

KARYA TULIS ILMIAH
PEMBERIAN LEMON INHALASI AROMATERAPY UNTUK
MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA KEHAMILAN
TRIMESTER I DI BPM ISTIANATUL
KABUPATEN KEBUMEN

Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan



Disusun oleh:

MELINDA SUSANTI
NIM : B1401182

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2017

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PEMBERIAN LEMON INHALASI AROMATERAPY UNTUK
MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA KEHAMILAN
TRIMESTER I DI BPM ISTIANATUL
KABUPATEN KEBUMEN**

Disusun oleh:
Melinda Susanti
NIM : B1401182

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Mengikuti
Ujian KTI

Oleh :

Pembimbing : Juni Sofiana, S. ST, M.Keb

Tanggal : 24/7/2017

Tanda Tangan : 

Mengetahui,
Ketua Program Studi DIII Kebidanan


(Eka Novyriana, S.ST., M.P.H)

HALAMAN PENGESAHAN

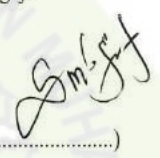
KARYA TULIS ILMIAH
PEMBERIAN LEMON INHALASI AROMATERAPY UNTUK
MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA KEHAMILAN
TRIMESTER I DI BPM ISTIANATUL
KABUPATEN KEBUMEN

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

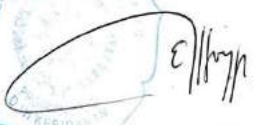
Melinda Susanti
NIM : B11401182

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
Pada tanggal 18-3-2017

Penguji :

1. Siti Mutoharoh, S.ST., MPH (.....) 
2. Juni Sofiana, S. ST., M.Keb (.....) 

Mengetahui,
Ketua Program Studi DIII Kebidanan


(Eka Novyriana, S.ST., MPH)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini penulis menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar diploma pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kebumen, Agustus 2017



Melinda Susanti

KARYA TULIS ILMIAH

PEMBERIAN LEMON INHALASI AROMATERAPY UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA KEHAMILAN TRIMESTER I DI BPM ISTIANATUL KABUPATEN KEBUMEN¹

Melinda Susanti², Juni Sofiana, S. ST., M.Keb³

INTISARI

Latar belakang: Kasus mual muntah di Indonesia terdapat 50-90% kasus yang dialami oleh ibu hamil. Masalah ini dapat menimbulkan efek yang negatif bagi ibu hamil seperti dehidrasi, ketidak seimbangan elektrolit, hipertensi vena dan perdarahan, *rupture esophageal*, dan lebih jauh lagi mereka akan mengalami dehidrasi berat. Oleh sebab itu diperlukan penanganan yang tepat untuk mengatasi masalah tersebut. Cara penanganan yang tepat tanpa menimbulkan efek samping yaitu dengan cara non farmakologi, misalnya lemon inhalasi aromaterapi.

Tujuan: Mengetahui efektivitas pemberian lemon inhalasi aromaterapi untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan trimester I.

Metode: Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan studi kasus. Dalam hal ini penulis menggambarkan fakta-fakta dari pengkajian yang didapatkan dari wawancara dan observasi langsung.

Hasil: Setelah diberikan lemon inhalasi aromaterapi, terjadi penurunan frekuensi mual muntah pada ketiga partisipan, yaitu 4 kali menjadi 2 kali (partisipan 1 dan 2), 5 kali menjadi 3 kali (partisipan 3).

Kesimpulan: Pemberian Lemon inhalasi aromaterapi dapat menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di bpm istianatul.

Kata kunci : kehamilan trimester I, mual muntah, lemon inhalasi aromaterapi

Referensi : 46 literatur (2007-2015)

Jumlah halaman : xi + 68 + lampiran

¹ Judul Skripsi

² Mahasiswi Prodi DIII STIKES Muhammadiyah Gombong

³ Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPER

GIVING LEMON INHALING AROMATHERAPY TO REDUCE VOMITING NAUSEA OF TRIMESTER 1 PREGNANCY IN INDEPENDENT MIDWIFERY CLINIC OF ISTIANATUL IN KEBUMEN¹

Melinda Susanti², Juni Sofiana, S. ST., M.Keb³

ABSTRACT

Background: There are 50%-90% cases of vomiting nausea in Indonesia suffered by pregnant mothers. This problem may have negative effects for them, such as dehydration, *electrolyte imbalances*, venous hypertension and bleeding, esophageal rupture. In addition, they may have severe dehydration as the consequence. Therefore, appropriate treatment is needed to overcome the problem. The no side-effect way is by applying non-pharmacological technique, such as lemon inhaling aromatherapy.

Objective: To know the effect of giving lemon inhaling aromatherapy to reduce vomiting nausea in trimester 1 pregnancy.

