



## **Aplikasi aromaterapi lemon pada ibu hamil trimester 1 dengan *emesis gravidarum***

**Yuditya Widiarta<sup>1\*</sup>, Heni Setyowati Esti Rahayu<sup>2</sup>, Rohmayanti<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

<sup>3</sup> Program studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

\*email: [yudityawidiarta774@gmail.com](mailto:yudityawidiarta774@gmail.com)

DOI: 10.31603/bnur.5421

### **Abstract**

**Introduction:** *Pregnancy is a natural process for a woman. However, during the antenatal visit, the expectant mother may complain that she is experiencing discomfort. Nausea and vomiting are normal symptoms and are often found in the 1st trimester of pregnancy, Nausea that causes discomfort can be overcome by non-pharmacological methods, namely the application of lemon aromatherapy. Objective:* This study aims to apply lemon aromatherapy to pregnant women in the 1st trimester with emesis gravidarum. **Method:** The method used in this research is a case study, with a sampling method that is purposive sampling. The sample taken in this study was a pregnant woman with moderate nausea and vomiting with a score of 16, data was taken using participatory observation methods, unstructured interviews, and documentation. After the data is collected, it is analyzed using the analysis domain. **Result:** The results of this study indicate that lemon aromatherapy on respondents can reduce nausea and vomiting that occurs in first trimester pregnant women from a score of 16 to 7 within 6 days of intervention. **Conclusion:** Lemon aromatherapy can reduce nausea and vomiting in pregnant women in the 1st trimester.

**Keywords:** *Lemon aromatherapy; 1st trimester pregnant women; emesis gravidarum*



## Abstrak

**Latar belakang:** Kehamilan merupakan proses yang alamiah dari seorang wanita. Namun selama kunjungan antenatal mungkin ibu hamil akan mengeluh bahwa dia mengalami ketidaknyamanan. Mual dan muntah adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester 1, rasa mual yang menimbulkan ketidaknyamanan dapat diatasi dengan cara non farmakologi yaitu dengan aplikasi aromaterapi lemon. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk aplikasi aromaterapi lemon pada ibu hamil trimester 1 dengan emesis gravidarum. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus, dengan metode pengambilan sample yaitu *purposive sampling*. Sample yang diambil dalam penelitian ini adalah seorang ibu hamil dengan mual muntah sedang dengan skor 16, data diambil dengan menggunakan metode observasi partisipasif, wawancara tidak terstruktur dan dokumentasi. Setelah dikumpulkan data yang ada dianalisis dengan menggunakan domain analisis. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aromaterapi lemon pada responden dapat mengurangi mual muntah yang terjadi pada ibu hamil trimester 1 dari skor 16 ke-7 dalam waktu 6 hari intervensi. **Kesimpulan:** Aromaterapi lemon dapat menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester 1.

**Kata Kunci:** Aromaterapi lemon; Ibu hamil trimester 1; emesis gravidarum

## 1. Pendahuluan

Kehamilan merupakan proses yang alamiah dari seorang wanita. Namun selama kunjungan antenatal mungkin ibu hamil akan mengeluhkan ketidaknyamanan. Mual dan muntah adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester 1. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu dari hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% terjadi pada multigravida. Satu diantara seribu kehamilan gejala-gejala lain menjadi berat. Menurut Helper (2008) dalam [Maternity \(2017\)](#) bahwa sebagian besar ibu hamil 70-80% mengalami *morning sickness* dan sebanyak 1-2% dari semua ibu hamil mengalami *morning sickness* yang ekstrim ([Maternity, Ariska, and Sari 2017](#)).

Mual muntah pada ibu hamil bila tidak segera diatasi dapat menyebabkan tubuh ibu menjadi lemah, muka pucat dan frekuensi buang air kecil menurun drastis sehingga cairan tubuh semakin berkurang dan darah menjadi kental (hemokonsentrasi). Keadaan ini dapat memperlambat peredaran darah sehingga konsumsi oksigen dan makanan ke jaringan juga ikut berkurang sehingga menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat membahayakan kesehatan ibu dan kesehatan janin yang dikandungnya ([Vitrianingsih and Khadijah, 2019](#)).

