

SKRIPSI

**EFEKTIFITAS AROMATERAPI PANDAN DAN SEREH
WANGI TERHADAP KENYAMANAN PADA
MAHASISWA DI ASRAMA PUTRI
KEBIDANAN POLTEKKES
KEMENKES MEDAN
TAHUN 2024**



CITRA ESTI PEBRINA GINTING
P07524420056

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2024**

SKRIPSI
EFEKTIFITAS AROMATERAPI PANDAN DAN SEREH
WANGI TERHADAP KENYAMANAN PADA
MAHASISWA DI ASRAMA PUTRI
KEBIDANAN POLTEKKES
KEMENKES MEDAN
TAHUN 2024

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan



CITRA ESTI PEBRINA GINTING
P07524420056

Pembimbing :

Pembimbing I : Betty Mangkuji, SST, M.Keb

Pembimbing II : Tri Marini SN, SST, M.Keb

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Citra Esti Pebrina Ginting

NIM : P07524420056

Tanggal : 03 Juli 2024

Yang menyatakan,

(Citra Esti Pebrina Ginting)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Medan, saya yang bertanda tangan dibawah ini .

NAMA	: CITRA ESTI PEBRINA
NIM	: P07524420056
Program Studi/Jurusan	: Sarjana Terapan Kebidanan
Judul Penelitian	: Efektifitas Aromaterapi Pandan Dan Sereh Wangi Terhadap Kenyamanan Pada Mahasiswa Di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2024

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Medan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive royalty- Free Right)** atas Skripsi saya yang berjudul :

Efektifitas Aromaterapi Pandan Sereh Wangi Terhadap Kenyamanan Pada Mahasiswa Di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2024

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalt Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Medan berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola 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.

Dibuat di Medan
Pada Tanggal 03 Juli 2024
Yang menyatakan

(Citra Esti Pebrina Ginting)

LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA : CITRA ESTI PEBRINA
NIM : P07524420056
JUDUL PENELITIAN : Efektifitas Aromaterapi Pandan Dan Sereh Wangi
Terhadap Kenyamanan Pada Mahasiswa Di Asrama
Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun
2024

Skripsi Ini Telah Disetujui Oleh Pembimbing Pada Tanggal:

14 Juni 2024

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Betty Mangkuji, SST, M. Keb
NIP. 196609101994032001

Pembimbing Pendamping

Tri Marini SN, SST, M. Keb
NIP. 198003082001122002

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan Medan

Arihta Br Sembiring, SST, M. Kes
NIP. 197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : CITRA ESTI PEBRINA
NIM : P07524420056
Program Studi/Jurusan : Sarjana Terapan Kebidanan Medan
Judul Penelitian : Efektifitas Aromaterapi Pandan Dan Sereh
Wangi Terhadap Kenyamanan Pada Mahasiswa
di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes
Medan Tahun 2024

Telah Berhasil Dipertahankan di Hadapan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai
Bagian Peryaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan
Kebidanan Pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes
Medan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan
Pada Tanggal 14 Juni 2024

DEWAN PENGUJI

1. Betty Mangkuji, SST,M. Keb ()
NIP. 196609101994032001
2. Tri Marini SN, SST, M. Keb ()
NIP. 198003082001122002
3. Yulina Dwi Hastuty, S. Kep, Ners, M. Biomed ()
NIP. 197807012000032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan Medan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Arihta Br Sembiring, SST, M. Kes
NIP. 197002131998032001

EFEKTIFITAS AROMATERAPI PANDAN DAN SEREH WANGI TERHADAP KENYAMANAN PADA MAHASISWA DI ASRAMA PUTRI KEBIDANAN POLTEKKES MEDAN TAHUN 2024

Citra Esti Pebrina Ginting

Kemenkes Poltekkes Medan
Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan
Email: citraesti29072002@gmail.com