Method: This study is an analytic descriptive with case study approach. The writer describes the facts of the assessment obtained from interviews and direct observation.

Result: After being given lemon inhaling aromatherapy, the vomiting nausea frequency was decreasing - 4 times to be twice (participant 1 and 2), 5 times to be 3 times (participant 3).

Conclusion: Giving lemon inhaling aromatherapy can reduce the frequency of vomiting nausea in trimester 1 pregnancy in Independent Midwifery Clinic of Istianatul in Kebumen.

Keywords : Trimester 1 pregnancy, vomiting nausea, lemon inhaling aromatherapy

Reference : 46 literatures (2007-2015)

Pages : xi + 68 + appendices

¹Title

²Student of DIII Program of Midwifery Dept

³Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji syukur senantiasa saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga dalam penulisan karya ilmiah ini saya tidak mengalami kendala yang berarti hingga terselesaikannya karya tulis ilmiah yang saya berjudul **“Pemberian Lemon Inhalasi Aromaterapy terhadap Mual Muntah pada Kehamilan Trimester 1 di BPM Istianatul Kabupaten Kebumen”**.

Pada kesempatan ini, dalam penulisan karya tulis ilmiah ini saya mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak, oleh karenanya dari hati yang terdalam saya ingin mengungkapkan rasa terimakasih kepada :

1. Hj Herniyatun, M.Kep. Sp.Mat selaku Ketua STIKes Muhammadiyah Gombong.
2. Eka Novyriana, S.ST.,M.P.H selaku Ketua Prodi DIII Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong.
3. Juni Sofiana, M.Keb selaku Pembimbing KTI yang telah memberikan banyak masukan dan saran dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
4. Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H selaku Penguji I yang telah memberikan banyak masukan dan saran dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Penghargaan khusus kepada orangtua yang selalu memberikan support sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Teman-teman seperjuangan yang selalu motivasi baik berupa pendapat maupun hal-hal lainnya dalam rangka menyelesaikan pembuatan karya tulis ilmiah ini.
7. Pihak-pihak terkait lainnya yang juga turut serta membantu saya dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini.

Saya sangat menyadari tidak ada manusia yang sempurna dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, apabila nantinya terdapat kekurangan dan kesalahan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, saya selaku penulis sangat berharap kepada seluruh pihak agar dapat memberikan kritik dan juga saran seperlunya. Akhir kata, semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat dan bahan pembelajaran kepada kita semua.

Kebumen, Agustus 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN ORISINALITAS.....	iv
INTISARI	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	7
C. Manfaat.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori	9
1. Kehamilan.....	9
2. Mual Muntah.....	19
3. Aromaterapii	30
B. Kerangka Teori	40
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	41
B. Tempat dan Waktu.....	42
C. Partisipan	42
D. Instrumen	43
BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL, DAN PEMBAHASAN	
A. Manajemen Kasus.....	49
B. Hasil.....	59
C. Pembahasan	62
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perubahan mual muntah sebelum diberikan penerapan dan sesudah diberikan penerapan pada 4 hari	61
Tabel 2. Penurunan kondisi mual muntah dalam setiap evaluasi.....	61



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	40
-------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 3. SOP Pemberian Lemon Inhalasi Aromaterapi
- Lampiran 4. Lembar Observasi Penurunan Kondisi Mual Muntah
- Lampiran 5. Dokumentasi Penerapan Asuhan
- Lampiran 6. Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pelayanan *antenatal care* merupakan pelayanan kesehatan oleh tenaga kesehatan professional (dokter spesialis kandungan dan kebidanan, dokter umum, bidan dan perawat) kepada ibu hamil sesuai pedoman, hal ini sangat penting untuk menjamin bahwa proses alamiah dari kehamilan berjalan normal. Tujuan dari pelayanan kesehatan semasa hamil ialah menyiapkan sebaik-baiknya fisik dan mental, serta menyelamatkan ibu dan anak dalam kehamilan, persalinan dan masa nifas, sehingga keadaan mereka sehat dan normal, tidak hanya fisik akan tetapi juga mental (Prawirohardjo, 2009). Tujuan pelayanan pada ibu hamil menurut Depkes RI (2014) adalah untuk menjaga agar ibu hamil dapat melalui masa kehamilannya, persalinan dan nifas dengan baik dan selamat, serta menghasilkan bayi yang sehat.

Kehamilan merupakan suatu peristiwa indah yang sangat dinantikan pasangan suami istri (Murni, 2009). Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari haid pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 triwulan, pertama dimulai dari hasil konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dimulai dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan (Saifudin, 2008).

Kehamilan melibatkan perubahan fisik maupun emosional dari ibu serta perubahan sosial dalam keluarga (Prawirohardjo, 2009).

