

STUDI KASUS IMPLEMENTASI AROMATERAPI LEMON PADA NY.M DENGAN EMESIS GRAVIDARUM TRIMESTER I DI PUSKESMAS KALIMANAH PURBALINGGA

Kharisma Lala Dewi¹ Siti Haniyah²

^{1,2} Program Studi Profesi Ners Universitas Harapan bangsa

Email: Lalakdewi0401@gmail.com

ABSTRACT

Complaints of nausea in first-trimester pregnant women can be prevented with non-pharmacological measures, including lemon aromatherapy. This study aimed to develop nursing care to help nausea patients with Emesis Gravidarum problems at the Kalimantan Health Center, Purbalingga. This type of research was a case study. The results of case studies obtained in patients after using lemon aroma therapy for three days showed decreased signs and symptoms of nausea. This case study shows that lemon aromatherapy can help reduce nausea in first-trimester gravidarum patients.

Keywords: lemon aromatherapy, nausea, first trimester gravidarum

ABSTRAK

Keluhan mual pada Ibu hamil trimester I dapat dicegah dengan tindakan non-farmakologi, salah satunya dengan memberikan aromaterapi lemon. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyusun asuhan keperawatan untuk membantu pasien mual dengan masalah Emesis Gravidarum di Puskesmas Kalimantan Purbalingga. Jenis penelitian ini yaitu studi kasus. Hasil studi kasus yang didapatkan pada pasien setelah dilakukan aroma terapi lemon selama 3 hari pasien menunjukkan penurunan tanda dan gejala *nausea*. Studi kasus ini menunjukkan bahwa aromaterapi lemon dapat membantu menurunkan *nausea* pada pasien gravidarum trimester I.

Kata kunci: Aroma terapi lemon, Gravidarum trimester I, Nausea.

Latar belakang

Suatu peristiwa yang dimulai dari konsepsi akan berkembang sampai menjadi janin yang aterm dan diakhiri dengan proses kelahiran adalah definisi dari kehamilan. Seorang ibu hamil akan mengalami perubahan pada dirinya baik perubahan fisik dan psikologis, salah satunya adalah mual dan muntah (Mifta Nurzannah, 2022). Ibu hamil yang menderita mual muntah mencapai 12,5% dari semua kehamilan di seluruh dunia dengan angka kejadian yang bervariasi seperti di Swedia sebanyak 0,3%, California 0,5%, China 0,8%, Pakistan 0,9%, Canada 1,9% , Norwegia 10,8%, dan 2,2% di Turki. Sedangkan, angka kejadian hiperemesis gravidarum di Indonesia adalah 1 sampai 3 % dari seluruh kehamilan (Masruroh & Retnosari., 2016).

Tanda serta gejala seperti mual muntah sering terjadi pada ibu hamil, sekitar 70% terjadi saat awal kehamilan, sedangkan sekitar 20% ibu hamil merasakan mual muntah saat usia kehamilan lebih dari 20 minggu (WHO, 2016). Menurut Soel (2010) aromaterapi merupakan suatu cara menggunakan teknik non-farmakologi yang mulai banyak digunakan diberbagai negara seperti Inggris dan Eropa, serta di departemen obstetri Jerman dengan presentase 76%. Aromaterapi baru-baru ini diperkenalkan di rumah sakit dan klinik di Amerika Serikat (Nuriyanah, 2020).

Berdasarkan Data yang diperoleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia 2016, di Indonesia mual dan muntah didapatkan data 114,8% dari seluruh Wanita yang mengalami kehamilan. 60-80% mual muntah terjadi pada kehamilan primigravida dan 40-60% kehamilan multigravida. Gejala mual muntah pada ibu hamil akan menjadi lebih parah. Meningkatnya kadar hormone estrogen dan *Hormon Chorionic Gonadotropin* (HCG) dapat menyebabkan mual dan muntah pada ibu hamil diawal kehamilan (Depkes RI, 2016) dalam (Wardani, 2020). Di Jawa Tengah, persentase hyperemesis gravidarum belum bisa diungkapkan secara detail dan akurat, tetapi ditemukan sebanyak 25,72% kasus kematian maternal pada waktu hamil di Provinsi Jawa Tengah yang disebabkan gangguan metabolik. Dua kasus (0,5%) dan lain-lain 115 kasus (27,6%) (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2020).

Hasil penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Astuti et al., (2022) yang berjudul "Pemberian Aroma Terapi Lemon dapat menurunkan Keluhan Mual dan Muntah Pada wanita Hamil Trimester I" menunjukkan bahwa ibu hamil paling banyak mengalami mual-muntah kategori berat sebelum aromaterapi lemon (73,3%) dan setelah diberikan aromaterapi lemon penurunan menjadi kategori ringan (70%). Kesimpulannya, aromaterapi lemon dapat mengurangi rasa mual dan muntah ibu hamil trimester pertama, sehingga aromaterapi lemon dapat digunakan sebagai cara sederhana untuk mengurangi intensitas mual pada ibu hamil trimester pertama. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Maesaroh et al (2021) menunjukkan bahwa sebelum aromaterapi lemon diberikan, sebanyak

31 orang mengalami mual sedang (96,9%) sedangkan setelah diberikan aromaterapi lemon terjadi penurunan sebanyak 29 orang (90,9%) mengalami mual ringan.

Penyebab mual muntah saat hamil belum bisa diketahui dengan pasti, tetapi terdapat beberapa pendapat menyatakan bahwa produksi hormon estrogen dan progesteron serta *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG) selama kehamilan menyebabkan mual dan muntah. Penggunaan agen farmakologis melalui pemberian obat untuk meredakan mual dan muntah, seperti obat antiemetik atau vitamin B6 dapat membantu mengatasi muntah, tetapi obat tersebut mempunyai efek samping seperti mengantuk, sakit kepala bahkan diare. Teknik non-farmakologi yang digunakan sebagai pengobatan tambahan memiliki banyak manfaat dan tidak banyak efek samping, yaitu menggunakan aromaterapi lemon. Penggunaan aromaterapi ini adalah salah satu terapi non farmakologi yang aman untuk diberikan pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum (Maternity et al., 2018).

Trimester pertama kehamilan sangat mudah mengalami mual dan muntah, yang dapat menyebabkan wajah pucat serta menurunnya frekuensi BAK serta merasa cepat lemah atau lelah. Sehingga menyebabkan menurunnya jumlah cairan didalam tubuh serta meningkatnya konsentrasi darah. Kondisi seperti itu dapat memperlambat sirkulasi darah. Hal tersebut menyebabkan jaringan kekurangan nutrisi dan oksigen, sehingga merusak jaringan pada ibu dan janin yang ada di perutnya (Rofi'ah et al., 2019).

Lebih lanjut, mual dan muntah dapat dicegah dengan teknik farmakologi dan non-farmakologi. Salah satu pengobatan non obat yang aman untuk meredakan mual muntah pada ibu hamil adalah aromaterapi lemon. Aromaterapi lemon merupakan minyak esensial yang terbuat dari ekstrak kulit jeruk (Citrus Lemon) (Rani Damayanti et al., 2021). Mekanisme kerja aromaterapi lemon ketika mulai menghirup *essensial oil* lemon, molekul menguap mengangkut unsur aromatik, dikandung dalam menuju hidung, kemudian mengirimkan pesan elektrokimia menuju sistem saraf pusat sehingga mengaktifkan pusat emosi serta memori, selanjutnya mengirimkan pesan kembali melalui peredaran darah menuju seluruh tubuh sehingga terjadi pelepasan substansi neuro kimia dan hasilnya membangkitkan perasaan rileks, tenang, senang serta gembira (Khofiyah, 2020).

Hasil wawancara terhadap 6 ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Kalimanah selama bulan November 2022 yang mengalami keluhan mual muntah, menunjukkan bahwa ibu hamil dapat mengurangi rasa mual muntah trimester pertama di Puskesmas Kalimanah sebanyak 33,33% dengan meminum air hangat sedangkan sebanyak 66,67% karena dianggap mual muntah pada kehamilan adalah hal wajar yang pada ibu hamil, tetapi jika mual

muntah sudah mengganggu aktivitas, maka segera untuk memeriksakannya untuk diberikan obat antiemetic.

Menurut asumsi peneliti, pencegahan keluhan mual muntah dengan terapi farmakologi atau menggunakan obat dapat beresiko pada ibu dan janin. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik mengangkat masalah keperawatan dengan judul ‘Implementasi Aromaterapi Lemon Pada Ny. M Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I dengan *Nausea* di Puskesmas Kalimanah Purbalingga’.

Karya Ilmiah Akhir Ners ini menggunakan jenis penelitian deskriptif, dan menggunakan desain studi kasus. Nursalam (2020) menyatakan bahwa penelitian deskriptif merupakan teknik penelitian yang memiliki tujuan untuk menggambarkan secara objektif suatu situasi. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus. Studi kasus ini menggambarkan asuhan keperawatan pada Ny. M terhadap emesis gravidarum trimester pertama dengan *nausea* dengan implementasi aromaterapi lemon di Puskesmas Kalimanah Purbalingga.

Ilustrasi Kasus

1. Pengkajian dan Analisis data

Hasil pengkajian pasien Ny. M dengan kehamilan primigravida dengan usia kehamilan 10 Minggu, dengan usia Ny M 24 menunjukkan bahwa pasien mengeluh mual muntah dari awal kehamilan terutama pada saat bangun tidur, nafsu makan pasien menurun, dan pasien merasa lemas. Keluhan mual dan muntah yang dialami oleh Ny. M diakibatkan oleh peningkatan hormon estrogen dan progesteron yang menyebabkan ibu hamil merasa kurang nyaman, dan merasa kurang tenang, sehingga ibu hamil mengalami stres. Ibu hamil primigravida sangat mudah merasa mual dan muntah pada trimester pertama kehamilan, hal ini pun sejalan dengan penelitian Astuti et al (2022).

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang merasakan mual muntah adalah ibu hamil dengan kehamilan primigravida, yang disebabkan oleh ketidakmampuannya beradaptasi dengan perubahan hormon estrogen, progesteron, serta HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*). Lonjakan hormon ini menyebabkan ibu hamil merasa tidak nyaman dan tegang. Ibu hamil yang baru pertama kali hamil (primigravida) lebih mungkin mengalami mual dan muntah di awal kehamilan pertamanya, antara minggu ke-4 dan ke-6. Kebanyakan ibu hamil merasakan mual serta muntah antara usia 20 dan 30 tahun, karena ini adalah usia yang efektif mengalami perubahan fisiologis.

2. Diagnosis keperawatan

Diagnosis keperawatan *nausea* dirumuskan berdasarkan data pengkajian diantaranya pasien mengatakan merasa mual serta rasa ingin muntah di pagi hari dari awal kehamilan. Mual dan muntah menjadi lebih sering pada 3 hari kebelakang sebanyak 2-3 kali sehari. Pasien mengatakan akibat mual dan muntah merasa sering haus dan lemas. Pasien terlihat pucat, lemas.

Astuti et al (2022) menuliskan bahwa peningkatan hormon estrogen & progesteron bisa menyebabkan gangguan sistem pencernaan ibu hamil sehingga menyebabkan kadar asam lambung meningkat sehingga menyebabkan mual serta muntah. Peningkatan hormon HCG (*Human Chorionadotropin*) juga mempengaruhi mukosa lambung dan efek ini menyebabkan mual serta muntah pada ibu hamil yang kemudian dapat menyebabkan fisik ibu menjadi lemah, pucat, terganggunya aktivitas sehari-hari, nafsu makan menjadi hilang sehingga berat badan turun, kekurangan gizi, dan juga bisa dehidrasi sehingga membahayakan kondisi ibu dan janin.

3. Intervensi keperawatan

Penetapan tujuan serta kriteria hasil pasien Ny.M mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) yakni setelah diberikan asuhan keperawatan dalam kurun 3x24 jam, harapannya tingkat *nausea* menurun, nafsu makan meningkat, perasaan ingin muntah menurun, serta pucat membaik.

Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) intervensi utama yang disebut manajemen mual dan intervensi dukungan dalam bentuk pendidikan perawatan prenatal dan intervensi inovatif berdasarkan konsep *evidence based practice* serta konsep penelitian terkait berupa pemberian aromaterapi *essential oil* lemon untuk menurunkan tingkat *nausea* pada pasien. Setelah mengetahui diagnosa keperawatan yang tepat untuk pasien, selanjutnya perawat menentukan serta menyusun perencanaan keperawatan. Rencana asuhan yang disusun oleh perawat harus disesuaikan dengan kondisi pasien berdasarkan pengkajian dan diagnosis keperawatan (Simanullang, 2019).

Dalam teori yang dijabarkan Medforth (2019), lemon memiliki kandungan Limonene 66% sampai 80%. Aromaterapi lemon mengatasi kelelahan ataupun ketegangan mental yang disebabkan oleh stres, memberikan perasaan damai dan segar, mengurangi kecemasan, gelisah, serta mual dan muntah (Astuti et al., 2022).

Pemberian aromaterapi lemon merupakan metode yang efektif dan sederhana. Dibutuhkan waktu yang berbeda untuk menghirup setiap minyak esensial dan merasakan efek menguntungkan dari minyak esensial. Biasanya, dibutuhkan 20 menit sampai 2 jam agar minyak esensial memberikan efek. Ada pula yang mencatat bahwa 10-15 menit merupakan waktu yang efektif inhalasi aromaterapi (Hutasoit, 2018). Penelitian Nuriyanah (2018) menyatakan tindakan non-farmakologi yang aman pada ibu hamil yang mual muntah yaitu aromaterapi lemon. Peneliti telah menyatakan bahwa aromaterapi lemon memiliki manfaat dalam mengurangi mual serta muntah pada ibu hamil ditrimester pertama. Penelitian lainnya oleh Susanti (2019) tentang pengaruh inhalasi aromaterapi lemon untuk meredakan mual serta muntah kehamilan trimester pertama di BPM Istianatul Kebumen, mengungkapkan aromaterapi lemon mampu mengurangi rasa mual serta muntah ibu hamil trimester pertama dengan cara meneteskan 2 sampai 3 tetes aromaterapi lemon sebanyak tiga kali di tisu dan diulangi setelah lima menit jika ibu masih merasakannya mual dan muntah.

4. Implementasi keperawatan

Implementasinya meliputi penatalaksanaan dan manifestasi tindakan keperawatan yang sudah dilakukan, sesuai dengan teori yang digunakan serta Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) sebagai pedoman. Pada studi kasus ini, keseluruhan tindakan keperawatan yang direncanakan sudah diimplementasikan ke pasien. Implementasi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik non farmakologi untuk menurunkan frekuensi mual muntah dengan essential oil dengan cara diteteskan pada tisu sebanyak 3-5 tetes minyak esensial lemon dan dihirup dengan jarak kurang 2cm selama kurang lebih 5 menit. Pada saat keluhan mual muncul dapat dilakukan dalam 2 kali sehari. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rani Damayanti et al., (2021) aromaterapi lemon dengan cara menghirup aromaterapi lemon yang ditetes dalam tisu yang telah diteteskan 5 tetes minyak esensial lemon dengan jarak ± 2 cm dari hidung sambil bernapas panjang selama ± 5 menit serta bisa diulang jika merasa masih mual dilakukan dalam 2 kali sehari.

5. Evaluasi keperawatan

Hasil evaluasi keperawatan pada pasien Ny. M setelah diterapkannya asuhan keperawatan dalam 3 hari adalah tingkat nausea menurun dibuktikan dengan pasien mengatakan mualnya sudah berkurang serta pasien tidak tampak mual ataupun muntah, pucat pada wajah membaik, tidak tampak sering menelan. Pada bagian *assesment*, masalah *nausea* teratasi, *planning* pertahankan kondisi pasien serta kurangi/hilangkan kondisi ataupun penyebab mual seperti, cemas takut, lelah dan menganjurkan

prosedur teknik non-farmakologi (aromaterapi lemon) untuk meredakan mual.

Hasil dari evaluasi keperawatan diharapkan sesuai dengan tujuan serta kriteria hasil yang ditetapkan diprencanaan. Kriteria hasil yang dicapai meliputi pasien mengatakan bahwa rasa mualnya sudah berkurang, tidak lagi merasa ingin muntah, napsu makannya sudah meningkat, serta tampak pucat pada wajah pasien membaik, yang artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lemon untuk mual muntah pada Ny M penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maesaroh et al (2021) yang menyatakan hasil penelitian menunjukkan sebanyak 31 orang (96,9%) mengalami mual sedang sebelum aromaterapi lemon dan sebanyak 29 orang (90,9%) mengalami mual ringan setelah aromaterapi lemon dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p\text{-value} = 0,000 < 0,005$). Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulannya aromaterapi lemon berpengaruh terhadap *morning sickness* pada ibu hamil.

Penelitian lainnya juga menyatakan aromaterapi lemon berkhasiat untuk mengurangi rasa mual serta muntah yang dirasakan ibu hamil trimester pertama dengan hasil analisis diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,00 < \alpha = 0,05$. Sebelum diberikan aromaterapi lemon, sebanyak 73,3 % ibu hamil merasakan mual muntah hebat, dan setelah aromaterapi lemon didapatkan 70 % ibu hamil merasakan mual muntah ringan. Kesimpulannya aromaterapi lemon bisa dijadikan alternatif untuk mengurangi mual dan muntah (Astuti et al., 2022).

Diskusi

Responden untuk penelitian studi kasus ini merupakan ibu hamil dengan kehamilan primigravida yang merasakan mual dan muntah. Hal ini terjadi disebabkan karena ibu hamil dengan primigravida belum terbiasa beradaptasi terhadap berubahnya hormone estrogen, progesterone dan HCG (Human Choronic Gonadotropin). Akibat peningkatan hormone estrogen progesteron tersebut, yang menyebabkan ibu hamil merasa kurang nyaman, dan merasa kurang tenang sehingga ibu hamil mengalami stres.

Ibu hamil primigravida sangat mudah merasakan mual dan muntah dikehamilan trimester pertama. Hal ini terjadi sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Astuti et al., 2022). Responden merasakan mual dan muntah ketika kehamilan primigravida, yang disebabkan oleh ketidakmampuannya beradaptasi dengan perubahan hormon estrogen, progesteron, serta HCG (*Human Choronic Gonadotropin*). Lonjakan hormon ini menyebabkan ibu hamil merasa tidak nyaman dan tegang. Ibu hamil yang baru pertama kali hamil (primigravida) lebih mungkin mengalami mual dan muntah di awal kehamilan pertamanya, antara minggu ke-4 dan ke-6.

Penurunan intensitas mual dan muntah pada Ny. M setelah diberikan aroma terapi lemon disebabkan lemon berbau segar, sehingga meningkatkan & menjaga kesehatan, menumbuhkan semangat serta gairah, menyegarkan dan menenangkan jiwa serta merangsang proses pemulihan ataupun penyembuhan. Saat menghirup minyak esensial, molekul menguap mengangkut unsur aromatik dikandung dalam menuju hidung, kemudian mengirimkan pesan elektrokimia menuju sistem saraf pusat sehingga mengaktifkan pusat emosi serta memori, selanjutnya mengirimkan pesan kembali melalui peredaran darah menuju seluruh tubuh sehingga terjadi pelepasan substansi neuro kimia dan hasilnya membangkitkan perasaan rileks, tenang, senang serta gembira Khofiyah (2020).

Pada hasil evaluasi yang diperoleh, pemberian aromaterapi lemon menunjukkan hasil dapat mengatasi masalah keperawatan *nausea*. Hal ini memberikan efek yang segar, dan dapat memberikan sensasi yang menenangkan, merangsang otak untuk menurunkan tingkat mual pada pasien.

Pada studi kasus ini, peneliti hanya mengandalkan hasil asesmen perawatan dan tidak menggunakan skala berupa Rhodes Index untuk membandingkan mual pasien. Indeks Rhodes adalah alat untuk mengumpulkan data mual pasien, baik sebelum dan sesudah perawatan. Peneliti berasumsi bahwa aromaterapi lemon memiliki khasiat untuk meredakan mual muntah pada ibu hamil trimester I, karena aromaterapi lemon memiliki sifat yang menenangkan dan menyegarkan pernafasan sehingga dapat merangsang otak untuk menurunkan tingkat mual.

Kesimpulan

Ibu hamil atas nama Ny. M dengan usia 24 tahun, dengan kehamil trimester I dengan G1P0A0 usia kehamilan 10 minggu dengan emesis gravidarum, data mayor seperti mengatakan mual dan ingin muntah di pagi hari sebanyak 2-3 kali sehari. Pasien juga merasa sering haus dan lemas. Pasien terlihat pucat, lemas. Sehingga dapat ditetapkan diagnosa yaitu *nausea* berhubungan dengan kehamilan. Luaran yang ditetapkan berpedoman pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) adalah setelah diberikan implementasi selama 3 x 24 jam harapannya tingkat *nausea* menurun, kriteria hasilnya adalah tingkat *nausea* menurun, nafsu makan meningkat, rasa ingin muntah menurun, pucat membaik. Intervensi yang ditetapkan meliputi intervensi utama adalah manajemen mual dan intervensi dukungan dalam bentuk pendidikan perawatan prenatal serta intervensi inovatif berupa pemberian aromaterapi lemon.

Implementasi keperawatan diberikan selama 3x24 jam sesuai dengan intervensi yang telah disusun sebelumnya sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia.

Pemberian aromaterapi lemon dengan cara menghirup aromaterapi lemon yang ditetes dalam tisu yang sudah diberikan 5 tetes minyak esensial lemon dengan jarak ± 2 cm dari hidung sembari bernapas panjang selama ± 5 menit. Praktik ini dapat diulangi jika pasien masih merasa mual, dan bisa diulang sampai keluhan mual hilang.

Evaluasi keperawatan yang didapatkan pada Ny. M adalah pasien mengatakan sudah mulai nafsu makan, rasa mual mereda, rasa ingin muntah berkurang, perasaan asam di mulut sudah tidak ada, tampak pucat pada wajah sudah membaik. Masalah keperawatan *nausea* teratasi serta pertahankan kondisi pasien.

Daftar Pustaka

- Astuti, E., Santiasari, R. N., & Srifatihmah, V. (2022). Pemberian Aromaterapi Lemon Dapat Meredakan Keluhan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Tempat Praktik Mandiri Bidan (Tpmb) Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, *11*(2), 22–29. <https://doi.org/10.47560/kep.v11i2.376>
- Cholifah, S., & Nuriyanah, T. E. (2018). Aromaterapi lemon menurunkan mual muntah pada ibu hamil Trimester I. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *Jurnal*.
- Hutasoit, & Aini. (2018). *Aromatherapy untuk Pemula*. Gramedia Pustaka Utama.
- Maesaroh, F. S. R. R., Kebidanan, A., Ikhlas, A., Hankam, J., Jogjogan, D., & Bogor, K. C. (2021). MENGATASI MORNING SICKNESS PADA IBU HAMIL TRIMESTER I & II DI PMB Bd. E CISARUA BOGOR. *Kesehatan Ibu Hamil*, 32–40.
- Masruroh, & Retnosari., I. (2016). Hubungan Antara Umur Ibu Dan Gravida Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum Di Rsud Ambarawa Kabupaten Semarang. *MUSWIL IPEMI Jateng*, *September*, 151–156. https://ppnijateng.org/wp-content/uploads/2016/11/PROSIDING-MUSWIL-II-IPEMI-JATENG_MAGELANG-17-SEPTEMBER-2016.215-222.pdf
- Maternity, D., Ariska, P., & Sari, D. Y. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Satu Universitas Malahayati Fakultas Kedokteran. *Jurnal Ilmiah Bidan*, *2*(3), 115–120.
- Mifta Nurzannah, S. (2022). Mifta+Nurzannah+Susilawati (1). *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, *1*(6), 449–451.
- Rani Damayanti, Nurdianti, D., Novayanti, N., & Nuryuniarti, R. (2021). PENATALAKSANAAN AROMATERAPI LEMON UNTUK MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I. *Jurnal Delima Harapan*, *8*(1), 60–68.
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Sukini, T. (2019). Efektivitas Aromaterapi Lemon untuk Mengatasi

- Emesis Gravidarum. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 9–16.
<https://doi.org/10.31983/jkb.v9i1.3814>
- Setyanti, D. S. R., & Khofiyah, N. (2020). *Penggunaan Aromaterapi Lemon dalam Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil*.
<http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/5316>
- Simanullang, M. V. (2017). Perencanaan keperawatan sebagai bagian dari asuhan keperawatan. *Konsep Dasar Keperawatan*, 1(1), 1–8.
<https://osf.io/fr429/download/?format=pdf>
- Wardani, R. K. (2020). Efektifitas Konsumsi Air Tebu Kombinasi Dengan Air Jahe Terhadap Hiperemesis Gravidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(1), 36–41.
<https://doi.org/10.35328/kebidanan.v9i1.563>