ABSTRAK

Masalah yang sering terjadi pada mahasiswa tingkat pertama adalah masih mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru selama diasrama khususnya mahasiswa kebidanan. Kenyamanan selama di asrama sangat penting untuk menjaga suasana hati mahasiswa oleh karena itu salah satu cara menjaga rasa nyaman dapat diperoleh dengan menghirup pewangi ruangan atau aromaterapi alami. Manajemen kenyamanan dengan menghirup aromaterapi pandan dan sereh wangi menjadi alternatif yang tepat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas aromaterapi pandan dan sereh wangi terhadap kenyamanan pada mahasiswa di asrama putri kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2024. Metode penelitian adalah penelitian kuantitatif ekperimental semu (*quasi experimental*) dengan rancangan *two group pretest – posttest without control group* dengan melakukan *pretest* sebelum memberikan perlakuan dan *posttest* setelah memberikan perlakuan. Penelitian dilakukan di asrama Poltekkes Kemenkes Medan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampel 100 orang mahasiswa kebidanan berjumlah 26 kamar. Instrumen penelitian menggunakan lembar *Short GCQ (Shortened General Comfort Questionnaire)*. Hasil penelitian ini adalah ada perbedaan tingkat kenyamanan sebelum dan sesudah aromaterapi pandan. Hasil Uji Wilcoxon, diperoleh nilai 0,180 ($p\text{-value} > \alpha 0,005$), Ada perbedaan tingkat kenyamanan sebelum dan sesudah aromaterapi sereh wangi. Hasil Uji Wilcoxon, diperoleh nilai 0,004 ($p\text{-value} > \alpha 0,005$). Dapat disimpulkan bahwa pengaruh aromaterapi sereh wangi lebih efektif dibandingkan aromaterapi pandan dalam meningkatkan kenyamanan pada mahasiswa kebidanan. Diharapkan aromaterapi pandan dan aromaterapi sereh wangi dapat menjadi alternatif untuk menjaga kenyamanan mahasiswa selama di asrama.

Kata Kunci: Aromaterapi Pandan, Aromaterapi Sereh Wangi, Kenyamanan,
Mahasiswa kebidanan

EFFECTIVENESS OF *PANDAN* AND CITRONELLA AROMATHERAPY ON COMFORT OF STUDENT IN WOMEN DORMITORY OF MEDAN HEALTH POLYTECHNIC IN 2024

Citra Esti Pebrina Ginting

**Medan Health Polytechnic of Ministry of Health
Bachelor Program of Applied Health Science In Midwifery
Email: citraesti29072002@gmail.com**

ABSTRACT

The problem that often occurs in first-year students is that they still have difficulty adapting to the new environment while in the dormitory, especially midwifery students. Comfort while in the dormitory is very important to maintain the mood of students, therefore one way to maintain a sense of comfort can be obtained by inhaling air fresheners or natural aromatherapy. Comfort management by inhaling pandanus and citronella aromatherapy is the right alternative. The purpose of this study was to determine the effectiveness of pandanus and citronella aromatherapy on comfort in students in the midwifery women's dormitory of the Medan Health Polytechnic in 2024. The research method was quasi-experimental quantitative research with a two-group pretest-posttest without control group design by conducting a pretest before giving treatment and a posttest after giving treatment. The research was conducted at the Medan Health Polytechnic's dormitory. The sampling technique used total sampling with a sample size of 100 midwifery students in 26 rooms. The research instrument used the Short GCQ (Shortened General Comfort Questionnaire) sheet. The results of this study showed differences in comfort levels before and after pandan aromatherapy. Wilcoxon Test results obtained a value of 0.180 ($p\text{-value} > \alpha 0.005$), There was a difference in comfort levels before and after citronella aromatherapy. Wilcoxon Test results obtained a value of 0.004 ($p\text{-value} > \alpha 0.005$). It can be concluded that the effect of citronella aromatherapy is more effective than pandan aromatherapy in increasing comfort in midwifery students. It is hoped that *pandan* aromatherapy and citronella aromatherapy can be an alternative to maintain student comfort while in the dormitory.