Menurut Kurnia (2009), selama kehamilan trimester I dapat terjadi perubahan fisik seperti pembesaran payudara, sering buang air kecil, mual muntah, konstipasi, cepat lelah, sakit kepala, kram perut, dan peningkatan berat badan. Ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester I antara lain ngidam, keputihan, sering buang air kecil (Prawirohardjo, 2009).

Bulan-bulan pertama kehamilan, terdapat perasaan eneg, hal ini mungkin di karenakan kadar hormon esterogen yang meningkat. Tidak jarang dijumpai adanya gejala mual pada bulan pertama kehamilan (Manuaba, 2010). Mual muntah merupakan keluhan yang sering dialami oleh wanita hamil terutama trimester pertama (Einarson, A. *et al* 2007).

Kasus mual muntah di Indonesia terdapat 50-90% kasus yang dialami oleh ibu hamil. Namun pada kasus seperti ini tidak menyebabkan kematian pada ibu hamil karena mual muntah hanya kekurangan nutrisi dan cairan (Maharani, 2010).

Mual muntah pada kehamilan biasanya bersifat ringan dan merupakan kondisi yang dapat dikontrol sesuai dengan kondisi masing-masing individu. Bila keadaan ini semakin berat dan tidak dapat ditanggulangi maka disebut *hiperemesis gravidarum*, dilaporkan terjadi sekitar 0,5%-2% dari semua kehamilan (Runiari, 2010).

Mual muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% terjadi pada multigravida. Secara fisiologis, rasa mual terjadi akibat kadar estrogen

yang meningkat dalam darah sehingga mempengaruhi sistem pencernaan (Prawirohardjo, 2008). Menurut Tiran (2009), penyebab mual muntah selama kehamilan biasanya disebabkan oleh perubahan hormon dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar HCG (*human chorionic gonadotrophin*).

Masalah mual muntah dapat menimbulkan efek yang merugikan bagi pasien (Gundzik, 2008). Menurut Conway (2009), efek mual dan muntah ini antara lain dehidrasi, ketidak seimbangan elektrolit, hipertensi vena dan perdarahan, rupture esofageal, dan keadaan lanjut dapat membuat pasien mengalami dehidrasi berat.

Dari 360 wanita hamil, 2% diantaranya mengalami mual muntah di pagi hari dan sekitar 80% mengalami mual muntah sepanjang hari. Kondisi ini biasanya bertahan dan mencapai puncak pada usia kehamilan 9 minggu. Namun demikian, sekitar 18% kasus mual muntah akan berlanjut sampai kelahiran (Fauziyah, 2012).

Sesuai dengan *evidence based practice*, pemerintah telah menetapkan program kebijakan ANC sebagai berikut : kunjungan ANC dilakukan minimal 4x selama kehamilan (kunjungan TM I sebelum usia kehamilan 14 minggu, kunjungan TM II usia kehamilan 14-28 minggu, kunjungan TM III usia kehamilan 28-36 minggu dan lebih dari 36 minggu) (Pantikawati, 2010).

Bidan adalah salah satu tenaga kesehatan yang memberikan pelayanan obstetri, salah satunya dengan memberikan pelayanan pemeriksaan ibu hamil untuk mengetahui keadaan ibu dan janin. Dalam melakukan pelayanan

Antenatal Care (ANC) hendaknya selalu memberikan penjelasan dan motivasi mengenai yang dirasakan ibu hamil termasuk didalamnya mual muntah (Arianto, 2009).

Mengurangi mual muntah pada trimester 1 dengan cara memberikan terapi yang sesuai dengan kebutuhan dan mengatur pola makan setiap harinya dengan cara mempertahankan hidrasi yang memadai dan cairan elektrolit, sebaiknya minum 2 liter air per hari, menghindari perut kosong setiap saat dengan sering makan kecil setiap 1-2 jam yang terdiri dari makanan lunak (Einarson, A. *et al* 2007).

Realisasi yang paling mudah dilaksanakan adalah pelaksanaan komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) kepada pasien dengan materi-materi mengenai pemantauan kesehatan ibu hamil dan penatalaksanaan ketidaknyamanan selama hamil (Sulistyawati, 2012).

Terapi komplementer yang dapat digunakan untuk mencegah dan mengurangi mual muntah adalah aromaterapi. Aromaterapi adalah minyak tumbuhan yang harum dan mempunyai konsentrasi tinggi dan mudah mengalami penguapan (Potts, 2009). Prinsip utama aromaterapi yaitu pemanfaatan bau dari tumbuhan atau bunga untuk mengubah kondisi perasaan, psikologi, status spiritual dan mempengaruhi kondisi fisik seseorang melalui hubungan pikiran dan tubuh pasien (Carstens, 2010). Sumber minyak harum yang digunakan sebagai aromaterapi diantaranya berasal dari peppermint, bunga lavender, bunga mawar, jahe, lemon (Allen, 2007; Buckle, 2007; Kim, *et al*, 2007).

