



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI AROMATERAPI
LEMON PADA NY. R DAN NY. Z DENGAN KEHAMILAN
TRIMESTER I UNTUK MENGURANGI EMESIS
GRAVIDARUM DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS DUKUPUNTANG

NENG NERI RAHMAWATI
NIM. P2.06.20.22.2064

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

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI AROMATERAPI LEMON
PADA NY. R DAN NY. Z DENGAN KEHAMILAN
TRIMESTER I UNTUK MENGURANGI EMESIS
GRAVIDARUM DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS DUKUPUNTANG**

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

NENG NERI RAHMAWATI

NIM. P2.06.20.22.2064

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

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI AROMATERAPI LEMON PADA NY. R DAN NY. Z DENGAN KEHAMILAN TRIMESTER I UNTUK MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DUKUPUNTANG” dengan tepat waktu. Karya Tulis Ilmiah ini disusun guna memenuhi salah satu syarat tugas akhir untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Program Studi Keperawatan Cirebon.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah Ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan pikiran, tenaga dan semangat serta motivasi, dengan begitu penulis mengucapkan rasa penghargaan yang sangat mendalam dan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

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. Eyet Hidayat, S.Pd, S.Kp, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Sriyatin, APP, S.Kep, Ns, M.Kes selaku dosen pembimbing utama yang telah meluangkan banyak waktu untuk memberikan bimbingan, mengarahkan dan memberikan masukan terkait penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Santi Wahyuni, S.Kp, M.Kep, Sp.Mat selaku dosen pembimbing kedua yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan serta masukan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
6. Badriah, SST, MPH selaku dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.

7. Seluruh dosen dan staf Pendidikan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Program Studi Keperawatan Cirebon.
8. Kedua orang tua tercinta dan adik-adik tersayang yang selalu memberikan dukungan dan bantuan secara moril maupun materi. Mendoakan serta memberikan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Teman-teman seperjuangan, khususnya Beyond the limit yang selalu bertukar pikiran, memberikan dukungan, motivasi, meghibur, dan menemani penulis selama masa perkuliahan serta dalam proses menyelesaikan karya tulis ilmiah.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan dan kritik yang membangun untuk menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis juga berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, sekian terimakasih.

Cirebon, 10 Maret 2025



Penulis

**PROGRAM DIPLOMA III KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA**
Karya Tulis Ilmiah, Juni 2025

**Implementasi Terapi Relaksasi Aromaterapi Lemon pada Ny. R dan Ny. Z dengan
Kehamilan Trimester I untuk Mengurangi Emesis Gravidarum di Wilayah
Kerja Puskesmas Dukupuntang**

Neng Neri Rahmawati¹⁾, Sriyatin²⁾, Santi Wahyuni³⁾

ABSTRAK

Latar belakang: Emesis gravidarum adalah keluhan umum pada ibu hamil trimester pertama yang ditandai dengan mual dan muntah akibat perubahan hormonal, terutama peningkatan kadar *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG). Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat menyebabkan dehidrasi, malnutrisi, dan meningkatkan risiko terjadinya hiperemesis gravidarum. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi relaksasi aromaterapi lemon dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Dukupuntang. **Metode:** Penelitian menggunakan pendekatan studi kasus dengan desain deskriptif. Subjek penelitian yaitu ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum. Intervensi yang diberikan berupa terapi relaksasi menggunakan aromaterapi lemon melalui diffuser selama 15 menit setiap pagi, selama lima hari berturut-turut. Pengukuran tingkat emesis dilakukan menggunakan instrumen PUQE (*Pregnancy Unique Quantification of Emesis*). **Hasil:** Hasil implementasi menunjukkan adanya penurunan skor PUQE dari kategori sedang menjadi ringan, disertai peningkatan kenyamanan, penurunan frekuensi mual muntah, serta meningkatnya nafsu makan. Hal ini membuktikan bahwa terapi relaksasi aromaterapi lemon berpengaruh terhadap penurunan mual muntah pada kedua subjek. **Kesimpulan:** Terapi aromaterapi lemon terbukti sebagai pendekatan nonfarmakologis yang aman, efektif, dan mudah diterapkan. Kesimpulannya, terapi ini dapat membantu mengurangi gejala emesis gravidarum. **Saran:** Diharapkan terapi ini dapat dijadikan bagian dari intervensi keperawatan maternal berbasis holistik dan alami.

Kata kunci: Aromaterapi Lemon, Emesis gravidarum, Ibu Hamil Trimester I

¹⁾ Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

^{2,3)} Dosen Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

DIPLOMA III NURSING PROGRAM
NURSING STUDY PROGRAM – CIREBON CAMPUS
POLYTECHNIC OF HEALTH, MYNISTRY OF HEALTH, TASIKMALAYA
Scientific Paper, June 2025

***Implementation of Lemon Aromatherapy Relaxation Therapy on Ny. R and Ny. Z
with First Trimester Pregnancy to Reduce Emesis Gravidarum in the
Dukupuntang Health Center Work Area***

