

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PROSEDUR AROMATERAPI LEMON PADA IBU
HAMIL *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER I DENGAN
NAUSEA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA**



HETI SRI ENDANG HULU
NIM P07520322012

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2025**

**PENERAPAN PROSEDUR AROMATERAPI LEMON PADA IBU
HAMIL *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER I DENGAN
NAUSEA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA**

Karya Tulis Ilmiah/ Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Gunungsitoli Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



HETI SRI ENDANG HULU

NIM P07520322012

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN PROSEDUR AROMATERAPI LEMON PADA IBU
HAMIL *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER I DENGAN
NAUSEA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA**

Diusulkan Oleh:

HETI SRI ENDANG HULU
NIM. P07520322012

Telah Diterima dan Disetujui untuk Diuji dihadapan Penguji
Gunungsitoli, 17 Juni 2025

Pembimbing Utama



Evi Martalinda Harefa SST.M.Kes
NIDN.3419038401

Pembimbing Pendamping



Wahyu Ningsih Lase S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIDN.3405029001

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Kemenkes Poltekkes Medan,



Cipta Citra Karyani Gulo S.Kep.,Ns.M.Kep
NIP.198704262015032004

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN PROSEDUR AROMATERAPI LEMON PADA IBU
HAMIL *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER I DENGAN
NAUSEA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

HETI SRI ENDANG HULU
NIM. P07520322012

Karya Tulis Ilmiah ini telah Diuji pada Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah
Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan
Tahun 2025

Dewan Penguji :

1. **Ketua Penguji :**
Evi Martalinda Harefa SST.M.Kes
NIDN.3419038401
2. **Penguji 1 :**
Cipta Citra Karyani Gulo S.Kep.,Ns.M.Kep
NIP.198704262015032004
3. **Penguji 2 :**
Hadirat Candra Laoli S.Kep.,Ns.MKM
NIDK.8904350022

Tanda Tangan

: 
: 
: 

Gunungsitoli, 17 Juni 2025

Mengetahui:

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli,
Kemenkes Poltekkes Medan,


Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.198704262015032004

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang Bertanda tangan dibawah ini Saya:

Nama : Heti Sri Endang Hulu
Nim : P07520322012
Program Studi : Diploma-III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam
penulisan karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

**PENERAPAN PROSEDUR AROMATERAPI LEMON PADA IBU
HAMIL *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER I DENGAN
NAUSEA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, saya
bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian
surat pernyataan ini saya buat dengan benar-benarnya.

Gunungsitoli, 17 Juni 2025

Peneliti



Heti Sri Endang Hulu
P07520322012



BIODATA PENELITI

Nama : Heti Sri Endang Hulu
Tempat/Tanggal Lahir : Loloana'a, 16 Desember 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Alasa Desa Loloana'a
Nomor HP : 082362081650

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Negeri 077286 Loloanaa Kec. Alasa
2. SMP : SMP Negeri 1 Alasa Talumuzoi
3. SMK : SMK Negeri 2 Alasa Talumuzoi

ABSTRAK

PENERAPAN PROSEDUR AROMATERAPI LEMON PADA IBU HAMIL *EMESIS GRAVIDARUM* TRIMESTER I DENGAN NAUSEA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA

Heti Sri Endang, Evi Martalinda Harefa, Wahyu Ningsih Lase
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Email: hesty4546@gmail.com

Latar Belakang: *Emesis gravidarum* merupakan salah satu masalah fisiologis yang sering terjadi pada ibu hamil, terutama pada trimester pertama, dengan gejala utama berupa mual dan muntah atau yang disebut dengan (nausea). Nausea adalah gejala ketidaknyamanan pada daerah belakang tenggorokan dan perut yang dapat menyebabkan mual dan muntah. Nausea yang berkelanjutan dapat menyebabkan *hiperemesis gravidarum* yang akan memperburuk kondisi kesehatan ibu dan bayinya. Pendekatan non-farmakologis seperti aromaterapi merupakan alternatif yang aman dengan efek samping yang minimal. Jeruk lemon (*Citrus lemon*) mengandung senyawa limonene dan flavonoid yang memiliki efek antiemetik dan relaksasi, serta terbukti secara empiris dapat mengurangi gejala mual pada ibu hamil trimester pertama.

