

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI LEMON TERHADAP
MUAL DAN MUNTAH (*EMESIS GRAVIDARUM*) PADA IBU
HAMIL TRIMESTER I DI KLINIK PRATAMA
TUTUN SEHATI TANJUNG MORAWA**



NAOMI KALISTA NATALIA BR ARITONANG
P07520122026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN KEPERAWATAN

PRODI D-III KEPERAWATAN

TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI LEMON TERHADAP
MUAL DAN MUNTAH (*EMESIS GRAVIDARUM*) PADA IBU
HAMIL TRIMESTER I DI KLINIK PRATAMA
TUTUN SEHATI TANJUNG MORAWA**

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



NAOMI KALISTA NATALIA BR ARITONANG

P07520122026

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN KEPERAWATAN

PRODI D-III KEPERAWATAN

TAHUN 2025

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI LEMON TERHADAP MUAL
DAN MUNTAH (*EMESIS GRAVIDARUM*) PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI KLINIK PRATAMA TUTUN
SEHATI TANJUNG MORAWA**

Diusulkan Oleh

NAOMI KALISTA NATALIA BR ARITONANG

P07520122026

Telah disetujui di Prodi D-III Keperawatan Medan

Pada tanggal 17 Juni 2025

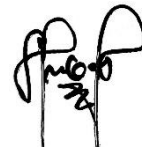
Menyetujui

Pembimbing Utama



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

Pembimbing Pendamping



Dr. Siang Br Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes
Nip: 197212201998032004

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan



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

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI LEMON TERHADAP MUAL
DAN MUNTAH (*EMESIS GRAVIDARUM*) PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI KLINIK PRATAMA TUTUN
SEHATI TANJUNG MORAWA**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

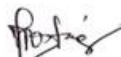
NAOMI KALISTA NATALIA BR ARITONANG

P07520122026

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Medan, 17 Juni 2025

(Tanda Tangan)

- | | | |
|------------------|---|---|
| 1. Ketua Penguji | : Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd |  |
| 2. Penguji I | : Tiurlan M. Doloksaribu S.Kep, Ns, M.Kep |  |
| 3. Penguji II | : Dina Indarsita, SST, M.Kes |  |

Mengetahui

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan



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

NIP : 197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Naomi Kalista Natalia Br Aritonang

Nim : P07520122026

Program Studi : D-III Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan

Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

**PENERAPAN INHALASI AROMATERAPI LEMON TERHADAP MUAL
DAN MUNTAH (*EMESIS GRAVIDARUM*) PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI KLINIK PRATAMA TUTUN
SEHATI TANJUNG MORAWA**

Apabila suatu saat 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, 17 Juni 2025



NAOMI KALISTA NATALIA BR ARITONANG

P07520122026

FORMAT BIODATA PENULIS



BIODATA PENULIS

Nama : Naomi Kalista Natalia Br Aritonang
Tempat/ Tgl lahir : Bangun Rejo, 01 Agustus 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Tanjung Morawa
Nomor HP : 085270737153

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD NEGERI 105326 BANGUN REJO
2. SLTP : SMP NEGERI 2 SATU ATAP STM HILIR
3. SLTA : SMA NEGERI 2 TANJUNG MORAWA

ABSTRAK

Penerapan Inhalasi Aromaterapi Lemon Terhadap Mual Dan Muntah (*Emesis Gravidarum*) Pada Ibu Hamil Trimester I Di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa

Naomi Kalista Natalia Br Aritonang¹, Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd²,
Dr. Siang Br Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes³.
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Email: naumi0376@gmail.com

