

**SKRIPSI**

**AROMATERAPI LEMON (*CITRUS LIMON PER*)  
MENGURANGI *MORNING SICKNESS* PADA  
IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I  
DI PUSKESMAS CENDRAWASIH  
KOTA MAKASSAR**



**OLEH :**

**LINA TELLO PABATE  
PO714211232016**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MAKASSAR  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
MAKASSAR  
2024**

**SKRIPSI**

**AROMATERAPI LEMON (*CITRUS LIMON PER*)  
MENGURANGI *MORNING SICKNESS* PADA  
IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I  
DI PUSKESMAS CENDRAWASIH  
KOTA MAKASSAR**

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb)  
Pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar



**OLEH :**  
**LINA TELLO PABATE**  
**PO714211232016**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MAKASSAR  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
MAKASSAR  
2024**

**PERNYATAAN PERSETUJUAN**

**Skripsi dengan judul:**

**AROMATERAPI LEMON (*CITRUS LIMON PER*)  
MENGURANGI MORNING SICKNESS PADA  
IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I  
DI PUSKESMAS CENDRAWASIH  
KOTA MAKASSAR**

**Disusun dan Diajukan Oleh:**

**LINA TELLO PABATE  
PO714211232016**

Telah memenuhi syarat dan disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar  
Pada hari Rabu tanggal 14 Juni 2024

**Menyetujui,**

**Pembimbing I**



**I Made Sukarta, A.Kep., M.Kes**  
Nip. 19621231 198303 1 054

**Pembimbing II**



**Asmawati G., SKM., M.Kes**  
Nip. 19631129 198303 2 001

**Mengetahui,**

**Ketua Jurusan**



**Hj. Sitti Mukarramah, S.ST., M.Keb**  
Nip. 19800430 200312 2 002

**Ketua Program Studi**



**Wirawati Amin, S.ST., M.Keb**  
Nip. 19800425 200212 2 001

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan Judul

### AROMATERAPI LEMON (*CITRUS LIMON PER*) MENGURANGI MORNING SICKNESS PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I DI PUSKESMAS CENDRAWASIH KOTA MAKASSAR APRIL 2024

Telah dipertahankan didepan penguji ujian skripsi pada tanggal Jumat, 14 Juni 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb) pada program studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar terhadap mahasiswa atas nama :

Nama : Lina Tello Pabate

Nim : PO714211232016

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Yang telah diuji oleh Tim Penguji skripsi sebagai berikut :

Tim Penguji

1. Wirawati Amin, S.ST., M.Keb

2. Asmawati G., SKM., M.Kes

3. I Made Sukarta, A.Kep., M.Kes

Tanda Tangan

(.....)

(.....)


(.....)

Mengetahui,

Ketua Jurusan

  
  
Hj. Sitti Mukarramah, S.ST., M.Keb  
Nip. 19800430 200312 2 002

Ketua Program Studi

  
Wirawati Amin, S.ST., M.Keb  
Nip : 19800425 200212 2 001

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Makassar, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lina Tello Pabate  
Nim : PO714211232016  
Jurusan : Kebidanan  
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Makassar Hak Bebas *Royaliti Non Eksklusif (Non Eksklusif Royalty – Free Right)* atas skripsi saya yang berjudul :

**AROMATERAPI LEMON (*CITRUS LIMON PER*) MENGURANGI  
*MORNING SICKNESS* PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas *Royaliti Non Eksklusif* ini Poltekkes Kemenkes Makassar berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Makassar, 14 Juni 2024

Yang Menyatakan



**Lina Tello Pabate**  
**PO714211242016**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lina Tello Pabate  
NIM : PO714211232016  
Judul Skripsi : Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi  
*Morning Sickness* Pada Ibu Primigravida Trimester I di  
Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar  
Program Studi : Sarjana Terapan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pemikiran orang lain. Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan isi skripsi ini adalah hasil karya orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Makassar, 14 Juni 2024



## PRAKATA

Penulis mengucapkan puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas nikmat dan karunia-Nya yang memungkinkan penulis dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu dengan judul “Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi *Morning Sickness* Pada Ibu Primigravida Trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar”.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari berbagai kendala, namun berkat arahan dan bimbingan saya mengucapkan terima kasih kepada I Made Sukarta, A.Kep.,M.Kes selaku pembimbing I dan Asmawati G, SKM.,M.Kes selaku pembimbing II, sehingga skripsi ini boleh selesai dengan baik dan tepat waktu.

Sehubungan dengan itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung baik moril maupun materil dalam penyelesaian skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Direktur Politeknik Kemenkes Makassar Dr. Drs. Rusli, Apt, Sp.FRS
2. Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kementerian Kesehatan Makassar  
Hj. Sitti Mukarramah, S.ST.,M.Keb
3. Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kementerian Kesehatan Makassar Wirawati Amin, S.ST.,M.Keb
4. Segenap dosen dan staf yang ada di lingkup Politeknik Kementerian Kesehatan Makassar yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan yang tak ternilai harganya kepada penulis.

5. Orangtua mama tersayang Martha Kolo, suami yang terkasih Yulius Yanri,ST dan anak-anakku Brilliant Moses dan Askara Silo yang selama ini memberikan banyak dukungan, doa dan kasih sayang.
6. Semua teman-teman yang membantu dan memberi semangat serta motivasi selama dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini.

Walaupun telah berusaha menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya, namun penulis menyadari bahwa masih terdapat kesenjangan dalam skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca untuk memperbaiki kekurangan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan pihak lain yang berkepentingan. Penulis mengucapkan terima kasih atas perhatian dan dukungannya.

Makassar, 14 Juni 2024

Lina Tello Pabate

## ABSTRAK

Lina Tello Pabate, Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi Morning Sickness Pada Ibu Primigravida Trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar Tahun 2024 (Dibimbing Oleh I Made Sukarta, Asmawati G).

*Morning sickness* pada kehamilan adalah gejala yang wajar terutama pada ibu primigravida dan sering terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat bahkan pada malam hari. Penanganan *morning sickness* dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi seperti aromaterapi lemon (*citrus limon per*). Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment seri* dengan pendekatan *one group pretest-posttest times series design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah 30 subyek. Analisa data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *One sampel Paired t-Test*. Hasil data yang diperoleh yaitu *pre-test* nilai mean 2,87 sedangkan *post-test* nilai mean 1,40. Dari hasil uji statistik dengan tingkat kepercayaan 95% diketahui nilai  $p=0,000$ . Kesimpulan ada pengurangan frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I dengan pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*).

**Kata kunci:** Aromaterapi Lemon, Morning Sickness, Primigravida

## ABSTRACT

Lina Tello Pabate, Lemon Aromtherapy (Citrus Limon Per) Reduces Morning Sickness In First Timester Primigravida Mothers at Cendrawasih Community Health Center, Makassar City in 2024 (Supervised by I Made Sukarta, Asmawati G).

Morning sickness in pregnancy is a normal symptom, especially in primigravida mothers and often occurs in the morning, but can also occur at any time, even at night. Treatment of morning sickness can be done with pharmacological and non-pharmacological treatments such as lemon aromatherapy (citrus limon per). The aim of this research is to prove that lemon aromatherapy (citrus limon per) can reduce morning sickness in first trimester primigravida mothers at the Cendrawasih Health Center, Makassar City. The design used in this research is a quasi-experimental series with a one group pretest-posttest times series design approach. The sampling technique used simple random sampling with a total of 30 subjects. The data analysis used was univariate and bivariate analysis using the One Sample Paired t-Test. The data obtained were the pre-test mean value 2.87 while the post-test mean value was 1.40. From the results of statistical tests with a 95% confidence level, it is known that the p value = 0.000. The conclusion is that there is a reduction in the frequency of morning sickness in first trimester primigravida mothers by administering lemon aromatherapy (citrus limon per).

**Keywords:** Lemon Aromatherapy, Morning Sickness, Primigravida

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI .....	iv
PRAKATA.....	v
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR BAGAN .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	3
1. Manfaat Teoritis .....	3
2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan .....	3
3. Manfaat Praktis .....	4
4. Manfaat Bagi Peneliti.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Umum Kehamilan.....	5
1. Definisi Kehamilan .....	5
2. Tanda-Tanda Kehamilan.....	7
3. Kehamilan Trimester I .....	9
B. Tinjauan Umum Morning Sickness .....	10
1. Definisi Morning Sickness.....	10

2. Penyebab Terjadinya Morning Sickness .....	11
3. Tingkatan Morning Sickness Pada Kehamilan .....	12
4. Tanda Bahaya Morning Sickness Berlebihan .....	13
5. Pengukuran Morning Sickness.....	14
6. Penatalaksanaan Morning Sickness Pada Kehamilan .....	15
C. Tinjauan Umum Aromaterapi Lemon .....	15
1. Pengertian Aromaterapi .....	15
2. Manfaat Aromaterapi Kehamilan.....	17
3. Cara Penggunaan Aromaterapi .....	19
4. Aromaterapi Lemon Mengurangi Morning Sickness Pada Ibu Primigravida.....	20
5. Prosedur Pemberian Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Morning Sickness Ibu Primigravida Trimester I.....	22
<b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL.....</b>	<b>24</b>
A. Dasar Pemikiran Variabel .....	24
B. Kerangka Konsep Variabel .....	25
C. Defenisi Operasional Dan Kriteria Objektif .....	26
D. Hipotesis Penelitian.....	27
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Desain Penelitian.....	28
B. Populasi Dan Sampel .....	29
1. Populasi.....	29
2. Sampel.....	29
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	31
1. Lokasi.....	31
2. Waktu .....	31
D. Instrumen Penelitian.....	34
1. Instrumen Pemberian Aromaterapi Lemon.....	34
2. Metode Pengumpulan Data.....	35
3. Prosedur Pelaksanaan Penelitian.....	35
E. Pengolahan dan Penyajian Data .....	36

F. Analisis Data .....	38
1. Analisis Univariat.....	38
2. Analisis Bivariat.....	38
G. Etika Penelitian .....	39
H. Jadwal Pelaksanaan .....	40
I. Organisasi Penelitian.....	41
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	42
A. Hasil Peneltian .....	42
B. Pembahasan.....	46
BAB VI PENUTUP .....	51
A. Kesimpulan .....	51
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	
Dokumentasi .....	
LAMPIRAN.....	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Skor Pregnancy Unique Quantification of Emesis-24 (PUQE) .....	14
Tabel 2.2. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif.....	26
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Umur .....	43
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Morning Sickness Sebelum diberikan Aromaterapi Lemon .....	44
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Morning Sickness Setelah diberikan Aromaterapi Lemon .....	44
Tabel 5.4 Data Distribusi Pretest dan Posttest.....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1. Mekanisme Penerimaan Aromaterapi .....	17
Gambar 3.2. Aromaterapi Lemon ( <i>citrus limon</i> ) .....	22

## DAFTAR BAGAN

Bagan 4.1. Kerangka Konsep Pengaruh Aromaterapi Lemon .....	25
Bagan 4.2. Skema Desain/Rancangan Penelitian.....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pengajuan Judul.....	
Lampiran 2. Lembar Konsul Proposal .....	
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Proposal .....	
Lampiran 4. Lembar Konsul Skripsi.....	
Lampiran 5. Etika Penelitian.....	
Lampiran 6. Izin Penelitian Kampus.....	
Lampiran 7. Izin Penelitian PTSP Sulawesi Selatan.....	
Lampiran 8. Izin Penelitian PMPT Makassar .....	
Lampiran 9. Izin Penelitian Dinas Kesehatan .....	
Lampiran 10. Surat Keterangan Meneliti.....	
Lampiran 11. Surat Pengantar Subjek.....	
Lampiran 12. Standar Operasional Prosedur (SOP) .....	
Lampiran 13. Lembar Persetujuan Menjadi Subjek.....	
Lampiran 14. Kuesioner.....	
Lampiran 15. Lembar Observasi.....	
Lampiran 16. Master Tabel .....	
Lampiran 17. Hasil Pengolahan Data.....	
Lampiran 18. Turnitin .....	
Lampiran 19. Biodata Penelitian.....	

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kehamilan biasanya disertai dengan rasa tidak nyaman yang sering dialami oleh ibu hamil, terutama pada kehamilan trimester pertama, salah satunya adalah mual dan muntah yang sering disebut dengan *morning sickness*. Meskipun faktor utama penyebab kematian ibu di Indonesia memang bukan *morning sickness*, tetapi kejadian *morning sickness* cukup besar di Indonesia dengan prevalensi sekitar 50-80% diantaranya pada primigravida 60-80% dan multigravida 40-60%. Seratus dari 1000 kehamilan mengalami lebih berat (Pratami, 2022). Menurut laporan Riskesdas Provinsi Sulawesi Selatan ibu mengalami gangguan/komplikasi selama kehamilan yaitu sekitar 24,3% ibu mengalami muntah/diare terus-menerus (Lembaga Penelitian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

*Morning sickness* dalam kehamilan penyebabnya belum diketahui secara pasti namun salah satunya adalah peningkatan hormon estrogen dan hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG) yang jika tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gejala mual muntah yang berat sehingga menjadi *hyperemesis gravidarum* yang berdampak buruk pada kesehatan ibu dan janin yang merupakan salah satu tanda bahaya pada kehamilan (Tiran, 2019).

Setiap ibu hamil memiliki tingkat mual dan muntah yang berbeda-beda. Ada yang tidak merasakan apa-apa, ada yang sekali mual tapi ada juga yang mengalami mual muntah yang sangat hebat sehingga memerlukan pengobatan. Penanganan secara non farmakologi yang bisa dilakukan oleh bidan adalah ibu dapat dianjurkan makan sering dalam porsi kecil, dukungan emosional, akupunktur, dan pemberian aromaterapi (Agustin, 2022).

Salah satu aromaterapi yang aman digunakan dalam kehamilan untuk mengatasi *morning sickness* adalah aromaterapi lemon (Lestari, 2022). Aromaterapi lemon adalah minyak *essensial* dari ekstrak kulit jeruk (*citrus limon*). Menghirup aromaterapi merupakan cara penyembuhan yang langsung efektif, efisien dan cepat. Karena molekul-molekul minyak *essensial* yang mudah bereaksi langsung pada organ penciuman dan langsung ke otak sehingga memberikan rasa rileks, tenang dan dapat mengurangi rasa mual dan muntah pada ibu hamil (Wenny et al., 2023).

