

**SKRIPSI**

**PENGARUH AROMATHERPY MINYAK SEREH TERHADAP  
GEJALA *POSTPARTUM BLUES* PADA IBU PRIMIPARA  
DI PMB WILAYAH KERJA KECAMATAN  
SUMBERMANJING WETAN  
KABUPATEN MALANG**



**OLEH :**

**SABITA NAURAH RULLITA PUTRI**

**196017**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS DR SOEPRAOEN  
MALANG  
2022/2023**

**SKRIPSI**

**PENGARUH AROMATHERPY MINYAK SEREH TERHADAP  
GEJALA *POSTPARTUM BLUES* PADA IBU PRIMIPARA  
DI PMB WILAYAH KERJA KECAMATAN  
SUMBERMANJING WETAN  
KABUPATEN MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan  
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan  
Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr Soepraoen



**OLEH ;**

**SABITA NAURAH RULLITA PUTRI**

**196017**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS DR SOEPRAOEN  
MALANG  
2022/2023**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sabita Naurah Rullita Putri  
Tempat / tanggal lahir : Malang, 08 Januari 2001  
NIM : 196017  
Alamat : Jln Kauman Sumbermanjing Wetan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Pengaruh Aromatherapy Minyak Sereh Terhadap Gejala *Postpartum Blues* Pada Ibu Primipara Di PMB Kerja Wilayah Kerja Kecamatan Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang" merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah dibuat oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 08 Juli 2023

