

KARYA TULIS ILMIAH



**KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK
MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II**

Disusun oleh :

DHEA KURNIA SARI

B2020003

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

TAHUN 2023

KARYA TULIS ILMIAH



**KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK
MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II**

Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan

Diploma III Kebidanan

Disusun oleh :

DHEA KURNIA SARI

B2020003

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

TAHUN 2023

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II

Disusun oleh :

DHEA KURNIA SARI

B2020003

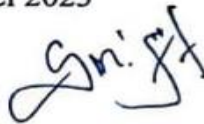
Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian KTI

Oleh :

Pembimbing : Siti Mutoharoh, S.Si.T., M. P. H

Tanggal : 19 Mei 2023

Tandatangan :



Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan

Program DIII



(Siti Mutoharoh, S.Si.T., M. P. H)

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II

yang dipersiapkan dan disusun oleh

DHEA KURNIA SARI

B2020003

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

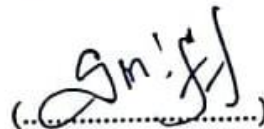
pada tanggal 18 Juli 2013

Penguji :

1. Rosmawati, S.Si.T., M.Keb



2. Siti Mutoharoh, S.Si.T., M. P. H



Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan



(Siti Mutoharoh, S.Si.T., M. P. H)

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, 17 Mei 2023

A handwritten signature in black ink is written over a red circular official stamp and a rectangular meter stamp. The red stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'KEMENTERIAN RI KEMAHAMAHAN DAN KEMASYARAKATAN'. The rectangular stamp is labeled 'METERAN TEMPEL' and contains the alphanumeric code 'ED3AKX485887130'.

(Dhea Kurnia Sari)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dhea Kurnia Sari
NIM : B2020003
Program Studi : D III Kebidanan
Jenis Karya : KTI (Karya Tulis Ilmiah)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I”

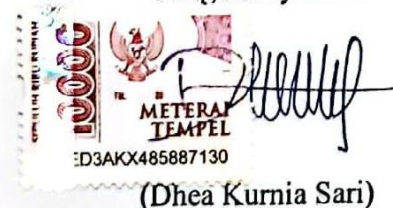
Beserta perangkat yang ada (Jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini. Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/memformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong

Pada tanggal: 17 Mei 2023

Yang Menyatakan


(Dhea Kurnia Sari)

KARYA TULIS ILMIAH

KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II¹

Dhea Kurnia Sari², Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H³

INTISARI

Latar Belakang: Ibu hamil mengalami perubahan fisiologis dan psikologis yang mengakibatkan ketidaknyamanan pada ibu hamil Trimester I. Salah satunya yaitu mual muntah. Hormon HCG merangsang produksi estrogen pada ovarium, yang meningkatkan keasaman lambung dan menyebabkan mual pada ibu hamil trimester I.

Tujuan: Pemberian pisang kepok untuk mengurangi keluhan mual muntah saat awal kehamilan.

Metode: Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode *deskriptif*, penerapan dilakukan selama 7 hari berturut-turut, dengan memberikan pisang kepok yang direbus selama 40 menit sebanyak 270 gram setiap harinya. Responden sebanyak 5 orang dengan kategori ibu hamil trimester I dengan mual muntah. Data diperoleh melalui observasi menggunakan skor PUQE dan dokumentasi.

Hasil: Dari penerapan konsumsi pisang kepok pada 5 responden yaitu terdapat perubahan mual dan muntah. setelah konsumsi pisang kepok selama 7 hari berturut-turut, kelima responden (100%) mengalami penurunan, yaitu skor PUQE pada Ny. A, Ny. N, Ny. E dan Ny. J adalah 4 yang terdiri dari 1, 1, 2 yaitu 1 (sudah tidak mengalami sakit perut), 1 (sudah tidak mengalami muntah), 2 (mengalami mual 1-2 kali). Ny. D adalah 3 yang terdiri dari 1, 1, 1 yaitu 1 (sudah tidak mengalami sakit perut), 1 (sudah tidak mengalami muntah), 1 (sudah tidak mengalami mual).

Kesimpulan: Penerapan konsumsi pisang kepok dapat menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Kata Kunci : Hamil, Fisiologis, Mual, Muntah, dan Pisang Kepok

Kepustakaan : 19 Pustaka (2015-2022)

Jumlah Halaman : xiii, 87, 3 lampiran

¹ Judul

² Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Diploma Tiga Universitas Muhammadiyah Gombong

³ Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPERS

CONSUMPTION OF BANANA KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) TO REDUCE THE FREQUENCY OF NAUSEAL VOMING IN TRIMESTER I PREGNANT WOMEN IN BANJARMANGU II HEALTH CENTER AREA¹

Dhea Kurnia Sari², Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H³

ABSTRACT

Background: Pregnant women experience physiological and psychological changes which result in discomfort for pregnant women in the first trimester. One of them is nausea and vomiting. The HCG hormone stimulates the production of estrogen in the ovaries, which increases gastric acidity and causes nausea in the first trimester of pregnant women.