Hasil penelitian (Romauli & Niu, 2022) menyatakan aromaterapi lemon mempunyai pengaruh positif terhadap kualitas hidup wanita di trimester pertama kehamilan dengan mengurangi kejadian mual dan muntah. Sejalan dengan penelitian (Ratna & Sembiring, 2023) diketahui bahwa pemberian aromaterapi lemon pada ibu hamil trimester pertama dapat menurunkan mual dan muntah. Pemberian aromaterapi lemon terbukti efektif menurunkan mual dan muntah dengan pemberian secara inhalasi (dihirup).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait pemberian aromaterapi lemon untuk mengurangi keluhan

*morning sickness* pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih kota Makassar.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “ Apakah pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar?.”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Untuk membuktikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi frekuensi *morning sickness* sebelum pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar.
- b. Untuk mengidentifikasi frekuensi *morning sickness* sesudah pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar.
- c. Untuk membuktikan apakah pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk kajian ilmiah selanjutnya. Dan bermanfaat pada perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang kebidanan.

### 2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan kajian dalam meningkatkan ilmu pengetahuan bagi peserta didik dan dapat menambah literatur atau bacaan diperpustakaan yang berkaitan dengan hubungan sumber informasi pengetahuan tentang pemberian aromaterapi lemon pada penurunan frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I.

### 3. Manfaat Praktis

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk tindak lanjut penatalaksanaan bidang kebidanan yaitu sebagai penunjang dalam pelayanan asuhan kebidanan dan semua lapisan masyarakat.

### 4. Manfaat Bagi peneliti

Menambah wawasan dan pengalaman penelitian serta sebagai media untuk menerapkan ilmu yang sudah didapatkan selama kuliah.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Umum Kehamilan**

##### **1. Definisi Kehamilan**

Kehamilan adalah proses alami dan fisiologis seorang wanita yang memiliki alat kelamin sehat, jika sudah mengalami menstruasi dan berhubungan seksual dengan pria yang organ reproduksinya sehat, mempunyai peluang hamil yang sangat besar (Pratami, 2022).

Kehamilan didefinisikan sebagai pembuahan atau penyatuan sperma dan sel telur yang diikuti dengan perkawinan atau implantasi sampai lahirnya janin. Kehamilan normal adalah 280 hari atau 40 minggu dihitung dari haid pertama haid terakhir (HPHT). Kehamilan dibagi tiga tahap (trimester) yaitu kehamilan trimester I umur kehamilan 0-12 minggu, trimester II umur kehamilan 13-27 minggu, dan trimester III umur kehamilan 28-40 minggu (Siwi, 2020).

##### **2. Tanda-Tanda Kehamilan**

Adanya kehamilan dapat dikenali dari tanda dan gejalanya yang secara garis besar terbagi menjadi tiga, yaitu:

###### **a) Tanda-tanda kehamilan yang tidak pasti (presumtif).**

###### **1) Terlambat haid**

Terlambat haid merupakan salah satu tanda umum seorang wanita sedang hamil. Jika seorang wanita yang sudah menikah mengeluhkan terlambat haid, maka ia dianggap hamil.

Mendiagnosis atau mencurigai kehamilan untuk sementara memang tidak mudah, terutama pada pasien baru yang menstruasinya hanya terlambat beberapa hari.

## 2) Mual

Mual erat kaitannya dengan asam lambung. Efek hormon estrogen dan progesteron dapat menyebabkan kelebihan asam lambung sehingga menyebabkan mual dan muntah. Ibu hamil yang mengalami mual dan muntah perlu dijelaskan bahwa keadaan seperti itu wajar terjadi pada ibu hamil. Namun pemeriksaan lain harus dilakukan untuk memastikan kehamilan, karena hanya mual dan muntah saja tidak bisa menjadi indikator utama kehamilan pada wanita.

## 3) Ngidam

Ibu hamil dengan tanda hamil ini biasanya sering ngidam makanan atau minuman tertentu, dan tiap orang berbeda-beda.

## 4) Pingsan (Sinkope)

*Sinkope* adalah suatu kondisi di mana aliran darah ke kepala terhenti sehingga menyebabkan iskemia sistem saraf pusat. Kondisi ini berangsur-angsur hilang setelah usia kehamilan 16 minggu.

## 5) Mastodinia

Salah satu gejala kehamilan adalah payudara terasa kencang dan nyeri akibat pembesaran atau disebut juga mastodinia

Hormon estrogen dan progesteron berperan dalam hal ini, termasuk peningkatan vaskularisasi dan proliferasi sinus dan saluran.

6) Konstipasi

Hormon progesteron mempengaruhi pergerakan peristaltik usus, oleh karena itu tidak jarang ibu hamil mengalami kesulitan buang air besar.

7) Hiperpigmentasi Kulit

Ibu hamil mengalami pigmentasi kulit, antara lain di sekitar pipi, di dinding perut, di sekitar payudara, dan varises atau munculnya pembuluh darah.

8) Perubahan Berat Badan

Pada ibu hamil tanpa mual dan muntah, perubahan berat badan yang signifikan dapat dicurigai sebagai tanda kehamilan.

b. Tanda – Tanda Kemungkinan Hamil

1) Tanda Hegar

Pada minggu ke-6, pelunakan terlihat di area isthmus uterus, menyebabkan segmen di bawah rahim terasa lunak atau tipis saat disentuh.

2) Tanda Chadwicks

Wanita hamil mengalami vagina berwarna kebiru-biruan sekitar minggu ke-6 karena mengalami kongesti.

3) Tanda Piscacec's

Bagian uterus yang berada di dekat implantasi plasenta mengalami pertumbuhan yang tidak simetris.

4) Kontraksi Braxton His

Ketika suatu rangsangan atau stimulus diberikan pada rahim, maka rahim akan berkontraksi. Ini adalah tanda khas rahim saat hamil.

5) Tanda Goodell's

Tanda ini diketahui melalui pemeriksaan bimanual. Leher rahim terasa lebih lembut. Hal ini dapat mempengaruhi wanita yang menggunakan pil KB.

6) Tanda Mc Donal

Fundus dan leher rahim dapat dengan mudah difleksikan satu sama lain. Itu juga tergantung pada lunak atau tidaknya jaringan isthmus.

7) Terjadi Pembesaran Abdomen

Setelah minggu ke-16, muncul perut atau perut yang membesar. Sebab, rahim sudah keluar dari rongga panggul dan menjadi organ perut.

8) Kontraksi Uterus

Tanda-tanda kontraksi rahim muncul kemudian. Biasanya ibu hamil mengeluh perutnya kencang, namun tidak ada rasa sakit.

c. Tanda – Tanda Pasti Kehamilan

1) Denyut Jantung Janin

Detak jantung janin sudah dapat didengar pada usia 17-18 minggu dengan stetoskop Laenec. Pada ibu hamil, detak jantung janin lebih lambat. Denyut jantung janin sebenarnya bisa dideteksi lebih awal, sekitar 12 minggu, dengan menggunakan stetoskop USG (Doppler). Mendengarkan janin dapat mendeteksi suara-suara lain, seperti suara tali pusat, suara rahim, dan denyut nadi ibu.

2) Palpasi

Kontur janin terlihat jelas setelah 22 minggu, sedangkan pergerakan janin terlihat jelas setelah 24 minggu.

3) Tes Kehamilan Medis

Untuk memastikan kehamilan, ibu dapat melakukan pemeriksaan menggunakan alat tes kehamilan baik di rumah maupun di laboratorium dengan mengambil sampel urine atau darah ibu (Arantika & Fatimah, 2021).

3. Kehamilan Trimester I

Kehamilan di trimester I dihitung dari minggu pertama kehamilan hingga minggu ke 12 kehamilan (Mandriwati, 2022). Beberapa kondisi yang tidak menyenangkan yang dirasakan ibu ditrimester I kehamilan yaitu stress, mual muntah di pagi hari (*morning sickness*), kehilangan nafsu makan,

mudah lelah, pusing, indera pengecap dan penciuman menjadi lebih sensitif di awal kehamilan (Ratna & Sembiring, 2023)

Pada trimester I sebagian besar ibu hamil mengalami *morning sickness* yaitu mual muntah dipagi hari namun bisa muncul kapan saja bahkan sepanjang hari (Yulianti & Wintarsih, 2022).

## **B. Tinjauan Umum *Morning Sickness***

### 1. Definisi *Morning Sickness*

Mual dan muntah pada kehamilan sering juga disebut *morning sickness* karena biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat juga terjadi setiap saat atau sepanjang hari. Dengan frekuensi muntah kurang dari 5 kali dalam sehari antara 3-4 kali, biasanya terjadi pada kehamilan muda atau pada trimester pertama (Prawirohardjo, 2016).

*Morning Sickness* saat hamil merupakan gejala umum yang dialami ibu hamil pada trimester pertama dan menyerang 50 hingga 80 persen ibu hamil. *Morning sickness* saat hamil merupakan reaksi tubuh ibu terhadap perubahan yang disebabkan oleh kehamilan. Kehamilan mempengaruhi sistem tubuh baik secara hormonal, fisik dan psikologis. *Morning sickness* merupakan tanda awal kehamilan yang penting. *Morning sickness* biasanya dimulai pada usia kehamilan 5 minggu, dihitung dari hari pertama haid terakhir (HPHT), puncaknya pada usia kehamilan 8-12 minggu, dan berakhir pada usia kehamilan 16-18 minggu (Pratami, 2022).

## 2. Penyebab Terjadinya *Morning Sickness*

Meski pemicu utamanya adalah kehamilan, namun *morning sickness* pada saat hamil, merupakan hasil interaksi yang kompleks antara endokrin, saluran cerna, vestibular dan penciuman. Meningkatnya kadar hormon *human chorionic gonadotropin* (hCG) dan hormon estrogen (Pratami, 2022).

Setelah pembuahan, produksi human chorionic gonadotropin (hCG) dalam darah meningkat yang berguna untuk menjadi luteum sehingga merangsang ovarium untuk memproduksi hormon estrogen. Oleh karena itu, semakin tinggi kadar hCG, semakin besar kemungkinan terjadinya mual dan muntah selama kehamilan (Wenny et al., 2023).

Selain itu terdapat faktor predisposisi seperti primigravida, molahidatidosa, dan kehamilan ganda diduga menjadi penyebab mual dan muntah. Saat hamil, ibu mungkin mengalami perubahan metabolisme. Daya tahan tubuh yang lemah dapat menjadi jalan mudahnya virus atau bakteri masuk ke dalam tubuh ibu hamil sehingga dapat menyebabkan mual dan muntah (Arantika & Fatimah, 2021).

Adapun faktor organik adanya perubahan metabolisme, kekurangan vitamin B6, hiperasiditas lambung, infeksi *Helicobacterium*, gangguan metabolisme karbohidrat dan peningkatan kepekaan penciuman terhadap bau selama kehamilan (Wenny et al., 2023).

### 3. Tingkatan *Morning Sickness* Pada Kehamilan

Menurut berat ringannya gejala *morning sickness* dibagi menjadi tiga tingkatan, yaitu:

#### a. Tingkatan I (Ringan)

- 1) Ibu merasa lemah
- 2) Nafsu makan berkurang
- 3) Berat badan menurun
- 4) Merasa nyeri pada epigastrium
- 5) Nadi meningkat sekitar 100 per menit
- 6) Tekanan darah sistolik menurun
- 7) Turgor kulit berkurang
- 8) Lidah mengering
- 9) Mata cekung

#### b. Tingkatan II (Sedang)

- 1) Ibu tampak lebih lemah dan apatis
- 2) Lidah mengering dan tampak kotor
- 3) Frekuensi nadi kecil dan cepat
- 4) Suhu badan tidak stabil
- 5) Mata mulai ikterik
- 6) Berat badan turun dan mata cekung
- 7) Nafas ibu berbau aseton
- 8) Hipotensi, hemokonsentrasi, oligouria dan konstipasi

c. Tingkatan III (Berat)

- 1) Keadaan umum lebih parah (kesadaran menurun sampai koma)
- 2) Muntah terus menerus
- 3) Dehidrasi hebat
- 4) Nadi kecil dan cepat
- 5) Suhu badan meningkat
- 6) Menurunnya tekanan darah (Arantika & Fatimah, 2021)

4. Tanda Bahaya *Morning Sickness* Berlebihan

*Morning Sickness* yang terjadi terus-menerus dan tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan gejala *morning sickness* yang parah sehingga menimbulkan *hiperemesis gravidarum* yang berdampak buruk pada kesehatan ibu dan janin, seperti ketidakseimbangan elektrolit, dehidrasi, hiponatremia, hipokloromia, dan penurunan klorida urine yang mengakibatkan zat toksik tertimbun (Arantika & Fatimah, 2021). Muntah yang terjadi terus menerus mengakibatkan kerusakan hati dan perdarahan pada retina akibat meningkatnya tekanan darah ketika ibu muntah (Vita & Fitriana, 2019).

Ibu hamil dengan *hyperemesis gravidarum* dapat mengakibatkan penurunan berat badan hingga 5% dari berat badan sebelum hamil, dehidrasi serta ketidakseimbangan elektrolit dengan alkalosis dan hipokloremik dapat menyebabkan komplikasi dan resiko terjadinya gangguan pertumbuhan

janin dalam rahim atau *Intra Uterine Growth Retardation* (IUGR) bahkan kematian janin atau *Intra Uterine Fetal Death* (IUFD) (Wenny et al., 2023).

#### 5. Pengukuran *Morning Sickness*

Frekuensi mual muntah merupakan keluhan subjektif yang dapat dihitung dengan menggunakan kuesioner PUQE atau *Pregnancy Unique Quantification of Emesis/Nausea*. Sistem penilaian yang digunakan untuk mengukur tingkat mual muntah pada kehamilan selama 24 jam. Indeks PUQE didasarkan pada tiga pertanyaan, dan telah disahkan dalam penggunaan klinis (Pratami, 2022).