Yang Menyatakan

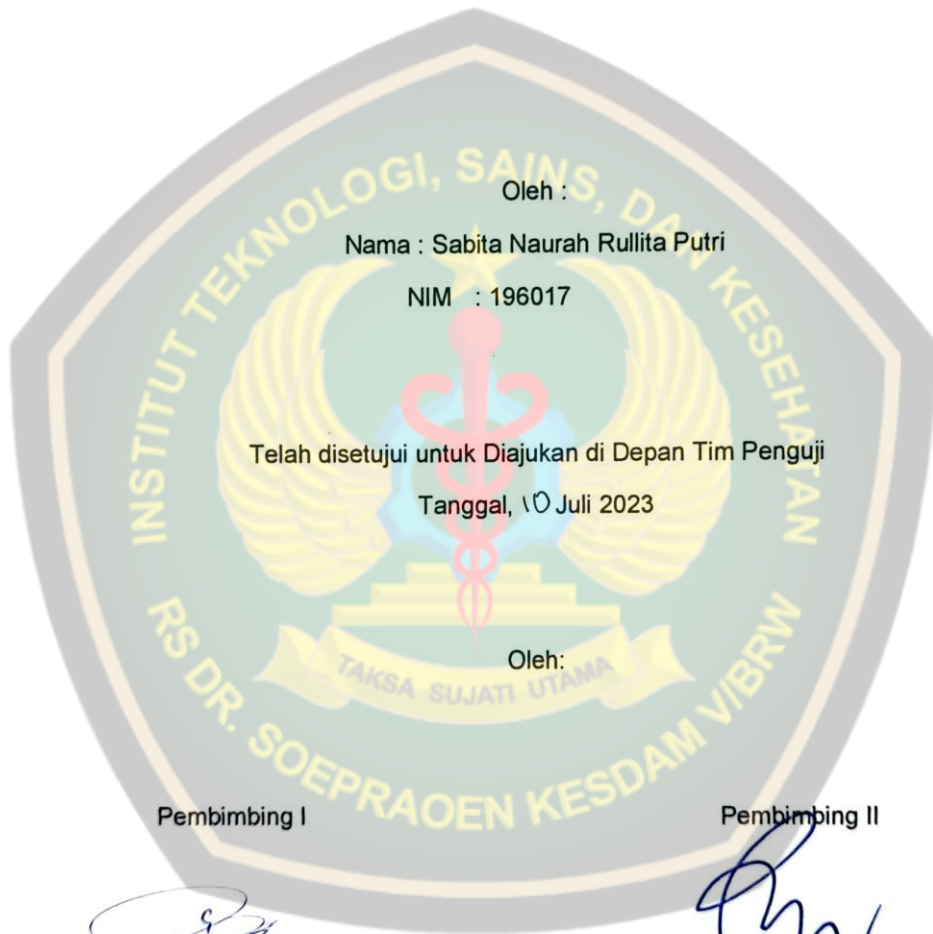
Sabita Naurah Rullita Putri

NIM. 19.60.17

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**"Pengaruh Aromatherapy Minyak Sereh Terhadap Gejala *Post Partum Blues* Pada Ibu Primipara Di PMB Wilayah Kerja Kecamatan Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang"**



Oleh :

Nama : Sabita Naurah Rullita Putri

NIM : 196017

Telah disetujui untuk Diajukan di Depan Tim Penguji

Tanggal, 10 Juli 2023

Oleh:

Pembimbing I

**Sulistiyah, S.SiT.,M.Kes**

Pembimbing II

**Rosyidah Alfitri, SST.,M.PH**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**"Pengaruh Aromatherapy Minyak Sereh Terhadap Gejala *Post Partum Blues* Pada Ibu Primipara Di PMB Wilayah Kerja Kecamatan Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang"**

Oleh :

Nama : Sabita Naurah Rullita Putri

NIM : 196017

Telah dipertahankan dan disetujui oleh Tim Penguji  
Pada Sidang Skripsi di Program Studi Sarjana Kebidanan  
Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr.Soepraoen

Malang

Tanggal : 09 Agustus 2023

OLEH TIM PENGUJI :

Anik Sri Purwanti, SST.,M.Keb  
Penguji 1

(.....) (09-08-2023)  
Tanda Tangan Tanggal

Sulistiyah, S.SiT., M.Kes  
Penguji 2

(.....) (07-08-2023)  
Tanda Tangan Tanggal

Rosyidah Alfitri, SST.,M.PH  
Penguji 3

(.....) (08-08-2023)  
Tanda Tangan Tanggal

Tanggal

Malang, 09 Agustus 2023

Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan

Institute Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr.Soepraoen



Ina Indriati, SST., M.Kes

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Aromatherapy Minyak Sereh Terhadap Gejala *Postpartum Blues* Pada Ibu Primipara Di PMB Wilayah Kerja Kecamatan Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang”** sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Sarjana pada Program studi Sarjana Terapan Kebidanan Insitut teknologi sains dan Kesehatan Rs. dr. Soepraoen V KesdaM Brawijaya Malang.

Dalam menyelesaikan proposal ini, penulis banyak sekali mendapatkan bantuan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Arief Efendi, SMPH, SH, (Adv), S.Kep., Ners, M.M, M.Kes selaku Rektor Insitu Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Malang.
2. Ina Indriati, S.ST.,M.Kes selaku Kaprodi D4 Sarjana Terapan Kebidanan Insitut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr Soepraoen Malang.
3. Sulistiyah, S.SiT.,M.Kes selaku pembimbing I dan penguji II dalam sidang skripsi yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Rosyidah Alfitri., SST., M.PH selaku pembimbing II dan penguji III sidang skripsi yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Anik Sri Purwanti, SST.,M.Keb selaku penguji I sidang skripsi yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ida Rohmawati, S.Tr.Keb yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian.
7. Nurhasanah, S.Tr.Keb yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian.
8. Orang tua dan keluarga atas cinta, dukungan dan doa yang selalu diberikan sehingga skripsi ini selesai pada waktunya.

9. Rekan seangkatan dan teman lainnya yang turut serta membantu dan memberi dukungan dalam penyusunan proposal ini.

Penulis menyadari masih terdapat kekurangan dan kelemahan dalam penyusunan penelitian ini. Akhirnya penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak demi perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atau segala amal yang telah diberikan dan semoga karya ini berguna bagi penulis sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.