Objective: Provided of kepok bananas to reduce complaints of nausea and vomiting during early pregnancy.

Method: This scientific writing used a descriptive method, this carried out for 7 consecutive days, by giving 270 grams of boiled kepok bananas for 40 minutes each day. Respondents were 5 people in the category of first trimester pregnant women with nausea and vomiting. Data obtained through observation of PUQE score and documentation.

Results: From the application of consuming pisang kepok to 5 respondents, there was a change in nausea and vomiting. after consuming kepok bananas for 7 consecutive days, the five respondents (100%) experienced a decrease, namely the PUQE score on Mrs. A, Mrs. N, Mrs. E and Mrs. J is 4 consisting of 1,1,2 namely 1 (no longer experiencing stomach pain), 1 (no longer experiencing vomiting), 2 (experiencing nausea 1-2 times). Mrs. D is 3 consisting of 1,1,1 namely 1 (no longer experiencing stomach pain), 1 (no longer experiencing vomiting), 1 (no longer experiencing nausea).

Conclusion: The application of kepok banana consumption can reduce the frequency of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester.

Keywords :Pregnancy, Physiology, Nausea, Vomiting, and Kepok Bananas

Literature :19 Libraries (2015-2022)

Number of pages :xiii, 87, 3 annexes

¹ Title

² Student of the Midwifery Study Program, Diploma Three, University of Muhammadiyah Gombong

³ Lecturer of Muhammadiyah University of Gombong

KATA PENGANTAR

Assalamuala 'ikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puja dan puji syukur senantiasa saya panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala (SWT) yang telah memberikan Rahmat serta Hidayah-Nya sehingga dalam penulisan karya tulis ilmiah ini saya tidak mengalami kendala yang berarti hingga terselesaikannya karya tulis ilmiah yang saya beri judul "Konsumsi Pisang Kepok (*Musa Paradisiaca*) Untuk Menurunkan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Triester I". Pada kesempatan ini, dalam penulisan karya tulis ilmiah ini saya mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak, oleh karenanya dari hati saya terdalam saya juga ingin mengungkapkan rasa terimakasih kepada :

- 1) Hj. Herniatun, M.Kes, selaku Ketua Universitas Muhammadiyah Gombong
- 2) Siti Mutoharoh, S.Si.T., M. P. H, selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong dan pembimbing yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan laporan ini
- 3) Rosmawati, S.Si.T., M.Keb selaku dosen penguji I (satu)
- 4) dr. Diah Ayu Puspitasari selaku Kepala Puskesmas Banjarmangu II
- 5) Bidan Novia Antasari, S.Tr.Keb, Bdn, selaku bidan Desa Kendaga
- 6) Seluruh responden yang telah bersedia untuk membantu menyelesaikan tugas akhir saya
- 7) Penghargaan yang khusus penulis sampaikan kepada orangtua tercinta Bapak Tohirin dan Ibu Bani Lestari yang selalu memberikan support baik morak maupun materi sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
- 8) Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan motivasi baik berupa sharing pendapat, motivasi dalam hal-hal lainnya dalam rangka pembuatan karya tulis ilmiah ini

Menyadari adanya berbagai keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, baik pengetahuan maupun pengalaman tentunya laporan *Karya Tulis Ilmiah* ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah yang tidak berkesudahan dan semoga dapat bermanfaat bagi kita semua (Aamiin).

Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Gombong, 17 Mei 2023



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GRAFIK.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	5
C. Manfaat	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori.....	7
1. Asuhan Kehamilan.....	7
2. Mual Muntah Pada Kehamilan	23
3. Pisang Kepok	29
B. Kerangka Teori	32
BAB III	33
METODE PENELITIAN.....	33
A. Jenis Studi Kasus	33
B. Subjek Studi Kasus	33
C. Fokus Studi Kasus.....	34
D. Definisi Operasional	34
E. Instrumen	35
F. Metode Pengumpulan Data.....	35
G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	37
H. Analisa Data dan Penyajian Data.....	37
I. Etika Studi Kasus	38
BAB IV	41
MANAJEMEN KASUS, HASIL, DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Manajemen Kasus.....	41
B. Hasil	77
C. Pembahasan.....	80
D. Kendala Penelitian	84
BAB V	85
PENUTUP	85
A. Kesimpulan	85
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	89