Tiga kriteria pertanyaan kuesioner PUQE-24 yaitu jumlah jam merasakan mual, frekuensi muntah dan frekuensi muntah kering dalam 24 jam terakhir. Total skor PUQE-24 dihitung dengan jumlah nilai dari masing-masing pertanyaan tersebut, masing-masing pertanyaan terdiri dari 1-5 skor. Total skor PUQE-24 berkisar 1-15 skor. Total skor akan menunjukkan tingkat keparahan mual muntah dengan 3 tingkatan yaitu tingkat ringan skor  $PUQE \leq 6$ , tingkat sedang skor  $PUQE 7-12$  dan tingkat berat skor  $PUQE \geq 13$  (Wenny et al., 2023).

Tabel 2.1. Skor *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis-24* (PUQE-24)

No	Pertanyaan	Nilai				
		Tidak sama sekali	1 jam atau kurang	2-3 jam	4-6 jam	Lebih dari 6 jam
1.	Dalam 24 jam terakhir, berapa lama anda merasakan mual?	1	2	3	4	5
2.	Dalam 24 jam terakhir, berapa kali anda muntah?	7 kali / lebih	5-6 kali	3-4 kali	1-2 kali	Tidak pernah sama sekali
	Skor	5	4	3	2	1
3.	Dalam 24 jam terakhir, sudah berapa kali anda	Tidak pernah	1-2 kali	3-4 kali	5-6 kali	7 kali / lebih

	muntah kering atau tidak mengeluarkan apapun?					
	Skor	1	2	3	4	5

Sumber : (Royal College of Obstetricians and Gynaecologists, 2016)

## 6. Penatalaksanaan *Morning Sickness* Pada Kehamilan

Prinsip penatalaksanaan *morning sickness* meliputi pencegahan, mengurangi mual muntah, dan koreksi kebutuhan cairan dan elektrolit. Pencegahan dan penanganan keluhan *morning sickness* dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi :

### a. Farmakologi

Termasuk pemberian obat-obatan seperti vitamin B6 atau *antiemetik*, *antihistamin* (seperti *prometazin* atau *fenotiazin*) untuk meredakan mual dan muntah ringan atau mual dan muntah parah, *antikolonergik* dan obat *kortikosteroid*. Namun penggunaan obat-obatan dapat menimbulkan efek samping kemungkinan dialami oleh ibu hamil seperti sakit kepala, diare dan mengantuk.

### b. Non Farmakologi

Mencakup cara pengaturan diet, dukungan emosional, asuhan komplementer (aromaterapi, rebusan jahe dan akupresur). Yang mempunyai kelebihan lebih murah dan tidak mempunyai efek samping farmakologi (Wenny et al., 2023).

## C. Tinjauan Umum Aromaterapi Lemon

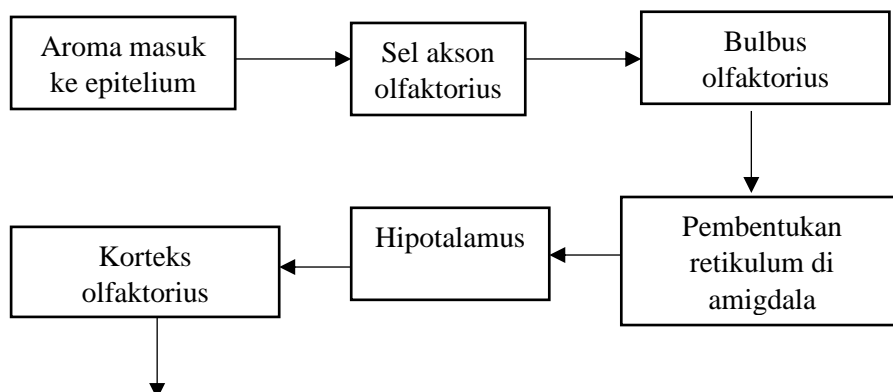
### 1. Pengertian Aromaterapi Kehamilan

Aromaterapi merupakan gabungan dari dua kata yaitu “aroma” yang diartikan sebagai harum atau wangi dan “terapi” yang diartikan sebagai cara pengobatan atau penyembuhan, maka aromaterapi adalah suatu cara perawatan tubuh atau penyembuhan suatu penyakit tertentu dengan menggunakan minyak esensial (Young, 2019)

Aromaterapi merupakan suatu teknik perawatan tubuh yang menggunakan atau memanfaatkan minyak essensial yang berkhasiat. Minyak essensial ini digunakan dengan cara dihirup, diteteskan pada kompres, dioleskan pada kulit, dituangkan ke dalam air untuk direndam atau sebagai minyak pijat. Aromaterapi kehamilan merupakan salah satu jenis terapi komplementer. Terapi ini menggunakan cairan tumbuhan yang mudah menguap dan senyawa aromatik lainnya yang berasal dari tumbuhan. Aromaterapi bertujuan untuk mempengaruhi suasana hati atau kesehatan ibu hamil (Fitria, 2019).

Aromaterapi mempunyai mekanisme kinerja tersendiri untuk mempengaruhi sistim saraf, mulai dari masuk kedalam aliran darah, kemudian ke sistim saraf dan bekerja dalam sistim limbik otak.

Mekanisme penerimaan aromaterapi pada tubuh dijelaskan melalui diagram alur sebagai berikut :



Bau tercium

Gambar 3.1 Mekanisme Penerimaan Aromaterapi

Setelah aroma masuk ke epitelium, aroma disalurkan dari sel akson olfaktorius menuju bulbus olfaktorius sehingga membentuk reticulum di dalam amigdala. Kemudian langsung disalurkan langsung ke hipotalamus, memunculkan pesan-pesan yang harus disampaikan ke bagian otak dan bagian tubuh, termasuk korteks olfaktorius sehingga membuat bau tercium.

Mekanisme kerja aromaterapi dalam tubuh terjadi melalui sistem fisiologis, yaitu melalui sistem peredaran darah dan sistem penciuman. Bau merupakan molekul yang mudah menguap ke udara dan masuk ke rongga hidung saat dihirup kemudian otak menyimpannya sebagai proses penciuman. Selanjutnya bau disalurkan sebagai pesan ke pusat penciuman di bagian belakang hidung. Di tempat ini neuron menginterpretasikan bau tersebut dan mengirimkannya ke sistem limbik. Sistem limbik adalah pusat rasa sakit, senang, marah, takut, depresi dan berbagai emosi lainnya. Kemudian respon tersebut dikirim ke hipotalamus untuk diproses. Melalui respon hipotalamus, seluruh sistem minyak esensial disalurkan melalui sistem peredaran darah (Lestari, 2022).

Aromaterapi yang digunakan dengan cara inhalasi atau dihirup akan memancarkan biomolekul, sel-sel reseptor di hidung untuk mengirim impuls langsung ke penciuman di otak atau sistem limbik di otak. Sistem limbik terkait erat dengan sistem lain yang mengontrol memori, emosi,

hormone, seks dan detak jantung. Sehingga impuls merangsang untuk melepaskan hormon yang mampu menetralkan dan menimbulkan perasaan tenang sehingga bisa mengurangi mual dan muntah yang dialami ibu hamil trimester I (Wenny et al., 2023).

## 2. Manfaat Aromaterapi Kehamilan

Aromaterapi dapat membantu ibu hamil mengoptimalkan kondisi untuk kehamilan yang sehat dan kelancaran persalinan. Dalam aromaterapi digunakan metode revitalisasi yaitu fungsi organ tubuh diaktifkan dan diatur. Penggunaan minyak atsiri (sari pati) tanaman aromatik meningkatkan sirkulasi darah, meredakan ketidaknyamanan yang sering terjadi selama kehamilan dan memperlancar proses persalinan. Minyak atsiri yang biasa digunakan dalam aromaterapi kehamilan antara lain:

- a) Minyak cendana, lemon, jahe, ketumbar;

Digunakan untuk mengatasi *morning sickness*. Pemakaian minyak jenis ini yaitu dengan meneteskan ke kapas, lalu dihirup.

- b) Minyak lemon;

Digunakan untuk mencegah varises. Pemakaian minyak jenis ini yaitu dengan mengoleskan minyak pada kaki dan betis, serta bagian-bagian di tempat varises sering muncul.

- c) Minyak jeruk oranye, wortel, kemenyan;

Digunakan untuk mengurangi risiko *stretchmark*. Penggunaan minyak jenis ini yaitu dengan mengoleskan minyak di kulit perut.

- d) Minyak jahe, kayu putih, lada hitam;

Digunakan untuk mengatasi nyeri, mengurangi ketegangan dan otot, serta melancarkan sirkulasi darah. Pemakaian minyak jenis ini yaitu dengan mengoleskan minyak sudah diencerkan pada betis, sambil dipijat lembut (Fitria, 2019).

Manfaat penggunaan aromaterapi untuk ibu hamil, diantaranya adalah :

- a) Meringankan keluhan mual dan muntah (*morning sickness*)
- b) Mengatasi insomnia atau memperbaiki kualitas tidur
- c) Mengurangi kegelisahan dan kecemasan (Lestari., 2022)

### 3. Cara Penggunaan Aromaterapi

Menurut (Jaelani, 2017) cara penggunaan aromaterapi dibedakan menjadi dua yakni :

#### a) Terapi secara Internal

##### 1) Oral

Cara penggunaan minyak esensial melalui oral pada prinsipnya sama seperti penggunaan obat-obatan dalam terapi oral lain. Dengan cara mengencerkan minyak dengan pelarut dibawah 1%.

##### 2) Inhalasi

Sensor indra penciuman pada manusia memiliki ketajaman hingga 10.000 kali lebih sensitive daripada indra perasa. Inhalasi ini sangat bermanfaat dalam mengatasi dan meringankan kondisi yang berhubungan dengan kesehatan tubuh seseorang. Inhalasi dengan

cara dialirkan uap minyak esensial baik secara langsung maupun dengan alat bantu aromaterapi.

b) Terapi secara Eksternal

1) *Massage*

Minyak aromaterapi yang dipergunakan saat melakukan *massage* adalah campuran dari minyak essensial dengan minyak dasar yang dapat memberikan rasa tenang. Pemakaian sebanyak 7-10 tetes minyak essensial yang sejenis dalam 10-14 tetes minyak dasar.

2) *Steaming*

*Steaming* merupakan cara penguapan air panas dari aromaterapi. Ada sebanyak 3-5 tetes minyak essensial yang digunakan kedalam 250 ml air panas. Kepala dan mangkok ditutup dengan handuk, sambil muka ditundukkan selama 10-15 menit hingga uap air panas mengenai muka.

3) Mandi uap/berendam

Minyak essensial dicampur ke dalam air dingin atau hangat yang siap untuk dipakai berendam. Dengan cara mencampurkan 10 tetes minyak essensial kedalam 100 liter air dan berendam selama 15 menit.

4) Kompres

Kompres yang mengandung minyak essensial dapat digunakan untuk mengatasi berbagai macam penyakit ringan dan gejalanya

seperti nyeri otot, memar, bengkak, kram dan ketegangan saraf. Dosis yang disarankan pada orang dewasa sebanyak 2-6 tetes minyak essensial ke dalam 100 gram bahan pelarut. Sedangkan untuk anak-anak cukup 2 tetes minyak essensial dalam setiap 100 gram bahan pelarut.

#### 4. Aromaterapi Lemon (*Citrus Lemon Per*) Mengurangi *Morning Sickness* Pada Ibu Primigravida

Aromaterapi lemon berasal dari ekstraksi kulit jeruk lemon (*citrus limon*) merupakan salah satu jenis aromaterapi yang aman untuk kehamilan dan melahirkan. Aromaterapi lemon memiliki aroma yang segar sehingga ketika menghirupnya tubuh akan terasa lebih rileks dan tenang, terutama pada ibu hamil aroma lemon dapat membantu mengurangi keluhan mual (Fitria, 2019).



Gambar 3.2 Aromaterapi Lemon (*citrus limon*)

Aromaterapi lemon merupakan salah satu jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan kecemasan. Salah satu kandungan dalam buah lemon adalah linalool yang bermanfaat untuk

menstabilkan sistem saraf. Saat minyak aromaterapi dihirup, zat aromaterapi yang menguap dari molekul minyak aromaterapi meningkatkan daya ingat dan reaksi emosional, sehingga menciptakan rasa tenang dan rileks (Wenny et al., 2023).

Aromaterapi lemon mengandung limonene 66-80%, geranilasetat, nerol, linalilasetat, apinene 0,4-15%, terpinene 6-14% dan myrcen. Limonene merupakan komponen utama dalam senyawa kimia jeruk yang menghambat kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri, serta bekerja mengendalikan siklooksigenase I dan II, menghambat kerja prostaglandin dan mengurangi rasa sakit, termasuk mual dan muntah. Ketika menghirup minyak esensial lemon, molekul masuk kerongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sehingga memberikan rasa senang, rileks, dan tenang (Lestari, 2022).

#### 5. Prosedur Pemberian Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi *Morning Sickness* Ibu Primigravida Trimester I

##### a. *Informed Consent*

Melakukan persetujuan yang dibuat oleh ibu hamil atau keluarganya untuk melakukan prosedur tindakan dengan memberikan penjelasan terkait prosedur tindakan, tujuan, keuntungan dan kerugian serta persetujuan tindakan.