Malang, 08 Juli 2023

Peneliti

## ABSTRAK

Naurah, Sabita R.P 2023. *Pengaruh Aromatherapy Minyak Sereh Terhadap Gejala Postpartum Blues Pada Ibu Primipara Di PMB Wilayah Kerja Kecamatan Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang*. Skripsi Institut Teknologi Sains dan kesehatan RS. dr. Soepraoen Malang. Pembimbing 1 Sulistiyah, S.SiT.,M.Kes. Pembimbing II Rosyidah Alfitri, S.ST.,M.PH

**Latar Belakang** : Postpartum blues merupakan problem psikis sesudah melahirkan seperti timbulnya perasaan sedih, cemas, kemurungan, kehilangan nafsu makan, gangguan tidur, dan terkadang tidak peduli dengan bayinya, jika keadaan ini terjadi secara terus-menerus dan tidak segera diatasi maka ibu akan jatuh pada keadaan depresi. Di Indonesia angka kejadian postpartum blues antara 50-70% dari wanita pasca persalinan. **Tujuan**: Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh aromatherapy terhadap gejala postpartum blues pada ibu primipara di PMB wilayah kerja Kecamatan Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang. **Metode**: penelitian ini menggunakan *pre-Ekperimen* dengan pendekatan *One Grup Pre Test Post Test*. Teknik sampling menggunakan *Accidental Sampling* dengan jumlah sampel 12 ibu postpartum blues, instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner EPDS. Analisa data hasil penelitian ini meliputi analisa univariat dan bivariate menggunakan *Uji Wilcoxon Paired Match Test*. **Hasil** : Penelitian ini berdasarkan analisis statistik diperoleh nilai  $p$  sebesar 0.002 ( $p < 0,05$ ) yang artinya adanya pengaruh aromatherapy minyak sereh terhadap gejala postpartum blues pada ibu primipara di PMB wilayah kerja Kecamatan Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang. **Kesimpulan**: Ada pengaruh aromatherapy minyak sereh terhadap gejala postpartum blues pada ibu primipara. Dengan adanya penelitian ini diharapkan ibu yang mengalami postpartum blues dapat menggunakan aromatherapy minyak sereh sebagai terapinya.

**Kata kunci** : aromatherapy minyak sereh, postpartum blues, primipara



## ABSTRACT

Naurah, Sabita R.P 2023. *The effect of lemongrass oil aromatherapy on postpartum blues symptoms in primipara mothers in PMB working area Sumbermanjing Wetan District, Malang Regency.* Thesis of the Institute of Science and Health Technology Hospital. dr. Soepraoen Malang. Supervisor 1 Sulistiyah, S.SiT., M.Kes. Supervisor II Rosyidah Alfitri, S.ST., M.PH

**Background:** Postpartum blues is a psychological problem after childbirth such as feelings of sadness, anxiety, moodiness, loss of appetite, sleep disorders, and sometimes do not care about the baby, if this situation occurs continuously and is not immediately overcome then the mother will fall into a state of depression. In Indonesia, the incidence of postpartum blues is between 50-70% of postpartum women. **Objective:** The purpose of this study was to analyze the effect of aromatherapy on postpartum blues symptoms in primiparous mothers in PMB working area Sumbermanjing Wetan District, Malang Regency. **Method:** this study uses pre-Experiment with One Group Pre Test Post Test approach. The sampling technique uses Accidental Sampling with a sample number of 12 postpartum blues mothers, the instrument used is an EPDS questionnaire sheet. Data analysis of the results of this study includes univariate and bivariate analysis using the Wilcoxon Paired Match Test. **Results:** This study based on statistical analysis obtained a p value of 0.002 ( $p < 0.05$ ) which means that there is an effect of lemongrass oil aromatherapy on postpartum blues symptoms in primipara mothers in PMB working area Sumbermanjing Wetan District, Malang Regency. **Conclusion:** There is an effect of lemongrass oil aromatherapy on postpartum blues symptoms in primiparous mothers. With this research, it is hoped that mothers who experience postpartum blues can use lemongrass oil aromatherapy as therapy.