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor PUQE	24
Tabel 2. Karakteristik Pisang Kepok	30
Tabel 3. Kandungan Vitamin B6 Dalam Pisang Kepok.	31
Tabel 4. Definisi Operasional	34
Tabel 5. Pemberian Pisang Kepok Ny. A	47
Tabel 6. Evaluasi Ny. A	48
Tabel 7. Pemberian Pisang Kepok Ny. N	54
Tabel 8. Evaluasi Ny. N	55
Tabel 9. Pemberian Pisang Kepok Ny. D	61
Tabel 10. Evaluasi Ny. D	62
Tabel 11. Pemberian Pisang Kepok Ny. E	68
Tabel 12. Evaluasi Ny. E.....	69
Tabel 13. Pemberian Pisang Kepok Ny. J.....	75
Tabel 14. Evaluasi Ny. J	76
Tabel 15. Karakteristik Responden	77
Tabel 16. Skor PUQE Sebelum Mengkonsumsi Pisang Kepok.....	78
Tabel 17. Skor PUQE Setelah Mengkonsumsi Pisang Kepok.....	78
Tabel 18. Skor PUQE Sebelum dan Setelah Mengkonsumsi Pisang Kepok	79

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1. Kerangka teori	34
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan
Lampiran 2 *Informed Consent*
Lampiran 3 Lembar Konsultasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah kondisi dimana janin tumbuh dalam tubuh wanita. Lama kehamilan dibagi menjadi tiga, antara lain trimester I (1-13 minggu kehamilan atau 1-3 bulan kehamilan), trimester II (14-27 minggu kehamilan atau 4-6 bulan kehamilan), dan trimester III (6-9 bulan kehamilan) (Sianturi & Herawati, 2022).

Selama kehamilan trimester I terdapat berbagai hal yang sering dialami ibu hamil yaitu terjadinya ketidaknyamanan. Penyebab dari ketidaknyamanan tersebut adalah karena adanya peningkatan hormon estrogen dan progesteron. Ketidaknyamanan tersebut yaitu mual muntah, kelelahan, dan perubahan pada payudara, salah satu hal yang sering dialami di awal kehamilan adalah mual muntah (Rini Harini Ratih & Qomariah, 2017). Sebagian ibu hamil hanya merasakam mual tidak dengan muntah yang terjadi karena meningkatnya kadar hormon *chorionic gonadotrophin* (Paninsari et al., 2020).

Selama kehamilan pengalaman merasakan mual dan muntah sekitar 80%. Penyebab pasti mual muntah belum diketahui, tetapi beberapa faktor antara lain peningkatan hormon HCG (estrogen dan progesteron), usia, paritas, pendidikan, dan pekerjaan. Persentase kejadian *emesis gravidarum* dapat dilihat lebih tinggi pada usia subur (75%), ibu tidak bekerja lebih banyak mengalami *emesis gravidarum* (80%) dibandingkan dengan ibu

tidak bekerja, sedangkan responden lebih banyak mengalami *emesis gravidarum* pada paritas primigravida (Ratna, 2020). Biasanya gejala *emesis gravidarum* berawal dari 4 hingga 9 minggu kehamilan dan mulai menurun pada minggu ke 16 (Efrizal, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2016 jumlah kasus mual muntah adalah 12,5% dari total semua ibu hamil di dunia. Karena mual dan muntah, keseimbangan cairan ginjal dan jaringan hati dapat terganggu hingga *nekrosis*. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2016, data ibu hamil dengan mual muntah di Indonesia adaalah 14,8% dari seluruh jumlah kehamilan. Kejadian mual muntah pada ibu hamil primigravida 60-80% dan pada ibu hamil multigravida 40-60%. Menurut Survei Demogravitasi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2016 tercatat 45% ibu hamil di Indonesia mengalami *emesis gravidarum*, sedangkan pada tahun 2017 meningkat menjadi 58% ibu hamil dengan *emesis gravidarum* (Herawati et al., 2022).

Kondisi *emesis gravidarum* dapat berubah menjadi *hiperemesis gravidarum* dan sekitar 0,5-2% dapat menyebabkan kematian. *Hyperemesis gravidarum* dapat menyebabkan gangguan transportasi *polyunsaturated fatty acids* (PUFA) atau metabolisme di plasenta karena mual muntah serius yang dapat berisiko semakin bertambahnya gangguan status gizi ibu hamil (Efrizal, 2021).

Penatalaksanaan mual muntah bisa diobati melalui pengobatan farmakologi dan non farmakologi, salah satu pengobatannya adalah

piridoksin (vitamin B6) yang dapat mengatasi mual dan muntah saat hamil, dan pengobatan non farmakologi adalah konsumsi pisang kepok yang memiliki kandungan flavonoid dan vitamin B6 yang dapat menangani mual muntah selama kehamilan. Didalam pisang kandungan vitamin B6 merupakan vitamin yang larut pada air. Vitamin B6 juga bisa mendorong perkembangan sel sistem saraf pusat janin (Nurul Pratiwi, 2021).