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang dialami oleh ibu hamil trimester pertama akibat perubahan hormonal. Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap kesehatan ibu dan janin. Inhalasi aromaterapi lemon sebagai terapi non-farmakologis dinilai efektif dan aman untuk mengurangi gejala tersebut. Tujuan penerapan ini adalah untuk menggambarkan penerapan inhalasi aromaterapi lemon terhadap mual dan muntah (*emesis gravidarum*) pada ibu hamil trimester I. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif pada dua ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa. Intervensi dilakukan dengan memberikan inhalasi aromaterapi lemon menggunakan diffuser selama 20 menit per hari selama 7 hari. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner PUQE-24, observasi, dan wawancara. Hasil studi kasus menunjukkan penurunan skor PUQE pada kedua responden, dari kategori berat menjadi ringan. Hal ini menunjukkan bahwa inhalasi aromaterapi lemon mampu menurunkan intensitas mual dan muntah secara signifikan. Kepada ibu hamil trimester pertama disarankan untuk melakukan inhalasi aromaterapi lemon, terutama saat gejala mual dan muntah muncul, guna membantu mengurangi intensitas *emesis gravidarum*.

Kata kunci: *Emesis Gravidarum*, Aromaterapi Lemon, Ibu Hamil Trimester I.

ABSTRACT

The Application Of Lemon Aromatherapy Inhalation For Nausea And Vomiting (*Emesis Gravidarum*) In First-Trimester Pregnant Women At Tutun Sehati Primary Clinic, Tanjung Morawa

Naomi Kalista Natalia Br Aritonang¹, Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd², Dr. Siang Br Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes³

Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health

Email: naumi0376@gmail.com

Emesis gravidarum is a common complaint experienced by women in their first trimester due to hormonal changes. If not managed properly, this condition can negatively affect the health of both the mother and the fetus. Lemon aromatherapy inhalation, a non-pharmacological therapy, is considered effective and safe for reducing these symptoms. The purpose of this study was to describe the application of lemon aromatherapy inhalation for nausea and vomiting (*emesis gravidarum*) in first-trimester pregnant women. This research used a descriptive case study approach on two first-trimester pregnant women experiencing *emesis gravidarum* at the Tutun Sehati Primary Clinic in Tanjung Morawa. The intervention involved providing lemon aromatherapy inhalation using a diffuser for 20 minutes a day for 7 days. Data was collected through the PUQE-24 questionnaire, observation, and interviews. The case study results showed a decrease in PUQE scores for both respondents, changing from the "severe" to the "mild" category. This indicates that lemon aromatherapy inhalation can significantly reduce the intensity of nausea and vomiting. It is recommended that pregnant women in their first trimester use lemon aromatherapy inhalation, especially when symptoms of nausea and vomiting appear, to help reduce the intensity of *emesis gravidarum*.

Keywords: *Emesis Gravidarum*, Lemon Aromatherapy, First-Trimester Pregnant Women



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 LEMON TERHADAP MUAL DAN MUNTAH (*EMESIS GRAVIDARUM*) PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI KLINIK PRATAMA TUTUN SEHATI TANJUNG MORAWA” 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 Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd. Selaku dosen pembimbing 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. Tengku Sri Wahyuni, S. SiT., M.Keb selaku PLT. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
2. Dr. Amira P.S 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 dan selaku dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan dan arahan kepada penulis sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik.
4. Ibu Dr. Siang Br Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan dan arahan kepada penulis sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Ibu Tiurlan Mariasima Doloksaribu, S.Kep, Ns, M. Kep selaku penguji I dan Ibu Dina Indarsita, SST, M.Kes selaku penguji II
6. Terimakasih yang teristimewa saya ucapkan kepada cinta pertama penulis bapak tersayang Guntar Aritonang yang senantiasa memberikan semangat, pelukan, doa, dan kasih sayang yang tiada hentinya, sosok orang tua yang berhasil membuat saya bangkit dari kata menyerah. *I really love u pak*