Tujuan Penelitian: Untuk memberikan gambaran penerapan aromaterapi lemon pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum* trimester I dengan nausea di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara.

Metode Studi Kasus: Metode yang digunakan pada studi kasus ini adalah deskriptif dengan desain studi kasus yang melibatkan dua subjek ibu hamil *emesis gravidarum* trimester I dengan nausea. Instrumen studi kasus adalah lembar dokumentasi keperawatan, standar prosedur operasional aromaterapi lemon dan lembar observasi *Pregnancy- Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)-24*.

Hasil: Setelah intervensi aromaterapi lemon dilakukan 1 kali sehari selama 6 hari berturut-turut, menunjukkan adanya penurunan frekuensi nausea yang signifikan berdasarkan skor PUQE-24 pada kedua responden. Ny. S, dengan skor awal 10 (sedang), menurun menjadi 4 (ringan) pada hari keenam, sementara Ny. D, dengan skor awal 11 (sedang), menurun menjadi 5 (ringan) di hari keenam.

Kesimpulan dan Saran: Prosedur aromaterapi lemon terbukti efektif sebagai terapi non-farmakologis diterapkan pada ibu hamil trimester I yang mengalami nausea. Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk mempertimbangkan penggunaan aromaterapi lemon pada ibu hamil *emesis gravidarum* trimester I dengan nausea sebagai alternatif non-farmakologis yang aman, murah, dan mudah diterapkan dalam praktik keperawatan.

Kata Kunci : Kehamilan trimester I, *Emesis gravidarum*, Aromaterapi lemon.
Daftar Bacaan : 61 (2014-2024)

ABSTRACT

THE APPLICATION OF LEMON AROMATHERAPY PROCEDURE IN FIRST TRIMESTER PREGNANT MOTHER WITH EMESIS GRAVIDARUM AND NAUSEA IN THE WORKING AREA OF THE TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT NORTH GUNUNGSITOLI PUBLIC HEALTH CENTER

Heti Sri Endang, Evi Martalinda Harefa, Wahyu Ningsih Lase
Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Email: hesty4546@gmail.com

Background: *Emesis gravidarum*, primarily characterized by nausea and vomiting (nausea), is a common physiological issue for pregnant mother, especially in the first trimester. Nausea is an uncomfortable sensation in the back of the throat and stomach that can lead to vomiting. Persistent nausea can result in hyperemesis gravidarum, worsening the health of both mother and baby. Non-pharmacological approaches, such as aromatherapy, offer a safe alternative with minimal side effects. Lemon (*Citrus lemon*) contains compounds like limonene and flavonoids, which have antiemetic and relaxing effects and have been empirically proven to reduce nausea symptoms in first-trimester pregnant mother.

The objectives of this study: to describe the application of lemon aromatherapy in pregnant mother with first-trimester emesis gravidarum and nausea in the working area of the Technical Implementation Unit North Gunungsitoli Public Health Center

Case study method: This descriptive case study involved two first-trimester pregnant mother with emesis gravidarum and nausea. The instruments used were nursing documentation sheets, standard operating procedures for lemon aromatherapy, and the Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)-24 observation sheet.

Results: After applying lemon aromatherapy once daily for six consecutive days, a significant decrease in nausea frequency was observed based on the PUQE-24 scores in both respondents. Mrs. S's initial score of 10 (moderate) decreased to 4 (mild) on the sixth day, while Mrs. D's initial score of 11 (moderate) decreased to 5 (mild) on the sixth day.

