



KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI: AROMATERAPI PEPPERMINT DAN ATHP-HC PADA NY. R DAN NY. F UNTUK MENGATASI EMESIS GRAVIDARUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PLUMBON

**Oleh :
RINI MARLIANA
NIM. P2.06.20.22.2069**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2025**

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI: AROMATERAPI PEPPERMINT DAN ATHP-HC PADA NY. R DAN NY. F UNTUK MENGATASI EMESIS GRAVIDARUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PLUMBON

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Cirebon

Oleh :
RINI MARLIANA
NIM. P2.06.20.22.2069

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI:
AROMATERAPI PEPPERMINT DAN AHP-HC
PADA NY. R DAN NY. F UNTUK MENGATASI
EMESIS GRAVIDARUM DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PLUMBON**

PENYUSUN : RINI MARLIANA

NIM : P2.06.20.22.2069

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui
Oleh pembimbing untuk diujikan

Cirebon, 03 Juni 2025

Pembimbing

Pembimbing I



Hj. Santi Wahyuni, S.Kp, M.Kep, Sp.Mat
NIP. 197701052001122005

Pembimbing II



Hj. Badriah, SST, MPH
NIP. 196206151983032004

Mengetahui,

Ketua-Program Studi D-III Keperawatan



Evel Hidayat, SpA, S.Kp, M.Kep, Ns, Sp.Kep.J
NIP. 196709281991021001

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON
KEMENKES POLTEKKES TASIKMALAYA**
Karya Tulis Ilmiah Mei 2025

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI:
AROMATERAPI PEPPERMINT DAN ATHP-HC
PADA NY. R DAN NY. F UNTUK MENGATASI
EMESIS GRAVIDARUM DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PLUMBON**

Rini Marlina¹, Santi Wahyuni², Badriah³

ABSTRAK

Latar Belakang: Emesis gravidarum merupakan kondisi umum yang dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama yang ditandai dengan mual dan muntah. Kondisi ini jika tidak ditangani dengan baik dapat berkembang menjadi hiperemesis gravidarum yang berisiko menimbulkan dehidrasi, malnutrisi, bahkan gangguan pertumbuhan janin. Salah satu terapi non-farmakologis yang dinilai efektif dan aman untuk ibu hamil adalah penggunaan aromaterapi peppermint dan terapi musik ATHP-HC (Audio Therapy Healthy Pregnancy – Harmoni Cinta). **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan terapi relaksasi berupa kombinasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC dalam mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan kualitatif pada dua subyek ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum di wilayah kerja Puskesmas Plumbon. Intervensi dilakukan selama lima hari berturut-turut dengan pemberian aromaterapi melalui diffuser selama 10 menit dan terapi musik ATHP-HC selama 30 menit setiap pagi. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan instrumen PUQE-24 untuk menilai tingkat keparahan mual dan muntah sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan pada skor PUQE setelah dilakukan intervensi, yaitu dari kategori sedang menjadi ringan pada kedua subyek. Kombinasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC terbukti efektif dalam menurunkan frekuensi dan intensitas mual muntah serta memberikan efek relaksasi pada ibu hamil. **Kesimpulan:** Kesimpulannya, terapi relaksasi kombinasi ini dapat menjadi alternatif non-farmakologis yang aman, efektif, dan mudah diterapkan dalam praktik keperawatan Maternitas. **Saran:** Penulis berharap tenaga kesehatan di fasilitas pelayanan primer mengembangkan penggunaan terapi komplementer ini sebagai bagian dari penatalaksanaan emesis gravidarum.

Kata Kunci: Aromaterapi Peppermint, ATHP-HC, Emesis Gravidarum, Ibu Hamil

¹Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

^{2,3}Dosen D III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**IMPLEMENTATION OF RELAXATION THERAPY:
PEPPERMINT AROMATHERAPY AND ATHP-HC
IN MRS. R AND MRS F TO EMESIS GRAVIDARUM
IN THE WORKING AREA OF PLUMBON
PUBLIC HEALTH CENTER**