##### b. Persiapan Alat dan Bahan

- 1) Siapkan aromaterapi lemon/ *essential oil lemon* berukuran 10 ml
- 2) Siapkan selembar kapas

c. Persiapan Pasien

Ibu hamil mengetahui dan menyetujui tindakan yang akan dilakukan.

d. Persiapan Petugas

- 1) Mencuci tangan dengan sabun di bawah air mengalir
- 2) Mengeringkan tangan dengan handuk bersih atau tissue

e. Prosedur Pelaksanaan

- 1) Teteskan aromaterapi lemon/ *essential oil lemon* sebanyak 3 tetes ke selebar kapas
- 2) Minta ibu menarik nafas sebanyak 3 kali sambil menghirup aromaterapi lemon perlahan-lahan dan diulangi kembali selama 5 menit
- 3) Lakukan 2 kali sehari selama 9 hari
- 4) Kaji keadaan umum ibu hamil
- 5) Rapikan ibu hamil
- 6) Bereskan alat yang telah digunakan
- 7) Mencuci tangan
- 8) Catat dan evaluasi hasil tindakan yang dilakukan (Wenny et al., 2023)

## **BAB III**

### **KERANGKA KONSEPTUAL**

#### **A. Dasar Pemikiran Variabel**

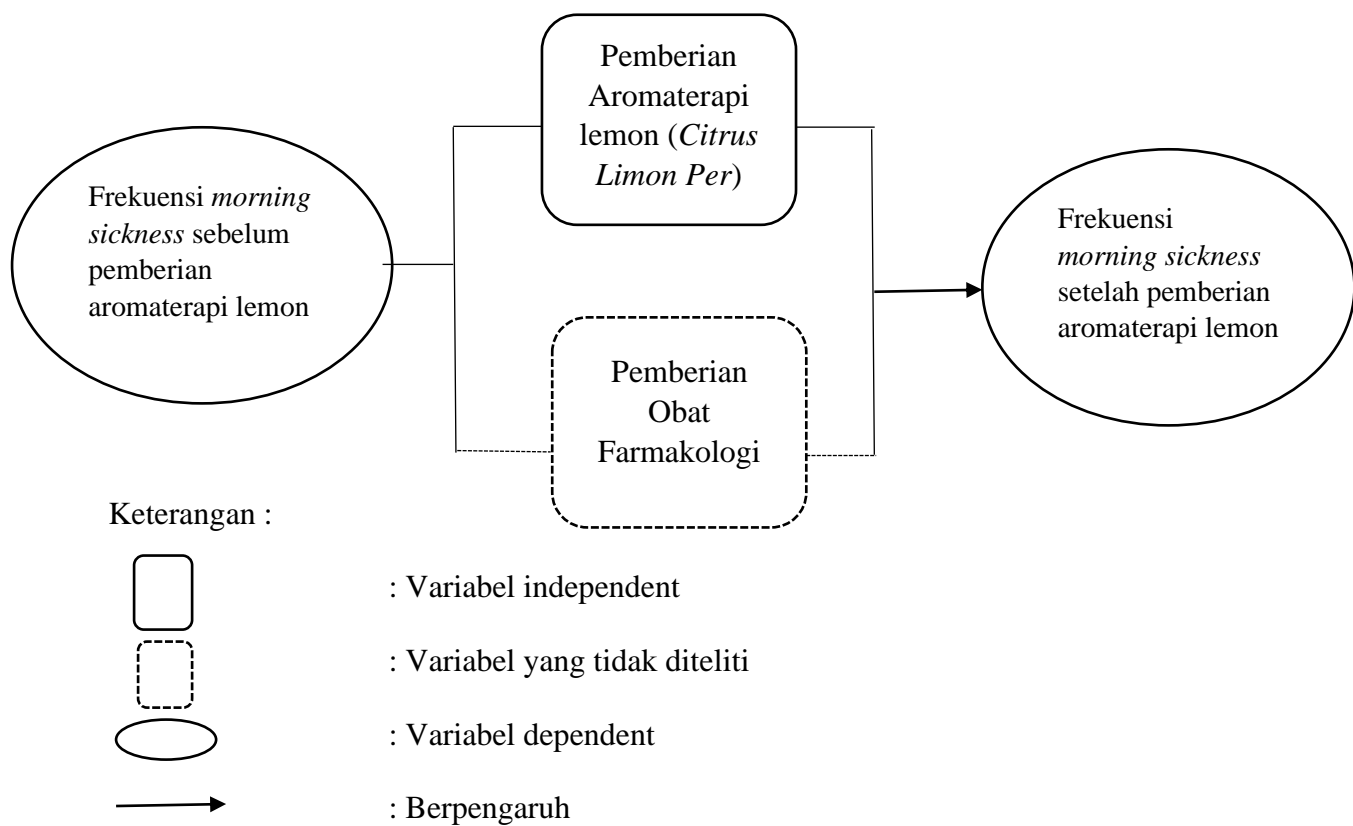
*Morning sickness* merupakan gejala awal yang sering terjadi pada trimester pertama kehamilan biasanya ditandai dengan adanya perasaan mual (*nausea*) dapat disertai dengan muntah (*vomiting*), perut kembung, pusing, lemas hingga terjadi penurunan nafsu makan. Jika keadaan ini bertambah berat dan tidak ditangani maka akan berdampak menjadi *hiperemesis gravidarum* yaitu salah satu komplikasi kehamilan yang jika tidak ditangani segera maka akan membahayakan ibu dan janin (Wenny et al., 2023).

Asuhan kebidanan nonfarmakologi dengan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) untuk ibu hamil yang mengalami *morning sickness* pada trimester pertama telah terbukti efektif dalam mengurangi *morning sickness*. Aromaterapi lemon jika dihirup sangat baik untuk proses relaksasi dan kesehatan hingga membuat tubuh terasa nyaman. Aromaterapi inhalasi (dihirup) merupakan metode penyembuhan yang efektif, efisien dan cepat. Molekul minyak essensial yang mudah menguap bereaksi langsung pada organ penciuman dan langsung terdeteksi oleh sistim limbik otak. Indera penciuman sendiri merupakan satu-satunya indra perasa yang memiliki

reseptor saraf berbeda yang terhubung langsung dengan dunia luar dan merupakan saluran langsung menuju otak (Lestari, 2022).

## B. Kerangka Konsep Variabel

Variabel penelitian ini terdiri dari variabel *independent* (variabel bebas) adalah pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dan variabel *dependent* (variabel terikat) adalah frekuensi *morning sickness* sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon. Kerangka konsep dalam penelitian ini digambarkan seperti di bawah ini:



Bagan 4.1. Kerangka Konsep Pengaruh Aromaterapi Lemon dalam Mengurangi Frekuensi *Morning Sickness* Pada Ibu Primigravida Trimester I. (Sumber: (Lestari, 2022)).

### C. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan pada ciri-ciri yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan agar peneliti dapat mengamati atau mengukur secara cermat suatu objek atau fenomena (Nursalam, 2020).

Tabel 2.2. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

Variabel	Definisi Operasional	Kriteria Objektif	Alat ukur	Skala Ukur
Mual muntah ( <i>Morning Sickness</i> )	Frekuensi mual muntah yang dialami ibu primigravida trimester I selama 24 jam	Skor kuesioner dengan nilai 1-12 dengan total skor: a. 3= Tidak mengalami <i>morning sickness</i> b. 4-6 = <i>morning sickness</i> ringan c. 7-12 = <i>morning sickness</i> sedang	Lembar Kuesioner <i>Pregnacy Unique Quantification of Emesis-24</i> (PUQE-24)	Ordinal
Aromaterapi Lemon	Pemberian aromaterapi dengan cara pada selembar kapas teteskan 3 tetes aromaterapi kemudian dihirup selama 5 menit	Efektif (1): Apabila dilakukan 2 kali sehari pagi dan sore.  Tidak efektif (0): Apabila dilakukan 1 kali sehari	Lembar Observasi	Nominal

### D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah ungkapan masalah dari pernyataan peneliti memiliki solusi sementara dalam bentuk hipotesis. Pernyataan peneliti memiliki solusi sementara dalam bentuk hipotesis. Pernyataan asumsi mengenai hubungan antara dua variabel atau lebih yang dimaksudkan untuk memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian terkadang disebut sebagai hipotesis. Setiap teori membahas satu unit atau aspek dari masalah ini (Nursalam, 2020).

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah :

1. Hipotesis Null ( $H_0$ )

Aromaterapi lemon tidak dapat mengurangi frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I

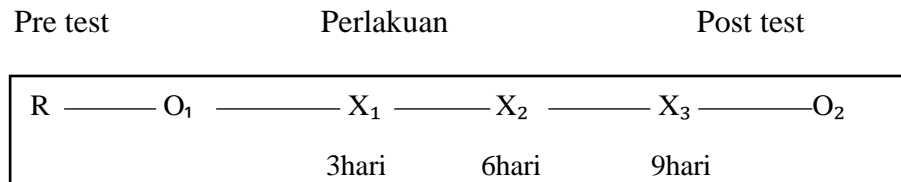
2. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ )

Aromaterapi lemon dapat mengurangi frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I.

**BAB IV**  
**METODE PENELITIAN**

**A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *quasi experiment seri* dengan pendekatan *one group pretest-posttest times series design* (Sumantri, 2015). Desain/rancangan penelitian digambarkan sebagai berikut:



Bagan 4.2. Skema Desain/Rancangan Penelitian

Keterangan :

- R : Semua responden mendapatkan perlakuan/intervensi
- X : Uji coba/intervensi sesuai protocol
- O<sub>1</sub> : *morning sickness* sebelum diberikan aromaterapi lemon pada kelompok/intervensi
- O<sub>2</sub> : *morning sickness* sesudah diberikan aromaterapi lemon pada kelompok/intervensi

Penelitian dimulai dengan *pre-test* untuk mengetahui prevalensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I sebelum intervensi. *Pre test* dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Kelompok intervensi selanjutnya diberikan intervensi aromaterapi lemon. Penilaian menjadi 3 tahap yaitu penilaian pertama dihari ketiga, penilaian kedua dihari keenam

dan penilaian ketiga dihari kesembilan. Setelah itu kelompok intervensi diberikan kembali *post test* dengan kuesioner.

## **B. Populasi dan Sampel**

### 1. Populasi

Populasi yang akan digunakan pada penelitian ini adalah seluruh ibu primigravida trimester I yang datang berkunjung di wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih kota Makassar yang mengalami *morning sickness* sebanyak 30 orang.

### 2. Sampel

#### a. Sampel

Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah ibu primigravida trimester I yang memenuhi kriteria. Sampel penelitian yang diambil adalah ibu hamil dengan kriteria:

#### 1) Kriteria Inklusi

- a) Ibu primigravida trimester I dengan *morning sickness* yang tidak alergi terhadap aromaterapi lemon
- b) Ibu primigravida trimester I dengan *morning sickness* yang tidak mempunyai riwayat penyakit gastrointestinal
- c) Ibu hamil yang bersedia menjadi responden dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian dan mengikuti prosedur penelitian

#### 2) Kriteria Eksklusi

- a) Ibu primigravida trimester I dengan *hyperemesis gravidarum*

- b) Ibu primigravida trimester I yang mengalami gangguan saluran nafas seperti asma, bronkitis, dan influenza
- c) Ibu primigravida trimester I yang mempunyai riwayat penyakit kanker dan jantung
- d) Ibu yang mengkonsumsi obat anti mual

### 3. Kriteria Drop Out

- a) Ibu yang tidak mengikuti proses dengan baik dan mengundurkan diri sebagai subjek
- b) Tidak menggunakan aromaterapi lemon hingga waktu evaluasi

### b. Besar Sampel

Jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan rumus teori *Lemeshow* (1997) yang dapat digunakan untuk jenis penelitian eksperimental dan populasi yang tidak diketahui (Widarsa et al., 2022).

Maka digunakan rumus sebagai berikut :

$$n = \frac{Z^2 \cdot p(1 - p)}{d^2}$$

Keterangan:

n : Besar sampel

Z<sup>2</sup> : Tingkat kepercayaan 90% = 1,64

p : Proporsi populasi, jika tidak diketahui proporsinya ditetapkan 50% (0,5)

d : alpha (0,15) atau sampling error = 15 %

Maka besar sampel dalam penelitian ini adalah :

$$n = \frac{Z^2 \cdot P(1 - P)}{d^2}$$

$$n = \frac{1,64^2 \cdot 0,5(1 - 0,5)}{(0,15)^2}$$

$$n = \frac{2,6896 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,0225}$$

$$n = \frac{0,6724}{0,0225}$$

$$n = 29,88 \rightarrow 30$$

Berdasarkan jumlah perhitungan sampel diatas, maka sampel pada penelitian ini adalah berjumlah 30 subjek.

#### c. Cara Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Merupakan teknik pengambilan sampel yang digunakan secara acak tanpa memperhatikan karakteristik dan strata dalam populasi (Syamsuni & Rantisari, 2022). Sampel diberi aromaterapi lemon selama 9 hari dan penelitian ini berlangsung selama 10 hari dengan jumlah sampel sebanyak 30 subjek.

### C. Lokasi dan Waktu Penelitian

#### 1. Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih kota Makassar

#### 2. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2024

## D. Instrumen Penelitian

### 1. Instrumen Pemberian Aromaterapi Lemon

Instrumen yang digunakan dalam pelaksanaan intervensi yaitu berupa standar operasional prosedur (SOP) pemberian aromaterapi lemon yang berisi prosedur dan langkah-langkah dalam melakukan pemberian aromaterapi lemon.

Alat dan bahan yang digunakan dalam melakukan pemberian aromaterapi lemon sebagai berikut :

- a. Aromaterapi lemon / *essential oil* lemon berukuran 10 ml
- b. Kapas
- c. Lembar Kuesioner *Morning Sickness*

Pengukuran *morning sickness* menggunakan kuesioner PUQE-24 (*Pregnancy Unique Quantification of Emesis-24*) adalah lembar kuesioner yang berisi pertanyaan yang disusun sesuai dengan format yang berisi komponen-komponen mengenai tingkat mual muntah (*morning sickness*). Adapun isi dari lembar kuesioner yaitu umur ibu hamil, usia kehamilan, paritas ibu hamil dan nomor telepon. Dan tiga kriteria pertanyaan kuesioner *Pregnancy Unique Quantification of Emesis-24* (PUQE-24) yaitu jumlah jam merasakan mual, frekuensi muntah dan frekuensi muntah kering dalam 24 jam terakhir. Total skor PUQE-24 dihitung dengan jumlah dari masing-masing pertanyaan tersebut, masing-masing pertanyaan terdiri dari 1-4 skor. Total skor

PUQE-24 berkisar 1-12 skor. Total skor akan menunjukkan tingkat keparahan *morning sickness* dengan 3 tingkatan yaitu tidak mengalami *morning sickness* skor 3, tingkat sedang skor 4-6 dan tingkat ringan skor 7-12.

d. Lembar Observasi *Morning Sickness*

Lembar observasi digunakan dalam penelitian ini untuk mengobservasi selama sembilan hari pemberian aromaterapi lemon dengan cara *time series* yaitu mengobservasi frekuensi *morning sickness* disetiap hari ketiga, hari keenam dan hari kesembilan setelah pemberian aromaterapi lemon.