7. Teristimewa kepada mama tersayang Almh. Corina D. Simamora yang selalu dan selamanya penulis rindukan. Terimakasih untuk kasih sayang dan cinta yang penulis rasakan hingga kini. Meski tawa ini tak selepas dulu namun percayalah penulis ada sampai hari ini karena cintamu yang selamanya hidup bersama penulis. *I really miss u ma*
8. Terimakasih kepada saudara kandung saya abang David Aritonang dan adikku Samuel Aritonang yang sudah memberikan semangat, menguatkan penulis melalui doa, perhatian, dan kasih sayang, serta dukungan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
9. Terimakasih kepada Keluarga angkat di asrama kak Nelpia Nainggolan dan kak Tuti Manullang, yang sudah memberikan dorongan dan motivasi kepada penulis dan memberi dukungan, mencari solusi dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
10. Terakhir kepada diri saya sendiri, Naomi Kalista Natalia Br Aritonang. Terimakasih sudah bertahan atas segala perjuangan, air mata, dan ketidakpastian diperjalanan panjang ini, meskipun sering kali ingin menyerah dan merasa putus asa. Terimakasih sudah melibatkan Tuhan Yesus Kristus dalam setiap perjalananmu dan menjadikan-Nya batu sandaranmu. Akhir kata dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih atas perhatian dari berbagai pihak yang mendukung penulisan karya tulis ilmiah ini.

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, 17 Juni 2025
Penulis



Naomi Kalista Natalia Br Aritonang
P07520122026

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
FORMAT BIODATA PENULIS	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan.....	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat	4
1. Bagi Subjek Penelitian	4
2. Bagi Tempat Peneliti	4
3. Bagi Institusi Pendidikan	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Konsep Dasar Aromaterapi	5
1. Definisi.....	5
2. Jenis – Jenis Aromaterapi.....	5
3. Manfaat Aromaterapi	7
4. Cara Kerja Aromaterapi	7
5. Metode Pemakaian Aromaterapi	8
6. Prosedur Pemberian Aromaterapi Lemon	10

B.	Mual Dan Muntah	11
1.	Defenisi	11
2.	Etiologi.....	11
3.	Tanda dan Gejala Mual Muntah	12
4.	Dampak Mual Muntah	13
5.	Patofisiologi	13
6.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Mual Muntah	14
7.	Cara Mengatasi Mual Muntah.....	15
8.	Pengukuran Mual Muntah.....	16
C.	Konsep Teori Kehamilan.....	17
1.	Defenisi Kehamilan.....	17
2.	Tanda-Tanda Kehamilan	18
3.	Periode Kehamilan.....	22
4.	Perubahan Psikologis Pada Trimester 1 (1-3 bulan).	22
5.	Perubahan Fisiologis Kehamilan Trimester I.....	23
6.	Tanda Bahaya Kehamilan Trimester I.....	26
BAB III	METODE STUDI KASUS.....	27
A.	Rancangan Studi Kasus.....	27
B.	Subyek Studi Kasus.....	27
C.	Fokus Studi.....	28
D.	Definisi Operasional Fokus Studi	28
E.	Instrumen Studi Kasus	28
F.	Metode Pengumpulan Data	29
G.	Tempat dan Waktu Studi Kasus.....	29
H.	Penyajian Data	29
I.	Etika Studi Kasus	29
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
A.	Hasil Studi Kasus	31
B.	Pembahasan.....	39

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 kuesioner PUQE-24:	17
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	28
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa	31
Tabel 4.2 Tingkat Mual Dan Muntah Responden Sebelum Intervensi	32
Tabel 4.3 Penerapan Inhalasi Aromaterapi Lemon	33
Tabel 4. 4 Data Setelah Evaluasi.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Izin Responden
- Lampiran 2 : Kuesioner
- Lampiran 3 : Standar Operasional Prosedur Aromaterapi Lemon
- Lampiran 4 : Surat Izin Survey Awal
- Lampiran 5 : Surat Persetujuan Survey Awal
- Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7 : Surat Persetujuan Penelitian
- Lampiran 8 : EC
- Lampiran 9 : Lembar Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 10 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 11 : Turnitin