KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI JAHE TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* (MUAL DAN MUNTAH) PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI JUNIARSIH PATUMBAK

AMELIA C. U. LUMBANTORUAN

P07520123001

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI JAHE TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* (MUAL DAN MUNTAH) PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI JUNIARSIH PATUMBAK

Sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep)

pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

AMELIA C. U. LUMBANTORUAN

P07520123001

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI JAHE TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* (MUAL DAN MUNTAH) PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI JUNIARSIH PATUMBAK

Diusulkan Oleh

AMELIA C. U. LUMBANTORUAN

P07520123001

Telah Diterima dan Disetujui untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Pada tanggal 02 Juni 2026

Menyetujui

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Wiwik Dwi Arianti S.Kep, Ns, M.Kes	**Dina indarsita, SST, M,Kes**
NIP : 197512021997032003	**NIP: 196501031989032001**

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan

Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP : 197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI JAHE TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* (MUAL DAN MUNTAH) PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI JUNIARSIH PATUMBAK

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

AMELIA C. U. LUMBANTORUAN

P07520123001

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal Februari 2026

(Tanda Tangan)

1. Ketua Penguji : Wiwik Dwi Arianti S.Kep, Ns, M.Kep ( )
2. Penguji I : Nurlama Siregar, S. Kep, Ns, M.Kes ( )
3. Penguji II : Yufdel, S.Kep, Ns, M.Kes ( )

Mengetahui

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan

Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd

NIP : 197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Amelia C. U. Lumbantoruan

Nim : P07520123001

Program Studi : D-III Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan

Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

Penerapan Inhalasi Aromaterapi Jahe Terhadap *Emesis Gravidarum* (Mual Dan Muntah) Pada Ibu Hamil Trimester I Di Praktek Bidan Mandiri Juniarsih Patumbak

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

Medan, 04 Februari 2026



Amelia C. U. Lumbantoruan

P07520123001

FORMAT BIODATA PENULIS



BIODATA PENULIS

Nama	:Amelia C. U. Lumbantoruan
Tempat/ Tgl Lahir	: Siborongborong, 14 Oktober 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Siborongborong
Nomor Hp	: 081372957450

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD NEGERI 173276 HUTASOIT PARDOMUAN
2. SLTP : SMP NEGERI 4 SIBORONGBORONG
3. SLTA : SMA NEGERI 1 SIBORONGBORONG

ABSTRAK

Penerapan Inhalasi Aromaterapi Jahe Terhadap Emesis Gravidarum (Mual dan Muntah) Pada Ibu Hamil Trimester I Di Praktek Bidan Mandiri Juniarsih Patumbak

Amelia C.U Lumbantoruan[1], Wiwik Dwi Arianti, S.Kep, Ns, M.Kep[2]
Dina Indarsita, SST, M.Kes[3]
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Email : lumbantoruanamelia@gmail.com

Emesis gravidarum merupakan keluhan mual dan muntah yang umum terjadi pada kehamilan, terutama pada trimester I, akibat perubahan hormonal yang dialami ibu hamil. Kondisi ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan kenyamanan, serta berdampak pada status kesehatan ibu apabila tidak ditangani dengan baik. Emesis gravidarum terjadi di berbagai negara dengan angka kejadian yang bervariasi, yaitu sekitar 0,9% di Swedia, 0,5% di California, 1,9% di Turki, dan 0,8%–2% di Amerika Serikat. Salah satu penatalaksanaan nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi gejala mual dan muntah adalah inhalasi aromaterapi jahe, yang diketahui memiliki kandungan aktif bersifat antiemetik dan memberikan efek relaksasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan inhalasi aromaterapi jahe terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Praktik Bidan Mandiri Juniarsih Patumbak. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan melibatkan dua responden ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum. Intervensi diberikan melalui inhalasi aromaterapi jahe selama 20 menit setiap hari selama tujuh hari berturut-turut. Pengukuran tingkat mual dan muntah dilakukan menggunakan instrumen ***Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)*** sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor mual dan muntah pada kedua responden setelah pemberian inhalasi aromaterapi jahe. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa inhalasi aromaterapi jahe efektif membantu mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Oleh karena itu, aromaterapi jahe dapat direkomendasikan sebagai terapi nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan dapat digunakan sebagai terapi pendamping dalam penatalaksanaan emesis gravidarum.