Adapun upaya untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil salah satunya yaitu dengan aromaterapi lemon. Menurut [Nurulicha \(2019\)](#) penggunaan aromaterapi lemon yaitu dengan cara dihirup, bila minyak esensial dihirup molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang terdapat dalam kandungan minyak tersebut ke puncak hidung. Rambut getar dalam hidung berfungsi sebagai reseptor, akan menghantarkan pesan elektrokimia ke susunan saraf pusat. Pesan ini akan mengaktifkan pusat emosi dan daya ingat seseorang yang selanjutnya akan mengantarkan pesan

balik keseluruhan tubuh melalui sistem sirkulasi. Pesan yang diantar keseluruhan tubuh dikonversikan menjadi satu aksi dengan pelepasan substansi neuro kimia berupa perasaan senang, rileks, tenang, atau terangsang ([Nurulicha and Aisyah, 2019](#)).

Aromaterapy merupakan salah satu teknik pengobatan atau perawatan menggunakan bau-bauan yang menggunakan *essential oil*. Prinsip utama aromaterapy yaitu pemanfaatan bau dari tumbuhan atau bunga untuk mengubah kondisi perasaan, psikologis, status spiritual, dan mempengaruhi kondisi fisik seseorang melalui hubungan pikiran dan tubuh pasien. Lemon minyak essensial (*citrus lemon*) adalah salah satu yang paling banyak digunakan minyak herbal dalam kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Lemon mengandung *limonen, citral, linalyl, linalool, terpineol* yang dapat menstabilkan sistem syaraf pusat, menimbulkan perasaan senang, meningkatkan nafsu makan, melancarkan peredaran darah dan sebagai penenang (*sedative*) ([Siti Cholifah, 2019](#)).

Sejalan dengan hasil studi pada penelitian [Maesaroh and Putri \(2019\)](#) bahwa pemberian inhalasi aroma lemon merupakan salah satu terapi komplementer untuk mual muntah. Hasil penelitian menunjukkan frekuensi rerata mual muntah pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan inhalasi aroma terapi lemon masing masing adalah 17.12 kali (SD= 1.764) dan 12.16 kali (SD= 1.908). Oleh karena itu tujuan pemberian inhalasi aromaterapi lemon yaitu guna memberikan pengaruh secara bermakna terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 ([Maesaroh and Putri 2019](#)).

---

## 2. Metode

Pada penelitian ini menggunakan metode studi kasus, dalam pengamplilan sampel ataupun responden yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Responden yang digunakan ialah ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah tingkat sedang. Data diambil dengan menggunakan metode observasi partisipatif, wawancara tidak terstruktur dan dokumentasi. Setelah dikumpulkan data yang ada dianalisis dengan menggunakan domain analisis. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data berupa SOP (*Standart Operational Procedur*) aromaterapi lemon adapun untuk pengkajiannya menggunakan 13 domain NANDA dan juga kuesioner Rhodes.

### 2.1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik pendekatan kualitatif dan strategi penelitian berupa studi kasus karena kasus emesis gravidarum ini umum terjadi pada ibu hamil trimester 1 akan tetapi tiap orang memiliki tingkat mual muntah yang berbeda sehingga perlu dianalisa menggunakan desain ini.

### 2.2. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Sampel yang digunakan pada kasus ini adalah seorang ibu hamil trimester 1 dengan mual muntah tingkat sedang.

### 2.3. Pengumpulan data dan analisis

Data penelitian ini diambil menggunakan metode observasi partisipatif, wawancara tidak terstruktur dan dokumentasi. Kegiatan ini dilakukan secara langsung dengan melakukan asuhan keperawatan pada responden, melakukan wawancara pada pengambilan data, melakukan pemeriksaan fisik serta melakukan intervensi pada pasien dengan alat pengumpulan data berupa SOP aromaterapi lemon. Pengukuran mual muntah dilakukan dengan menggunakan kuesioner Rhodes. Senin, 7 Juni 2021 pukul 10.30 WIB didapatkan data subjektif berupa klien mengatakan sering merasa mual hingga muntah saat masa kehamilan ini, hal tersebut menyebabkan klien merasa lemas, tidak nafsu makan hingga sakit dan tidak masuk kerja. Klien mengatakan tidak pernah mengalami sebelumnya karna ini adalah kehamilan pertamanya. Suami klien juga mengatakan bahwa klien susah untuk makan karena setiap makan klien langsung mual dan memuntahkan makanan tersebut, sehingga tidak ada asupan makanan yang dicerna klien. Data objektif didapatkan klien tampak lemas dan pucat ditandai dengan mengeluh mual, merasa ingin muntah dan tidak berminat makan, diperoleh hasil dari kuesioner Rhodes dengan skor 16 dengan mual muntah sedang.