2. Metode pengumpulan data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan data primer dan data sekunder.

a. Data primer

Pengumpulan data primer diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner *PUQE-24 (Pregnancy Unique Quantification of Emesis-24)* tentang *morning sickness* dalam kehamilan kepada responden yang memenuhi kriteria sampel.

b. Data sekunder

Pengumpulan data sekunder pada penelitian ini melalui data yang diambil dari rekam medis pasien dan kohort ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih kota Makassar. Data yang dikumpulkan yaitu umur ibu hamil, usia kehamilan, paritas ibu hamil dan nomor telepon.

### 3. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Prosedur pelaksanaan penelitian dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Mengurus perizinan melakukan penelitian dari ketua program studi kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar, kemudian melakukan permohonan izin ke Dinas Kesehatan Kota Makassar.
- b. Memperoleh ijin penelitian yang diperlukan dari lembaga atau otoritas terkait dari Puskesmas Cendrawasih. Proses ini dimulai dari mengajukan proposal penelitian, mengisi formulir permohonan ijin, dan memenuhi persyaratan yang ditetapkan.
- c. Setelah mendapatkan persetujuan penelitian, peneliti mengumpulkan responden sesuai dengan kriteria inklusi penelitian.
- d. Peneliti memberikan SOP Pemberian Aromaterapi Lemon kepada sampel untuk dibaca, serta peneliti memberikan arahan tentang tujuan prosedur dan langkah-langkah yang ada pada SOP.
- e. Selanjutnya peneliti meminta kesediaan subjek untuk mengikuti penelitian dan bagi subjek yang bersedia untuk berpartisipasi diminta untuk menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*)
- f. Melakukan *pre test* menggunakan lembar observasi untuk menilai frekuensi *morning sickness* dengan mengisi formulir kuesioner.
- g. Melaksanakan prosedur pemberian aromaterapi lemon di rumah subjek setiap pagi dan sore selama sembilan hari berturut-turut.

- h. Ketika peneliti pertama kali melakukan intervensi peneliti menjelaskan kepada ibu dan keluarga cara menghirup aromaterapi lemon selanjutnya pada hari berikutnya subjek dapat melakukannya sendiri dengan bantuan suami dan keluarga.
- i. Setelah pelaksanaan intervensi pada hari ketiga dilakukan kembali pengukuran *posttest* menggunakan lembar observasi yang bertujuan untuk mengukur frekuensi *morning sickness* setelah dilakukan intervensi selama tiga hari dan dilanjutkan dihari keenam dan hari kesembilan.
- j. Data yang diperoleh kemudian peneliti kumpulkan untuk dianalisis.

#### **E. Pengolahan dan Penyajian Data**

Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi sebagaimana yang telah diuraikan pada instrumen penelitian. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang langsung diperoleh dari subjek yaitu ibu primigravida trimester I yang mengalami *morning sickness* di wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih kota Makassar pada bulan April 2024 melalui pembagian kuesioner. Adapun pengelolaan data dilakukan dengan cara sebagai berikut :

- a. *Editing* (memeriksa)

*Editing* (memeriksa) adalah memeriksa daftar pertanyaan yang telah diserahkan oleh para pengumpul data. Pemeriksaan daftar pertanyaan yang telah selesai ini dilakukan terhadap:

- 1) Kelengkapan jawaban, apakah tiap pertanyaan sudah ada jawabannya dengan melingkari pilihan jawaban . Hasil dalam penelitian ini semua pertanyaan dijawab dengan lengkap
- 2) Keterbacaan tulisan, tulisan yang tidak terbaca akan mempersulit pengolahan data atau berakibat pengolah data salah membaca, hasil dari penelitian ini tidak ada tulisan yang tidak terbaca.
- 3) Relevansi jawaban, bila ada jawaban yang kurang atau tidak relevan maka editor harus menolaknya, hasilnya semua jawaban tidak ada yang ditolak
- 4) Hasil jawaban yang terkumpul lengkap.

b. *Coding (memberi tanda kode)*

Mengklasifikasikan jawaban-jawaban dari para responden kedalam bentuk angka/bilangan. Biasanya klasifikasi dilakukan dengan cara memberi tanda/ kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban. *Coding* atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (*input data*):

- 1) Subjek dilakukan pengkodean sebagai berikut, diberi kode 1= subjek 1, kode 2= subjek 2 dan seterusnya.
- 2) Tingkat *morning sickness* yang dialami subjek kode 1 = tidak alami *morning sickness*, kode 2 = *morning sickness* ringan, kode 3 = *morning sickness* sedang

c. *Processing*

Setelah semua koisioner terisi penuh dan benar, serta telah melewati pengkodean, maka langkah selanjutnya adalah memproses data agar data yang sudah di-*input* dapat dianalisis.

d. *Cleaning* (pembersihan data)

Lihat variabel apakah data sudah benar atau belum. *Cleaning* (pembersihan data) merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di-*input* apakah ada kesalahan atau tidak.

e. Penyajian Data

Rencana penyajian data dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel dan narasi, tabel ini terdiri dari kumpulan baris dan kolom yang berfungsi untuk menunjukkan data yang terkait satu sama lain. Narasi adalah cara penyampaian data dari penelitian dalam bentuk cerita atau kalimat.

## **F. Analisis Data**

Analisis data akan menggunakan program SPSS versi 22 :

a. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah adalah salah satu jenis analisis yang digunakan untuk memberikan ringkasan dari setiap variabel yang diteliti. Pada penelitian ini frekuensi *morning sickness* akan ditentukan dengan analisis univariat baik sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per.*

## b. Analisis Bivariat

Pada penelitian ini, analisis bivariat akan digunakan untuk menentukan apakah aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I. Dengan menggunakan uji *one sampel Paired t-Test* SPSS Versi 22.

## G. Etika Penelitian

Peneliti memandang perlu adanya rekomendasi dari pihak lain dengan mengajukan permohonan izin kepada instansi tempat penelitian dalam hal ini di wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar. Setelah mendapatkan persetujuan, barulah dilakukan penelitian dengan menekankan masalah etika penelitian yang meliputi :

### 1. *Informed Consent*

*Informed consent* adalah bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden dengan memberikan lembar persetujuan. Peneliti menjamin hak-hak responden dengan cara menjamin kerahasiaan identitas responden. Selain itu peneliti memberikan penjelasan tujuan dan manfaat peneliti serta memberikan hak untuk menolak dijadikan responden peneliti.

### 2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Masalah etika kebidanan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang disajikan. Untuk

kerahasiaan responden, tetapi peneliti menggunakan kode tertentu untuk masing-masing responden.

### 3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil peneliti baik informasi yang telah dikumpulkan dari responden dijamin oleh peneliti, data tersebut hanya akan disajikan atau dilaporkan pada pihak yang terkait dengan peneliti.

## H. Jadwal Pelaksanaan

No	Kegiatan	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli
1	Pengajuan Judul							
2	Penyusunan Proposal							
3	Konsul Pembimbing							
4	Ujian Proposal							
5	Perbaikan Proposal							
6	Perijinan Penelitian							
7	Pelaksanaan							
8	Penyusunan Skripsi							
9	Konsul Pembimbing							
10	Ujian Hasil Skripsi							
11	Perbaikan Skripsi							
12	Pengadaan Skripsi							

## **I. Organisasi Penelitian**

### **Pembimbing I**

Nama : I Made Sukarta, A.Kep.,M.Kes

NIP : 196212311983031054

Pekerjaan : Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar

### **Pembimbing II**

Nama : Asmawati G, SKM.,M.Kes

NIP : 196311291983032001

Pekerjaan : Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar

### **Peneliti**

Nama : Lina Tello Pabate

NIM : PO714211232016

Pekerjaan : Mahasiswi Jurusan Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes  
Kemenkes Makassar

Alamat : Jl Karaeng Bontotangnga 1 No 23 Kec. Karunrung Kota  
Makassar

## BAB V

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2024 di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar. Subyek penelitian ini adalah seluruh ibu primigravida trimester I yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi morning sickness pada ibu primigravida trimester I.

Rancangan penelitian ini yaitu *one group pretest-posttest times series design*. Rancangan *one group pretest-posttest times series design* adalah penelitian ini dimulai dengan pre-test untuk mengetahui prevalensi morning sickness pada ibu primigravida trimester I sebelum intervensi. *Pre-test* dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Kelompok intervensi selanjutnya diberikan intervensi aromaterapi lemon (*citrus limon per*). Penilaian menjadi tiga tahap yaitu penilaian pertama dihari ketiga, penilaian kedua dihari keenam dan penilian ketiga dihari kesembilan. Setelah itu keompok intervensi diberikan kembali *post-test* dengan kuesioner.

Pengumpulan data ini menggunakan data primer yang diperoleh secara langsung dari subyek penelitian. *Informed consent* diberikan oleh peneliti kepada subjek sebelum pengumpulan data sebagai indikasi kesediaan dalam berpartisipasi dalam penelitian ini. Data primer ini kemudian dikumpulkan menggunakan

observasi PUQE-24 (*Pregnancy Unique Quantification of Emesis-24*) untuk mengukur tingkat mual muntah (*morning sickness*) ibu primigravida trimester I.

Setelah data terkumpul, dilakukan pemeriksaan mengenai kebenaran data dengan mengacu pada kriteria sampel yang telah ditetapkan sebelumnya, selanjutnya data yang terkumpul dimasukkan kedalam master tabel yang dianalisis secara statistic dengan menggunakan uji *one sampel paired T-test* melalui program SPSS versi 22.

### 1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah statistic deskriptif untuk melihat frekuensi umur dan paritas variabel dependen (rata-rata frekuensi *morning sickness*) sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*).

Tabel 5.1 Distribusi karakteristik umur ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar

Umur	Frekuensi (N)	Persentase (%)
<20 tahun	3	10
20-35 tahun	27	90
Total	30	100

Sumber : Data Primer puskesmas cendrawasih 2024

Berdasarkan tabel 5.1 terdapat ibu primigravida trimester I yang mengalami *morning sickness* umur <20 tahun yaitu 3 orang (10%) dan umur 20-35 tahun yaitu 27 orang (90%).

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I sebelum diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*)

Tingkat morning sickness	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Tidak mengalami morning sickness	0	0
Ringan	4	13,3
Sedang	26	86,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 30 orang yang dijadikan sampel sebelum diberikan aromaterapi lemon (*citrus lemon per*) pada ibu primigravida trimester I yang mengalami *morning sickness* tidak ada (0%) yang tidak mengalami *morning sickness*, ada 4 orang (13,3%) yang mengalami *morning sickness* ringan, dan ada 26 orang (86,7%) yang mengalami *morning sickness* sedang.

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I setelah diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) di Puskesmas Cendrawasih

Tingkat morning sickness	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Tidak mengalami morning sickness	18	60
Ringan	12	40
Sedang	0	0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 30 orang yang dijadikan sebagai sampel sesudah diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) pada ibu primigravida trimester I yang mengalami *morning sickness* ada 18 orang (60%) yang tidak mengalami *morning sickness*, ada 12 orang (40%) yang mengalami

*morning sickness* ringan dan tidak ada (0%) yang mengalami *morning sickness* sedang.

## 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui variabel independent (aromaterapi lemon) terhadap dependent (frekuensi *morning sickness*). Uji *one sample paired T-test* adalah salah satu uji *T-test* yang digunakan untuk membandingkan dua rata-rata (mean) dari satu sampel yang berpasangan (*paired sample*).

### Dasar Pengambilan Keputusan

- a. Jika nilai Sig. (2-tailed) < 0,05 maka terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah
- b. Jika nilai Sig. (2-tailed) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah

Tabel 5.4 Uji One Sample Paired t-Test  
One-Sample Statistics

	N	Mean	Std.Deviation	Std. Error Mean
Pretest	30	2.87	.346	.063
Posttest	30	1.40	.498	.091

One-Sample Test						
	t	df	Sig.(2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pretest	45.413	29	.000	2.867	2.74	3.00
Posttest	15.389	29	.000	1.400	1.21	1.59

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan nilai rata-rata (mean) untuk frekuensi *morning sickness* sebelum (*pretest*) diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) adalah 2,87 dan sesudah (*pretest*) adalah 1,40. Nilai Sig. (2-tailed) adalah  $0,000 < 0,05$  maka terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dalam mengurangi frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I. Dimana  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar.

## **B. Pembahasan**

### **1. Frekuensi *morning sickness* sebelum diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*)**

Hasil penelitian sebelum diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) pada ibu primigravida trimester I didapatkan hasil bahwa 30 orang yang dijadikan sebagai sampel, tidak ada (0%) yang tidak mengalami *morning sickness*, ada 4 orang (13,3%) yang mengalami *morning sickness* ringan, dan ada 26 orang (86,7%) yang mengalami *morning sickness* sedang. *Morning sickness* adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester pertama. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari (Arantika,2021). Salah satu penyebab terjadinya mual dan muntah karena adanya peningkatan hormon *hCG* (*human Gonodotropin Corionik*) di dalam tubuh ibu hamil (Sari,2022).

Berdasarkan hasil penelitian paling dominan ibu primigravida mengalami *morning sickness* di usia kehamilan 9 sampai 12 minggu. Hal ini dikarenakan kadarnya meningkat sejak hari implantasi hingga mencapai puncaknya pada sekitar hari ke-60 sampai hari ke 70. Setelah itu, konsentrasinya menurun secara bertahap sampai titikterendah dicapai pada sekitar hari ke-100 sampai 130 (Gary, 2015).

Menurut asumsi peneliti, di lihat dari hasil penelitian di atas sebelum diberikan terapi aromaterapi lemon ibu primigravida trimester I sebagian besar memiliki tingkat *morning sickness* sedang yaitu 26 subyek dan pada ibu hamil keluhan mual muntah sudah menjadi keluhan yang umum muncul ketika sedang hamil.