Prinsip kerja aromaterapi di dalam tubuh yaitu memacu pelepasan neurotransmitter seperti enkefalin dan endorfin yang mempunyai efek analgesic dan meningkatkan perasaan nyaman dan rileks (Potts, 2009). Bau harum dari aromaterapi ditransmisikan melalui dua jalur, jalur pertama melalui sistem limbik menuju hipotalamus dan sampai pituitari. Jalur yang kedua ditransmisikan melalui kortek *olfactory* menuju thalamus dan kemudian menuju *neocortex*. Melalui kedua jalur ini aromaterapi akan diolah sampai menimbulkan persepsi individu (Cook, 2008).

Lemon minyak esensial (*Citruslemon*) adalah salah satu yang paling banyak digunakan minyak herbal dalam kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Menurut sebuah studi, 40% wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan 26,5% dari mereka telah dilaporkan sebagai cara yang efektif untuk mengontrol gejala mual muntah (Kia *et al*, 2014).

Menurut Young (2011), minyak aromaterapi lemon mudah didapatkan dan mempunyai kandungan limonene 66-80%, geranilasetat, nerol, linalilasetat, α pinene 0,4-15%, β pinene 1-4%, terpinene 6-14% dan myrcen. Limonene merupakan komponen utama dalam senyawa kimia jeruk dapat menghambat kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri (Cheragi & Valadi, 2010). Selain itu limonene mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit termasuk mual muntah (Namazi *et al*, 2014). Linalil asetat yang terdapat dalam aromaterapi lemon merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui

penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem syaraf (Wiryodidagdo, 2008 dalam Tarsikah, *et al*, 2012).

Ketika minyak essensial dihirup, molekul masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbic adalah daerah yang memengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan. Begitu banyak jenis minyak essensial yang ada. Jenis minyak essensial yang biasa digunakan adalah peppermint, spearmint (tiga tetes), lemon, dan jahe (dua tetes) (Santi, 2013).

Mual muntah juga dapat diobati dengan B6. Satu studi kecil menunjukkan bahwa vitamin B6 dalam dosis 25 mg diminum setiap delapan jam (75 mg per hari) lebih efektif daripada plasebo untuk mengurangi mual dan muntah pada wanita hamil (Niebyl, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Astriana, dkk (2015), ada pengaruh lemon inhalasi aromaterapi terhadap mual, sehingga bisa mengurangi penggunaan obat farmakologi yang ada efek sampingnya. Penelitian yang dilakukan oleh Maternity, dkk (2016) menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian inhalasiaromaterapi lemon terhadap mual muntah atau *morning sickness* pada ibu hamil.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di BPM Istianatul dari tanggal 27 Februari-6 April 2017, didapatkan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan sebanyak 58 ibu hamil. Sebanyak 16 ibu hamil trimester I, 21 ibu hamil trimester II, dan 21 ibu hamil trimester III. Ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah sebanyak 13 orang. Prosentase ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah lebih tinggi daripada ibu hamil trimester I yang tidak mengalami mual muntah. Di BPM Istianatul, apabila terdapat pasien dengan kondisi mual muntah hanya diberi antiemesis yaitu B6. Karena biasanya hanya mual muntah karena hamil muda dan itu wajar terjadi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas lemon inhalasi aromaterapi untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan trimester I di BPM Istianatul.

B. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas pemberian lemon inhalasi aromaterapi untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan trimester I di BPM Istianatul.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi frekuensi mual muntah sebelum diberikan lemon inhalasi aromaterapi pada ibu hamil trimester I di BPM Istianatul.

- b. Mengidentifikasi frekuensi mual muntah sesudah diberikan lemon inhalasi aromaterapi pada ibu hamil trimester I di BPM Istuanatul.

C. MANFAAT

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

- 1) Mengembangkan pengetahuan peneliti dalam mengaplikasikan pengetahuan tentang metode penelitian berdasarkan fenomena yang ada dalam masyarakat.
- 2) Mengetahui efektivitas lemon inhalasi aromaterapi pada ibu hamil trimester I.

b. Bagi Institusi

Sebagai bahan tambahan untuk pengetahuan dan informasi agar dapat mengembangkan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Tempat Penelitian

Dapat digunakan untuk referensi dalam meningkatkan program pelayanan asuhan kebidanan khususnya bagi ibu hamil Trimester I tentang mual muntah selama kehamilan.