---

## 3. Hasil dan pembahasan

### 3.1 Hasil Penelitian

Data yang diperoleh dari pengkajian yang dilakukan pada tanggal 7 Juni 2021 pukul 10.30 WIB di rumah Ny. D. Identitas klien bernama Ny. D bertempat tinggal di Bumi Prayudan Kabupaten Magelang, berusia 24 tahun, beragama Islam. Keluarga Ny. D terdiri dari 2 anggota yaitu Ny. D dan suami, yang merupakan pasangan baru menikah 1 tahun yang lalu. Saat ini klien sedang mengalami kehamilan dengan usia 9 minggu. Klien mengatakan sering merasa mual hingga muntah saat masa kehamilan ini, sering terjadinya mual dan muntah menyebabkan klien merasa lemas, tidak nafsu makan hingga sakit dan tidak masuk kerja. Klien mengatakan tidak pernah mengalami sebelumnya karena ini adalah kehamilan pertamanya. Suami klien juga mengatakan bahwa klien susah untuk makan karena setiap makan klien langsung mual dan memuntahkan makanan tersebut, sehingga tidak ada asupan makanan yang dicerna klien. Frekuensi mual yang dialami klien sebanyak 6 kali dalam sehari dan untuk muntahnya terkadang 2 kali dalam sehari, namun tidak setiap hari muntah. Klien mengatakan usaha yang dilakukan untuk mengatasi mual muntah tersebut adalah periksa ke dokter dan minum vitamin untuk kehamilan.

Pada pengkajian kuesioner Rhodes didapatkan hasil skor 16 dengan mual muntah sedang. Pada pemeriksaan fisik diperoleh data, keadaan umum baik, kesadaran komposmentis, tekanan darah 120/70 mmHg, Nadi 89x/menit, respirasi 22x/menit, suhu 36.5°C, TB 158 cm, dan BB 56 Kg. Klien terlihat pucat dan lemas, klien juga beberapa kali terlihat seperti menahan mual. Adapun dari pengkajian 13 domain NANDA diperoleh data fokus pada domain 12 yaitu: *Comfort*, terdapat nyeri dibagian perut atas, dan rasa tidak nyaman ditenggorokan, skala nyeri 3, rasa nyeri terasa saat mual dan muntah. Rasa tidak nyaman lainnya yaitu klien mengatakan badannya lemas dengan gejala yang menyertai yaitu hilangnya nafsu makan.

Berdasarkan analisis data hasil pengkajian dirumuskan diagnosis asuhan keperawatan sebagai berikut, nausea berhubungan dengan kehamilan, dibuktikan dengan adanya mual muntah, klien merasa lemas dan tidak nafsu makan, klien terlihat pucat dan lemas, klien juga terlihat seperti menahan mual. Berdasarkan tanda dan gejala mayor yaitu mengeluh mual, merasa ingin muntah dan tidak berminat makan. Tanda dan gejala minor dengan data subjektif yaitu merasa asam dimulut, sensasi panas/dingin dan sering menelan, untuk data objektif yaitu saliva meningkat, pucat, diaphoresis, takikardia dan pupil dilatasi.

Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 6 kali kunjungan di rumah, tingkat nausea menurun dengan kriteria hasil nafsu makan cukup meningkat (4), keluhan mual cukup menurun (4) dan perasaan ingin muntah cukup menurun (4). Adapun rencana keperawatan yaitu manajemen mual seperti *observasi*: identifikasi mual, identifikasi dampak mual terhadap kualitas hidup (nafsu makan, aktivitas), identifikasi faktor penyebab mual, monitor mual, monitor asupan nutrisi; *terapeutik*: kurangi atau hilangkan keadaan penyebab mual (kelelahan); *edukasi*: anjurkan makan sedikit tapi sering; *kolaborasi*: berikan aromaterapi lemon untuk mengurangi mual muntah pada klien.