Vitamin B6 yang dibutuhkan ibu hamil adalah 1,9 mg per hari. Dalam pisang kepok memiliki kandungan vitamin B, diantaranya yaitu riboflavin, vitamin B6 (*piridoxin*), amin, dan niasin. Pisang memiliki kandungan vitamin, antioksidan, dan mineral yang penting bagi tubuh, dan serat kebutuhan harian tubuh. Pisang adalah karbohidrat simpleks dan kompleks sehingga pisang bisa digunakan untuk meningkatkan daya tahan tubuh sebagai sumber energi. Pisang yang digunakan pada penelitian ini adalah pisang kepok kuning. Pisang kepok masuk dalam pisang yang biasa di olah. Pisang kepok juga bisa langsung dimakan setelah pisang kepok matang (Wahyuni & Syauqy, 2015).

Pisang memiliki kandungan vitamin B6, vitamin B6 memiliki manfaat sebagai koenzim dalam reaksi metabolisme, sintesis dan metabolisme protein terutama serotonin. Serotonin memiliki peran aktif untuk neurotransmitter pada kelancaran fungsi otak serta dalam mengatur keadaan emosi ibu hamil. Banyak peneliti percaya vitamin B6 memiliki manfaat dalam mengatasi *emesis gravidarum* saat kehamilan. Pengobatan

farmakologi dalam mengurangi *emesis gravidarum* saat hamil, yaitu dengan piridoksin (vitamin B6). Penanganan nonmedis dilakukan dengan mengatur pola makan ibu hamil, dukungan emosional, akupresur dan konsumsi pisang kepok yang mengandung flavonoid dan vitamin B6 bisa membantu mengurangi *emesis gravidarum* ibu hamil (Rini Hariani Ratih, 2018).

Beberapa penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa *emesis gravidarum* saat kehamilan berkurang secara signifikan setelah mengkonsumsi pisang kepok selama 7 hari berturut-turut (Paninsari et al., 2020). Studi selanjutnya dijelaskan bahwa mengkonsumsi pisang kepok memiliki pengaruh terhadap mual muntah pada kehamilan trimester I di Kabupaten Kampar (Rini Harini Ratih & Qomariah, 2017).

Pada jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan dijelaskan hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian pisang kepok memiliki pengaruh nyata terhadap penurunan *emesis gravidarum* saat kehamilan (Ratna, 2020). Pada jurnal keperawatan Malaysia dijelaskan bahwa terdapat pengaruh biskuit pisang kepok dalam menurunkan *emesis graidarum* (Kusmiyati et al., 2020). Studi selanjutnya mengungkapkan bahwa mengkonsumsi pisang kepok bisa mengurangi *emesis gravidatum* saat awal kehamilan (Herawati et al., 2022). Hasil penelitian selanjutnya menyatakan bahwa pisang kepok yang di rebus dalam 40 menit mengandung vitamin B6 yang secara signifikan dapat mengatasi mual muntah saat kehamilan (Rini Hariani Ratih, 2018). Berdasarkan hasil penelitian lebih lanjut, konsumsi

pisang kepok bisa menurunkan *emesis gravidarum* saat awal kehamilan di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu (Nurul Pratiwi, 2021).

Berdasarkan data yang diperoleh pada tanggal 09 April 2023 selama 3 bulan terakhir yaitu bulan Januari 2023 sampai dengan bulan Maret 2023 dari 182 ibu hamil trimester I di Puskesmas Banjarmangu II, terdapat 120 ibu hamil yang mengalami mual muntah. Di Puskesmas Banjarmangu II ini belum menerapkan pisang kepok sebagai pengobatan non farmakologi untuk mengurangi mual muntah saat usia kehamilan muda, sehingga penulis tertarik menerapkan pisang kepok sebagai alternatif non farmakologi dan mengambil judul “Konsumsi Pisang Kepok (*Musa Paradisiaca*) Untuk Menurunkan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan studi kasus ini adalah pemberian pisang kepok untuk mengurangi keluhan mual muntah saat awal kehamilan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik ibu hamil, yaitu usia, pendidikan, dan paritas.
- b. Mengetahui frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum mengonsumsi pisang kepok.
- c. Mengetahui frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I setelah mengonsumsi pisang kepok.

C. Manfaat

1. Manfaat bagi ibu hamil

Dapat mengetahui manfaat pisang kepok sehingga bisa mengurangi frekuensi mual muntah saat awal kehamilan.

2. Manfaat bagi praktisi (tempat penelitian)

Mampu memberikan informasi yang berkaitan dengan inovasi pendidikan kesehatan yang dapat digunakan untuk menambah pengetahuan mengenai konsumsi pisang kepok untuk mengurangi frekuensi mual muntah pada trimester I kehamilan.

3. Manfaat bagi peneliti

Peneliti dapat melihat gambaran konsumsi pisang kepok untuk menurunkan frekuensi mual muntah pada trimester I kehamilan, dan mendapatkan pengalaman langsung dari proses penelitian.

4. Universitas Muhammadiyah Gombong

Manfaat bagi akademik yaitu dapat menambah referensi dan informasi baru tentang konsumsi pisang kepok untuk menurunkan frekuensi mual muntah pada trimester I kehamilan.

5. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan acara bagi peneliti yang akan datang mengenai konsumsi pisang kepok untuk menurunkan frekuensi mual muntah pada trimester I kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- . K., Radiati, A., & Februanti, S. (2020). Effectiveness of Ginger Kepok Banana Cookies Consumption To Decrease Pregnant Women Emesis. *The Malaysian Journal of Nursing*, 11(03), 8–12.
<https://doi.org/10.31674/mjn.2020.v11i03.002>
- Abigail Kristitania, Deny Eka Widyastuti², D. W. (n.d.). *PENGARUH PENERAPAN EDUKASI FAMILY CENTERD MATERNITY CARE (FCMC) TENTANG KETIDAKNYAMANAN SELAMA KEHAMILAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU HAMIL DALAM* Abstrak.
- Efrizal, W. (2021). Asuhan Gizi Pada Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 6(1), 15.
<https://doi.org/10.32807/jgp.v6i1.243>
- Herawati, M., Lisviarose, & Uli Arta. (2022). The Effectiveness Of Kepok Banana (Musa Paradisiaca. L) Consumption On Reducing First Trimester Igravidarum Emesis. *Science Midwifery*, 10(5), 4232–4236.
<https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i5.1009>
- Ibrahim, I. A., Syahrir, S., & Anggriati, T. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hyperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di RSUD Syekh Yusuf Tahun 2019. *Al GIZZAI: PUBLIC HEALTH NUTRITION JOURNAL*, 1(2), 59–70. <https://doi.org/10.24252/algizzai.v1i2.21779>
- Illustri. (2018). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Masa Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 9(2), 218–228.
- Kurniawan, T. W., & Deglas, W. (2022). PENGARUH ETILEN PADA BUAH PEPAYA TERHADAP PEMATANGAN BUAH PISANG KEPOK (Musa paradisiaca L.). *Jurnal Pertanian Dan Pangan*, 4(1), 4–1.
- Latifah, L., Setiawati, N., & hapsari, E. D. (2017). Efektifitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(1), 10–18. <https://doi.org/10.24198/jkp.v5n1.2>
- Munir, R., & Yusnia, N. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 7(3), 326. <https://doi.org/10.35842/formil.v7i3.460>
- Paninsari, D., Buulolo, K., Lubis, L. M., Riskawati, M., & Panjiatan, M. B. (2020). Efektivitas Pisang Kepok Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(4), 393–398.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/download/83/65>

- Putri, V. R., Rahmiati, L., & Andrianie, K. (2018). Diploma Kebidanan Fakultas Kedokteran, Universitas Padjadjaran. *Jurnal Sehat Masada*, XII, 31–40. <https://jurnal.unar.ac.id/index.php/health/article/view/142>
- Ratih, Rini Hariani. (2018). The Vitamin B6 Content of Kepok Banana: an Alternative to Overcome Nausea for Pregnant Women. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(5), 193–195. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol3.iss5.166>
- Ratih, Rini Harini, & Qomariah, S. (2017). Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I. *Lp2M-Umri*, 2, 31–34.
- Ratna, D. (2020). Pregnant women | IAEA. *IAEA Department of Nuclear Safety and Security*. <https://www.iaea.org/resources/rpop/health-professionals/radiology/pregnant-women%0Ahttps://www.iaea.org/resources/rpop/health-professionals/radiology/pregnant-women#5%0Ahttps://www.iaea.org/resources/rpop/health-professionals/radiology/pregnant-women>
- Retnowati, Y. (2019). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Emesis Gravidarum Pada Kehamilan Trimester I Di Puskesmas Pantai Amal. *Journal of Borneo Holistic Health*, 2(1), 40–56. <https://doi.org/10.35334/borticalth.v2i1.586>
- Sianturi, S. K., & Herawati, H. (2022). Metode Forward Chaining Untuk Sistem Pakar Diagnosa Gangguan Kehamilan. *Jurnal Insan Unggul*, 10(1).
- SKRIPSI PENGARUH KONSUMSI PISANG KEPOK (MUSA PARADISIACA FORMATYPIC A) TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH KOTA BENGKULU Disusun Oleh : Nurul Pratiwi. (2021).**
- Somoyani, N. K. (2018). Literature Review: Terapi Komplementer untuk Mengurangi Mual Muntah pada Masa Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1), 10–17.
- Wahyuni, P. T., & Syauqy, A. (2015). of Nutrition College , Volume Nomor of Nutrition College , Volume Tahun Online di : <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc> PENGARUH PEMBERIAN PISANG KEPOK (Musa paradisiaca forma typical) TERHADAP Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Univer. *Journal of Nutrition College*, 547–556.