b. Bagi Responden

Dapat meningkatkan pengetahuan pada ibu hamil khususnya Trimester I tentang pentingnya mencegah mual muntah selama kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, G. (2007). *Aromatherapy's effect on postoperative nausea, intravenous lidocaine; ignition of drape material; rofecoxib. Association of Operating Room Nurse Journal*. diperoleh dari www.proquest.com.
- Anonim. (2015). *Penyebab Utama Mual Dan Muntah Selama Kehamilan*. <http://www.program-hamil.com/2015/04/penyebab-ibu-hamil-mual-dan-muntah.html>. Diakses tanggal 23 Maret 2017.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Astriaana, Putri R D, Aprilia H. (2015). *Pengaruh Lemon Inhalasi Aromatherapy Terhadap Mual Pada Kehamilan Di BPS Varia Mega Lestari S.ST, M.Kes Batupuru Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2015*. Jurnal Kebidanan Vol 1 No 3.
- Buckle, J. (2007). *Literature review: Should nursing take aromatherapy more seriously?. British Journal of Nursing*. diperoleh dari www.proquest.com.
- Carstens, J. (2013). *Complementary therapies (aromatherapy and herbal medicine): clinician information, Evidence Summaries-Joanna Briggs Institute*, 11(1), 1-5 diperoleh dari <http://search.ProQuest.com/docview/921745616?accountid=17242>.
- Cheragi, J. & Valadi, A. (2010). *Effects of Anti-Noneceptive and Anti Inflammatory Component of Lemonene in Herbal Drug. Iranian Journal of Medicinal and Aromatic Plant. Vol 26*.
- Conway, B. (2009). *Prevention and management of postoperative nausea and vomiting in adults, AORN Journal*. Diperoleh dari www.proquest.com.
- Einarson A, Maltepe C, Boscovic R, and Koren G. (2007). *Treatment of Nausea and Vomiting in Pregnancy. Can Fam Physician*. 53: 2109 - 201. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2231543/>. Diakses tanggal 10 Februari 2017.
- Fauziyah. (2012). *Obstetri Patologi*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Faras. (2014). *Cara Mengatasi Mual Muntah*. <http://www.newsfarras.com/2014/11/>. Diakses tanggal 23 Maret 2017.
- Gundzik, K. (2008). *Nausea and vomiting in the ambulatory surgical setting. Orthopaedic*.

- Hidayat, A A A. (2009). *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Idrus M. (2009). *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta : Erlangga.
- Ira, P. (2012). *Pengobatan Mandiri Di Rumah Anda A-Z Gangguan Kesehatan Umum, Cara Mencegah Dan Cara Mengatsainya*. Yogyakarta: Bangkit.
- Kia P Y, Safajou F, shahnazi M, dan Nazemyeh H. (2014). *The Effect of Lemon Inhalasi Aromatherapy On Nusea and Vomiting of Pregnancy : A Double-Blinded, Randomized, Control Clinical Trial*. Iran Red Crescent Med J. Doi: 10.5812/Ircmj.14360.
- Kim, J. T., Ren, C. J., Fielding, G. A., Pitti, A., Kasumi,T., Wajda, M., Lebovits, A., & Bekker. (2007). *Treatment with lavender aromatherapy in the post-anesthesia care unit reduces opioid requirements of morbidly obese patients undergoing laparoscopic adjustable gastric banding, Obesity Surgery Journa*, diperoleh dari www.proquest.com
- Koensoemardiyah. (2009). *A-Z Aromaterapi Untuk Kesehatan, Kebugaran, Dan Kecantikan*. Yogyakarta : Lily Publisher.
- Kurnia. (2009). *Menghindari Gangguan Saat Melahirkan dan Panduan Lengkap Mengurut Bayi*. Yogyakarta : Panji Pustaka.
- Kusmiyati Yuni, Heni, dan Sujiyatini. (2009). *Panduan Lengkap Perawatan Kehamilan*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Llewelyn D dan Jones. (2006). *Panduan Terlengkap Tentang Kesehatan, Kebidanan dan Kandungan*. Jakarta : Delapresta.
- Manuaba. (2010). *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta : EGC.
- Maternity D, Sari D Y, dan Manjorang M U. (2016). *Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lemon Terhadap Morning Sickness Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tulang Bawang I Kecamatan Banjar Agung Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2016*. Jurnal Kebidanan vol 2 no 3. Diakses tanggal 20 Maret 2017.
- Murni, W. (2009). *Kiat Mengatasi Masalah Kehamilan dan Janin*. Yogyakarta : Almatara Publishing.
- Namazi, M., Akbari, A.S., Mojab, F., Talebi, A., Majd, H.A. & Jannesari, S. (2014). *Effect of Citrus Aurantium (Bitter Orange) on the Severity of First-Stage Labour Pain*. Iranian Journal of Pharmaceutical Research.

