

DOI : <https://doi.org/10.37776/zkeb>.

EFEKTIFITAS PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP IBU HAMIL TRIMESTER PERTAMA DENGAN EMESIS GRAVIDARUM

¹Kartika Regina Silaen, ²Mariyana, ³Abdi Darma

¹kartika.siaen@gmail.com, ²mariyana@univbatam.ac.id, ³abdidarma@univbatam.ac.id

¹RS Budi Kemuliaan, ^{2,3}Program Studi Kebidanan Universitas Batam

uploaded: 01/04/2025 revised: 20/04/2025 accepted: 25/04/2025 published: 30/04/2025

ABSTRACT

Pregnancy is a physiological process that causes physical, mental and social changes and is often accompanied by discomfort, especially nausea and vomiting in the first trimester caused by an increase in the hormones estrogen and HCG. One therapy that is safe and can be given to pregnant women who experience emesis gravidarum is by providing lemon aromatherapy. The aim of this research is to determine the effectiveness of lemon aromatherapy in first trimester pregnant women with emesis gravidarum at the Independent Practice of Midwife Lusia Herawaty, S.Keb in 2024. This research uses a Quasi Experimental research design in one group (one group pre test post test). The sampling technique used purposive sampling with a sample size of 21 pregnant women and data collection used observation sheets. The results showed that the average frequency of nausea and vomiting before being given lemon aromatherapy was 8.62 and after being given lemon aromatherapy was 3.48, p value = 0.000 ($P < 0.05$). Based on statistical results, it can be concluded that there is effectiveness of lemon aromatherapy in reducing emesis gravidarum in first trimester pregnant women at PMB Lusia Herawaty, S.Keb in 2024. It is recommended that pregnant women who experience emesis gravidarum or nausea and vomiting can consume lemon aromatherapy to reduce the frequency of nausea and vomiting.

Keyword : *Emesis gravidarum, Lemon Aromatherapy*

PENDAHULUAN

Keberhasilan program kesehatan ibu diukur dengan Angka Kematian Ibu (AKI), yaitu jumlah kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup akibat komplikasi kehamilan dan persalinan. Data WHO 2015 menunjukkan 216 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah total kematian ibu diperkirakan 303.000 kematian ibu di seluruh dunia. Di Indonesia, jumlah kematian ibu menurun dari 7.389 kematian pada tahun 2021 menjadi 3.572 pada tahun 2022. Penyebab

utama kematian ibu di Indonesia pada tahun 2022 adalah hipertensi dalam kehamilan (801 kasus), perdarahan (232 kasus), dan penyebab lainnya (1.504 kasus) (Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022)

Hyperemesis gravidarum di Indonesia berkisar 1 – 3 % dari seluruh kehamilan. Pada tahun 2020, prevalensi ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronik (KEK) akibat hyperemesis gravidarum sebanyak 9,7 % (Profil Kesehatan Ibu Dan Anak, 2022). Tercatat 45% ibu hamil yang mengalami kejadian hyperemesis

gravidarum. Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) kejadian hyperemesis gravidarum sekitar 50% sampai 80% ibu hamil mengalami mual dan muntah dan kira-kira 5% dari ibu hamil membutuhkan penanganan untuk penggantian cairan. (Israini Suriati, 2020).

Keluhan pada awal trimester pertama adalah hal yang biasa dialami oleh ibu hamil. Mual dan muntah terjadi terutama pada pagi hari, dikenal sebagai morning sickness. Kondisi ini bisa terjadi kapan saja sepanjang hari, bukan hanya di pagi hari, dan bisa sangat mengganggu. Meskipun tidak berbahaya bagi ibu dan janin, morning sickness dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari dan dalam beberapa kasus dapat berkembang menjadi hyperemesis gravidarum yaitu mual dan muntah parah yang dapat menyebabkan dehidrasi dan penurunan berat badan signifikan, serta dapat mengalami robekan kecil pada selaput lendir esofagus dan lambung atau sindroma Mallory-Weiss akibat perdarahan gastrointestinal dan memiliki dampak pada janin seperti berat lahir rendah, kelahiran prematur, dan pertumbuhan janin terhambat, sehingga memerlukan penanganan intensif untuk mencegah komplikasi. Bayi dari wanita yang menderita hyperemesis gravidarum selama kehamilan cenderung mengalami kelainan dan pertumbuhan yang sedikit terbelakang (Petiti, 2013).

Aromaterapi lemon terbukti memiliki efek menguntungkan pada emesis gravidarum. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nanik Mujayati (2021) skor rata-rata emesis gravidarum menurun selama 4 hari

menggunakan aroma terapi lemon inhalasi. Hal ini juga sesuai dengan penelitian terdahulu oleh Erick dengan melakukan pengamatan penggunaan perawatan non farmakologis pada wanita untuk menghilangkan emesis gravidarum. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 40% wanita menggunakan aromaterapi lemon untuk meredakan mual muntah dan lebih setengah dari mereka yang pernah menggunakannya mengatakan cara tersebut efektif (Oktaviani dkk., 2021).