**Keywords** : lemongrass oil aromatherapy, postpartum blues, primiparous

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Bagi Responden .....	5
1.4.2 Bagi Tempat Penelitian.....	5
1.4.3 Bagi Instituti Pendidikan .....	5
1.4.4 Bagi Peneliti .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
2.1 Konsep Dasar Nifas .....	6
2.1.1 Pengertian.....	6
2.1.2 Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Masa Nifas .....	6
2.1.3 Tahapan Masa Nifas.....	8
2.1.4 Lochea .....	8
2.1.5 Perubahan Psikologis .....	10
2.2 Konsep Dasar Post Partum Blues .....	11
2.2.1 Pengertian.....	11
2.2.2 Faktor Penyebab <i>Post Partum Blues</i> .....	11
2.2.3 Gejala <i>Post Partum Blues</i> .....	13

2.2.4	Dampak <i>Post Partum Blues</i> Pada Bayi.....	14
2.2.5	Penyebab timbulnya <i>post partum blues</i> menurut (Nurul Azizah, 2019) sebagai berikut: .....	14
2.2.6	Cara mengatasi <i>post partum blues</i> menurut (Nurul Azizah, 2019) adalah sebagai berikut:.....	16
2.2.7	Tingkatan Depresi.....	16
2.2.8	Skринing EPDS (Edinburgh Postnatal Depression Scale) .....	21
<b>2.3</b>	<b>Konsep Aromatherapy Minyak Sereh.....</b>	<b>22</b>
2.3.1	Pengertian.....	22
2.3.2	Bentuk – Bentuk Aromatherapy.....	23
2.3.3	Penggunaan Aromatherapy.....	24
2.3.4	Macam – macam Tanaman yang dapat dimanfaatkan dalam pembuatan aromaterapi diantaranya yaitu : .....	25
2.3.5	Sereh.....	25
2.3.6	Zat Yang Terkandung Pada Minyak Sereh .....	26
2.3.7	Morfologi Tanaman Sereh .....	27
2.3.8	Manfaat Tanaman Serai .....	28
2.3.9	Mekanisme Aromatherapy Minyak Sereh .....	31
<b>2.4</b>	<b>Penelitian Relevan .....</b>	<b>32</b>
<b>2.5</b>	<b>Kerangka Konsep .....</b>	<b>33</b>
<b>2.6</b>	<b>Hipotesis .....</b>	<b>35</b>
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>36</b>
3.1	Desain Penelitian.....	36
3.2	Kerangka Kerja.....	37
3.3	Populasi, Sampel, dan Sampling .....	39
3.3.1	Populasi .....	39
3.3.2	Sampel.....	39
3.3.3	Teknik Sampling .....	40
3.4	Identifikasi Variabel .....	40
3.4.1	Jenis Variabel .....	40
3.5	Definisi Operasional .....	41
3.6	Teknik Pengumpulan Data dan Analisa Data.....	42
3.6.1	Teknik Pengumpulan Data .....	42
3.6.2	Teknik Mengelola Data .....	44
3.6.3	Analisa Data.....	46

3.7	Rencana Penelitian .....	48
3.8	Etika Penelitian .....	48
3.8.1	Informed Consent (Lembar Persetujuan) .....	48
3.8.2	Anonimity (tanpa nama).....	48
3.8.3	Confidentiality (kerahasiaan) .....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>		<b>50</b>
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	50
4.2	Data Umum.....	51
4.2.1	Karakteristik responden berdasarkan usia .....	51
4.2.2	Karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir .....	51
4.2.3	Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan .....	52
4.2.4	Karakteristik responden berdasarkan tempat tinggal .....	52
4.2.5	Karakteristik responden berdasarkan hari pemberian aromatherapy pada ibu postpartum blues .....	53
4.3	Data Khusus .....	53
4.3.1	Mengidentifikasi responden postpartum blues sebelum pemberian aromatherapy.....	54
4.3.2	Mengidentifikasi postpartum blues berdasarkan setelah pemberian aromatherapy.....	54
4.3.3	Mengidentifikasi postpartum blues berdasarkan sebelum dan setelah pemberian aromatherapy.....	55
4.4	Hasil Uji.....	56
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>		<b>57</b>
5.1	Pembahasan.....	57
5.1.1	Mengidentifikasi Gejala Postpartum Blues Pada Ibu Primipara ..	57
5.1.2	Mengidentifikasi Gejala Postpartum Blues Pada Ibu Primipara ...	60
5.1.3	Menganalisis Pengaruh Aromatherapy Minyak Sereh Terhadap Gejala Postpartum Blues Pada Ibu Primipara .....	62
5.2	Keterbatasan.....	64
<b>BAB VI PENUTUP.....</b>		<b>65</b>
6.1	Kesimpulan .....	65
6.2	Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>67</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>70</b>