- Niebyl, J. R. (2010). *Nausea and Vomiting in Pregnancy*. The New England Journal of Medicine. <http://www.nejm.org/doi/pdf/10.1056/NEJMcp1003896>. Diakses tanggal 12 Februari 2017.
- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Pantikawati, S. (2010). *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Poerwadi. (2006). *Aromaterapi Sahabat Calon Ibu*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Potts, J. (2009). *Aromatherapy in Nursing Practice*. Australian Nursing Journal 16, 11; ProQuest Research Library pg. 55.
- Prawirohardjo. (2009). *Buku Acuan Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Price Shirley dan Price Len. (2007). *Aromaterapi Bagi Profesi Kesehatan*. Diterjemahkan oleh Andri Hartono. Jakarta : EGC.
- Primadiati. (2002). *Aromaterapi Perawatan Alami Untuk Sehat Dan Cantik*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Riwidikdo. (2013). *Statistika Kesehatan (Belajar Mudah Teknik Analisis Penelitian Kesehatan)*. Yogyakarta : Mitra Cendekia Press.
- Runiari. (2010). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Hperemesis Gravidarum*. Jakarta : Salemba Medika.
- Santi, Dwi Rukmana. (2013). *Pengaruh Aromatherapy terhadap Mual an Muntah pada Kehamilan*. <http://www.kopertis7.go.id/uploadjurnal/DwiRukmanaSantistikesnutuban.pdf>. Diakses 12 Maret 2017.
- Saifuddin. (2008). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Snyder, M. & Lindquist, R. (2010). *Complementary & alternative therapies in Nursing*, 6th ed., Springer Publishing Company, New York.
- Soegiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

Soegiyono. (2009). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.

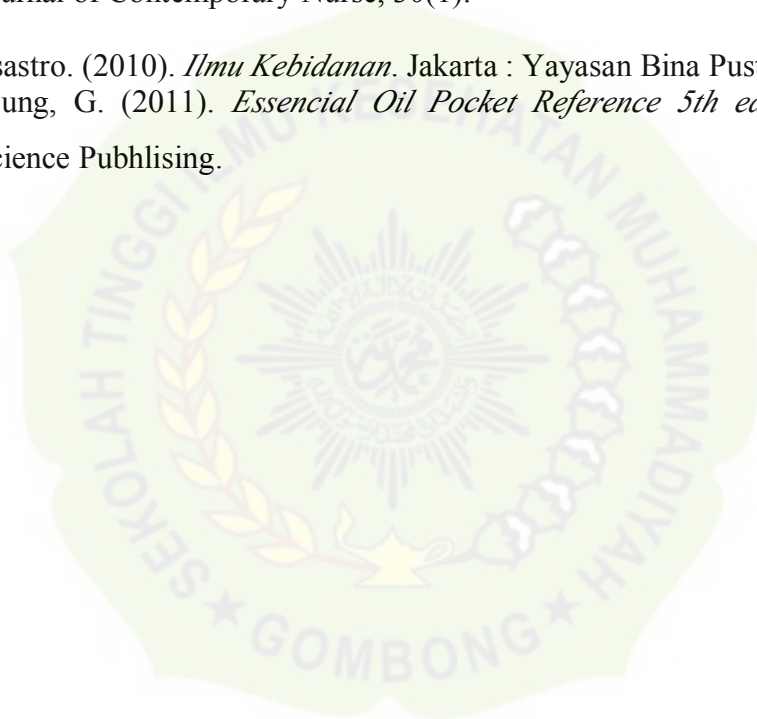
Sulistyawati A. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Yogyakarta : CV Andi Offset.

Tarsikah, Susanto, H. & Sastramihardja, H.S. (2012). *Penurunan Nyeri Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif Pasca Penghirupan Aromaterapi Lavender di Rumah Bersalin Kasih Ibu Tuban*. Diambil dari: [www.digilib.unpad.ac.id/ file=pdf/abtrak-124684.pdf](http://www.digilib.unpad.ac.id/file=pdf/abtrak-124684.pdf). Diakses tanggal 21 Februari 2017.

Watt G & Janca A. (2008). *Aromatherapy in Nursing and Mental Health Care*. Journal of Contemporary Nurse, 30(1).

Wiknjosastro. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.

Young, G. (2011). *Essencial Oil Pocket Reference 5th ed*. Amazon: Life Science Pubhlising.



LAMPIRAN 1

Jadwal Penelitian



**II AROMA TERAPI UNTUK MENGURANGI MUAL
ESTER I DI BPM ISTIANATUL KABUPATEN KEBU**

[illegible]



LAMPIRAN 2

Lembar Pernyataan Kesediaan Partisipan

Informed Consent

Lampiran 2.