Rini Marlina¹, Santi Wahyuni², Badriah³

ABSTRAK

Background: Emesis gravidarum is a common condition experienced by pregnant women, especially during the first trimester, characterized by nausea and vomiting. If not properly managed, it may progress to hyperemesis gravidarum, posing risks such as dehydration, malnutrition, and even fetal growth disturbances. One of the non-pharmacological therapies considered safe and effective for pregnant women is the use of peppermint aromatherapy combined with ATHP-HC (Audio Therapy Healthy Pregnancy – Harmoni Cinta) music therapy. **Purpose:** This study aims to implement a relaxation therapy combining peppermint aromatherapy and ATHP-HC to reduce symptoms of emesis gravidarum in pregnant women. **Method:** The research uses a qualitative case study method involving two first-trimester pregnant women experiencing emesis gravidarum at the Plumbon Public Health Center. The intervention was carried out over five consecutive days by administering peppermint aromatherapy through a diffuser for 10 minutes and ATHP-HC music therapy for 30 minutes every morning. The severity of nausea and vomiting was measured using the PUQE-24 instrument before and after the intervention. **Result:** The results showed a significant decrease in PUQE scores after the intervention, from moderate to mild levels in both subjects. The combination of peppermint aromatherapy and ATHP-HC proved effective in reducing the frequency and intensity of nausea and vomiting, while also providing relaxation effects for pregnant women. **Conclusion:** In conclusion, this combined relaxation therapy can be a safe, effective, and easily applicable non-pharmacological alternative in maternity nursing practice. **Suggestion:** The author hopes that healthcare providers in primary care facilities will develop the use of this complementary therapy as part of the management of emesis gravidarum.

Keywords: Peppermint Aromatherapy, ATHP-HC, Emesis Gravidarum, Pregnant Women

¹Student of D III Nursing Program Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

^{2,3}Lecturer of D III Nursing Program Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan segala karunia dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Implementasi Terapi Relaksasi: Aromaterapi Peppermint dan AHP-HC pada Ny. R dan Ny. F untuk Mengatasi Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Plumbon”. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan program studi DIII Keperawatan Cirebon Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari berbagai hambatan, akan tetapi berkat usaha, doa, dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, penulis mampu menyelesaikannya dengan tepat waktu. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah terlibat secara langsung maupun tidak langsung pada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, kepada yang terhormat:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Eyt Hidayat, SPd, S.Kp, M.Kep, Ns, Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Cirebon.
4. Hj. Santi Wahyuni, S.Kp, M.Kep, Sp.Mat selaku dosen pembimbing pertama yang telah berkenan meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Hj. Badriah, SST, MPH selaku dosen pembimbing kedua yang telah berkenan meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
6. Omay Rohmana, Skep, Ns, Mkep. selaku Pembimbing Akademik yang selalu memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon yang telah mendidik dan memberikan ilmu kepada penulis selama menjalani perkuliahan

serta bagian akademik, pengelola perpustakaan dan karyawan yang telah membantu dalam kegiatan perkuliahan.

8. Teruntuk kedua orangtua tersayang dan kakakku tercinta, support system terbaik dan panutanku. Terimakasih selalu berjuang dalam mengupayakan yang terbaik untuk kehidupan penulis serta tidak pernah berhenti memberikan kasih sayang, dukungan serta doa terbaiknya.
9. Teman-teman seperjuangan, khususnya *Beyond the limit* yang telah sabar memberikan dorongan dan motivasi, menghibur, mendoakan dan menemani penulis selama masa perkuliahan.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga dan teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Penulis menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk memperbaiki Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Cirebon, 03 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS/KEASLIAN TULISAN	v
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penulisan	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Kehamilan.....	8
2.1.1 Definisi Kehamilan	8
2.1.2 Tanda Kehamilan	8
2.1.3 Tahapan Kehamilan	12
2.1.4 Adaptasi Fisiologis Trimester 1	12
2.1.5 Adaptasi Psikologis Trimester 1	16
2.2 Konsep Emesis Gravidarum	18
2.2.1 Definisi Emesis Gravidarum.....	18
2.2.2 Etiologi Emesis Gravidarum.....	19

