusunan proposal.
11. Terakhir untuk diri sendiri terimakasih sudah berjuang dan tidak menyerah.

Akhir kata penulis menyadari bahwa Proposal Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu kritik dan saran dari semua pihak yang membangun dan menyempurnakan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini sangat diharapkan untuk dapat membangun dan bermanfaat bagi semua pihak.

Kupang, 2 Juli 2025

Wulan Ramadhani Djafar
PO.5303201220855

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan umum.....	4
1.3.2 Tujuan khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Kehamilan	6
2.1.1 Definisi Kehamilan.....	6
2.1.2 Perubahan Fisiologis pada kehamilan trimester I.....	7
2.1.3 Perubahan Psikologi Pada Ibu Hamil Trimester.....	9
2.1.4 Ketidaknyamanan pada kehamilan trimester I	9
2.2 Konsep mual dan muntah pada kehamilan.....	12
2.2.1 Definisi mual dan muntah pada kehamilan	12
2.2.2 Faktor penyebab mual muntah pada ibu hamil.....	13
2.2.3 Skala pengukuran Mual dan Muntah dengan PUQE Sore.....	14
2.2.3 Penatalaksanaan Mual Dan Muntah	15

2.3 Aromaterapi.....	16
2.3.1 Pengertian aromaterapi	16
2.3.2 Definisi Aromaterapi pappermint	17
2.3.3 Mekanisme kerja aromaterapi.....	17
2.4 Konsep Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester 1	18
2.4.1 pengkajian keperawatan.....	18
2.4.2 Anamnese.....	18
2.4.3 Pemeriksaan fisik.....	19
2.4.5 Diagnosis Keperawatan	19
2.4.6 Intervensi keperawatan	20
2.4.7 Implementasi Keperawatan	21
2.4.8 Evaluasi Keperawatan	21
2.5 Penelitian Terkait.....	22
2.6 Kerangka Teori	23
2.7 Kerangka Konsep	24
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	25
3.1 Desain Penelitian.....	25
3.2 subjek penelitian.....	25
3.2.1 Kriteria inklusi	25
3.2.2 Kriteria eksklusi.....	25
3.3 Fokus Penelitian	25
3.4 Definisi Operasional.....	26
3.5 Instrumen Penelitian.....	27
3.6 Metode pengumpulan data	27
3.7 Lokasi dan waktu penelitian.....	28
3.8 Analisa data	28
3.9 Etika penelitian.....	28

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	30
4.1.1 Pengkajian.....	30
4.1.2 Diagnosa Keperawatan	31
4.1.3 Tujuan dan Luaran yang Diharapkan.....	31
4.1.4 Intervensi	32
4.1.5 Implementasi.....	32
4.1.6 Evaluasi.....	35
4.2 Pelaksanaan pre-test dan post-test.....	35
4.2.1 Data pre-test dan post-test Pemberian Aromaterapy Peppermint Sebelum dan Sesudah Implementasi	35
4.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi (Usia,Paritas,Pekerjaan,Pendidikan Terakhir)	37
4.5 Ketebatasan Penulis.....	39
BAB 5 PENUTUP	40
5.1 Kesimpulan.....	40
5.2 Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	42

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan.....	20
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Ijin Pengambilan Data Awal.....	46
Lampiran 2 Ijin Pengambilan Data Awal.....	47
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian.....	48
Lampiran 4 Informed Consent.....	49
Lampiran 5 Lembar Kuisioner.....	50
Lampiran 6 Surat Keterangan Cek Plagiasi.....	54
Lampiran 7 Lembar Konsultasi Bimbingan KTI.....	55

ABSTRAK

IMPLEMENTASI PEMBERIAN AROMATERAPY PEPPERMINT TERHADAP FREKUENSI MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIKUMANA

Wulan Ramadhani Djafar¹ Yuliana Dafroyati²

^{1,2} Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Email : wulandjafar1003@gmail.com

Rasa mual dan muntah yang dialami selama masa kehamilan dipicu oleh peningkatan hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (hCG), yang berperan dalam menurunkan tonus otot pada saluran pencernaan. Penurunan tonus ini menyebabkan gerakan sistem pencernaan menjadi lebih lambat dari biasanya. Selain itu, tingginya kadar hCG juga dapat menstimulasi ovarium untuk menghasilkan hormon estrogen, yang turut berkontribusi terhadap munculnya gejala mual dan muntah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus (case study) serta mengadopsi pendekatan deskriptif dalam asuhan keperawatan. Penelitian studi kasus ini adalah studi untuk mengetahui bagaimana efektifitas Aromaterapy pappermint terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1. Evaluasi keseluruhan menunjukkan adanya penurunan keluhan mual dan muntah yang cukup signifikan setelah diberikan aromaterapi peppermint. Hasil pengukuran menggunakan skor PUQE menunjukkan adanya penurunan dari skor awal 9 (kategori mual muntah sedang) menjadi 4 (kategori ringan). Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan aromaterapi peppermint efektif dalam mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Kata Kunci : Kehamilan, Mual Dan Muntah, Aromaterapy Peppermint, PUQE Score

ABSTRACT
**IMPLEMENTATION OF PEPPERMINT AROMATHERAPY ON NAUSEA
AND VOMITING FREQUENCY IN FIRST TRIMESTER PREGNANT
WOMEN IN THE WORKING AREA OF SIKUMANA HEALTH CENTER**

Wulan Ramadhani Djafar¹ Yuliana Dafroyati²

^{1,2}Diploma III Nursing Program, Health Polytechnic of the Ministry of Health,
Kupang

Email: wulandjafar1003@gmail.com

Nausea and vomiting experienced during pregnancy are triggered by an increase in the hormone Human Chorionic Gonadotropin (hCG). This hormone plays a role in reducing the muscle tone of the digestive tract, causing the digestive system's movement to slow down. Additionally, the elevated hCG levels can stimulate the ovaries to produce estrogen, which also contributes to the occurrence of nausea and vomiting symptoms. This study employed a qualitative approach using a case study design and adopted a descriptive method within nursing care. The case study aimed to determine the effectiveness of peppermint aromatherapy in reducing the frequency of nausea and vomiting in first-trimester pregnant women. Overall evaluation showed a significant reduction in complaints of nausea and vomiting after administering peppermint aromatherapy. Measurement using the PUQE (Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea) score indicated a decrease from an initial score of 9 (moderate nausea and vomiting category) to 4 (mild category). The use of peppermint aromatherapy is effective in reducing symptoms of nausea and vomiting in first-trimester pregnant women.

Keywords: Pregnancy, Nausea and Vomiting, Peppermint Aromatherapy, PUQE Score