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ny Dini
Umur : 20 tahun
Alamat : Banjoro 04/04

Menyatakan bersedia menjadi informan pada penelitian yang dilakukan :

Nama : Melinda Susanti
NIM : B1401182
Judul Penelitian : Pemberian Lemon Inhalasi Aromaterapy Terhadap Mual
Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di BPM Istianatul
Kabupaten Kebumen

Saya akan memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya demi kepentingan penelitian dengan jawaban yang diberikan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan ilmu pengetahuan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kebumen, 02 Juni 2017

Hormat saya,

Dini
(.....Dini.....)

Lampiran 2.

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Kartini
Umur : 22 th.
Alamat : Banjir 09.01

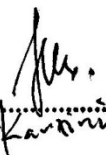
Menyatakan bersedia menjadi informan pada penelitian yang dilakukan :

Nama : Melinda Susanti
NIM : B1401182
Judul Penelitian : Pemberian Lemon Inhalasi Aromaterapy Terhadap Mual
Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di BPM Istianatul
Kabupaten Kebumen

Saya akan memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya demi kepentingan penelitian dengan jawaban yang diberikan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan ilmu pengetahuan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kebumen, 2 - 6 - 2017

Hormat saya,

()
Kartini

Lampiran 2.

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : RATIH
Umur : 19 TH
Alamat : Langse 0101

Menyatakan bersedia menjadi informan pada penelitian yang dilakukan :

Nama : Melinda Susanti
NIM : B1401182
Judul Penelitian : Pemberian Lemon Inhalasi Aromaterapy Terhadap Mual
Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di BPM Istianatul
Kabupaten Kebumen

Saya akan memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya demi kepentingan penelitian dengan jawaban yang diberikan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan ilmu pengetahuan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kebumen, 3 Juni 2017

Hormat saya,

(.....
RATIH

LAMPIRAN 3

Standar Oprasional Prosedur (SOP)

Lemon Inhalasi Aromaterapi

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

PEMBERIAN LEMON INHALASI AROMATERAPI UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA KEHAMILAN TRIMESTER 1 DI BPM ISTIANATUL KABUPATEN KEBUMEN

Prosedur Penatalaksanaan	No	Langkah Pemberian Inhalasi Aromaterapi Lemon
	A	Pra Tindakan
		1. Menyambut pasien, memberi salam, dan memperkenalkan diri
		2. Menjelaskan maksud dan tujuan dari prosedur tindakan
		3. Menanyakan kesiapan kepada pasien
	B	Tindakan
		1. Mencuci tangan
		2. Menjaga privasi pasien
		3. Mengatur pasien pada posisi duduk
		4. Meneteskan 2-3 tetes aromaterapi ke tisu / sapu tangan / bola kapas
		5. Pasien menghirup aromaterapi pada tisu / sapu tangan / bola kapas sebanyak 3 kali pernafasan dan diulangi lagi 5 menit jika ibu masih merasa mual muntah.
		6. Merapikan pasien
		7. Mencuci tangan
		8. Menjaga privasi pasien
		9. Mengatur pasien pada posisi duduk

Prosedur Penatalaksanaan	No	Langkah Pemberian Inhalasi Aromaterapi Lemon
		1. Meneteskan 2-3 tetes aromaterapi ke tisu / sapu tangan / bola kapas
		2. Pasien menghirup aromaterapi pada tisu / sapu tangan / bola kapas sebanyak 3 kali pernafasan dan diulangi lagi 5 menit jika ibu masih merasa mual muntah.
		3. Merapikan pasien
	C	Terminasi
		1. Mencuci tangan
		2. Mengevaluasi keadaan pasien
		3. Memberi kesempatan pasien untuk bertanya
		4. Merapikan alat
		5. Mencatat kegiatan pada lembar observasi

Sumber : Maternity, dkk (2016)



LAMPIRAN 4

Lembar Observasi Penurunan Kondisi Mual Muntah

Partisipan I

LEMBAR OBSERVASI

Nama : NY. DINI

Umur : 20 tahun

GPA : BIPoAo

Pendidikan : SMP

Pekerjaan : IRT

Alamat : Baniboro 04/04, karangsambung, Kebumen.

No	Hari/tanggal	Menghirup lemon inhalasi aromaterapi	Reaksi mual muntah	Dalam 24 jam (pukul)	Ttd Pasien
	Jumat, 2/6 ¹⁷	06.00, 20.00 WIB	4 x		Putih
1	Sabtu, 3/6 ¹⁷	06.00, 20.00 WIB	4 x	05.00, 06.00, 09.10, 19.00	Muntah
2	Minggu, 4/6 ¹⁷	06.00, 20.00 WIB	4 x	05.00, 06.30, 09.00, 19.00	Muntah
3	Senin, 5/6 ¹⁷	06.00, 20.00 WIB	3 x	05.30, 07.00, 18.30	Muntah
4	Selasa, 6/6 ¹⁷	06.00, 20.00 WIB	2 x	06.00, 17.00	Muntah

Partisipan 2.