Kata kunci: Emesis Gravidarum, Aromaterapi Jahe, Ibu Hamil Trimester I, Terapi Nonfarmakologis, PUQE.

ABSTRACT

IMPLEMENTATION OF GINGER AROMATHERAPY INHALATION FOR EMESIS GRAVIDARUM (NAUSEA AND VOMITING) AMONG FIRST-TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT JUNIARSIH INDEPENDENT MIDWIFERY PRACTICE, PATUMBAK

Amelia C.U. Lumbantoruan[1], Wiwik Dwi Arianti[2], Dina Indarsita[3]
Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
Email: lumbantoruanamelia@gmail.com

Background: Emesis gravidarum is a common condition characterized by nausea and vomiting during pregnancy, particularly in the first trimester, resulting from hormonal changes experienced by pregnant women. This condition may interfere with daily activities, reduce maternal comfort, and adversely affect maternal health if left untreated. The prevalence of emesis gravidarum varies across countries, with reported rates of approximately 0.9% in Sweden, 0.5% in California, 1.9% in Türkiye, and 0.8%–2.0% in the United States. One non-pharmacological intervention that has been used to alleviate nausea and vomiting is ginger aromatherapy inhalation, which contains bioactive compounds with antiemetic properties and promotes relaxation.

Objective: This study aimed to determine the implementation of ginger aromatherapy inhalation for managing emesis gravidarum among first-trimester pregnant women at Juniarsih Independent Midwifery Practice, Patumbak.

Methods: This descriptive case study involved two first-trimester pregnant women diagnosed with emesis gravidarum. The intervention consisted of ginger aromatherapy inhalation administered for 20 minutes daily over seven consecutive days. The severity of nausea and vomiting was assessed before and after the intervention using the Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) questionnaire.

Results: The study demonstrated a reduction in PUQE scores for both participants following the intervention. Both respondents experienced improvements in the severity of nausea and vomiting after receiving ginger aromatherapy inhalation for seven consecutive days.

Conclusion: Ginger aromatherapy inhalation effectively reduced the severity of emesis gravidarum among first-trimester pregnant women. This intervention may be recommended as a safe, practical, and complementary non-pharmacological therapy for the management of emesis gravidarum.

Keywords: Emesis Gravidarum; Ginger Aromatherapy; First-Trimester Pregnant Women; Non-pharmacological Therapy; Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE).

PROOF READING OF TRANSLATION
TRANSLATION VERIFIED

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas Berkat dan Rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini yang berjudul **"**Penerapan Inhalasi Aromaterapi Jahe Terhadap *Emesis Gravidarum* (Mual Dan Muntah) Pada Ibu Hamil Trimester I Di Praktek Bidan Mandiri Juniarsih Patumbak"

Dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, dukungan dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada Ibu **Wiwik Dwi Arianti S.Kep, Ns, M.Kep** Selaku dosen pembimbing utama dan Ibu **Dina indarsita, SST, M,Kes** selaku dosen pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis.

Ucapan terimakasih ini penulis juga sampaikan kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S. SiT., M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
3. Ibu Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd selaku Ketua Prodi DIII Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
4. Ibu Nurlama Siregar, S. Kep, Ns, M.Kes selaku penguji I dan Ibu Yufdel, S.Kep, Ns, M.Kes selaku penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk menguji.
5. Bd. Juniarsih, S.Keb yang telah memberikan saya izin untuk melakukan penelitian ini.
6. Teristimewa kepada cinta pertama penulis, Almh. Panahatan Lumbantoruan, yang telah pulang ke rumah Bapa di surga. Meski raga telah tiada, kasih, doa, dan kenanganmu tetap hidup dalam hati dan menjadi kekuatan penulis hingga hari ini. *I really miss u, Pak.*
7. Terimakasih yang teristimewa saya ucapkan kepada Ibu saya tercinta ibu Risma Nababan yang telah menjadi segalanya dalam hidupku, dengan penuh

kasih dan cintanya yang telah membesarkan anak satu satunya dengan seorang diri. Terimakasih telah menjadi rumah ternyaman dan yang senantiasa selalu memberikan semangat, pelukan, kasih sayang, doa yang tidak pernah putus, dan kekuatan dalam setiap langkahku. *I LOVE U MOM*