Keywords: Pandan Aromatherapy, Citronella Aromatherapy, Comfort, Midwifery students



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan rahmat-Nya yang selalu dilimpahkan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Adapun judul skripsi ini adalah **“Efektifitas Aromaterapi Pandan dan Sereh Wangi Terhadap Kenyamanan pada Mahasiswa di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan”** disusun sebagai persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Jurusan Kebidanan Medan untuk mencapai gelar sarjana terapan kebidanan.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bimbingan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati dan rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. RR. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
4. Betty Mangkuji, SST, M.Keb selaku Pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Tri Marini, SST, M.Kes selaku Pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Yulina Dwi Hastuty, S.Kep, Ners, M.Biomed selaku Penguji yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Ucapan terimakasih banyak kepada orang tua saya bapak Romel Ginting dan ibu Sehat Br Sembiring Kembaren yang telah memberikan semangat serta materi maupun dukungan moral dalam penyusunan skripsi ini.
8. Kepada sahabat saya Asryani Loveta Mangunsong, Cici Suranika br. Sembiring, Mutiara Kencana br. Sinulingga, Elsy Nafisah yang selalu bersama sama selama masa perkuliahaan hingga mendukung dan membantu penulis selama penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh rekan mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan Medan yang bersama-sama berjuang dalam menyelesaikan skripsi.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua, akhir kata penulis mengucapkan terimakasih dan berharap skripsi ini dapat bermanfaat untuk semua pihak.

Medan, 14 Juni 2024

Citra Esti Pebrina Ginting

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Dasar Kenyamanan.....	8
B. Konsep Dsar Aromaterapi.....	11
C. Konsep Aromaterapi Pandan.....	19
D. Konsep Dasar Sereh Wangi.....	21
E. Kerangka Teori.....	23
F. Kerangka Konsep.....	24
G. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	25
B. Populasi dan Sampel.....	26
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
D. Variabel Penelitian.....	28
E. Defenisi Operasioanal.....	28
F. Teknik Pengumpulan Data.....	30

G. Instrument dan Bahan Penelitian.....	31
H. Prosedur Penelitian.....	33
I. Teknik Pengolahan Data.....	34
J. Etika Penelitian.....	34
K. Analisa Data.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Hasil Penelitian.....	37
B. Pembahasan.....	41
C. Keterbatasan Penelitian.....	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	28
Tabel 4.1 Distribusi Kenyamanan Sebelum Pemberian Aromaterapi Pandan.....	37
Tabel 4.2 Distribusi Kenyamanan Sesudah Pemberian Aromaterapi Pandan.....	38
Tabel 4.3 Distribusi Kenyamanan Sebelum Pemberian Aromaterapi Sereh Wangi.....	39
Tabel 4.4 Distribusi Kenyamanan Sesudah Pemberian Aromaterapi Sereh Wangi.....	39
Tabel 4.5 Pengaruh Aromaterapi Pandan Terhadap Kenyamanan.....	40
Tabel 4.6 Pengaruh Aromaterapi Sereh Wangi Terhadap Kenyamanan.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	24
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	25
Gambar 3.2 Prosedur Penelitian.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Survei Awal.....	54
Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Penelitian.....	55
Lampiran 3 Surat Balasan Izin Penelitian.....	56
Lampiran 4 Surat Ethical Clearance.....	57
Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	58
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	59
Lampiran 7 Lembar Standar Operasional Prosedur.....	60
Lampiran 8 Lembar Kuesioner Pretest.....	61
Lampiran 9 Lembar Kuesioner Posttest.....	62
Lampiran 10 Kartu Bimbingan Skripsi.....	63
Lampiran 11 Lembar Dokumentasi.....	67
Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup.....	71
Lampiran 13 Lampiran Jurnal.....	72
Lampiran 14 Hasil Turnitin Skripsi.....	82