## DAFTAR TABEL

---

Tabel 2. 1 Penelitian Relevan .....	32
Tabel 3.1 One Groups Pretest-Posttest Design .....	36
Tabel 3.2 Tabel Definisi Operasional .....	41
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis usia di PMB Wilayah Kerja Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang. ....	51
Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan terakhir ibu nifas di PMB Wilayah kerja Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang. ....	51
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan ibu nifas di PMB Wilayah kerja Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang .....	52
Tabel 4.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tempat tinggal ibu nifas di PMB Wilayah Kerja Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang .....	52
Tabel 4.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan sebelum pemberian aromatherapy minyak sereh pada ibu postpartum blues di PMB Wilayah Kerja Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang .....	53
Tabel 4.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan setelah pemberian aromatherapy minyak sereh pada ibu postpartum blues di PMB Wilayah Kerja Sumbermanjing Wetan Kabupaten Malang .....	54
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Tabulasi Silang Sebelum Pemberian aromaterapi dan gejala <i>postpartum blues</i> .....	55
Tabel 4. 8 Uji Wilcoxon Test .....	56

## DAFTAR GAMBAR

---

- Gambar 2.1 Mekanisme Aromatherapy Minyak Sereh ..... 31
- Gambar 2.2 Kerangka Konsep Pengaruh Aromatherapy Minyak Sereh Terhadap Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Primipara... 34
- Gambar 3.1 Kerangka Kerja penelitian pengaruh aromatherapy minyak sereh terhadap gejala postpartum blues ibu primipara ..... 38



## DAFTAR LAMPIRAN

---

Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Skripsi .....	70
Lampiran 2 Lembar Studi Pendahuluan.....	71
Lampiran 3 Lembar Surat Balasan .....	72
Lampiran 4 Lembar Surat Balasan .....	73
Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	74
Lampiran 6 Inform Consent .....	75
Lampiran 7 Surat Uji Etik.....	76
Lampiran 8 Lembar Kuesioner <i>Postpartum blues</i> .....	77
Lampiran 9 SOP Pemberian Aromatherapy Minyak Sereh .....	83
Lampiran 10 Lembar <i>Evaluasi</i> .....	85
Lampiran 11 <i>Master Sheet</i> .....	90
Lampiran 12 Lampiran SPSS, data umum, data khusus .....	94
Lampiran 13 <i>Dokumentasi</i> .....	97

## DAFTAR SINGKATAN

---

Singkatan	Nama
%	: Presentase
=	: Sama dengan
-	: Kurang
<	: Kurang dari
.	: Titik
,	: Koma
“	: Tanda petik
/	: Atau
?	: Tanda tanya
(...)	: Kurung buka dan tutup
-	: Sampai
&	: Dan
n	: Besar Sampel
N	: Besar Populasi
dkk	: dan kawan-kawan
Kaprodi	: Kepala Program Studi
Letkol	: Letnan Kolonel
M.Kes	: Magister Kesehatan
M.K.M	: Magister Kesehatan Masyarakat
M.PH	: Master of Publik Health
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
No	: Nomor
PMB	: Praktek Mandiri Bidan



S.H	: Sarjana Hukum
S.ST	: Sarjana Sains Terapan
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SPO	: Standar Prosedur Operational
Yth	: Yang Terhormat