Conclusion and recommendations: The lemon aromatherapy procedure proved effective as a non-pharmacological therapy for first-trimester pregnant mother experiencing nausea. It is recommended that healthcare professionals consider using lemon aromatherapy for first-trimester pregnant mother with emesis gravidarum and nausea as a safe, inexpensive, and easily applicable non-pharmacological alternative in nursing practice.

Keywords: First-trimester pregnancy, emesis gravidarum, lemon aromatherapy.

References: 61 (2014-2024)



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health

PRAKATA

Puji dan syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala hikmat dan kesempatan sehingga peneliti dapat menyusun karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan Prosedur Aromaterapi Lemon pada Ibu Hamil *Emesis gravidarum* Trimester I dengan Nausea di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terimakasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Evi Martalinda Harefa, SST.,M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Wahyu Ningsih Lase, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S,SiT,M.Keb Plt. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes, Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan
3. Ibu Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli sekaligus penguji I
4. Ibu Evi Martalinda Harefa, SST.,M.Kes sebagai pembimbing I yang telah membimbing saya dengan baik, sabar, dan memberikan masukan demi sepuasnya karya tulis ilmiah.
5. Ibu Wahyu Ningsih Lase, S.Kep.,Ners.,M.Kep sebagai pembimbing II telah memberikan dukungan dan arahan untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak Hadirat Candra Laoli, S.Kep.,Ns.,MKM selaku penguji II
7. Bapak/Ibu Civitas Akademika Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Medan Jurusan D-III Keperawatan Gunungsitoli, yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta membekali dengan ilmu pengetahuan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

8. Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli yang telah memberikan izin untuk survey pendahuluan di area Kota Gunungsitoli.
9. Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara yang telah memberikan izin serta datayang diperlukan untuk melakukan survey pendahuluan tentang penerapan aromaterapi lemon pada ibu hamil *emesis gravidarum* trimester I dengan nausea.
10. Teristimewa kepada orangtua saya tercinta, Bapak Aperlius Hulu dan Ibu saya Asnawati Zebua, dan Saudara/i saya tersayang Nelvan Hulu, Nelvin Hulu, dan Diven Hulu yang selalu memberi semangat dan menjadi isnpirasi bagi peneliti sehingga tahap demi tahap karya tulis ilmiah ini bisa terselesaikan.
11. Kepada sahabat seperjuangan saya Putri Yamandani Lase, Dwi Darma Kasia Zebua, Dewi Hulu, Astri Gea, Jesyca Halawa, Merry Waya, Mutiara Tanjung dan Safna Zega. Serta adik - adik kamar 4B yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Pengasih dan Penyayang memberikan berkat dan anugrah-nya dengan berlipat ganda kepada semua pihak yang telah mendukung dalam penyelesaian ini karya tulis ilmiah.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan baik dalam segi peneliti, tata bahasa maupun isi. Untuk itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Gunungsitoli, 17 Juni 2025
Peneliti



Heti Sri Endang Hulu
P07520322012

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	i
BIODATA PENELITI	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT.....	iv
PRAKATA.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
A. Rumusan Masalah	5
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Kehamilan.....	7
1. Definisi	7
2. Tahapan Trimester Kehamilan	7
3. Etiologi kehamilan.....	8
B. Konsep Kehamilan Trimester I.....	10
1. Defenisi.....	10
2. Perubahan Fisiologi Kehamilan Trimester I.....	11
3. Perubahan Psikologis pada Kehamilan Trimester I.....	12
4. Ketidaknyamanan pada Kehamilan Trimester I	12
C. Konsep <i>Emesis Gravidarum</i>	13
1. Pengertian	13
2. Penyebab <i>Emesis Gravidarum</i>	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Emesis Gravidarum</i>	14
4. Patofisiologi <i>Emesis Gravidarum</i>	16
5. Gejala <i>Emesis Gravidarum</i>	18
6. Penanganan <i>Emesis Gravidarum</i>	18
7. Pemeriksaan Diagnostik	19
8. Pengukuran <i>Emesis Gravidarum</i>	19
9. Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil <i>Emesis Gravidarum</i>	21
D. Konsep Nausea	31
1. Definisi Nausea.....	31
2. Penyebab Nausea	32
3. Tanda dan Gejala Nausea	32

