

PENERAPAN AROMA TERAPI LEMON TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA

KARYA TULIS ILMIAH



SILFANI DWI LESTARI

NIM: 11025122082

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA**

2025

PENERAPAN AROMA TERAPI LEMON TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



SILFANI DWI LESTARI

NIM: 11025122082

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PROGRAM STUDI DIH KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2025
Silfani Dwi Lestari

PENERAPAN AROMA TERAPI LEMON TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA

xvi + 96 halaman + 4 tabel + 8 gambar + 27 lampiran

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum pada kehamilan trimester pertama yang ditandai dengan mual dan muntah akibat perubahan hormonal. Meskipun bersifat fisiologis, kondisi ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan memengaruhi kesejahteraan ibu hamil jika tidak ditangani secara tepat. Pendekatan nonfarmakologis seperti aromaterapi lemon menjadi alternatif yang aman dan efektif untuk mengurangi keluhan tersebut karena kandungan zat aktif seperti limonene dan citral yang bersifat menenangkan dan meredakan gejala mual. Penelitian ini untuk mengetahui penerapan aroma terapi lemon terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya. Desain penelitian menggunakan studi kasus pada dua orang ibu hamil trimester pertama yang mengalami *emesis gravidarum*. Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi, dengan intervensi aroma terapi lemon dilakukan selama tiga hari berturut-turut, dua kali sehari, melalui inhalasi minyak esensial lemon. Penelitian menunjukkan sebelum intervensi, kedua subyek mengalami mual, tidak ada nafsu makan, perasaan ingin muntah, perasaan asam dimulut, sensasi panas/ dingin, frekuensi menelan sering, diaforesis, jumlah saliva banyak, dan keluhan khas *emesis gravidarum* lainnya. Setelah dilakukan intervensi terjadi perubahan yaitu, penurunan mual, rasa asam di mulut cukup membaik, jumlah saliva cukup membaik, frekuensi menelan cukup membaik, dan nafsu makan cukup membaik. Kedua subyek menunjukkan respons positif, meskipun derajat perbaikan bervariasi. Penelitian aroma terapi lemon dapat mengurangi gejala *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I. Intervensi ini dapat menjadi alternatif nonfarmakologis yang layak diterapkan di pelayanan kesehatan primer.

Kata Kunci: *Emesis gravidarum*, aroma terapi lemon, kehamilan trimester I

Diploma III Nursing Study Program
Faculty of Health Sciences
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY

Scientific Paper, 2025
 Silfani Dwi Lestari

***APPLICATION OF LEMON AROMATHERAPY TO EMESIS GRAVIDARUM IN
 FIRST TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN THE TAMANSARI
 COMMUNITY HEALTH CENTER, TASIKMALAYA CITY***

xvi + 96 pages + 4 tables + 8 pictures + 27 appendices

ABSTRACK

Emesis gravidarum is a common complaint in the first trimester of pregnancy, characterized by nausea and vomiting due to hormonal changes. Although physiological, this condition can disrupt daily activities and affect the well-being of pregnant women if not managed properly. Non-pharmacological approaches such as lemon aromatherapy are a safe and effective alternative to reduce these complaints due to the active ingredient limonene and citral, which have calming properties and relieve nausea symptoms. This study aimed to determine the application of lemon aromatherapy to emesis gravidarum in first-trimester pregnant women in the Tamansari Community Health Center in Tasikmalaya City. The study used a case study design on two first-trimester pregnant women experiencing emesis gravidarum. Data were collected through interviews and observations, with lemon aromatherapy intervention conducted for three consecutive days, twice daily, through inhalation of lemon essential oil. This study showed that before the intervention, both subjects experienced nausea, decreased appetite, and other typical symptoms of emesis gravidarum. After the intervention, changes occurred, including decreased nausea, a moderately improved sour taste in the mouth, a moderately improved salivary flow, a moderately improved swallowing frequency, and a moderately improved appetite. Both subjects showed a positive response, although the degree of improvement varied. Research on lemon aromatherapy can reduce the symptoms of emesis gravidarum in pregnant women in the first trimester. This intervention can be a non-pharmacological alternative that is suitable for implementation in primary health care.

Keywords: *Emesis gravidarum, lemon aromatherapy, third trimester of pregnancy.*