LEMBAR OBSERVASI

Nama : NY. KARTINI

Umur : 22 tahun

GPA : BIP0A0

Pendidikan : SMA

Pekerjaan : IRT

Alamat : Banjoro 04/01, karangsambung, Kebumen.

No	Hari/tanggal	Menghirup lemon inhalasi aromaterapi	Reaksi mual muntah	Dalam 24 jam (pukul)	Ttd Pasien
	Jumat, 2/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	4 x		fls.
1.	Sabtu, 3/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	4 x	05.30, 06.00, 16.00, 19.00	fls.
2.	Minggu, 4/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	4 x	06.00 - 06.25, 15.30, 19.30	fls.
3.	Senin, 5/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	3 x	06.00, 08.00, 20.15	fls.
4.	Selasa, 6/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	2 x	06.30, 19.15	fls.

Partisipan 3.

LEMBAR OBSERVASI

Nama : RACH

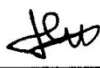
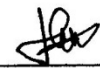
Umur : 19 tahun

GPA : 5100 A0

Pendidikan : SMP

Pekerjaan : IRT

Alamat : Langse 01/01, Karang Sambung, Kebumen.

No	Hari/tanggal	Menghirup lemon inhalasi aromaterapi	Reaksi mual muntah	Dalam 24 jam (pukul)	Ttd Pasien
	Sabtu, 3/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	5x		
1.	Minggu, 4/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	5x	06.00 - 08.30 - 13.00 16.00 - 19.30	
2.	Senin, 5/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	4x	05.30 - 07.00 - 11.00 16.00	
3.	Selasa, 6/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	3x	06.00 - 07.30 - 17.00	
4.	Rabu, 7/6 ¹⁷	06.00 - 20.00	3x	06.30 - 10.00 - 19.00	

LAMPIRAN 5

Dokumentasi Penerapan Asuhan

Partisipan I



Inform Consent



Mengajari menghirup lemon inhalasi aromaterapi



Hari pertama



Hari kedua



Hari ketiga



Hari keempat

Partisipan II



Inform Consent



Mengajari menghirup lemon inhalasi aromaterapi



Hari pertama



Hari kedua



Hari ketiga



Hari keempat

Partisipan III



Inform Consen



Mengajari menghirup lemon inhalasi aromaterapi



Hari pertama



Hari kedua



Hari ketiga



Hari keempat

LAMPIRAN 6

Lembar Konsultasi Bimbingan KTI

Lampiran 5.

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

PRODI DIII KEBIDANAN

STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

2017

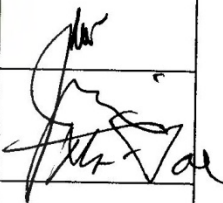
Nama : Melinda Susanti

NIM : B1401182

Pembimbing : Juni Sofiana, S.ST, M.Keb

Kegiatan

No	Hari/Tanggal	Rencana Bimbingan	Realisasi	Ttd
1.	Jum'at 20 Januari 2017	Jadur Proposal		kur
2.	Rabu 1 Februari 2017	Jadur Proposal		kur
3.	Jum'at 10 Februari 2017	Jadur Proposal		kur
4.	Senin 13 Februari 2017	acc Jadur Proposal		kur
5.	Kamis 16 Februari 2017	Revisi Bab I, lengkap Bab II		kur
6.	Kamis 23 Februari 2017	Revisi Bab II, lengkap Bab III		kur
7.	Selasa 7 Maret 2017	Revisi Bab III, Dapus, lampiran		kur

8.	Rabu 8 Maret 2017	ACC Proposal		lu'
9.	Jum'at 31 Maret 2017.	Revisi		lu'
10.	Kamis 6 April 2017.	ACC Proposal		lu'
11.	Selasa 30 Mei 2017.	ACC Proposal Revisi		lu'
12.	Selasa 13 Juni 2017	Revisi bab IV		lu'
13.	Selasa 11 Juli 2017.	Revisi Bab IV, V		lu'
14.	Senin 16/7/2017	Revisi bab IV, V, Lampiran		lu'
15.	Kamis, 20/7/2017	Revisi, bab IV, V, lampiran Intisari		lu'
16.	Kamis, 21/7/17	Revisi bab IV,		
17.	Sabtu. 22/7/17	English Abstract	It's done	
18.	Senin. 24/7/17		ACC	lu'
19.	Jum'at. 18/8/17	Konsultasi Revisi KTI	ACC	
20.	Jum'at 18/8/17	Konsultasi Revisi KTI pos hasil.	ACC	lu'