## **2. Frekuensi *morning sickness* setelah diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*)**

Hasil penelitian setelah dilakukan diberikan aromaterapi lemon pada ibu primigravida trimester I pada Tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 30 orang yang dijadikan sebagai sampel, sesudah diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) pada ibu primigravida trimester I yang mengalami *morning sickness* ada 18 orang (60%) yang tidak mengalami *morning sickness*, ada 12 orang (40%) yang mengalami *morning sickness* ringan dan tidak ada (0%) yang mengalami *morning sickness* sedang. Ibu primigravida yang mengalami *morning sickness* tidak sembuh secara keseluruhan saat diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dikarenakan aromaterapi adalah jenis pengobatan pencegahan dan manfaat

dari terapi pendukung (*support therapy*), walaupun demikian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat menurunkan tingkat *morning sickness* sehingga dapat mencegah dampak buruk yang dapat ditimbulkan dari *morning sickness* seperti *hiperemesis gravidarum*. Terjadi penurunan pada frekuensi *morning sickness* karena aromaterapi dapat mengurangi frekuensi mual selama kehamilan. Ketika minyak lemon (*citrus limon per*) dihirup secara langsung (inhalasi), molekul masuk kerongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah area yang mempengaruhi mood dan memori, yang berhubungan langsung dengan kelenjar adrenal, kelenjar pituitari, hipotalamus dan bagian tubuh yang mengatur detak jantung, tekanan darah, stres, memori, keseimbangan hormon dan pernapasan (Muchtadi, 2015). Lemon mempunyai kandungan *limonene* 66-80%, *geranilasetat*, *nerol*, *linalilasetat*, *apinene* 1-4%, *terpinene* 6-14% dan *myrcen*. *Limonene* merupakan komponen utama dalam senyawa kimia jeruk dapat menghambat kerja prostaglandin dan mengontrol *siklooksigenase* I dan II sehingga dapat mengurangi rasa sakit termasuk *morning sickness* (Mujayanti, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Oktavia et al (2018) menyatakan bahwa aromaterapi lemon dapat mengurangi *morning sickness* pada ibu hamil trimester I. Aromaterapi lemon dapat mengurangi *morning sickness*, karena cara kerja aromaterapi yang bekerja secara langsung pada sistem saraf dan muskulotropik dan juga penggunaan yang mudah dan sederhana sehingga ibu primigravida dapat menggunakan

aromaterapi kapanpun dan dimanapun untuk mengurangi *morning sickness*. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Darmasari (2017) bahwa minyak esensial (*citrus limon*) adalah salah satu minyak herbal yang paling banyak digunakan pada kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Hasil penelitian menyatakan bahwa 40% wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah dan 26,5% dari mereka telah mengakui aromaterapi citrus adalah cara yang efektif untuk mengontrol gejala mual dan muntah.

Pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I didapat dari hasil uji one sampel paired t-Test didapatkan nilai P Value =  $0,000 < 0,05$  yang artinya aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dapat mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I. Maka ada pengaruh yang signifikan antara sebelum diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dan sesudah diberikan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar bulan April 2024. Dimana pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) belum diterapkan dalam pelayanan asuhan kehamilan di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar.

## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan baik secara univariat maupun bivariat tentang pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar pada bulan April 2024 maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada penurunan rata-rata frekuensi *morning sickness* sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) yaitu 2,87 menurun menjadi 1,40.
2. Pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) terbukti dapat mengurangi frekuensi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar dengan nilai *p-value*=0,000.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian, maka dapat disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Bagi ibu primigravida trimester I yang mengalami *morning sickness* untuk menggunakan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dalam membantu mengurangi keluhan *morning sickness* supaya tidak berkelanjutan menjadi *hyperemesis gravidarum*.

2. Bagi tenaga kesehatan untuk dapat memberikan informasi yang dapat dijadikan sebagai acuan dalam asuhan kehamilan dengan menggunakan aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dalam mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester I.
3. Bagi institusi hasil penelitian ini dapat menambah referensi untuk melengkapi bahan bacaan yang bermanfaat dalam pengembangan penelitian yang berkaitan dengan pemberian aromaterapi lemon (*citrus limon per*) dalam mengurangi *morning sickness* pada ibu primigravida trimester.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, M. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Emesis Gravidarum Dengan Perilaku Memilih Makanan Pada Ibu Hamil Saat Mengalami Emesis Gravidarum Di Puskesmas Mustikasari Bekasi Timur. *Afiat*, 8(2), 37–53. <https://doi.org/10.34005/afiat.v8i2.2146>
- Arantika, & Fatimah. (2021). *Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit dan Komplikasi Kehamilan*. Pustaka Baru Press. Yogyakarta.
- Fitria, A. I. (2019). *Kebidanan Komplementer Terapi Komplementer Dalam Kebidanan*. Pustaka Baru Press. Yogyakarta.
- Fitriya, I. R., Oktaviana, C., & Desreza, N (2023). Efektifitas Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Ulee Kareng Banda Aceh. <http://jknusantara.com/index.php/ijnms/article/view/420>
- Jaelani. (2017). *Aroma Terapi*. Pustaka Populer Obor. Jakarta.
- Jaya, I. M. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Denpasar.
- Lembaga Penelitian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018*. In Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan (Vol. 110, Issue 9). <http://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3658>
- Lestari, A. D. (2022). *Akupresure dan Aromaterapi Metode Tradisional Komplementer dalam Mengatasi Ketidaknyamanan pada Masa Kehamilan Berdasarkan Bukti*. PT. Nasya Expanding Management. Pekalongan
- Mandriwati, G. A. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan Berbasis Kompetensi*. EGC. Jakarta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Pratami, E. (2022). *Evidence Based dalam Kebidanan*. EGC. Jakarta.
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Ratna, D., & Sembiring, S. (2023). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum (Mual Dan Muntah) Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Puskesmas Ciputat Jakarta Selatan Tahun 2023. *Jurnal Ventilator* 1(2), 267–275.

<https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id/index.php/Ventilator/article/view/557>

- Romauli, S., & Niu, F. (2022). Effect of Lemon Aromatherapy on Decline Nausea and Vomiting in Pregnant Women in the First Trimester At the Abepura Health Center in Jayapura City. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (Ijnms)*, 6(3), 202–213. <https://doi.org/10.29082/ijnms/2022/vol6/iss3/420>
- Royal College of Obstetricians and Gynaecologists. (2016). *Cardiac Disease and Pregnancy*.
- Siwi, E. (2020). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Pustaka Baru Press. Yogyakarta.
- Sumantri, A. H. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kencana Prenada Media Group. Jakarta.
- Syamsuni, H. R., & Rantisari, M. D. A. (2022). *Statistik dan Metodologi Penelitian*. Yogyakarta.
- Tiran. (2019). *Mual Muntah Kehamilan Seri Asuhan Kebidanan*. EGC. Jakarta.
- Vita, A. S., & Fitriana, Y. (2019). *Asuhan Pada Kehamilan*. Pustaka Baru Press. Yogyakarta.
- Wenny, Kurniyati, & Farida. (2023). *Penerapan Asuhan Kebidanan Tradisional Komplemeter Untuk Mengurangi Keluhan Mual Muntah pada Ibu Hamil*. PT. Nasya Expanding Management. Pekalongan.
- Widarsa, I. K. T., Astuti, P. A. S., & Kurniasari, N. M. D. (2022). *Metode Sampling Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. <https://doi.org/10.53638/bp.9786239968908>.
- Young, G. (2019). *Essential Oil Desk Reference* (8th ed.). Life Science.
- Yulianti, Y., & Wintarsih, W. (2022). Efektifitas Aromaterapi Lemon Dalam Mengurangi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 462. <https://doi.org/10.33757/jik.v6i2.541>

# LAMPIRAN



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDRAL TENAGA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN MAKASSAR**

Jalan Wijaya Kusuma Raya No. 46 Kompleks Kesehatan Banta-Bantaeng Makassar  
Website : <http://www.poltekkes-mks.ac.id>, Email: [info@poltekkes-mks.ac.id](mailto:info@poltekkes-mks.ac.id)  
Telpon: (0411) 869826, Faksimile: (0411) 869742



**PENGAJUAN JUDUL SKRIPSI MAHASISWA**  
**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN**  
**TAHUN AKADEMIK 2023/2024**

NAMA MAHASISWA : LINA TELLO PABATE

NIM : PO714211232016

1. Aromaterapi Lemon (Citrus Limon Per) Mengurangi Morning Sickness Pada Ibu Primigravida Trimester I
2. Olahan Kacang Hijau Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas
3. Olahan Kacang Merah Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia

Makassar, 19 Januari 2024

Mengetahui

Pembimbing I

I Made Sukarta, A.Kep. M.Kes  
NIP. 196212311983031054

Pembimbing II

Asmawati G., SKM., M.Kes  
NIP. 196311291983032001

**KEGIATAN KONSULTASI SKRIPSI  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN**

Nama Mahasiswa : Lina Tello Pabate  
 NIM : PO714211232016  
 Judul Skripsi : Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi *Morning Sickness*  
 Pada Ibu Primigravida Trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota  
 Makassar

No	Tanggal	Materi Yang Dikonsultasikan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	19-01-2024	Pengajuan judul Skripsi	ACC Kumpulkan pustaka	W
2.	31-01-2024	Konsult BAB I Kaslon pustaka	Tambahkan penemuan yang ada	W
3.	12-2-2024	Revisi BAB I Konsult BAB I - BAB III	Sesuaikan materi Tambahkan sumber hipotesis sesuaikan dengan rumusan masalah	W
4.	19-2-2024	Revisi BAB II - BAB III Konsult BAB IV Konsult Kuesioner	Lengkap BAB IV Sesuaikan kriteria objektif Perbaiki kriteria inklusi dan eksklusif Rapihan Kuesioner Refunjuk Pengisian Pembahasan Sampel	W
5.	24-2-2024	Revisi BAB IV Konsult Daftar Pustaka	Rapihan daftar Pustaka	W
6.	1-3-2024	Revisi BAB IV dan daftar pustaka	ACC untuk ujian proposal	W

 Diketahui oleh  
 Ketua Prodi



**Wirawati Amin, S/ST, M.Keb**  
 NIP. 198004252002122001




Pembimbing I



**I Made Sukarta, A.Kep. M.Kes**  
 NIP. 19621231198031054

**KEGIATAN KONSULTASI SKRIPSI  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN**

**Nama Mahasiswa :** Lina Tello Pabate  
**NIM :** PO714211232016  
**Judul Skripsi :** Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi *Morning Sickness* Pada Ibu Primigravida Trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar

No	Tanggal	Materi Yang Dikonsultasikan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
7.	7 - 6 - 2024	Konsult BAB V dan BAB VI	Sesuaikan pembahasan kesimpulan dan saran	
8.	10 - 6 - 2024	Konsult BAB I - BAB V	Perbaiki isi dan sesuaikan teori dan cara penggunaan aromaterapi lemon	
9.	11 - 6 - 2024		2024	

Diketahui oleh  
Ketua Prodi



**Wirawati Amin, S.ST, M.Keb**  
NIP. 198004252002122001

Pembimbing I



**I Made Sukarta, A.Kep, M.Kes**  
NIP. 19621231198031054



**KEGIATAN KONSULTASI SKRIPSI**  
**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN**

Nama Mahasiswa : LINA TELLO PABATE  
 NIM : PO714211232016  
 Judul Skripsi : Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi Morning Sickness Pada Ibu Primigravida Trimester I

No	Tanggal	Materi Yang Dikonsultasikan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	19-01-2024	Penggabun judul skripsi	Lengkapi kajian jurnal dan referensi	u/h
2.	24-01-2024	Konsul BAB 1 - Review buku - Review jurnal	Perbaiki latar belakang penulisan sesuai dengan pedoman	u/h
3.	30-01-2024	Revisi BAB 1	Perbaiki kata pengantar & latar belakang	u/h
4.	7-2-2024	Konsul BAB II	Sesuai isi dengan variabel yang diteliti	u/h
5.	11-2-2024	Revisi 2 BAB I	Lanjut ke BAB III	u/h
6.	12-2-2024	Konsul BAB III Konsul BAB IV	Bangun kerangka konsep & perbaiki dan tanda pada & sesuaikan dengan variabelnya	u/h u/h
7.	22-2-2024	Revisi BAB III Revisi BAB IV Konsul kuesioner	Hipotesis & susun rumusan masalah	u/h u/h
8.	23-2-2024	Revisi 2 BAB III Revisi 2 BAB IV Revisi kuesioner	Kriteria objektifnya & susun desain penelitian statistik pre-experimental dengan rancangan the one group posttest design	u/h u/h
9.	24-2-2024	Revisi 3 BAB III Revisi 3 BAB IV	PPT. ds. Acc ujian	u/h

Diketahui oleh  
Ketua Prodi

  
**Wirawati Amin, S.ST, M.Keb**  
 Nip. 198004252002122001

Pembimbing II

  
**Asmawati G, SKM, M. Kes**  
 NIP. 196311291983032001



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**

**POLITEKNIK KESEHATAN MAKASSAR**

Jalan Wijaya Kusuma Raya No. 46 Kompleks Kesehatan Banta-Bantaeng Makassar

Website : [www.poltekkes-mks.ac.id](http://www.poltekkes-mks.ac.id) Email [info@poltekkes-mks.ac.id](mailto:info@poltekkes-mks.ac.id)

Telepon : (0411) 869826, Faksimile : (0411) 869742



**KEGIATAN KONSULTASI SKRIPSI  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN**

**Nama Mahasiswa** : LINA TELLO PABATE

**NIM** : PO714211232016

**Judul Skripsi** : Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi *Morning Sickness* Pada Ibu Primigravida Trimester I

No	Tanggal	Materi Yang Dikonsultasikan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
10.	01-3-2024	PPT.	sec. ujas	ellz
[A large diagonal line is drawn across the remaining empty rows of the table.]				