Neng Neri Rahmawati¹⁾, Sriyatin²⁾, Santi Wahyuni³⁾

ABSTRACT

Background: *Emesis gravidarum is a common complaint in first trimester pregnant women characterized by nausea and vomiting due to hormonal changes, especially increased levels of Human Chorionic Gonadotropin (HCG). If not treated properly, this condition can lead to dehydration, malnutrition, and increase the risk of hyperemesis gravidarum.* **Purpose:** *This study aims to evaluate the effectiveness of lemon aromatherapy relaxation therapy in reducing emesis gravidarum in first trimester pregnant women in the Dukupuntang Health Center working area.* **Methods:** *The research used a case study approach with a descriptive design. The research subjects were first trimester pregnant women who experienced emesis gravidarum. The intervention was relaxation therapy using lemon aromatherapy through a diffuser for 15 minutes every morning, for five consecutive days. Measurement of emesis level was done using PUQE (Pregnancy Unique Quantification of Emesis) instrument.* **Results:** *The implementation results showed a decrease in PUQE score from moderate to mild category, accompanied by increased comfort, decreased frequency of nausea and vomiting, and increased appetite. This proves that lemon aromatherapy relaxation therapy has an effect on reducing nausea and vomiting in both subjects.* **Conclusion:** *Lemon aromatherapy was shown to be a safe, effective and easy-to-implement nonpharmacological approach. In conclusion, this therapy can help reduce symptoms of emesis gravidarum.* **Suggestion:** *It is hoped that this therapy can be used as part of a holistic and natural-based maternal nursing intervention.*

Keywords: *Emesis gravidarum, First Trimester Pregnant Women Lemon Aromatherapy*

¹⁾ *Students of D III Nursing Study Program, Cirebon, Poltekkes, Ministry of Health, Tasikmalaya*

^{2,3)} *Lecturers of D III Nursing Study Program, Cirebon, Poltekkes, Ministry of Health, Tasikmalaya*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Kehamilan	6
2.1.1 Definisi Kehamilan	6
2.1.2 Tanda-Tanda Kehamilan.....	7
2.1.3 Perubahan Fisiologi Kehamilan.....	12
2.1.4 Perubahan Fisiologis Pada Ibu Hamil Trimester I.....	18
2.1.5 Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil.....	21
2.1.6 Perubahan Perilaku Pada Ibu Hamil	22
2.1.7 Komplikasi Dalam Kehamilan (Abortus)	23

2.2 Emesis Gravidarum (Mual muntah).....	26
2.2.1 Definisi Emesis Gravidarum.....	26
2.2.2 Etiologi	26
2.2.3 Manifestasi.....	28
2.2.4 Patofisiologi	29
2.2.5 Pathway.....	31
2.2.6 Komplikasi.....	32
2.2.7 Pemeriksaan Penunjang	32
2.2.8 Penatalaksanaan Emesis Gravidarum	33
2.2.9 Pengukuran Emesis Gravidarum.....	34
2.3 Konsep Aromaterapi Lemon.....	36
2.3.1 Definisi Aromaterapi Lemonn.....	36
2.3.2 Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum.....	36
2.3.3 Prosedur Aromaterapi lemon.....	37
2.4 Kerangka Teori	39
2.5 Kerangka Konsep.....	40
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....	41
3.1 Pendekatan KTI.....	41
3.2 Subjek KTI.....	41
3.2.1 Kriteria inklusi	41
3.2.2 Kriteria Eksklusi	42
3.3 Definisi Operasional.....	42
3.4 Metoda dan Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.5 Instrumen Pengumpulan Data	43
3.5.1 Alat dan Bahan	43
3.5.2 Instrumen Studi Kasus	43
3.6 Lokasi dan Waktu	44
3.7 Prosedur Penyusunan KTI.....	44
3.7.1 Tahap Pelaksanaan KTI.....	44
3.7.2 Tahap Penyusunan KTI	45
3.8 Keabsahan Data.....	45
3.9 Analisis Data	45
3.10 Etika Penelitian	46
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....	48

4.1 Hasil Studi Kasus 1	48
4.1.1 Pengkajian.....	48
4.1.2 Diagnosa Keperawatan	49
4.1.3 Intervensi Keperawatan	49
4.1.4 Implementasi Keperawatan.....	50
4.1.5 Evaluasi Keperawatan.....	52
4.2 Hasil Studi Kasus 2.....	52
4.2.1 Pengkajian.....	52
4.2.2 Diagnosa Keperawatan	53
4.2.3 Intervensi Keperawatan	53
4.2.4 Implementasi Keperawatan.....	54
4.2.5 Evaluasi Keperawatan.....	55
4.3 Pembahasan.....	56
4.3.1 Tahap Proses Keperawatan dan Pelaksanaan Intervensi Terapi Relaksasi Aromaterapi Lemon.....	56
4.3.2 Respon Setelah Dilakukan Tindakan Terapi Relaksasi Aromaterapi lemon.	61
4.3.3 Analisa Kesenjangan Respon Kedua Klien	62
4.4 Keterbatasan	64
4.5 Implikasi Untuk Keperawatan.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	66
5.1 Kesimpulan	66
5.2 Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional	42
---------------------------------------	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Pathway	31
Bagan 2. 2 Kerangka Teori	39
Bagan 2. 3 Kerangka Konsep	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Waktu Pelaksanaan KTI	73
Lampiran 2 Penjelasan Pelaksanaan KTI.....	74
Lampiran 3 Informed Consent Klien 1	75
Lampiran 4 Informed Consent Klien 2	76
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur	77
Lampiran 6 Lembar Home Visit Klien 1	79
Lampiran 7 Lembar Home Visit Klien 2	80
Lampiran 8 Lembar Observasi Terapi Relaksasi Aromaterapi Lemon Klien 1.....	81
Lampiran 9 Lembar Observasi Terapi Relaksasi Aromaterapi Lemon Klien 2.....	82
Lampiran 10 PUQE Score (Pregnancy Unique Quantification of Emesis)	83
Lampiran 11 Format Asuhan Keperawatan	84
Lampiran 12 Lembar Konsultasi Bimbingan.....	125