Implementasi dilakukan dari tanggal 7 sampai 12 Juni 2021. Pada hari pertama dilakukan pada tanggal 7 Juni 2021 pukul 10.00 WIB dengan implementasi yaitu manajemen mual. Dilakukan observasi yaitu mengidentifikasi mual, mengidentifikasi dampak mual terhadap kualitas hidup (nafsu makan, aktivitas), mengidentifikasi faktor penyebab mual, memonitor mual, memonitor asupan nutrisi; tindakan terapeutik yang dilakukan menyarankan klien untuk mengurangi atau menghilangkan keadaan penyebab mual (seperti kelelahan); memberikan edukasi dengan menganjurkan makan sedikit tapi sering; tindakan kolaborasi yaitu dengan memberikan aromaterapi lemon dengan cara mencampurkan 2 tetes minyak esensial lemon kedalam air sebanyak 1 ml, kemudian ibu menghirup aromaterapi lemon yang diteteskan dalam tissue dengan jarak kurang lebih 2 cm dari hidung sambil bernafas panjang selama 5 menit untuk mengurangi mual muntah. Setelah dilakukan tindakan didapatkan respon subjektif klien yaitu klien menjelaskan bahwa mual terjadi ketika pagi hari dan saat ia hendak makan, frekuensi mual klien dalam sehari kurang lebih 6 kali, klien mengatakan tidak nafsu makan, setelah diberi aromaterapi lemon klien mengatakan masih merasa mual namun klien merasa lebih tenang setelah menghirup aromaterapi lemonnya, sedangkan untuk objektifnya klien tampak mengikuti saran untuk melakukan aromaterapi lemon tersebut.

Tindakan hari kedua dilaksanakan pada tanggal 8 juni 2021 pukul 11.00 WIB dengan implementasi pengaplikasian aromaterapi lemon hari kedua pada klien. Respon subjektif klien mengatakan masih sering merasa mual terutama saat hendak makan, namun setelah menghirup aromaterapi lemon klien merasa lebih tenang dan merasa segar. Klien juga mengatakan masih kurang nafsu makan karena setiap makan ia selalu mual. Untuk respon dihari ketiga dengan tindakan yang sama yaitu pengaplikasian aromaterapi lemon hari ketiga pada pasien diperoleh respon subjektifnya klien mengatakan mual sudah mulai berkurang, klien juga mengatakan sudah mulai menerapkan makan sedikit tapi sering, dan klien mengatakan setiap menghirup aromaterapi lemon klien merasa segar dan lebih tenang. Adapun untuk respon dihari keempat hingga keenam dengan tindakan yang sama klien cenderung mengatakan bahwa adanya peningkatan nafsu makan klien dan klien juga mengatakan bahwa frekuensi mualnya berkurang sedikit demi sedikit.

Evaluasi pada diagnosis nausea berhubungan dengan kehamilan, bau tidak sedap, rasa makan/minum yang tidak enak pada Ny.D yang telah dilakukan asuhan keperawatan selama 6 hari tertanggal 7 sampai 12 Juni 2021, diperoleh hasil yaitu data subjektif klien mengatakan nafsu makan sudah lebih meningkat karena sudah bisa menerapkan makan sedikit tapi sering untuk menjaga asupan nutrisi, klien juga mengatakan mual dan muntahnya sudah berkurang sehingga tubuh klien tidak merasa lemas. Data objektif yaitu adanya penurunan skor tingkat mual muntah pada klien yaitu dari skor 16 ke-7 dengan skor tertinggi 32. *Assessment* masalah teratasi dengan rencana keperawatan tetap mempertahankan kondisi.