LAMPIRAN

Lampiran 1

JADWAL KEGIATAN

No	Tahapan Kegiatan	Februari 2023				Maret 2023				April 2023				Mei 2023				Juni 2023				Juli 2023			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul																								
2	Penyusunan Proposal KTI																								
3	Ujian Proposal KTI																								
4	Revisi Proposal KTI																								
5	Pengurusan Surat Perizinan																								
6	Pelaksanaan Studi Kasus																								
7	Penyusunan KTI																								
8	Konsultasi KTI																								
9	Ujian KTI																								
10	Revisi Ujian KTI																								
11	ACC KTI																								

Keterangan :

- | | | |
|----|----------------------------|--|
| 1 | Pengajuan Judul | : Tanggal 7 Februari 2023 s/d 10 Februari 2023 |
| 2 | Penyusunan Proposal KTI | : Tanggal 11 Februari 2023 s/d 12 Maret 2023 |
| 3 | Ujian Proposal KTI | : Tanggal 15 Maret 2023 |
| 4 | Revisi Proposal KTI | : Tanggal 16 Maret 2023 s/d 25 Maret 2023 |
| 5 | Pengurusan Surat Perizinan | : Tanggal 1 April 2023 s/d 10 April 2023 |
| 6 | Pelaksanaan Studi Kasus | : Tanggal 11 April 2023 s/d 17 April 2023 |
| 7 | Penyusunan KTI | : Tanggal 18 April 2023 s/d 7 Mei 2023 |
| 8 | Konsultasi KTI | : Tanggal 8 Mei 2023 s/d 23 Mei 2023 |
| 9 | Ujian KTI | : Tanggal 24 Mei 2023 |
| 10 | Revisi Ujian KTI | : Tanggal 25 Mei 2023 sd 17 Juli 2023 |
| 11 | ACC KTI | : Tanggal 18 Juli 2023 |

Lampiran 2

**SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

**KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK
MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II**

Saya Ny. A

1. Secara sukarela menyetujui bahwa saya terlibat dalam penelitian diatas.
2. Saya yakin bahwa saya memahami tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi pada saya jika terlibat dalam penelitian ini.
3. Saya telah memiliki kesempatan untuk bertanya dan saya puas dengan jawaban yang saya terima.
4. Saya memahami bahwa partisipan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan saya dapat keluar sewaktu-waktu dari penelitian.
5. Saya memahami bahwa saya akan menerima salinan lembaran pernyataan dan persetujuan.

Banjarnegara, 11 April 2023



(Avrilia)

Saya telah menjelaskan penelitian kepada responden yang bertandatangan diatas, dan saya yakin bahwa responden tersebut paham tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi jika dia ikut terlibat dalam penelitian ini.

Banjarnegara, 11 April 2023

Peneliti



(Dhea Kurnia Sari)

Lampiran 2

**SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

**KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK
MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II**

Saya Ny. N

1. Secara sukarela menyetujui bahwa saya terlibat dalam penelitian diatas.
2. Saya yakin bahwa saya memahami tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi pada saya jika terlibat dalam penelitian ini.
3. Saya telah memiliki kesempatan untuk bertanya dan saya puas dengan jawaban yang saya terima.
4. Saya memahami bahwa partisipan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan saya dapat keluar sewaktu-waktu dari penelitian.
5. Saya memahami bahwa saya akan menerima salinan lembaran pernyataan dan persetujuan.

Banjarnegara, 11 April 2023



(Nuri)

Saya telah menjelaskan penelitian kepada responden yang bertandatangan diatas, dan saya yakin bahwa responden tersebut paham tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi jika dia ikut terlibat dalam penelitian ini.

Banjarnegara, 11 April 2023

Peneliti



(Dhea Kurnia Sari)

Lampiran 2

**SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

**KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK
MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II**

Saya Ny. D

1. Secara sukarela menyetujui bahwa saya terlibat dalam penelitian diatas.
2. Saya yakin bahwa saya memahami tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi pada saya jika terlibat dalam penelitian ini.
3. Saya telah memiliki kesempatan untuk bertanya dan saya puas dengan jawaban yang saya terima.
4. Saya memahami bahwa partisipan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan saya dapat keluar sewaktu-waktu dari penelitian.
5. Saya memahami bahwa saya akan menerima salinan lembaran pernyataan dan persetujuan.

Banjarnegara, 11 April 2023

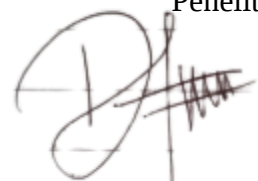


(Desi)

Saya telah menjelaskan penelitian kepada responden yang bertandatangan diatas, dan saya yakin bahwa responden tersebut paham tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi jika dia ikut terlibat dalam penelitian ini.

Banjarnegara, 11 April 2023

Peneliti



(Dhea Kurnia Sari)

Lampiran 2

**SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

**KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK
MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II**

Saya Ny. E

1. Secara sukarela menyetujui bahwa saya terlibat dalam penelitian diatas.
2. Saya yakin bahwa saya memahami tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi pada saya jika terlibat dalam penelitian ini.
3. Saya telah memiliki kesempatan untuk bertanya dan saya puas dengan jawaban yang saya terima.
4. Saya memahami bahwa partisipan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan saya dapat keluar sewaktu-waktu dari penelitian.
5. Saya memahami bahwa saya akan menerima salinan lembaran pernyataan dan persetujuan.

