

## PENGARUH AROMATERAPI LEMON TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB SEPTARIA ANANI LAMPUNG

Dwi Anggraeni<sup>1)</sup>, Siti Muawanah<sup>2)</sup>, M.Zuhal Purnomo<sup>3)</sup>

<sup>1),2),3)</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

Email : ([wawa@stikesbup.ac.id](mailto:wawa@stikesbup.ac.id))

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Kehamilan merupakan peristiwa yang terjadi pada seorang wanita. Proses ini menyebabkan perubahan fisik, mental, dan sosial yang sering terjadi dan dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama kehamilan adalah mual muntah (*Emesis Gravidarum*). *Emesis gravidarum* merupakan keluhan utama yang terjadi pada kehamilan muda atau trimester pertama. Salah satu penatalaksanaan untuk mengurangi *emesis gravidarum* terapi non-farmakologis adalah dengan pemberian aromaterapi lemon. **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lemon terhadap *emesis gravidarum* di PMB Septaria Anani Lampung. **Metode:** Desain penelitian Quasi Eksperimen dengan *one group pretest-posttest design*. Dengan jumlah populasi seluruh ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah di PMB Septaria Anani Lampung sebanyak 15 ibu hamil. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 15 responden dan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, dengan pengumpulan data menggunakan lembar ceklis *PUQE-24*. **Hasil:** Uji statistic ada perbedaan pada ibu hamil trimester I di PMB Septaria Anani sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lemon dengan nilai sig (2-tailed)  $p$ -value=0.000 ( $<0,05$ ), mual muntah sebelum diberikan intervensi nilai mean 8.80 dengan kategori mual muntah sedang dan setelah diberikan intervensi nilai mean 4.53 dengan kategori mual muntah ringan. **Kesimpulan:** Aromaterapi lemon terbukti mengurangi keluhan mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan memberikan rasa rileks, tenang, dan kesegaran yang meminimalisir mual.

**Kata Kunci:** Aromaterapi Lemon, Emesis Gravidarum, Kehamilan Trimester I

### ABSTRACT

**Introduction:** Pregnancy is a physiological event experienced by women. Which brings about physical, psychological, and social changes one of the most common conditions encountered during early pregnancy particularly in the first trimester is nausea and vomiting known as (*emesis gravidarum*). *Emesis Gravidarum* is the primary complaint during early pregnancy. One non-pharmacological intervention used to alleviate this condition is lemon aromatherapy. **Objective:** This study aims to examine the effect of lemon aromatherapy on *emesis gravidarum* among first trimester pregnant women at the Septaria Anani Midwifery Clinic in Lampung. **Methods:** This study employed a Quasi Experimental design using a one group pretest-posttest design. The study population consisted of all first trimester pregnant women experiencing nausea and vomiting at the Septaria Anani Midwifery Clinic in Lampung, totaling 15 individuals. The sample size comprised 15 respondents, selected using a total sampling technique, data collection was conducted using the *PUQE-24* (Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea) checklist. **Results:** To examine differences before and after the intervention. The statistical test results showed a significant difference in the level of nausea and vomiting among first trimester pregnant women at Septaria Anani Midwifery Clinic before and after the administration of lemon aromatherapy a significance value (2-tailed) of  $p$ -value =0.000 ( $p <0,05$ ), the mean score of nausea and vomiting before the intervention was 8.80, which falls into the category of moderate nausea and vomiting. After the intervention, the mean score decreased to 4.53, categorized as mild nausea and vomiting. **Conclusion:** Lemon aromatherapy is proven to reduce complaints of nausea and vomiting in the first trimester of pregnant women by providing a feeling of relaxation, calm, and freshness which minimizes nausea.

**Keywords:** Lemon Aromatherapy, Emesis Gravidarum, First Trimester

## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan peristiwa yang terjadi pada seorang wanita, dimulai dari proses fertilisasi (konsepsi) sampai dengan kelahiran bayi. Proses ini menyebabkan perubahan fisik, mental, dan sosial yang dipengaruhi beberapa faktor fisik, psikologi, lingkungan, sosial budaya, serta ekonomi. Ketidaknyamanan yang sering terjadi yang dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama kehamilan adalah mual muntah (*Emesis Gravidarum*) (Sarwinanti & Istiqomah AN, 2019).

Mual muntah terus menerus dapat menyebabkan dehidrasi. Mual muntah sering kali merupakan hari yang sangat menakutkan bagi ibu hamil yang dapat menyebabkan menurunnya nafsu makan yang sehat. Apabila mual muntah terjadi terus menerus dan tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gejala mual muntah yang berat menjadi *Hiperemesis Gravidarum* (HEG) yang memiliki efek buruk bagi kesehatan ibu dan janin, sehingga keadaan ini dapat memperlambat peredaran darah sehingga suplai oksigen dan makanan ke jaringan juga ikut berkurang. Hal ini dapat menimbulkan kerusakan jaringan yang membahayakan kesehatan ibu dan janin (Sari, 2018).

Prinsip penatalaksanaan *emesis gravidarum* selama masa kehamilan meliputi pencegahan, mengurangi mual muntah, serta koreksi kebutuhan cairan dan elektrolit. Pencegahan dan pengurangan keluhan mual muntah dapat dilakukan dengan cara non farmakologi. Penatalaksanaan secara non farmakologi atau terapi komplementer yang mempunyai kelebihan, yaitu lebih murah dan tidak mempunyai efek samping farmakologi. Salah satu

## METODE

Desain penelitian Quasi Eksperimen dengan *one group pretest-posttest design*. Lokasi penelitian di PMB Septaria Anani Lampung dari bulan Januari-April 2025. Populasi seluruh ibu hamil trimester I

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik

terapi yang aman dan bisa diberikan pada ibu hamil yang mengalami mual muntah dengan memberikan aromaterapi lemon (Saridewi, 2018).

Aromaterapi lemon adalah minyak esensial yang dihasilkan dari ekstrak kulit jeruk (citrus lemon) yang sering digunakan dalam aromaterapi. Aromaterapi lemon adalah jenis aromaterapi yang aman untuk kehamilan dan melahirkan (Medforth *et al.*, 2013). Menurut studi, 40% wanita telah menggunakan aroma lemon dalam meredakan keluhan mual dan muntah. Dari jumlah 26,5% melaporkan bahwa aroma lemon merupakan cara yang efektif untuk mengontrol gejala mual muntah (Kia *et la.*, 2014). Pada lemon terkandung Limonene berkisar 30% - 70% yang akan menghambat kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri serta berfungsi untuk mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit termasuk mual muntah. Sedangkan kandungan Nerol dan Linalool Asetat pada aromaterapi lemon berfungsi untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang serta memiliki khasiat sebagai penenang dan tonikum khususnya pada sistem saraf (Cheraghi & Valadi, 2010)(Namazi *et al.*, 2014).

Berdasarkan survey data yang dilakukan di PMB Septaria Anani Lampung di bulan Januari 2025 yaitu wawancara langsung terhadap 15 ibu hamil yang mengalami mual muntah selama kehamilan. Dari hasil tersebut 9 ibu hamil mengatasi mual muntah dengan cara minum air hangat dan teh hangat, dan 6 ibu hamil yang memilih untuk minum obat mual muntah. Ibu hamil mengatakan belum pernah mengaplikasikan terapi non farmakologi dengan menggunakan aromaterapi lemon.

yang mengalami mual dan muntah di PMB Septaria Anani Lampung sebanyak 15 ibu hamil. Sampel penelitian sebanyak 15 responden dan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, dengan pengumpulan data menggunakan lembar ceklis *PUQE-24*

responden (umur, pendidikan, pekerjaan dan paritas) dan rata-rata skor *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon, ditampilkan pada table berikut:

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan, dan Paritas pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Septaria Anani Lampung**

Karakteristik Responden	n	F	%
<b>Usia Ibu</b>			
Beresiko (<20 th & >35 th)	15	5	33,3
Tdk Beresiko (20 – 35 th)		10	66,7

<b>Pendidikan</b>			
SD		1	6,7
SMP	15	3	20
SMA		6	40
D3/S1		5	33,3
<b>Pekerjaan</b>			
Bekerja		6	40
Tidak Bekerja	15	9	60
<b>Paritas</b>			
Ke-1 (primigravida)	15	4	26,7
Ke-2 dst (multigravida)		11	73,3

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 15 responden ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum di PMB Septaria Anani Lampung hampir seluruh responden berusia 20-35 tahun yaitu 10 responden (66,7%), memiliki pendidikan terakhir SMA

sebanyak 6 responden (40%), sebagian besar responden tidak bekerja yaitu 9 responden (60%), dan sebagian besar 11 responden (73,3%) dengan paritas kehamilan multigravida.