Diketahui oleh  
Ketua Prodi


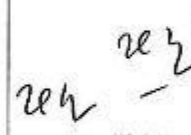
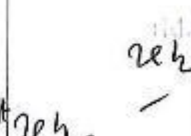
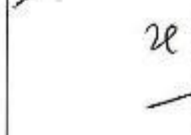

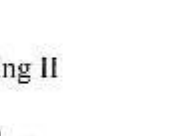
**Wirawati Amin, S.ST, M.Keb**  
Nip. 198004252002122001

Pembimbing II

**Asmawati G, SKM. M. Kes**  
NIP. 196311291983032001

**KEGIATAN KONSULTASI SKRIPSI  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN**

**Nama Mahasiswa** : Lina Tello Pabate  
**NIM** : PO714211232016  
**Judul Skripsi** : Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi *Morning Sickness* Pada Ibu Primigravida Trimester I di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar

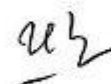
No	Tanggal	Materi Yang Dikonsultasikan	Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
11	04-6-2024	Konsult BAB V - BAB IV Abstrak	Abstrak teres paung fidel sistinatif & tbl tolus.	
12	05-6-2024	Konsult BAB I - BAB VI	Daftar pustaka atau sesuai teknik penulisan atau jarak spasi	
13	06-6-2024	Konsul BAB I - BAB VI	Tujuan no 3 di sesuaikan dengan rumusan masalah	
14	07-6-2024	Konsult BAB I - BAB VI	Pembahasan lebih di pertegas lebih mengigit	
15	10-6-2024	Konsult BAB I - BAB VI	Perbaiki kesimpulan dan saran.	
16	11-6-2024	Konsult BAB I - BAB VI PPT - <sup>22</sup> <sup>30</sup> <sub>22</sub> Ace uji. juss'at	Perbaiki kesimpulan dan saran daftar Pustaka	

Diketahui oleh  
Ketua Prodi



**Wirawati Amin, S.ST, M.Keb**  
NIP. 198004252002122001

Pembimbing II



**Asmawati G, SKM, M.Kes**  
NIP : 196311291983032001

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**Proposal dengan judul:**

**AROMATERAPI LEMON (*CITRUS LIMON PER*)  
MENGURANGI *MORNING SICKNESS* PADA  
IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I**

**Lina Tello Pabate  
PO714211232016**

Telah memenuhi syarat dan disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji  
Proposal Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar  
Pada Hari ~~Rabu~~ tanggal 06 Maret 2024

**Menyetujui**

**Pembimbing I**



I Made Sukarta, A.Kep.M.Kes  
NIP. 196212311983031054

**Pembimbing II**



Asmawati G.SKM.M.Kes  
NIP.196311291983032001

**Ketua Program Studi  
Sarjana Terapan Kebidanan**



Wirawati Amin, S.ST., M.Keb  
NIP.198004252002122001



**KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MAKASSAR**

Jalan Wijaya Kusuma Raya No. 46, Rappocini, Makassar  
E-mail: [kepkipolkesmas@poltekkes-mks.ac.id](mailto:kepkipolkesmas@poltekkes-mks.ac.id)



**KETERANGAN LAYAK ETIK  
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
"ETHICAL EXEMPTION"**

No.: 0299/M/KEPK-PTKMS/III/2024

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :  
The research protocol proposed by

**Peneliti Utama** : Lina Tello Pabate  
Principal in Investigator

**Nama Institusi** : Prodi Alih Jenjang Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar  
Name of the Institution

Dengan Judul:  
Title  
"Aromaterapi Lemon (Citrus Limon Per) Mengurangi Morning Sickness Pada Ibu Primigravida Trimester I"

*"Lemon Aromatherapy (Citrus Limon Per) Reduces Morning Sickness in First Trimester Primigravida Mothers"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 22 Maret 2024 sampai dengan tanggal 22 Maret 2025.

Declaration of ethics applies during the period March 22, 2024 until March 22, 2025.



March 22, 2024  
Professor and Chairperson,  
  
Santi Sinala, S.Si, M.Si, Apt  
Ketua KEPK Poltekkes Makassar



**Kementerian Kesehatan  
Poltekkes Makassar**

Jalan Wijaya Kusuma Raya No. 46 Banta-Bantaeng  
Makassar, Sulawesi Selatan, 90222  
08115566606  
<https://portal.poltekkes-mks.ac.id/>

Nomor : PP.08.02/F.XX.11.2/322/2024  
Hal : Izin Melaksanakan Penelitian

22 Maret 2024

Kepada :  
Yth, Gubernur Provinsi Sulawesi Selatan  
Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP Provinsi Sulawesi Selatan  
Di –  
Makassar

Dengan Hormat,

Bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa RPL Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar akan melaksanakan penelitian dalam penyusunan Skripsi untuk penyelesaian Laporan Tugas Akhir. Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami memohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan izin dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan tersebut Periode Maret s/d April 2024 kepada mahasiswa atas nama :

No.	Nama Mahasiswa	NIM	Judul	Tempat
1.	Lina Tello Pabate	PO714211232016	Aromaterapi Lemon (Citrus Limon Per) Mengurangi Morning Sickness Pada Ibu Primigravida Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar	Puskesmas Cendrawasih Makassar
2.	Yusniar	PO714211232044	Senam Hamil Menurunkan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar	
3.	Nur Fakhriyah Mumtihan	PO714211232021	Peran Suami Dalam Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar	

Demikian penyampaian kami, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan



Sitti Mukarramah, S.St, M.Keb  
NIP. 198004302003122002



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936  
Website : <http://simap-new.sulselprov.go.id> Email : [ptsp@sulselprov.go.id](mailto:ptsp@sulselprov.go.id)  
Makassar 90231

Nomor : 7204/S.01/PTSP/2024 Kepada Yth.  
Lampiran : - Walikota Makassar  
Perihal : Izin penelitian

di-  
Tempat

Berdasarkan surat Ketua Jur. Kebidanan Poltekkes Makassar Nomor : PP.08.02/F.XX.11.2/322/2024 tanggal 22 Maret 2024 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

Nama : LINA TELLO PABATE  
Nomor Pokok : PO714211232016  
Program Studi : Kebidanan  
Pekerjaan/Lembaga : Mahasiswa (D4)  
Alamat : Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 46 Makassar

PROVINSI SULAWESI SELATAN

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka menyusun KARYA TULIS, dengan judul :

" AROMATERAPI LEMON (CITRUS LIMON PER) MENGURANGI MORNING SICKNESS PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I "

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. 26 Maret s/d 30 April 2024

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar  
Pada Tanggal 26 Maret 2024

KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU  
SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN



**ASRUL SANI, S.H., M.Si.**  
Pangkat : PEMBINA TINGKAT I  
Nip : 19750321 200312 1 008

Tembusan Yth

1. Ketua Jur. Kebidanan Poltekkes Makassar di Makassar;
2. Peringgal.



## SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor: 070/1749/SKP/SB/DPMPPTSP/4/2024

### DASAR:

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Keterangan Penelitian.
- Peraturan Daerah Nomor 8 Tahun 2016 tentang Pembentukan Organisasi Perangkat Daerah
- Peraturan Walikota Nomor 4 Tahun 2023 tentang Penyelenggaraan Perizinan Berbasis Resiko, Perizinan Non Berusaha dan Non Perizinan
- Keputusan Walikota Makassar Nomor 954/503 Tahun 2023 Tentang Pendelegasian Kewenangan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko, Perizinan Non Berusaha dan Non Perizinan yang Menjadi Kewenangan Pemerintah Daerah Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Makassar Tahun 2023
- Surat Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Sulawesi Selatan nomor 7204/S.01/PTSP/2024, Tanggal 26 Maret 2024
- Rekomendasi Teknis Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Makassar nomor 1751/SKP/SB/BKBP/4/2024

### Dengan Ini Menerangkan Bahwa :

Nama : LINA TELLO PABATE  
NIM / Jurusan : PO714211232016 / Kebidanan  
Pekerjaan : Mahasiswa (D4) / Poltekkes Kemenkes Makassar  
Alamat : Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 46 Makassar  
Lokasi Penelitian : Terlampir-,  
Waktu Penelitian : 26 Maret 2024 - 30 April 2024  
Tujuan : Skripsi  
Judul Penelitian : AROMATERAPI LEMON (CITRUS LIMON PER) MENGURANGI MORNING SICKNESS PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I

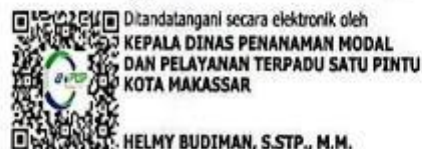
Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan memenuhi ketentuan sebagai berikut:

- Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan untuk kepentingan penelitian yang bersangkutan selama waktu yang sudah ditentukan dalam surat keterangan ini.
- Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang tidak sesuai / tidak ada kaitannya dengan judul dan tujuan kegiatan penelitian.
- Melaporkan hasil penelitian kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Makassar melalui email [bidangekososbudkesbangpolmks@gmail.com](mailto:bidangekososbudkesbangpolmks@gmail.com).
- Surat Keterangan Penelitian ini dicabut kembali apabila pemegangnya tidak menaati ketentuan tersebut diatas.



Ditetapkan di Makassar

Pada tanggal: 2024-04-01 09:47:43



Tembusan Kepada Yth:

- Pimpinan Lembaga/Instansi/Perusahaan Lokasi Penelitian;
- Pertinggal,-



**PEMERINTAH KOTA MAKASSAR**  
**DINAS KESEHATAN**

**Jl. Teduh Bersinar No. 1 Makassar**

No : 440 /66 /PSDK/IV/2024

Lamp :-

Perihal : Penelitian

Kepada Yth,

Kepala Puskesmas Cendrawasih

Di -

Tempat

Sehubungan surat dari Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu No : 4878/S.01/PTSP/2024 Pemerintah Kota Makassar tanggal 17 April 2024, maka bersama ini di sampaikan kepada saudara bahwa :

Nama : Lina Tello Pabate  
NIM : P0714211232016  
Jurusan : D4 Kebidanan  
Institusi : POLTEKKES KEMENKES Makassar  
Tanggal Penelitian : 26 Maret 2024 s/d 30 April 2024  
Judul Skripsi : Aromaterapi Lemon (Citrus Limon Per mengurangi morning sickness pada ibu Primigravida Trimester I di wilayah kerja Puskesmas Cendrawasih kota Makassar

Akan melaksanakan kegiatan penelitian di wilayah kerja yang saudara pimpin. Demikian disampaikan,atas kerjasamanya diucapkan terima kasih

Makassar, 18 April 2024  
Kepala Dinas kesehatan  
Kota Makassar  
  
Dr. Nursaidah Sirajuddin, M.Kes  
Pendidik : Pembina TK I/IV B  
NIP : 19730112 2006042012



**PEMERINTAH KOTA MAKASSAR**  
**DINAS KESEHATAN KOTA MAKASSAR**  
**PUSKESMAS CENDRAWASIH**  
*Jl. Cendrawasih No. 404 ☎(0411)8972112 ✉90134 Makassar*



**SURAT KETERANGAN**

No. 106.4 / PKM.C / TU / V / 2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Puskesmas Cendrawasih menerangkan bahwa:

Nama : Lina Tello Pabate  
Kegiatan : Penelitian Oleh Mahasiswa Prodi D IV Kebidanan  
Poltekes Kemenkes Makassar  
Judul : "Aromaterapi Lemon (Citrus Limon Per) Mengurangi Morning Sickness"  
Pada Ibu Primigravida Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas  
Cendrawasih Kota Makassar

Adalah benar telah melaksanakan Penelitian di Puskesmas Cendrawasih pada Maret S.d April 2024

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Makassar, 17 Mei 2024

Plt. Kepala Puskesmas Cendrawasih



**drg. Juhriati**

NIP. 19701118 200212 2 004

**Dokumentasi Penelitian**  
**Pemberian Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*)**

Informed Consent Hari Ke-1

Hari Ke-3

Hari Ke-6

Hari Ke-9



Lampiran 11

**SURAT PENGANTAR SEBAGAI SUBJEK**

Kepada Yth

Ny.....

Di

Tempat

Dengan Hormat

Saya yang bertandatangan dibawah ini mahasiswa Jurusan Kebidanan Program Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar :

Nama : Lina Tello Pabate

NIM : PO714211232016

Akan mengadakan penelitian dengan judul “Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi *Morning Sickness* Pada Ibu Primigravida Trimester I”. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang akan merugikan subjek, kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Apabila subjek menyetujui, maka ini saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembar persetujuan subjek yang diajukan. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Makassar, Maret 2024

Hormat saya

Lina Tello Pabate

Lampiran 12

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PEMBERIAN  
AROMATERAPI LEMON (*CITRUS LIMON PER*)**

1	Pengertian	Aromaterapi lemon adalah wewangian yang berbentuk <i>essensial oil</i> (minyak esensial) untuk mengurangi <i>morning sickness</i> (mual muntah) dan termasuk terapi nonfarmakologi
2	Tujuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Sebagai acuan pemberian aromaterapi lemon pada ibu hamil dengan <i>morning sickness</i></li> <li>b. Mengurangi keluhan <i>morning sickness</i></li> <li>c. Menghasilkan perasaan senang, tenang dan rileks</li> </ul>
3	Kebijakan	Bisa dilakukan di rumah dengan ruang berukuran kecil tertutup serta dapat sesuai dengan tempat dan dapat dilakukan sendiri atau bantuan keluarga
4	Persiapan Subjek	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Ibu primigravida trimester I dengan keluhan <i>morning sickness</i> dan tidak alergi dengan aromaterapi lemon</li> <li>b. Ibu primigravida trimester I dengan keluhan <i>morning sickness</i> dan mempunyai riwayat penyakit gastrointestinal</li> </ul>
5	Alat dan Bahan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Aromaterapi lemon 10ml</li> <li>b. Kapas</li> </ul>
6	Penatalaksanaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Perkenalkan diri kepada ibu dan menjelaskan tujuan dan tindakan yang akan dilakukan</li> <li>b. Beritahu ibu bahwa penelitian akan dilakukan selama 10 hari untuk mengetahui adanya efektifitas menghirup aromaterapi lemon</li> <li>c. Lakukan cuci tangan dibawah air mengalir kemudian keringkan dengan handuk bersih atau tissue</li> <li>d. Atur posisi ibu nyaman mungkin</li> <li>e. Teteskan 3 tetes aromaterapi lemon pada selemba kapas</li> <li>f. Anjurkan ibu untuk menghirup aromaterapi lemon selama <math>\pm 5</math> menit</li> <li>g. Lakukan 2 kali sehari setiap pagi dan sore selama 9 hari berturut-turut</li> <li>h. Bereskan alat</li> <li>i. Lakukan observasi skor <i>morning sickness</i> (mual muntah) setelah diberikan aromaterapi lemon yaitu dihari ke 3, 6 dan 9</li> </ul>

Lampiran 13

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI SUBJEK**

**(INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : .....

Umur : .....