Banjarnegara, 11 April 2023

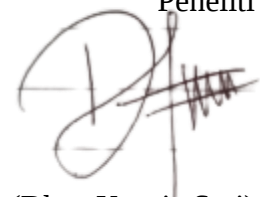


(Eti)

Saya telah menjelaskan penelitian kepada responden yang bertandatangan diatas, dan saya yakin bahwa responden tersebut paham tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi jika dia ikut terlibat dalam penelitian ini.

Banjarnegara, 11 April 2023

Peneliti



(Dhea Kurnia Sari)

Lampiran 2

**SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

**KONSUMSI PISANG KEPOK (*MUSA PARADISIACA*) UNTUK
MENURUNKAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH PUSKESMAS BANJARMANGU II**

Saya Ny. J

1. Secara sukarela menyetujui bahwa saya terlibat dalam penelitian diatas.
2. Saya yakin bahwa saya memahami tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi pada saya jika terlibat dalam penelitian ini.
3. Saya telah memiliki kesempatan untuk bertanya dan saya puas dengan jawaban yang saya terima.
4. Saya memahami bahwa partisipan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan saya dapat keluar sewaktu-waktu dari penelitian.
5. Saya memahami bahwa saya akan menerima salinan lembaran pernyataan dan persetujuan.

Banjarnegara, 11 April 2023



(Junia)

Saya telah menjelaskan penelitian kepada responden yang bertandatangan diatas, dan saya yakin bahwa responden tersebut paham tentang tujuan, proses dan efek yang mungkin terjadi jika dia ikut terlibat dalam penelitian ini.

Banjarnegara, 11 April 2023

Peneliti



(Dhea Kurnia Sari)

Lampiran 4

DOKUMENTASI KEGIATAN

Dokumentasi Ny. A



Gambar 1. Tanda tangan persetujuan



Gambar 2. Pemberian pisang kepok hari ke-1



Gambar 3. Pemberian pisang kepok hari ke-2



Gambar 4. Pemberian pisang kepok hari ke-3



Gambar 5. Pemberian pisang kepok hari ke-4



Gambar 6. Pemberian pisang kepok hari ke-5



Gambar 7. Pemberian pisang kepok hari ke-6



Gambar 8. Pemberian pisang kepok hari ke-7

Dokumentasi Ny. N



Gambar 1. Tanda tangan persetujuan



Gambar 2. Pemberian pisang kepok hari ke-1



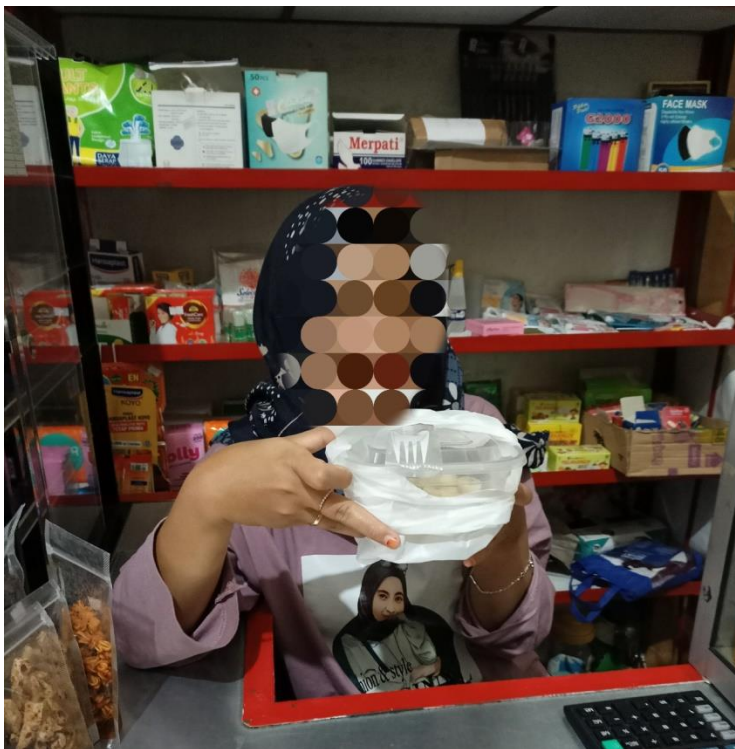
Gambar 3. Pemberian pisang kepok hari ke-2