2.2.3 Manifestasi Klinis Emesis Gravidarum	20
2.2.4 Patofisiologis Emesis Gravidarum	22
2.2.5 Komplikasi Emesis Gravidarum	24
2.2.6 Penatalaksanaan Emesis Gravidarum	24
2.2.7 Pengukuran Emesis Gravidarum	28
2.3 Konsep Hepatitis B	30
2.3.1 Definisi Hepatitis B	30
2.3.2 Etiologi Hepatitis B	30
2.3.3 Manifestasi Klinis Hepatitis B	30
2.3.4 Penanganan Hepatitis B	31
2.4 Konsep Kurang Energi Kronik (KEK)	33
2.4.1 Definisi KEK	33
2.4.2 Etiologi KEK	34
2.4.3 Faktor yang Mempengaruhi KEK	34
2.4.4 Manifestasi Klinis KEK	38
2.4.5 Penatalaksanaan KEK	38
2.5 Konsep Aromaterapi	38
2.5.1 Definisi Aromaterapi	38
2.5.2 Manfaat Aromaterapi	39
2.5.3 Jenis Aromaterapi	39
2.5.4 Penggunaan Aromaterapi	41
2.5.5 Mekanisme Aromaterapi	41
2.5.6 Aromaterapi Peppermint	41
2.5.7 Manfaat Peppermint	42
2.5.8 Kandungan Peppermint	43
2.5.9 Prosedur Aromaterapi Peppermint	44
2.6 Konsep Audio Therapy Healthy Pregnancy Harmoni Cinta	45
2.6.1 Definisi ATHP-HC	45
2.6.2 Tujuan ATHP-HC	45
2.6.3 Manfaat ATHP-HC	45
2.6.4 Mekanisme ATHP-HC	46
2.6.5 Prosedur ATHP-HC	46
2.7 Penerapan Aromaterapi Peppermint dan ATHP-HC	46
2.7.1 Langkah-langkah	46

2.8 Kerangka Teori	49
2.9 Kerangka Konsep.....	50
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH	51
3.1 Rancangan/Pendekatan KTI	51
3.2 Subyek KTI.....	51
3.3 Definsi Operasional	52
3.4 Metode dan Teknik Pengumpulan Data	53
3.5 Instrumen Pengumpulan Data.....	53
3.6 Lokasi dan Waktu.....	54
3.6.1 Lokasi	54
3.6.2 Waktu.....	54
3.7 Prosedur Penyusunan KTI	54
3.8 Keabsahan Data	55
3.9 Analisis Data.....	55
3.10 Etika Penelitian	56
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	57
4.1 Hasil Penelitian	57
4.1.1 Lokasi Studi Kasus	57
4.1.2 Proses Keperawatan dan Pelaksanaan Tindakan Terapi Relaksasi Aromaterapi Peppermint dan ATHP-HC.....	57
4.1.3 Respon Antara Kedua Klien Setelah Tindakan Terapi Relaksasi Aromaterapi Peppermint dan ATHP-HC.....	61
4.1.4 Analisis Kesenjangan Antara Kedua Klien	62
4.2 Pembahasan	63
4.2.1 Proses Keperawatan dan Pelaksanaan Tindakan Terapi Relaksasi Aromaterapi Peppermnit dan ATHP-HC.....	63
4.2.2 Respon Antara Kedua Klien Setelah Tindakan Terapi Relaksasi Aromaterapi Peppermint dan ATHP-HC.....	70
4.2.3 Analisis Kesenjangan Antara Kedua Klien	71
4.3 Keterbatasan	74
4.4 Implikasi Keperawatan	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	76
5.1 Kesimpulan	76
5.2 Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79

LAMPIRAN	85
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skor PUQE	29
Tabel 3.1 Batasan Definisi Operasional	52

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway Emesis Gravidarum	23
Bagan 2.2 Kerangka Teori	49
Bagan 2.3 Kerangka Konsep	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI/TA	86
Lampiran 2 Informed Consent Klien 1	87
Lampiran 3 Informed Consent Klien 2	88
Lampiran 4 Waktu Pelaksanaan	89
Lampiran 5 SOP Aromaterapi Peppermint dan ATHP-HC.....	90
Lampiran 6 Format Penilaian Skor PUQE	92
Lampiran 7 Lembar Observasi Klien 1	93
Lampiran 8 Lembar Observasi Klien 2	94
Lampiran 9 Lembar Pedoman Wawancara.....	95
Lampiran 10 Format Dokumentasi Asuhan Keperawatan.....	96
Lampiran 11 Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal KTI	144
Lampiran 12 Lembar Konsultasi Bimbingan KTI	151
Lampiran 13 Rekomendasi Perbaikan Hasil Ujian Proposal KTI	155
Lampiran 14 Rekomendasi Perbaikan Hasil Ujian KTI	158
Lampiran 15 Dokumentasi	161