**Tabel 2. Rata-rata Skor *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum diberikan Intervensi Aromaterapi Lemon di PMB Septaria Anani Lampung**

<b>Skor <i>Emesis Gravidarum</i></b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Tidak Mual Muntah	0	0
Mual Muntah Ringan	1	6,7
Mual Muntah Sedang	14	93,3
Mual Muntah Berat	0	0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan dari 15 responden ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* di PMB Septaria Anani Lampung, didapatkan rata-rata skor *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I sebelum

diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat mual muntah sedang sebanyak 14 responden (93,3%) dan mual muntah ringan sebanyak 1 responden (6,7%).

**Tabel 3. Rata-rata Skor *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I Setelah diberikan Intervensi Aromaterapi Lemon di PMB Septaria Anani Lampung**

<b>Skor <i>Emesis Gravidarum</i></b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Tidak Mual Muntah	2	13,3
Mual Muntah Ringan	13	86,7
Mual Muntah Sedang	0	0
Mual Muntah Berat	0	0

Berdasarkan tabel 3 di atas dari 15 responden ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum di PMB Septaria Anani Lampung, didapatkan rata-rata skor emesis gravidarum pada

ibu hamil trimester I setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat mual muntah ringan sebanyak 13 responden (86,7%) dan tidak mual muntah sebanyak 2 responden (13,3%).

**Tabel 4 Hasil Uji Normalitas Data pada Ibu Hamil *Emesis Gravidarum* Trimester I di PMB Septaria Anani Lampung**

Tingkat Emesis Gravidarum	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig
Pretest	0.945	15	0.455
Posttest	0.896	15	0.082

Berdasarkan analisis data menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk didapatkan nilai  $p$ -value >0,05 pada pretest dan posttest, artinya data

berdistribusi normal dan akan dilakukan dengan uji  $T$ -test.

**Tabel 5 Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Septaria Anani Lampung**

Aromaterapi Lemon	Emesis Gravidarum			
	Mean	n	SD	$p$ -value
Sebelum	8.80	15	1.373	0.000
Sesudah	4.53	15	0.915	

Berdasarkan tabel 5 di atas dari total 15 responden, sebelum diberikan intervensi 14 responden (93,3%) mual muntah sedang dan 1 responden (6,7%) mual muntah ringan, sedangkan

setelah diberikan intervensi 13 responden (86,7%) mual muntah ringan dan 2 responden (13,3%) tidak mual muntah. Dengan menggunakan uji  $T$ -test didapatkan hasil nilai  $p$ -value=0.000 (<0,05).

**Tabel 6 Perbedaan *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi Aromaterapi Lemon di PMB Septaria Anani Lampung**

Aromaterapi Lemon	Mean	Min	Max	SD	t	Sig.(2-tailed)
Sebelum	8.80	6	11	1.373	27.837	0.000
Sesudah	4.53	3	6	0.915		

Berdasarkan tabel 6 di atas dari total 15 responden, diperoleh hasil *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan aromaterapi lemon nilai minimum 6, nilai maksimum 11, mean 8.80 dan SD 1.373. Sedangkan sesudah diberikan aromaterapi lemon nilai minimum 3, nilai

maksimum 6, mean 4.53 dan SD 0.915, dengan nilai  $t$  27.837 dan nilai  $p$ -value=0.000 (<0,05) dapat disimpulkan adanya perbedaan yang signifikan dalam pemberian aromaterapi lemon untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Septaria Anani Lampung.

## PEMBAHASAN

### a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan, dan Paritas Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Septaria Anani Lampung

Hasil analisis univariat pada penelitian ini didapatkan karakteristik responden sebagai berikut. Berdasarkan tabel 1 hasil analisis menunjukkan bahwa hampir seluruh ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum yaitu ibu hamil berusia 20-35 tahun berjumlah 10 responden (66,7%). Hal ini berarti hampir seluruh responden berada pada usia reproduksi sehat dan aman (tidak beresiko). Pada usia reproduksi sehat sebagian besar wanita dapat menjalani masa kehamilan, persalinan, dan nifas dalam kondisi yang optimal, sehingga ibu dan bayinya sehat (Rosalinna, 2019).

Mual dan muntah biasa terjadi pada umur dibawah 20 tahun, disebabkan karena belum cukupnya kematangan fisik, mental, dan fungsi sosial dari calon ibu sehingga dapat menimbulkan keraguan jasmani, cinta kasih, dan perawatan serta asuhan bagi anak yang akan dilahirkannya. Mual dan muntah yang terjadi diatas umur 35 tahun disebabkan oleh faktor psikologis, dimana ibu belum siap hamil atau bahkan tidak menginginkan kehamilannya lagi, sehingga akan merasa sedemikian tertekan dan menimbulkan stress pada ibu (Rudiyanti dkk., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel pendidikan responden, jumlah responden yang berpendidikan tinggi-rendah ada perbedaan. Hal ini menyatakan tingkat pendidikan sangat mempengaruhi bagaimana seseorang bertindak dalam mencari penyebab serta solusi dalam hidupnya. Orang yang berpendidikan tinggi biasanya akan bertindak rasional. Demikian halnya dengan ibu hamil yang berpendidikan tinggi akan memeriksakan dirinya dan calon anaknya dalam kandungannya tersebut (Walyani, 2015).

Sedangkan hasil penelitian pada tabel pekerjaan responden, menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang tidak bekerja lebih banyak mengalami emesis gravidarum berjumlah 9 orang (60%) dibandingkan dengan responden yang bekerja berjumlah 6 orang (40%). Pekerjaan adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk dijadikan pokok penghidupan. Apabila ibu bekerja dan banyak menyita waktu dalam pekerjaan sehingga menjadi lalai pada kesehatan, hal ini akan berpengaruh pada kehamilan, seperti kurangnya perhatian terhadap kehamilan dan dapat berdampak pada kehamilannya seperti emesis gravidarum yang dianggap biasa saja, dan sebaliknya dengan waktu yang tersedia ibu akan

mempunyai banyak waktu untuk memeriksakan kehamilannya serta mengetahui informasi pada kehamilan seperti emesis gravidarum (Elsa & Pratiwi, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar kehamilan multigravida lebih banyak mengalami emesis gravidarum berjumlah 11 orang (73,3%) dibandingkan dengan kehamilan primigravida berjumlah 4 orang (26,7%). Menurut peneliti kehamilan pada ibu multigravida lebih banyak dari pada ibu primigravida karena berbagai faktor yang disebabkan oleh faktor psikologis, dimana ibu belum siap hamil lagi atau bahkan tidak menginginkan kehamilannya lagi, sehingga akan merasa sedemikian tertekan dan menimbulkan stress pada ibu (Rudiyanti.dkk, 2019).

### b. Tingkat Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Sebelum Diberikan Intervensi Aromaterapi Lemon di PMB Septaria Anani Lampung

Berdasarkan tabel 2 hasil penelitian menunjukkan bahwa 15 responden didapatkan rata-rata skor emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat mual muntah sedang sebanyak 14 responden (93,3%) dan mual muntah ringan sebanyak 1 responden (6,7%).

Hal ini didukung oleh penelitian Sari (2018), sebelum diberi intervensi rata-rata responden mengalami frekuensi mual muntah sebanyak 10 kali dalam sehari. Sebagian besar ibu hamil mengalami mual dan muntah dalam kehamilan terutama pada trimester pertama. Menurut Supriyanto (2017), hasil laporan menunjukkan bahwa hampir 50-90% dari wanita hamil mengalami mual muntah pada trimester pertama.

### c. Tingkat Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Setelah Diberikan Intervensi Aromaterapi Lemon di PMB Septaria Anani Lampung

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa 15 responden didapatkan rata-rata skor emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat mual muntah ringan sebanyak 13 responden (86,7%) dan tidak mual muntah sebanyak 2 responden (13,3%).

Hal ini didukung oleh penelitian Zuraida (2018) teori yang menyatakan adanya penurunan rata-rata intensitas mual muntah responden sebelum intervensi 11.42 dan setelah intervensi menurun menjadi 8.14.

### d. Hasil Uji Normalitas Data Pada Ibu Hamil Emesis Gravidarum Trimester I di PMB

## Septaria Anani Lampung

Berdasarkan tabel 4 analisis data bivariat menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk didapatkan nilai sig pretest 0.455 dan nilai sig posttest 0.082 sehingga nilai  $p$ -value  $>0,05$ , yang artinya data berdistribusi normal dan akan dilakukan dengan uji  $T$ -test. Dengan menggunakan uji  $T$ -test menunjukkan apakah ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

### e. Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Septaria Anani Lampung

Berdasarkan tabel 5 dari total 15 responden sebelum diberikan intervensi 14 responden (93,3%) mual muntah sedang dan 1 responden (6,7%) mual muntah ringan, sedangkan setelah diberikan intervensi 13 responden (86,7%) mual muntah ringan dan 2 responden (13,3%) tidak mual muntah. Dengan uji  $T$ -test didapatkan hasil nilai  $p$ -value =0.000 ( $<0,05$ ) dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon dalam mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Suryati (2018) terdapat penurunan mual muntah setelah diberikan intervensi dengan rata-rata skor sebelum intervensi 24,67 dan setelah intervensi 17,87 dengan nilai  $p$ -value =0.000.

### f. Perbedaan *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Aromaterapi Lemon di PMB Septaria Anani Lampung

Berdasarkan tabel 6 dengan total 15 responden diperoleh hasil *emesis gravidarum* pada ibu hamil sebelum diberikan intervensi nilai min 6, maks 11, mean 8.80 dan SD 1.373. Sedangkan sesudah diberikan intervensi nilai min 3, maks 6, mean 4.53 dan SD 0.915 dengan nilai  $t$  27.837 dan nilai  $p$ -value=0.000 ( $<0,05$ ), yang artinya adanya perbedaan yang signifikan dalam pemberian aromaterapi lemon untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Septaria Anani Lampung.

Hasil penelitian dari Sarwinanti (2019) mengenai perbedaan aromaterapi lemon untuk menurunkan mual muntah ibu hamil menyatakan bahwa aromaterapi lemon lebih efektif dibandingkan dengan aromaterapi lain, kategori mual muntah pretest pada kelompok aromaterapi

lemon mayoritas berada pada mual muntah berat sebanyak 7 orang (43,8%) dan posttest mayoritas berada pada mual muntah ringan sebanyak 11 orang (68,8%), pemberian aromaterapi lemon menurunkan mual muntah dengan skor mual muntah sebelum diberikan intervensi rata-rata sebesar 13.81 dan setelah diberikan intervensi rata-rata sebesar 5.81 dengan nilai  $p$ -value=0.000 ( $<0,05$ ).

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Septaria Anani Lampung dapat disimpulkan pada karakteristik responden hampir seluruh usia ibu berumur 20-35 tahun 10 responden (66,7%) yang mengalami *emesis gravidarum*, sedangkan sebagian besar ibu yang berpendidikan SMA 6 responden (40%), ibu hamil yang tidak bekerja 9 responden (60%) dan paritas dengan kehamilan multigravida 11 responden (73,3%) yang mengalami *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Septaria Anani Lampung. Tingkat *emesis gravidarum* sebelum intervensi dengan mual muntah sedang sebanyak 14 responden sebesar 93,3% dan setelah intervensi dengan mual muntah ringan sebanyak 13 responden sebesar 86,7%. Ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon sebelum intervensi mean 8.80 dan setelah intervensi mean 4.53, selisih mean 4.267 dengan nilai  $p$ -value=0.000 ( $<0,05$ ), dan ada perbedaan pemberian aromaterapi lemon dalam mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I, sebelum diberikan aromaterapi nilai minimum 6, maksimum 11, SD 1.373 dan setelah diberikan aromaterapi nilai minimum 3, maksimum 6, SD 0.915 dengan nilai  $t$  27.837 dan nilai  $p$ -value=0.000 ( $<0,05$ ).

### Saran

Ibu hamil khususnya trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi bahan pertimbangan untuk pengobatan nonfarmakologi dengan pemberian aromaterapi lemon dalam mengurangi *emesis gravidarum*, bagi praktik mandiri bidan (PMB) dapat memberikan pengetahuan dalam penanggulangan pengobatan nonfarmakologi khususnya pemberian aromaterapi lemon dalam mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Septaria Anani Lampung. Bagi institusi Pendidikan dapat memberikan informasi ilmiah dan menambah wawasan bagi mahasiswa tentang manfaat pengobatan nonfarmakologi dengan pemberian aromaterapi lemon dalam mengurangi *emesis gravidarum*.

Cheraghi, J. and Valadi, A. (2010). *Effects of anti-nociceptive and anti-*

## DAFTAR PUSTAKA

- inflammatory component of limonene in herbal drugs*. Iranian Journal of Medicinal and Aromaterapic Plants. Vol 26(3).  
<https://www.cabdirect.org/cabdirect/abstract/2013020962>
- Dartiwen., & Nurhayati Y. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: ANDI.
- Fajria, dkk. (2024). *Terapi Komplementer Mual Muntah Dalam Kehamilan*. Indramayu: Penerbit Adab.
- Fitria., dkk. (2021). *Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I*. Vol 3 Nomor 3, 2021.
- Kia, P. Y. et al. (2014). *The effect Lemon Inhalation Aromatherapy on Nausea and Vomiting of Pregnancy: A Double-Blinded, Randomized Controlled Clinical Trial*. Iranian Red Crescent Medical Journal. Vol 16(3).  
Diakses:  
<http://infotrac.galegroup.com/itweb>.
- Layla, I. Z., dkk. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Medforth, J. et al. (2013). *Kebidanan Oxford dari Bidan untuk Bidan*. Jakarta: EGC.
- Namazi, M. et al. (2014). *Effects of Citrus Aurantium (Bitter Orange) on the Severity of First-Stage Labor Pain*. Iranian Journal of Pharmaceutical Research. Vol 13(3).  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4177623/>.
- Pantiwati, I., & Saryono. (2017). *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pratiwi & Fatimah. (2019). *Patologi Kehamilan: Memahami Berbagai Penyakit di Komplikasi Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Rahayu, R., & Sugita, S. (2018). *Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender dan Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di BPM Trucuk Klaten*. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional, 3(1), 19-26.  
<https://doi.org/10.37341/jkkt.v3il.62>
- Sari, E. D. (2018). *Perbedaan Efektivitas Pemberian Essensial Oil Papermint dan Lavender terhadap Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam Tahun 2017*. XII(4), hlm. 142-151.
- Saridewi, W. (2018). *Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan Wanti Mardiwati*. Jurnal Ilmiah Kesehatan, Vol 17 (03), hlm. 4-8.
- Sarwinanti & Istiqomah, N.A. (2019). *Perbedaan Aromaterapi Lavender dan Lemon Untuk Menurunkan Mual Muntah Ibu Hamil*, 15(2): 185-195.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabet
- Suryati, Yayat., dkk. (2018). *Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I*. PINLITAMAS 1. Vol 1, No.1. Oktober 2018 Walyani, E.S.(2015). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Syavira, E., dkk. (2023). *Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Hangat Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Sungai Durian*. Media Ilmiah Kesehatan Indonesia, 1(2), 59-68.  
<https://pakisjournal.com/index.php/miki/article/view/123/63>
- Vitrianingsih, V., & Khadijah, S. (2019). *Efektivitas Aromaterapi Lemon Untuk Menangani Emesis*

Gravidarum. Jurnal Keperawatan Vol  
11 (4), 277-284.

Walyani, E. S . (2015). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Wenny, I. P., dkk. (2023). *Penerapan Asuhan Kebidanan Tradisional Komplementer Untuk Mengurangi Keluhan Mual Muntah Pada Ibu Hamil*. Jawa Tengah: Nasya Expanding Management.

Wiulin, S., dkk. (2019). *The Influencer Of Lemon Aromatherapy (Citrus Lemon) On Nausea Vomiting In Trimester I Of Pregnant Women*. Jurnal Darul Azhar Vol 7, No.1 Februari 2019-Juli 2019:77-82.

Zuraida., dkk (2018). *Perbedaan Efektivitas Pemberian Essensial Oil Papermint dan Lavender terhadap Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam Tahun 2017*. Menara Ilmu LPPM UMSB, 12(4), 142-151.