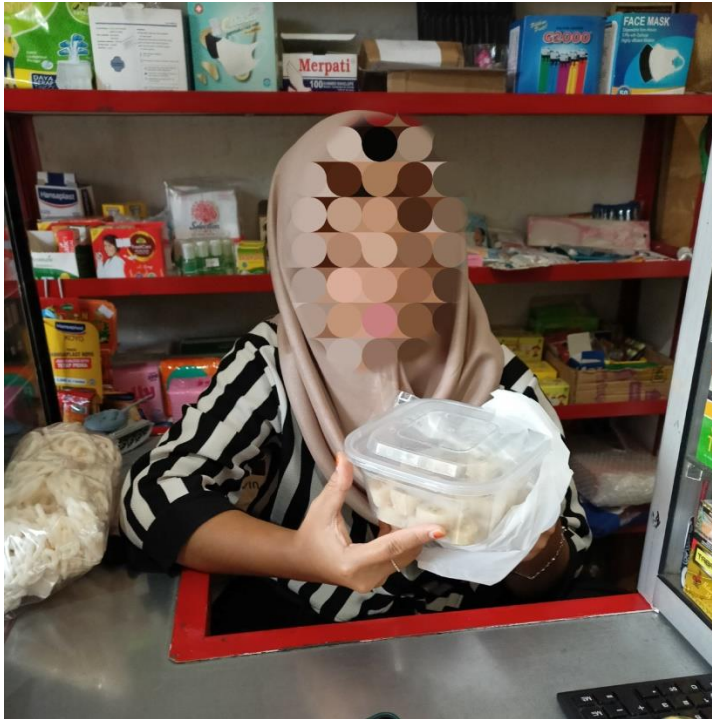
Gambar 4. Pemberian pisang kepok hari ke-3



Gambar 5. Pemberian pisang kepok hari ke-4



Gambar 6. Pemberian pisang kepok hari ke-5



Gambar 7. Pemberian pisang kepok hari ke-6



Gambar 8. Pemberian pisang kepok hari ke-7

Dokumentasi Ny. D



Gambar 1. Tanda tangan persetujuan



Gambar 2. Pemberian pisang kepok hari ke-1



Gambar 3. Pemberian pisang kepok hari ke-2



Gambar 4. Pemberian pisang kepok hari ke-3



Gambar 5. Pemberian pisang kepok hari ke-4



Gambar 6. Pemberian pisang kepok hari ke-5



Gambar 7. Pemberian pisang kepok hari ke-6



Gambar 8. Pemberian pisang kepok hari ke-7

Dokumentasi Ny. E



Gambar 1. Tanda tangan persetujuan



Gambar 2. Pemberian pisang kepok hari ke-1



Gambar 3. Pemberian pisang kepok hari ke-2



Gambar 4. Pemberian pisang kepok hari ke-3



Gambar 5. Pemberian pisang kepok hari ke-4



Gambar 6. Pemberian pisang kepok hari ke-5



Gambar 7. Pemberian pisang kepok hari ke-6



Gambar 8. Pemberian pisang kepok hari ke-7

Dokumentasi Ny. J



Gambar 1. Tanda tangan persetujuan



Gambar 2. Pemberian pisang kepok hari ke-1



Gambar 3. Pemberian pisang kepok hari ke-2



Gambar 4. Pemberian pisang kepok hari ke-3



Gambar 5. Pemberian pisang kepok hari ke-4



Gambar 6. Pemberian pisang kepok hari ke-5



Gambar 7. Pemberian pisang kepok hari ke-6



Gambar 8. Pemberian pisang kepok hari ke-7

Lampiran 4



PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

NAMA MAHASISWA : DHEA KURNIA SARI

NIM/NPM : B2020003

NAMA PEMBIMBING : SITI MUTOHAROH, S.Si.T., M. P. H

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF PEMBIMBING
1	13. Februari 2023	Perbaiki bab 1, buat bab 2, & bab 3.	
2.	7 Februari 2023	Judul → diperbaiki & diperhalus di jurnal.	
3.	8 Februari 2023	Jurnal di masukkan ke bab 3	
4.	15 Februari 2023	Perbaiki kajian teori bab 3. Lengkapi teori awal muntah dan pisang kepok	
5	17 Februari 2023	Perbaiki latar belakang, bab 3	
6	2 Maret 2023	Perbaiki definisi operasional dan daftar pustaka	

7.	25 Maret 2023	ACC Bab I - Bab III	
8.	08 Mei 2023	Perbaiki Bab IV dan Bab V	
9.	09 Mei 2023	Perbaiki penulisan tabel	
10.	13 Mei 2023	Perbaiki bagian pembahasan	
11.	15 Mei 2023	Perbaiki penulisan tabel	
12.	19 Mei 2023	ACC Bab I - Bab V	
13.	24 Mei 2023	Seminar harii	
14.	12 Juni 2023	Perbaiki kerangka teori dan manajemen kasus, Intisari	
15.	16 Juli 2023	ACC KTI	



PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

NAMA MAHASISWA DHEA KURNIA SARI

NIM/NPM B2020003

NAMA PEMBIMBING MUHAMMAD AS'AD, M.Pd

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF PEMBIMBING
1	29 Juli 2023	Perbaiki tujuan dan metode	
2	29 Juli 2023	Acc Abstract.	