### 3.2 Pembahasan

Pengkajian keperawatan adalah catatan tentang hasil pengkajian yang dilaksanakan untuk mengumpulkan informasi dari pasien, membuat data dasar tentang pasien dan membuat catatan tentang respon kesehatan pasien. Pengkajian klien dilakukan dengan menggunakan 13 Domain NANDA dan kuesioner Rhodes untuk mengukur tingkat mual muntah yang dialami. Didapatkan hasil dari pengkajian Rhodes pada Ny. D dengan skor 16 yaitu mual muntah pada rentang sedang. Selanjutnya dilakukan pengkajian dengan menggunakan 13 domain NANDA dengan data fokus pada domain 12 kenyamanan yaitu adanya mual muntah, terdapat nyeri dibagian perut atas dan rasa tidak nyaman ditenggorokan dengan skala nyeri 3, rasa nyeri terasa saat mual dan muntah. Mayoritas ibu mengalami mual muntah dikarenakan adanya perubahan hormon yang dialaminya, produksi hormon kehamilan yaitu ketika sel telur yang sudah dibuahi menempel pada dinding rahim, kemudian tubuh akan memproduksi hormon *human chorionic gonadotropin* (HCG), hal inilah yang diduga menyebabkan nausea ([Wisdyana Saridewi, 2018](#)).

Diagnosis keperawatan adalah suatu kesimpulan yang dihasilkan dari analisa data, diagnosis keperawatan memberikan dasar untuk pemilihan intervensi keperawatan untuk mencapai hasil yang merupakan tanggung jawab perawat. Diagnosis prioritas yang penulis angkat adalah nausea berhubungan dengan kehamilan. Nausea adalah perasaan tidak nyaman bagian belakang tenggorokan atau lambung yang dapat mengakibatkan muntah. Diagnosis nausea ini menjadi prioritas utama karena berdasarkan teori Hirarki Maslow yaitu kebutuhan fisiologi pada tingkat ketiga dengan kebutuhan nutrisi. Apabila nausea tidak diatasi dapat memperparah kondisi seperti terjadinya *hiperemesis gravidarum* yang dapat menyebabkan defisit nutrisi.

Pada penelitian ini nausea ditetapkan sebagai diagnosis keperawatan karena sesuai dengan tanda dan gejala dari SDKI PPNI dengan tanda gejala mayor dari nausea yaitu mengeluh mual, merasa ingin muntah dan tidak berminat makan. Tanda dan gejala minor dari nausea dengan data subjektif yaitu merasa asam dimulut, sensasi panas/dingin, sering menelan, untuk data objektif yaitu saliva meningkat, pucat, *diaphoresis*, takikardia dan pupil dilatasi ([PPNI, 2017](#)).

Rencana keperawatan adalah suatu proses penyusunan berbagai intervensi keperawatan yang dibutuhkan untuk mencegah, menurunkan atau mengurangi masalah-masalah klien. Prinsip rencana keperawatan dalam studi kasus ini adalah mengurangi stimulasi mual muntah yang dialami ibu hamil trimester 1 dengan cara non farmakologi yaitu dengan mengaplikasikan aromaterapi lemon pada Ny.D. Aromaterapi lemon adalah salah satu minyak essensial paling banyak digunakan dalam kehamilan dan

dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Bila minyak esensial dihirup molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang terdapat dalam kandungan minyak tersebut ke puncak hidung. Rambut getar di hidung berfungsi sebagai reseptor dapat menghantarkan pesan elektrokimia ke susunan saraf pusat. Pesan ini akan mengaktifkan pusat emosi dan daya ingat seseorang yang selanjutnya akan mengantarkan pesan balik keseluruh tubuh melalui sistem sirkulasi. Pesan yang diantar ke seluruh tubuh akan dikonversikan menjadi satu aksi dengan pelepasan substansi neuro kimia berupa perasaan senang, rileks dan tenang, sehingga akan mengurangi rasa mual yang dialami oleh ibu ([Maesaroh and Putri, 2019](#)).

Implementasi keperawatan adalah perwujudan dari rencana tindakan dengan maksud agar kebutuhan klien terpenuhi secara optional, tindakan dapat dilakukan oleh perawat secara mandiri atau bekerja dengan tenaga kesehatan lainnya ([Meriska, 2019](#)). Berdasarkan prinsip rencana keperawatan dalam studi kasus ini adalah menurunkan tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester 1. Aromaterapi lemon merupakan salah satu yang paling banyak digunakan minyak herbal dalam kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Berdasarkan hasil penelitian 40% wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah dan 26,5% dari mereka melaporkan sebagai cara yang efektif untuk mengurangi gejala mual muntah pada ibu hamil trimester 1 ([Nurulicha and Aisyah, 2019](#)).

Evaluasi adalah proses penilaian pencapaian tujuan yang telah ditetapkan dengan menentukan kemampuan klien dan menilai keberhasilan dari asuhan keperawatan ([Meriska, 2019](#)). Hasil evaluasi masalah teratasi dengan tingkat mual menurun pada masalah nausea berhubungan dengan kehamilan. Setelah dilakukan aplikasi aromaterapi lemon selama 6 hari didapatkan penurunan skor dari 16 ke-7, sehingga terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil. Setelah pemberian aromaterapi lemon responden mengatakan merasa lebih segar, tenang dan nyaman dimana sensasi mual tidak lagi terlalu kuat dirasakan seperti sebelum pemberian aromaterapi lemon. Responden juga mengatakan bahwa frekuensi mual muntah sudah berkurang dan nafsu makannya sudah mulai membaik. Masalah klien telah teratasi karena klien telah mencapai hasil yang ditentukan dalam tujuan. Kriteria hasil terpenuhi dibuktikan dengan nafsu makan cukup meningkat, keluhan mual cukup menurun, perasaan ingin muntah cukup menurun ditandai dengan penurunan skor kuesioner Rhodes. Rencana keperawatan yang ditetapkan yaitu pertahankan kondisi ([Astriana, Putri, and Aprilia, 2015](#)).

---

---

#### 4. Kesimpulan

Pengkajian pada ibu hamil trimester 1 dengan *emesis gravidarum* dilakukan dengan menggunakan 13 Domain NANDA dan kuesioner Rhodes dengan skor 16 yaitu mual muntah sedang. Masalah keperawatan yang muncul pada Ny.D yaitu nausea berhubungan dengan kehamilan dibuktikan dengan mengeluh mual, merasa ingin muntah dan tidak berminat makan. Rencana keperawatan yang direncanakan sesuai dengan prioritas masalah keperawatan yaitu manajemen mual dan aplikasi aromaterapi lemon. Implementasi keperawatan yang penulis lakukan pada Ny.D dilakukan dalam 6 hari berturut-turut dengan melakukan manajemen mual dan pengaplikasian aromaterapi lemon. Evaluasi

akhir pada Ny. D dengan pengkajian form Rhodes diperoleh hasil yaitu dari skor 16 ke-7 dengan skor maksimal 32. Masalah teratasi dengan pengaruh aplikasi aromaterapi lemon yang terbukti dapat menurunkan tingkat mual muntah yang terjadi pada ibu hamil trimester 1.

---

---

## 5. Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada para *reviewer* UNIMMA dan *proofreader* dari UNIMMA yang telah membantu dalam proses penelitian ini.

---

---

## Referensi

- Astriana, Ratna, D. P., & Herlina, A. (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 Lampung." *Jurnal Kebidanan* 1(3):143–47.
- Maesaroh, S. & Mera, P. (2019). "Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil." *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai* 12(1):30.
- Maternity, Dainty, Putri, A., & Dewi, Y. S. (2017). "Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Satu." *Jurnal Kebidanan* 2(3):115–20.
- Meriska, S, A. (2019). "Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pringsewu." *Jurnal Kesehatan* 1–144.
- Nurulicha & Siti, A. (2019). "Pengaruh Pemberian Inhalasi Lemon Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Lestari Cileungsi Kabupaten Bogor Tahun 2019." *Jurnal Kesehatan Indra Husada* 8(1):157–65.
- PPNI, Tim Pokja SDKI DPP. (2017). *SDKI-Standart Diagnosis Keperawatan Indonesia*. PPNI Edisi. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Vitrianingsih, Vitrianingsih & Sitti, K. (2019). "Efektivitas Aroma Terapi Lemon Untuk Menangani Emesis Gravidarum." *Jurnal Keperawatan* 11(4):277–84.
- Wisdyana, S. & Erni Y. S. (2018). "Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Di Praktik Mandiri Bidan Wanti Mardiwati Kota Cimahi." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 17:4–8.
- 
-