8. Kepada Boas Feliks Gideon Simbolon terimakasih telah menjadi partner diskusi terbaik, Terimakasih telah menemani penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah dan menjadi *support system* terbaik, mendukung, menghibur, membantu, dan mendengarkan keluh kesah, serta memberikan semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Tidak lupa dengan kedua sahabat penulis Rita Br Ginting dan Ikwal Siregar, terima kasih telah menemani setiap langkah penulis sejak awal kuliah. Kalian bukan hanya sahabat, tetapi juga saudara yang saya temukan di perantauan. Terima kasih atas semua cerita, dukungan, dan kebersamaan yang tak akan pernah saya lupakan.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penulisan maupun dari isi. Maka dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Harapan penulis Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan profesi keperawatan.

Medan, 4 Februari 2026
Penulis



AMELIA C. U. LUMBANTORUAN

P0752012300

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ..... **i**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iii**
FORMAT BIODATA PENULIS ..... **iv**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **IX**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan 4
D. Manfaat Studi Kasus Ini Diharapkan Memberi Manfaat Bagi: 4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **6**
A.Konsep Dasar Aromaterapi 6
1. Definisi Aromaterapi 6
2.Jenis-Jenis Aromaterapi 6
3.Manfaat Aromaterapi 8
4. Cara Kerja Aromaterapi 8
5. Metode Pemakaian Aromaterapi 9
6. Aromaterapi Jahe 11
B. Mual Dan Muntah 13
1. Definisi Mual Muntah 13
2. Patofisiologi Mual Muntah Pada Ibu Hamil 13
3. Penyebab Mual Muntah 14
5. Dampak Mual Muntah 16
6. Faktor Yang Mempengaruhi Mual Muntah 16
7. Cara Mengatasi Mual Muntah 17
8. Pengukuran Mual Muntah 18
C. Konsep Teori Kehamilan 19
1.Defenisi Kehamilan 19
2.Tanda-Tanda Kehamilan 20
4.Periode Kehamilan 24

5.Perubahan Psikologis Pada Trimester 1 25
6.Perubahan Fisiologis Ibu Hamil 25
BAB III METODE STUDI KASUS **31**
METODE STUDI KASUS **31**
A. Rancangan Studi Kasus 31
B. Subyek Studi Kasus 31
C. Fokus Studi 32
D. Definisi Operasional Fokus Studi 32
E. Instrumen Studi Kasus 34
F. Metode Pengumpulan Data 34
G.Lokasi dan Waktu Studi Kasus 34
H. Penyajian Data 34
I. Etika Studi Kasus 34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 37
A. HASIL STUDI KASUS 37
1. Gambaran Tempat Studi Kasus……..……...37
2. Data Sebelum Diberikan Intervensi…….……...…..38
3. Data Penerapan Intervensi…….39
4. Data Evaluasi Hasil……..…….42
B. PEMBAHASAN…..…….48
1. Karakteristik Responden …….…….48
2. Mual Dan Muntah Sebelum Pemberian Aromaterapi Jahe……..……48
3. Mual Dan Muntah Sesudah Pemberian Aromaterapi Jahe……..……..50
4. Evaluasi Sesudah Pemberian Aromaterapi Jahe……...51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 53
A.Kesimpulan 53
B.Saran 53
DAFTAR PUSTAKA 37
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 kuesioner PUQE-24 20
Tabel 3.1 Definisi Operasiona.....33
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Di Praktek Bidan Mandiri Juniarsih Patumbak.....37
Tabel 4.2 Tingkat Mual Dan Muntah Responden Sebelum Intervens.....38
Tabel 4.3 Penerapan Inhalasi Aromaterapi Jahe 39
Tabel 4. 4 Data Seteplah Evaluasi 42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Izin Responden

Lampiran 2: Kusioner

Lampiran 3 : Lembar Observasi

Lampiran 4 : Standar Operasional Prosedur Aromaterapi Jahe

Lampiran 5 : Surat Izin Survei Awal

Lampiran 6 : Surat Persetujuan Awal

Lampiran 7 : Surat Izin Meneliti

Lampiran 8 : Surat Persetujuan Meneliti

Lampiran 9 : Lembar Konsultasi

Lampiran 10 : Dokumentai Penelitian