Alamat : .....

Saya menyetujui untuk menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh mahasiswi Poltekkes Kemenkes Makassar Prodi Sarjana Terapan Kebidanan.

Nama : Lina Tello Pabate

Nim : PO714211232016

Judul : Aromaterapi Lemon (*Citrus Limon Per*) Mengurangi *Morning Sickness*  
Pada Ibu Primigravida Trimester I

Sebelumnya saya telah diberi penjelasan tentang tujuan penelitian dan informasi yang saya butuhkan. Jika saya tidak berkenan, peneliti akan menghentikan pengumpulan data ini dan saya berhak mengundurkan diri. Dengan sadar dan sukarela serta tidak ada unsur pemaksaan dari siapapun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian ini.

Makassar, Maret 2024

( Subjek )

Lampiran 14

**LEMBAR KUESIONER *MORNING SICKNESS* (MUAL MUNTAH) PADA  
IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER I**

Tanggal :

Pukul :

**A. Identitas Responden**

1. Nomor Urut :
2. Umur :
3. Nomor HP :
4. Umur Kehamilan :
5. Kehamilan Ke :
6. Apakah anda mengkonsumsi obat-obatan anti mual
  - a. Iya
  - b. Tidak

Jika iya dan tahu, jenis obat.....

**Petunjuk :** Lingkarilah pilihan jawaban yang sesuai anda rasakan atau alami

**B. Frekuensi Mual dan Muntah Dalam 24 jam Terakhir**

1. Dalam 24 jam terakhir, berapa lama anda merasa mual?
  - a. Tidak ada sama sekali
  - b. Kurang atau sama dengan satu jam
  - c. 2-3 jam
  - d. 4-6 jam

2. Dalam 24 jam terakhir, berapa kali anda mengalami muntah?
  - a. Tidak pernah sama sekali
  - b. 1-2 kali
  - c. 3-4 kali
  - d. 5-6 kali
  
3. Dalam 24 jam terakhir, berapa kali anda mengalami muntah namun tidak ada yang dikeluarkan?
  - a. Tidak pernah
  - b. 1-2 kali
  - c. 3-4 kali
  - d. 5-6 kali

Skor Total :

Kesimpulan :

**Keterangan** :

Skor : 1 = Tidak ada sama sekali keluhan

2 = kurang atau sama dengan 1 jam/1-2 kali

3 = 2-3 jam/3-4 kali

4 = 4-6 jam/5-6 kali

Scoring untuk mengukur kategori *morning sickness* :

Total Skor : 3 = Tidak mengalami *morning sickness*

4-6 = *morning sickness* Ringan

7-12 = *morning sickness* Sedang

Lampiran 15

**LEMBAR OBSERVASI**

Nomor Urut :  
 Umur :  
 Kehamilan ke :  
 Umur Kehamilan :  
 Nomor HP :

**SKOR PUQE-24**

Frekuensi *Morning Sickness* (Mual Muntah) Pada Ibu Primigravida  
 Trimester I

N O	PERTANYAAN	PRE- TEST	HARI KE-1	HARI KE-2	HARI KE-3 observasi dan intervensi	HARI KE-4	HARI KE-5	HARI KE-6 observasi dan intervensi	HARI KE-7	HARI KE-8	HARI KE-9 POST- TEST
1	Dalam 24 jam terakhir, berapa lama anda merasa mual?										
2	Dalam 24 jam terakhir, berapa kali anda mengalami muntah?										
3	Dalam 24 jam terakhir, berapa kali anda muntah namun tidak ada yang dikeluarkan										
<b>JUMLAH SKOR</b>											
<b>KATEGORI</b>											

Keterangan:

Total Skor: 3 = Tidak mengalami *morning sickness*

4-6 = *morning sickness* Ringan

7-12 = *morning sickness* Sedang

## LEMBAR OBSERVASI

No	Nama Inisial	Alamat	Uk	Pre - test	Hari 3 Intervensi dan Observasi	Hari 6 Intervensi dan Observasi	Post-test Intervensi dan Observasi	Hasil
1	Ny.A	Cendrawasih	12 mgg	7	5	5	4	2
2	Ny.I	Sukaria	10 mgg	8	7	5	3	1
3	Ny.R	Cendrawasih	9 mgg	8	6	5	4	2
4	Ny.D	Tanjung rangai	12 mgg	7	6	5	3	1
5	Ny.R	Baji gio	7 mgg	12	10	8	5	2
6	Ny.H	Kakatua 2	5 mgg	10	9	7	5	2
7	Ny.L	Mappodang	4 mgg	10	9	8	6	2
8	Ny.N	Andi tonro	11 mgg	6	5	4	3	1
9	Ny.Y	Tidung	8 mgg	7	6	5	4	2
10	Ny.A	Kakatua 2	12 mgg	9	6	5	3	1
11	Ny.A	Tanjung alang	12 mgg	11	9	8	4	2
12	Ny.O	Baji maccini	12 mgg	10	9	8	5	2
13	Ny.H	Kakatua 2	9 mgg	8	7	7	4	2
14	Ny.S	Cendrawasih	10 mgg	8	7	6	3	1
15	Ny.W	Veteran selatan	4 mgg	6	5	5	3	1
16	Ny.Y	Kakatua 3	12 mgg	8	7	4	3	1
17	Ny.N	Baji pangasseng	8 mgg	12	11	5	6	2
18	Ny.S	Baji passare	11 mgg	7	6	9	3	1
19	Ny.S	Cendrawasih	5 mgg	8	6	5	3	1
20	Ny.I	Baji Gau	6 mgg	10	8	6	3	1
21	Ny.S	Tanjung malaka	7 mgg	9	7	5	4	2
22	Ny.R	Layang bira	12 mgg	11	8	6	3	1
23	Ny.K	Ratulangi	7 mgg	9	7	6	4	2
24	Ny.A	Baji ati	10 mgg	6	6	4	3	1
25	Ny.E	Veteran selatan	12 mgg	7	6	5	3	1
26	Ny.N	Baji gau	12 mgg	5	4	4	3	1
27	Ny.A	Baji nyawa	8 mgg	6	5	5	3	1
28	Ny.C	Cendrawasih	12 mgg	7	6	4	3	1
29	Ny.O	Cendrawasih	4 mgg	7	6	5	3	1
30	Ny.I	Cendrawasih	8 mgg	8	6	5	3	1

Keterangan:

- Total Skor:
1. 3 = Tidak mengalami *morning sickness*
  2. 4-6 = *morning sickness* Ringan
  3. 7-12 = *morning sickness* Sedang

MASTER TABEL  
SKOR PUQE  
(FREKUENSI *MORNING SICKNESS*)

No	Nama Inisial	Umur	Kode	Pre - test	Kode	Hari 3	Kode	Hari 6	Kode	Post-test	Kode
1	Ny.A	24	2	7	3	5	2	5	2	4	2
2	Ny.I	23	2	8	3	7	3	5	2	3	1
3	Ny.R	20	2	8	3	6	2	5	2	4	2
4	Ny.D	30	2	7	3	6	2	5	2	3	1
5	Ny.R	20	2	12	3	10	3	8	3	5	2
6	Ny.H	32	2	10	3	9	3	7	3	5	2
7	Ny.L	30	2	10	3	9	3	8	3	6	2
8	Ny.N	29	2	6	2	5	2	4	2	3	1
9	Ny.Y	33	2	7	3	6	2	5	2	4	2
10	Ny.A	33	2	9	3	6	2	5	2	3	1
11	Ny.A	15	1	11	3	9	3	8	3	4	2
12	Ny.O	30	2	10	3	9	3	8	3	5	2
13	Ny.H	23	2	8	3	7	3	7	3	4	2
14	Ny.S	27	2	8	3	7	3	6	2	3	1
15	Ny.W	19	1	6	2	5	2	5	3	3	1
16	Ny.Y	22	2	8	3	7	3	4	2	3	1
17	Ny.N	32	2	12	3	11	3	5	2	6	2
18	Ny.S	30	2	7	3	6	2	9	3	3	1
19	Ny.S	17	1	8	3	6	2	5	2	3	1
20	Ny.I	21	2	10	3	8	3	6	2	3	1
21	Ny.S	27	2	9	3	7	3	5	2	4	2
22	Ny.R	34	2	11	3	8	3	6	2	3	1
23	Ny.K	26	2	9	3	7	3	6	2	4	2
24	Ny.A	23	2	6	2	6	2	4	2	3	1
25	Ny.E	20	2	7	3	6	2	5	2	3	1
26	Ny.N	25	2	5	2	4	2	4	2	3	1
27	Ny.A	23	2	6	2	5	2	5	2	3	1
28	Ny.C	20	2	7	3	6	2	4	2	3	1
29	Ny.O	29	2	7	3	6	2	5	2	3	1
30	Ny.I	28	2	8	3	6	2	5	2	3	1

Keterangan:

- Total Skor Kode:     1.     3 = Tidak mengalami *morning sickness*  
                                   2.   4-6 = *morning sickness* Ringan  
                                   3.   7-12 = *morning sickness* Sedang

Umur Kode: 1 = < 20 thn  
                   2 = 20-35 thn

### Hasil Pengolahan Data

#### Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid <20tahun	3	9.7	10.0	10.0
20-35tahun	27	87.1	90.0	100.0
Total	30	96.8	100.0	

#### Pretest

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid morning sickness ringan	4	13.3	13.3	13.3
morning sickness sedang	26	86.7	86.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

#### Posttest

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak mengalami morning sickness	18	60.0	60.0	60.0
morning sickness ringan	12	40.0	40.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

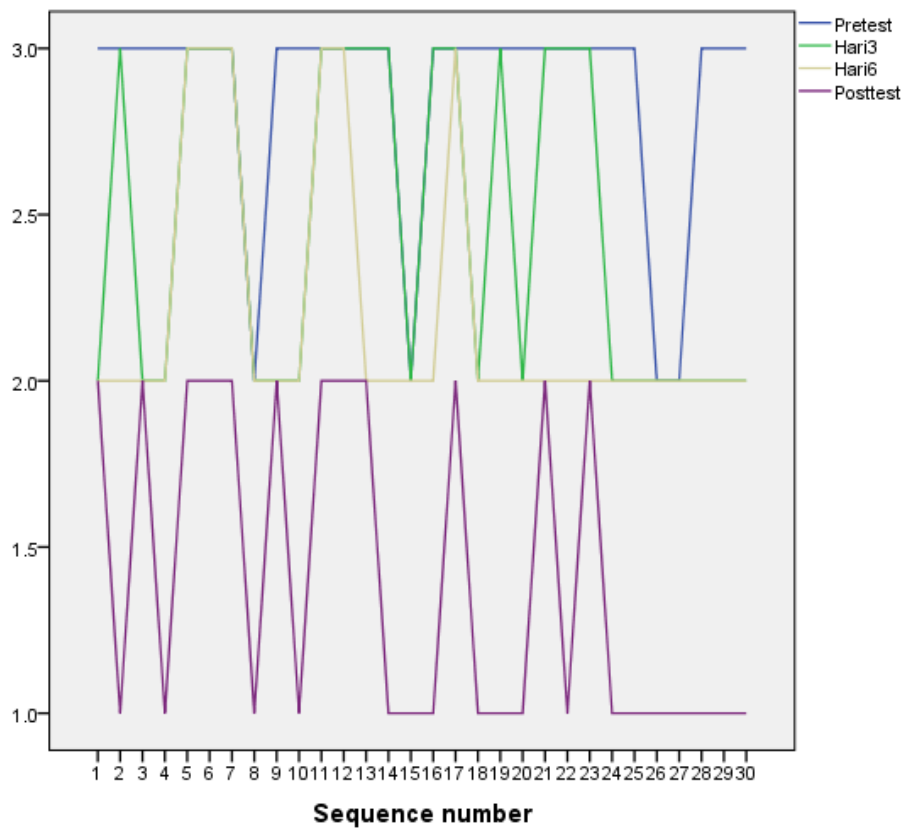
#### One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	30	2.87	.346	.063
Posttest	30	1.40	.498	.091

### One-Sample Test

	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pretest	45.413	29	.000	2.867	2.74	3.00
Posttest	15.389	29	.000	1.400	1.21	1.59

Time series



## Lina Tello Pabate.docx

### ORIGINALITY REPORT

**20%**  
SIMILARITY INDEX

**18%**  
INTERNET SOURCES

**6%**  
PUBLICATIONS

**11%**  
STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<a href="http://repository.poltekkes-tjk.ac.id">repository.poltekkes-tjk.ac.id</a> Internet Source	<b>2%</b>
<b>2</b>	<a href="http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id">repository.poltekkesbengkulu.ac.id</a> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<b>2%</b>
<b>4</b>	<a href="http://repositori.uin-alauddin.ac.id">repositori.uin-alauddin.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<a href="http://jurnal.poltekkespalu.ac.id">jurnal.poltekkespalu.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<a href="http://repository.unair.ac.id">repository.unair.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<a href="http://repository.unhas.ac.id">repository.unhas.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<a href="http://id.scribd.com">id.scribd.com</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>9</b>	<a href="http://repository.umpri.ac.id">repository.umpri.ac.id</a> Internet Source	<b>&lt;1%</b>

## **BIODATA PENELITI**



Penulis bernama Lina Tello Pabate, lahir di Palawa pada tanggal 21 April 1991 dari pasangan Ibu Martha dan Bapak Alm Petrus Tello. Anak pertama dari tiga bersaudara. Penulis bertempat tinggal di Desa Rainis Batupenga Kec Rainis Kepulauan Talaud Sulut.

Penulis menyelesaikan Pendidikan Sekolah dasar di SDN 45 Palawa (1997-2003). Kemudian melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMPN 1 Sa'dan Balusu (2003-2006), lalu menempuh pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMAN 1 Sesean (2006-2009) dan penulis melanjutkan studi pendidikan Perguruan Tinggi jenjang Diploma III Kebidanan di Akademi Kebidanan Nusantara Jaya Makassar (2009-2012). Kemudian melanjutkan pendidikan Perguruan Tinggi jenjang DIV di Poltekkes Kemenkes Makassar mulai tahun 2023 sampai tahap profesi bidan. Penulis masih terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Dimploma IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar.