



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN AROMATERAPI *PEPPERMINT*
UNTUK MENURUNKAN MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAKO PALEMBANG**

KARYA ILMIAH AKHIR

OLEH:

FAUZIAH PUSPITA ISLAMIAH, S.KEP

04064882427024

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2025



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN AROMATERAPI *PEPPERMINT*
UNTUK MENURUNKAN MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAKO PALEMBANG**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Ners

OLEH:

FAUZIAH PUSPITA ISLAMIYAH, S.KEP

04064882427024

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2025

LEMBAR PERNYATAAN

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fauziah Puspita Islamiyah, S.Kep

NIM : 04064882427024

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Juni 2025



Fauziah Puspita Islamiyah, S.Kep

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : FAUZIAH PUSPITA ISLAMIAH, S.KEP
NIM : 04064882427024
JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN AROMATERAPI
PEPPERMINT UNTUK MENURUNKAN MUAL DAN
MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SAKO PALEMBANG

PEMBIMBING KARYA ILMIAH AKHIR:

Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep
NIP. 198910202019032021


(.....)

LEMBAR PENGESAHAN

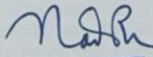
NAMA : FAUZIAH PUSPITA ISLAMIAH
NIM : 04064882427024
JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN AROMATERAPI
PEPPERMINT UNTUK MENURUNKAN MUAL DAN
MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SAKO PALEMBANG

Laporan Karya Ilmiah Akhir ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji
Laporan Karya Ilmiah Akhir Program Profesi Ners Bagian Keperawatan Fakultas
Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu
syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, Juni 2025

PEMBIMBING

Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.
NIP. 198910202019032021


(.....)

PENGUJI I

Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 198807082020122008


(.....)

PENGUJI II

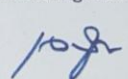
Ns. Jum Natosba, M.Kep., Sp.Kep.Mat.
NIP. 198407202008122003


(.....)

Mengetahui,


Ketua Bagian Keperawatan
NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Profesi Ners


Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002

ABSTRAK

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir, Juni 2025
Fauziah Puspita Islamiyah, S.Kep

Asuhan Keperawatan Pemberian Aromaterapi *Peppermint* untuk Menurunkan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Sako Palembang
XIII + 56 Halaman + 3 Tabel + 1 Skema + 8 Lampiran

ABSTRAK

Latar belakang: Mual dan muntah merupakan hal yang biasa dialami saat kehamilan di trimester pertama. Penyebab mual muntah karena peningkatan hormon estrogen dan hormon HCG (*human chorionik gonadotropin*). Mual dan muntah yang berlebihan, atau dikenal sebagai *hiperemesis gravidarum*, tidak hanya berisiko terhadap kesehatan ibu, namun juga terhadap janin. Dampak yang mungkin terjadi antara lain keguguran, berat badan lahir rendah, kelahiran prematur, hingga cacat lahir. Penatalaksanaan mual dan muntah dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Salah satu terapi alternatif yang mulai banyak digunakan adalah aromaterapi, khususnya dengan menggunakan minyak esensial *peppermint* (*Mentha piperita*). *Peppermint* mengandung senyawa aktif seperti menthol dan menthone yang memiliki efek antispasmodik, menenangkan sistem gastrointestinal, serta memberikan sensasi segar yang dapat meredakan mual. **Tujuan:** memberikan asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual dan muntah dengan menerapkan aromaterapi *peppermint*. **Metode:** kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap 3 ibu hamil trimester pertama. **Hasil:** menunjukkan adanya 3 masalah keperawatan yang ditegakkan pada ibu hamil trimester pertama dengan masalah utamanya nausea. **Kesimpulan:** penerapan aromaterapi *peppermint* mampu menurunkan tingkat mual dan muntah pada 3 ibu hamil trimester pertama, karena aromaterapi *peppermint* dapat mempengaruhi sistem limbik yang mampu mengurangi kondisi mual dan muntah yang terjadi pada ibu hamil.

Kata Kunci : Aromaterapi *Peppermint*, Ibu Hamil, Mual dan Muntah
Daftar Pustaka : 43 (2012-2024)

Mengetahui,

Koordinator Program Profesi Ners

Pembimbing Karya Ilmiah Akhir



Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002



Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.,
NIP. 198910202019032021

ABSTRACT

SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
STUDY PROGRAM OF NURSING PROFESSION

Final Scientific Paper, June 2025

Fauziah Puspita Islamiyah, S.Kep

Nursing Care Providing Peppermint Aromatherapy to Reduce Nausea and Vomiting in Pregnant Women in Trimester I in the Work Area of Sako Health Center Palembang

XIII + 56 Pages + 3 Tables + 1 Diagram + 8 Appendices

ABSTRACT

Background: Nausea and vomiting are common experiences during pregnancy in the first trimester. The causes of nausea and vomiting are attributed to increased levels of estrogen and HCG (human chorionic gonadotropin) hormones. Excessive nausea and vomiting, known as hyperemesis gravidarum, pose risks not only to the mother's health but also to the fetus. Possible consequences include miscarriage, low birth weight, premature birth, and birth defects. Management of nausea and vomiting can be performed pharmacologically and non-pharmacologically. One of the alternative therapies that is increasingly being used is aromatherapy, specifically using peppermint essential oil (*Mentha piperita*). Peppermint contains active compounds such as menthol and menthone that have antispasmodic effects, soothe the gastrointestinal system, and provide a refreshing sensation that can relieve nausea. **Objective:** to provide nursing care to first-trimester pregnant women experiencing nausea and vomiting by applying peppermint aromatherapy. **Method:** qualitative with a case study approach involving 3 first-trimester pregnant women. **Results:** showed that there were 3 nursing problems identified in the first-trimester pregnant women with the main issue being nausea. **Conclusion:** the application of peppermint aromatherapy was able to reduce the levels of nausea and vomiting in 3 first-trimester pregnant women, as peppermint aromatherapy can affect the limbic system, which can reduce the conditions of nausea and vomiting experienced by pregnant women.

Keywords : Aromatherapy Peppermint, Pregnant Women, Nausea and Vomiting

References : 43 (2012-2024)

**Coordinator of Nursing Professional Study
Program**



Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002

Advisor



Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.,
NIP.198910202019032021

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji dan syukur kepada Allah SWT atas berkah dan rahmat-Nya sehingga karya ilmiah akhir (KIA) ini dapat selesai dengan judul “Asuhan Keperawatan Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Untuk Menurunkan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Sako Palembang”. Karya ilmiah akhir (KIA) ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep. Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Dhona Adhini, .Kep., Ns., M.Kep. Koordinator Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep. pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, & saran dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir (KIA) ini.
4. Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M.Kep. penguji I yang telah memberikan kritik, saran, & masukan dalam menyempurnakan karya ilmiah akhir (KIA) ini.
5. Ns. Jum Natosba, M.Kep., Sp.Kep.Mat. penguji II yang telah memberikan kritik, saran, & masukan dalam menyempurnakan karya ilmiah akhir (KIA) ini.
6. Kedua orang tua yang telah mendukung dan mendoakan penulis serta teman-teman angkatan Coners 2025 yang telah berjuang bersama dan berbagi ilmu selama menjalani semua stase serta penyusunan karya ilmiah akhir (KIA).
7. Puskesmas Sako Palembang yang telah menjadi tempat praktik keperawatan maternitas, kepala puskesmas yang telah memberikan izin dan semua kakak petugas kesehatan yang telah mendampingi selama praktik, serta masukan untuk semua tugas praktik.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir (KIA) ini banyak kekurangan baik dalam isi maupun penulisan sehingga kritik, saran, dan masukan yang membangun sangat membantu dari para pembaca agar karya ilmiah akhir (KIA) ini menjadi lebih baik. Penulis berharap semoga karya ilmiah akhir (KIA) ini dapat memberikan manfaat dan dapat dikembangkan lebih lanjut.

Indralaya, Juni 2025

Fauziah Puspita Islamiyah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penulisan	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
C. Manfaat Penulisan	4
1. Bagi Institusi Pendidikan	4
2. Bagi Ibu Hamil.....	4
3. Bagi Mahasiswa Keperawatan	4
4. Bagi Peneliti Selanjutnya	4
D. Metode Penulisan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Kehamilan	6
1. Pengertian Kehamilan.....	6
2. Tanda dan Gejala Kehamilan.....	6
3. Perubahan Fisiologis Kehamilan Trimester I	8
4. Perubahan Psikologis pada Kehamilan Trimester I.....	10
5. WOC Kehamilan Trimester I.....	11
B. Konsep Mual dan Muntah	12
1. Pengertian Mual dan Muntah.....	13
2. Penyebab Mual dan Muntah	13
3. Tanda dan Gejala Mual dan Muntah.....	14

4. Penatalaksanaan Mual dan Muntah	14
5. Tingkatan Mual dan Muntah.....	16
6. Pengukuran Mual dan Muntah.....	16
C. Konsep Asuhan Keperawatan.....	17
1. Pengertian Aromaterapi	17
2. Pengertian Aromaterapi <i>Peppermint</i>	17
3. Manfaat Aromaterapi <i>Peppermint</i>	17
4. Mekanisme Kerja Aromaterapi.....	17
5. Pengaruh Aromaterapi <i>Peppermint</i> terhadap Mual dan Muntah	18
D. Peneliatian Terkait.....	19
BAB III GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN	25
A. Gambaran Hasil Pengkajian	25
B. Gambaran Hasil Diagnosis Keperawatan	30
C. Gambaran Hasil Intervensi dan Implementasi Keperawatan	31
D. Gambaran Hasil Evaluasi Keperawatan	34
BAB IV PEMBAHASAN	37
A. Pembahasan Kasus Berdasarkan Teori dan Jurnal	37
B. Implikasi Keperawatan.....	47
C. Dukungan dan Hambatan	50
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	51
A. Simpulan.....	51
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Analisis PICO.....	19
Tabel 3. 1 Hasil Pengkajian	25
Tabel 3. 2 Diagnosa Keperawatan Pada Pasien Kelolaan	31

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 WOC Kehamilan Trimester I.....	11
--	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Manuskrip Studi Kasus

Lampiran 2. Pengkajian Kasus Ny. D

Lampiran 3. Pengkajian Kasus Ny. S

Lampiran 4. Pengkajian Kasus Ny. T

Lampiran 5. Dokumentasi Kegiatan

Lampiran 6. Standar Prosedur Operasional (SPO)

Lampiran 7. Lembar Konsultasi Pembimbing

Lampiran 8. Hasil Plagiarisme

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Identitas Diri

- | | |
|--------------------------|--|
| 1. Nama | : Fauziah Puspita Islamiyah |
| 2. NIM | 04064882427024 |
| 3. Tempat, Tanggal Lahir | : Bekasi, 04 September 2001 |
| 4. Anak Ke | : 1 dari 4 saudara |
| 5. Nama Ayah | : Imammudin |
| 6. Nama Ibu | : Pirmayani |
| 7. Alamat | : Kp.Rawa Pasung No.89 Rt.02/Rw.04 |
| 8. No. HP | 081273212834 |
| 9. Email | : fauziahpuspita04@gmail.com |
| 10. Agama | : Islam |

B. Riwayat Pendidikan

- | | |
|------------------------------|---------------|
| 1. SD Negeri 03 Kota Bekasi | : 2013 |
| 2. SMP Martia Bhakti | : (2013-2016) |
| 3. SMA Taman Siswa Palembang | : (2016-2019) |
| 4. PSIK FK UNSRI | : (2019-2024) |
| 5. PROFESI NERS FK UNSRI | : (2024-2025) |

C. Riwayat Organisasi

1. Bendahara Umum SMP Martia Bhakti
2. Sekretaris Umum Biro Danus PSIK FK UNSRI

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah proses fisiologis yang normal namun sering kali disertai perubahan hormon yang memengaruhi berbagai sistem tubuh, termasuk sistem pencernaan. Salah satu gangguan umum yang dialami ibu hamil, khususnya pada trimester pertama, adalah mual dan muntah (*emesis gravidarum*). Sekitar 50–80% ibu hamil mengalami mual, dan 50% di antaranya mengalami muntah, biasanya pada usia kehamilan 6–12 minggu (Ariani, 2021).

Mual dan muntah merupakan hal yang biasa dialami saat kehamilan di trimester pertama, penyebab mual muntah dalam kehamilan karena peningkatan hormon estrogen dan *Human Chorionik Gonadotropin* (HCG). Selain itu pola makan yang buruk pada minggu-minggu awal kehamilan, kurang istirahat, dan stres dapat juga memperberat mual muntah (Khadijah, 2019). Mual dan muntah selama kehamilan umumnya dilakukan secara non-farmakologis terlebih dahulu guna menghindari risiko terhadap janin. Salah satu terapi alternatif yang mulai banyak digunakan adalah aromaterapi, khususnya dengan menggunakan minyak esensial *peppermint* (*Mentha piperita*). *Peppermint* mengandung senyawa aktif seperti menthol dan menthone yang memiliki efek antispasmodik, menenangkan sistem gastrointestinal, serta memberikan sensasi segar yang dapat meredakan mual (Ali *et al.*, 2015).

Angka Kematian Ibu (AKI) berdasarkan hasil Sensus Penduduk 2020 tercatat sebesar 189 per 100.000 kelahiran hidup, yang mendekati target RPJMN 2024 sebesar 183 per 100.000 kelahiran hidup. Hal ini menunjukkan bahwa upaya menurunkan AKI masih memerlukan perhatian serius, termasuk melalui pengelolaan keluhan kehamilan seperti mual dan muntah secara efektif dan aman. (Kemenkes RI, 2023).

Mual dan muntah yang tidak segera diatasi dapat menyebabkan terjadinya *hiperemesis gravidarum* (mual dan muntah berlebihan), akibatnya tubuh akan menjadi lemah, dehidrasi, muka pucat, serta darah akan menjadi kental karena

adanya pelambatan peredaran darah sehingga oksigen dan makanan jaringan akan berkurang. Pada ibu hamil yang mengalami *hiperemesis gravidarum* oksigen dan makanan untuk jaringan berkurang sehingga akan membahayakan kondisi ibu dan janin yang ada dalam kandungannya (Zuraida,2018). Mual dan muntah yang berlebihan (*hyperemesis gravidarum*) dapat mengakibatkan ibu hamil mengalami dehidrasi karena banyaknya cairan yang keluar dan kurangnya pemasukan nutrisi pada saat ibu hamil mengalami mual muntah. Sedangkan dampak yang mungkin terjadi pada janin antara lain, yaitu terhambatnya perkembangan janin (IUGR), premature, kelainan konginetal seperti hidrocephalus, anecephal, omfalokel, dan lain sebagainya, bahkan sampai kematian baik.

Aromaterapi bisa menjadi terapi non farmakologi yang mampu mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil. Aromaterapi berupa minyak esensial peppermint. Minyak esensial peppermint mengandung senyawa aktif seperti mentol dan menthone yang memberikan aroma segar dan menenangkan. Saat dihirup, aroma peppermint merangsang sistem saraf melalui indra penciuman, membantu mengurangi rasa mual dengan menenangkan pusat mual di otak. Penggunaan aromaterapi peppermint dapat dilakukan dengan beberapa cara, seperti menghirup langsung dari botol minyak esensial, meneteskan beberapa tetes minyak pada kain atau tisu, atau menggunakan diffuser untuk menyebarkan aroma di ruangan. Hal ini berdasarkan penelitian Tarigan et al. (2023) menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi peppermint efektif dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I, dengan penurunan frekuensi dari 5–9 kali menjadi 2–3 kali per hari. Penelitian oleh Wilanda et al. (2023) menunjukkan bahwa aromaterapi peppermint secara signifikan menurunkan tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama.

Berlandaskan latar belakang di atas, penulis tertarik menganalisis studi kasus asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester I dan pemberian aromaterapi peppermint dalam menurunkan mual dan muntah di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penulisan karya ilmiah akhir ini bertujuan untuk melakukan penerapan aromaterapi *peppermint* dalam asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menjelaskan gambaran pengkajian keperawatan yang dilakukan pada ibu hamil trimester I dalam menurunkan mual dan muntah dengan penerapan aromaterapi *peppermint* di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.
- b. Menjelaskan gambaran diagnosa keperawatan yang muncul pada asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester I dalam menurunkan mual dan muntah dengan penerapan aromaterapi *peppermint* di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.
- c. Menjelaskan gambaran rencana keperawatan (intervensi) yang akan dilakukan pada asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester I dalam menurunkan mual dan muntah dengan penerapan aromaterapi *peppermint* di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.
- d. Menjelaskan gambaran implementasi pada asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester I dalam menurunkan mual dan muntah dengan penerapan aromaterapi *peppermint* di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.
- e. Menjelaskan gambaran evaluasi keperawatan pada asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester I dalam menurunkan mual dan muntah dengan penerapan aromaterapi *peppermint* di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.
- f. Menjelaskan pengaruh penerapan aromaterapi *peppermint* selaras dengan evidence based terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi dalam pengembangan ilmu keperawatan maternitas untuk memberikan asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan menggunakan aromaterapi *peppermint*.

2. Bagi Ibu Hamil

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu hamil tentang penerapan asuhan keperawatan yang bisa memberikan pengaruh pada keluhan yang dirasakan.

3. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman bagi mahasiswa keperawatan dalam mengkaji konsep ataupun praktik asuhan keperawatan pada ibu hamil. Mahasiswa keperawatan diharapkan dapat mempraktikkan asuhan keperawatan secara tepat pada ibu hamil ketika praktik di lapangan dengan wawasan yang baik pada asuhan keperawatan tersebut.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi yang dapat digunakan berkaitan dengan penerapan aromaterapi *peppermint* dalam menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

D. Metode Penulisan

Karya ilmiah akhir ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang dilaksanakan dengan prosedur sebagai berikut:

1. Menentukan 3 kasus dengan kriteria ibu hamil dengan mual dan muntah di wilayah kerja Puskesmas Sako Palembang.
2. Tahapan dalam pelaksanaan studi kasus yaitu:
 - a. Melakukan studi literatur dengan analisis teori menggunakan referensi dari *google scholar* dengan mengumpulkan 10 artikel penelitian yang diterbitkan pada tahun 2019-2024 tentang aromaterapi lemon yang akan diterapkan pada ibu hamil dengan menggunakan konsep *evidence based practice*.
 - b. Menyusun asuhan keperawatan yang terdiri pengkajian, analisa data, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi, dan evaluasi keperawatan yang sesuai dengan permasalahan pada ibu hamil.
 - c. Menegakkan diagnosa keperawatan berdasarkan panduan SDKI (Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia), tujuan dan kriteria hasil berdasarkan panduan SLKI (Standar Luaran Keperawatan Indonesia), serta rencana keperawatan dan implementasi berdasarkan panduan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia).
 - d. Melaksanakan asuhan keperawatan kepada 3 ibu hamil trimester I yang mengalami masalah mual dan muntah dengan memberikan intervensi keperawatan berupa aromaterapi *peppermint*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, B., Al-Wabel, N. A., Shams, S., Ahamad, A., Khan, S. A., & Anwar, F. (2015). Essential oils used in aromatherapy: A systemic review. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, 5(8), 601–611.
- Agnes W.W. (2017). Pengaruh Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Kejadian Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta. Naskah Publikasi Kebidanan Aisyiyah Yogyakarta. https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarai_lmu/article/view/745. [Diakseses 26 Oktober 2020].
- Ardhiyanti Y. (2017). Hubungan Konsumsi Buah Pepaya dengan Kejadian Konstipasi pada Ibu Hamil di Puskesmas Rumbai Pesisir Pekanbaru.
- Ariani, Y. (2021). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Aryasih, I. G. A. P. S., Udayani, N. P. M. Y., & Sumawati, N. M. R. (2022). Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 139-145.
- Asrinah. (2019). *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta : Karya Cipta.
- Anggraini, D. D., Keb, S. S. T., ST, Y. S., Argaheni, N. B., ST, S., Keb, M., ... & Wulandari, L. P. (2022). *Evidence Based Midwifery*. PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.
- Azhari, N., Yanti, F., & Rahayu, T. (2022). Pengaruh Aromaterapi *Peppermint* terhadap Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 7(2), 145–152.
- Dolatian, M., Sharifi, N., Mahmoodi, Z., Fathnezhad-Kazemi, A., Bahrami-Vazir, E., & Rashidian, T. (2020). *Weight gain during pregnancy and its associated factors: A path analysis*. *Nursing Open*, 7(5), 1568–1577.
- Felina, M., & Ariani, L. (2021). Efektifitas Pemberian Seduhan Jahe dengan Jus Jeruk terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. In *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis* (Vol. 4, No. 2, pp. 11-15).
- Hartinah, D., Karyati, S., & Rokhani, S. (2019). Hubungan pola aktivitas fisik dengan konstipasi pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Gribig Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus tahun 2017. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(2), 350-357.
- Ilmiani, T. K. I., Angraini, D. I., & Hanriko, R. (2020). *Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan*. [Skripsi, Universitas Lampung].

- Kartikasari, R. I., & Payana, S. D. (2017). Pregnancy Exercises Dengan Kejadian Konstipasi Pada Ibu Hamil Trimester II. *Diakses dari <https://jurnal.stikesmuhla.ac.id/wp-content/uploads/2017/09/53-60-Ratih-Indah-Kartikasari.pdf>*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Langley-Evans, S.C., Pearce, T., & Ellis, R. (2022). *Overweight, obesity and excessive weight gain in pregnancy as risk factors for pregnancy complications*. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*.
- Mastiningsih, P. (2019). *Buku ajar asuhan kehamilan*. In Media.
- Maternity, Dainty, Dewi Yulia Sari, and Marlida Uli Marjorang. (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 Malahayati*2(3): 115–20.
- Mirghafourvand, *et al.* (2016). The Effect of Probiotic Yogurt on Constipation in Pregnant Women: A Randomized Control Clinical Trial. *Iran Red Crescent Med*, 18(11):e39870.
- Ningrum, E. W. (2020). *Status gizi pra-hamil berpengaruh terhadap berat dan panjang badan bayi lahir*. *Medisains*, 16(2), 89.
- Putri, A.D., Andiani, D, Haniarti, & Usman. (2017). Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA “Peran Tenaga Kesehatan dalam Pelaksanaan SDGs”, 978–979.
- Pakseresht, S., Mardani, H., Asghari, H., & Aghajani, Z. (2017). The effect of aromatherapy with peppermint essential oil on nausea and vomiting of pregnancy: A randomized clinical trial. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 19(5).
- Rahayu, R., & Sugita, S. (2018). Efektivitas 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.v3i1.62>
- Rahayuningsih, T. (2020). Efektifitas Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Dengan Masalah Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Kelurahan Sukoharjo. *Indonesian Journal on medical science*, 7(2).
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. *Jakarta: Kemenkes RI*.
- Retnowati. (2019). Penanganan emesis gravidarum dengan menggunakan Aromaterapi lemon.
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Arfiana, A. (2019). Studi Fenomenologi Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset*

Kesehatan, 8(1), 41-52.

Saragih, Ayu Wandira. (2016). Efektivitas Aromaterapi Lemon Dalam Menurunkan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama. Skripsi Universitas Sumatera Utara.

Sarwinanti S, Istiqomah NA. (2020). Perbedaan aromatherapi lavender dan lemon untuk menurunkan mual muntah ibu hamil. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiah*. 15(2):185–195. doi: 10.31101/jkk.1162.

Sembiring. (2015). Konstipasi Pada Kehamilan . *JIK*; 1:7-10.

Solikhan, N. (2016). *Asuhan Keperawatan Gangguan Kehamilan, Persalinan, dan Nifas*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Sunaeni, S. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum. *Jurnal Kebidanan Sorong*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.36741/jks.v2i1.163>

Suparyanto dan Rosad. (2020). Pemberian aromaterapi essensial oil *peppermint* untuk mengurangi mual dan muntah. 5(3), 248–253.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, Edisi 1. Jakarta: PPNI.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2016). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia, Edisi 1. Jakarta: PPNI.

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2016). Standar Luaran Keperawatan Indonesia, Edisi 1. Jakarta: PPNI.

Trottier. (2012). Treating constipation during pregnancy. *Motherisk Update* 58; 836-38.

Usila, D., Masthura, S., & Desreza, N. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Minyak *Peppermint* (Daun Mint) Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 8(2), 887-897.

Ukah, U.V., Bayrampour, H., Sabr, Y., Razaz, N., Chan, W.-S., & Lisonkova, S. (2019). Association between Gestational Weight Gain and Severe Adverse Birth Outcomes in Washington State, US: A Population-Based Retrospective Cohort Study, 2004-2013. *PLoS Medicine*, 16(e1003009).

Vitriani, *et al.*, (2022). Efektivitas aromaterapi *peppermint* dan pemberian sari jahe pada mual muntah ibu hamil di pmb siti julaeha pekanbaru. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*. Vol. 6, No.01.

- Wilanda, T. S., Purnamasari, N. D., & Puspitasari, A. D. (2023). Efektivitas Aromaterapi *Peppermint* terhadap Intensitas Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Kestra Indonesia*, 4(1), 88–95.
- Zaini, Et al. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Keluhan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Pondok Tinggi. *Journal on Education*, 6(1).
- Zuraida, & Sari, Z. E. D. (2018). Perbedaan Efektivitas Pemberian Essensial Oil *Peppermint* dan Aroma Terapi Lavender terhadap Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam Tahun 2017. *MENARA Ilmu*, 142-143.