4. Penanganan Nausea	33
E. Konsep Aromaterapi Lemon	33
1. Definisi Aromaterapi	33
4. Proses Aromaterapi Lemon dalam Mengurangi Nausea	36
6. Penatalaksanaan Pemberian Aromaterapi Lemon	37
7. SPO (Standar Prosedur Operasional) Aromaterapi Lemon	38
 BAB III METODE STUDI KASUS	39
A. Rancangan Studi Kasus	39
B. Subyek Studi Kasus	39
C. Fokus Studi	39
D. Definisi Operasional Fokus Studi	40
E. Instrumen Studi Kasus	41
F. Metode Pengumpulan Data	41
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus	41
H. Analisis Data Penyajian Data	41
I. Etika Studi Kasus	41
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Studi Kasus	43
B. Pembahasan	66
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran	71
 DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	78

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1	<i>Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea-24</i>	20
Tabel 2.2	SPO (Standar Prosedur Operasional)	38
Tabel 3.1	Definisi Operasional Fokus Studi	40
Tabel 4.1	Analisa Data Ny.S	47
Tabel 4.2	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.S hari Senin 19 Mei 2025.....	49
Tabel 4.3	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.S hari Selasa 20 Mei 2025.....	50
Tabel 4.4	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.S hari Rabu 21 Mei 2025.....	51
Tabel 4.5	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.S hari Kamis 22 Mei 2025.....	52
Tabel 4.6	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.S hari Jumat 23 Mei 2025.....	53
Tabel 4.7	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.S hari Sabtu 24 Mei 2025.....	54
Tabel 4.8	Analisa Data Ny.D.....	59
Tabel 4.9	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.D hari Senin 19 Mei 2025.....	60
Tabel 4.10	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.D hari Selasa 20 Mei 2025.....	61
Tabel 4.11	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.D hari Rabu 21 Mei 2025.....	62
Tabel 4.12	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.D hari Kamis 22 Mei 2025.....	63
Tabel 4.13	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.D hari Jumat 23 Mei 2025.....	64
Tabel 4.14	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pada Ny.D hari Sabtu 24 Mei 2025.....	65

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Pathway Emesis gravidarum</i>	17
Gambar 4.1 Genogram Ny.S.....	45
Gambar 4.2 Genogram Ny.D	56

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Izin Survey Pendahuluan.....	78
Lampiran 2 Surat Persetujuan Pelaksanaan Izin Survey	82
Lampiran 3 Surat Balasan Izin Survey Awal Penelitian	86
Lampiran 4 Surat Hasil Survey	88
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian.....	89
Lampiran 6 Surat Balasan izin Penelitian dari Bapeda	92
Lampiran 7 Surat Persetujuan Pelaksanaan Penelitian dari Puskesmas.....	92
Lampiran 8 Surat Selesai Melaksanakan Penelitian dari Puskesmas.....	94
Lampiran 9 Lembar Permohonan Menjadi Responden	95
Lampiran 10 Lembar Persetujuan Menjadi Responden Ny.S dan Ny.D	96
Lampiran 11 Lembar Format Dokumentasi Keperawatan Ny.S dan Ny.D	98
Lampiran 12 Lembar Observasi Ny.S dan Ny.D	106
Lampiran 13 Lembar (<i>Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea</i>)-24	108
Lampiran 14 Lembar Konsultasi.....	109
Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian.....	124
Lampiran 16 Uji <i>Turnitine</i>	125
Lampiran 17 <i>Ethical Clearance</i>	127