Aromaterapi Lemon mempunyai kandungan limonene 66-80%, geranilasetat, nerol, linalilasetat, ápinene 1-4%, terpinene 6-14% dan myrcen. Limonene merupakan komponen utama dalam senyawa kimia jeruk dapat menghambat kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri. Selain itu limonene mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit termasuk mual muntah. Linalilasetat yang terdapat dalam aromaterapi lemon merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem syaraf (Mujayati dkk., 2022)

Dari survey awal di praktek Bidan mandiri Lusia Herawaty, S.Keb di Tanjung Piayu, Batam bulan Mei dan Juni tahun 2024 ada 26 ibu hamil trimester pertama dengan keluhan mual muntah, 6 diantara ibu hamil tersebut tidak ada yang menggunakan aromaterapi lemon untuk mengurangi mual muntah.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka penulis tertarik mengambil judul “Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Ibu Hamil Trimester Pertama Dengan Emesis Gravidarum di Praktek Mandiri Bidan Lusia Herawaty , S. Keb.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Ibu Hamil Trimester Pertama Dengan Emesis Gravidarum

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret – Agustus 2024. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum di praktek bidan mandiri Lusia Herawaty, S.Keb dari bulan Mei 2024 – Juni 2024 sebanyak 26 orang. Pengambilan sampel menggunakan Teknik purposive sampling yaitu ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi yaitu sebanyak 21 orang. Jenis penelitian *Quasy Eksperimental* dengan Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group pretest-posttest design*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Rata-Rata Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum Di PMB Lusia Herawaty,S.Keb Tahun 2024

Variabel	Mean	N	SD
Pretest	8.62	21	1.322
Posttest	3.48	21	0.680

Berdasarkan tabel 1, maka nilai rata-rata mengalami mual muntah sebelum diberikan Aromaterapi Lemon adalah 8,62. maka nilai ibu mual muntah sesudah diberikan Aromaterapi Lemon adalah 3,48.

Tabel 2. Uji Normalitas Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum Di PMB Lusia Herawaty,S.Keb Tahun 2024

Variabel	Mean	N	SD	Pvalue
Pretest	8.62	21	1.322	0.000
Posttest	3.48	21	0.680	

Berdasarkan tabel 2, maka nilai rata-rata mengalami mual muntah sebelum diberikan Aromaterapi Lemon adalah 8,62 dengan Standar Deviasi 1.322. Sedangkan nilai rata-rata mengalami mual muntah sesudah diberikan Aromaterapi Lemon adalah 3,48 dengan Standar Deviasi 0.680 dan nilai *p-value* dari Pretest sebesar 0.033 dan nilai *p-value* dari Posttest sebesar 0.000 yang mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Data terdistribusi tidak normal maka peneliti melanjutkan dengan Uji *Wilcoxon*.

Tabel 3. Perbedaan Rerata Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum Di PMB Lusía Herawaty,S.Keb Tahun 2024

Variabel	Mean	N	SD	Pvalue
Pretest	8.62	21	1.322	0.000
Posttest	3.48	21	0.680	

Berdasarkan tabel 3 ,dapat diketahui bahwa setelah dilakukan pengujian menggunakan uji *Wilcoxon* dengan menggunakan program SPSS didapatkan hasil nilai p-value = 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pemberian Aromaterapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum pada ibu hamil Trimester I.

Penelitian ini dilakukan di PMB Lusía Herawaty, S.Keb pada bulan Agustus 2024 dengan 21 responden ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan cara peneliti menentukan sampel sesuai dengan kriteria inklusi. Dalam penelitian ini, tidak ada kelompok kontrol semua sampel mendapatkan intervensi (Aromaterapi Lemon) dan data responden diperoleh dengan menggunakan kuesioner dan lembar observasi PUQE 24.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata ibu hamil emesis Gravidarum sebelum diberikan Aromaterapi Lemon adalah 8.62.

Emesis terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Seratus dari seribu kehamilan, gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya kadar

hormon estrogen dan hCG dalam serum. Pengaruh fisiologik kenaikan hormon ini belum jelas, mungkin karena sistem saraf pusat atau pengosongan lambung yang berkurang, sehingga menyebabkan mual muntah pada ibu hamil (Putri & Situmorang, 2020). Keluhan ini biasanya disertai dengan hipersalivasi, sakit kepala, perut kembung, dan rasa lemah pada badan. Keluhan-keluhan ini secara umum dikenal sebagai "morning sickness". Mual (nausea) dan muntah (hiperemesis gravidarum) adalah gejala wajar dan sering ditemukan pada kehamilan trimester pertama. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (Fadila Nurul dkk., 2022).

Penelitian yang dilakukan ini sejalan dengan hasil penelitian (Handayani, 2019) Berdasarkan hasil wawancara peneliti terdapat 26 ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah dari 40 ibu hamil trimester I yang diperiksa di PMB Suparsih Amd.Keb Masaran. Ketika mual muntah itu muncul beberapa diantaranya ibu hamil melakukan pemeriksaan kesehatan dan ibu hamil yang lainnya jika mengalami mual muntah di awal kehamilan dibiarkan saja tidak diobati.

Asumsi peneliti berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di PMB Lusía Herawaty, S.Keb sebelum menurunkan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Lusía Herawaty, S.Keb , Keluhan biasanya mual muntah ini yang dirasakan

responden adalah sering merasa mual di pagi hari, dan terkadang terasa hingga sore atau malam hari, perut terasa kembung, badan terasa lemas disertai keluarnya isi perut melalui mulut dan perasaan pusing, ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan aromaterapi lemon dengan skor PUQE yaitu Sedang (7-12). Di PMB Lusia Herawaty, S.Keb yang mengalami mual muntah tidak dianjurkan meminum obat, hanya disarankan makan sedikit tapi sering, makan buah-buahan, air hangat, dan roti.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata ibu hamil dengan emesis Gravidarum sesudah diberikan Aromaterapi Lemon adalah 3.48 dengan standar deviasi 0,680.

Emesis Gravidarum merupakan mual dan muntah yang berlebihan disaat kehamilan, yang menyebabkan dehidrasi, defisiensi nutrisi, penurunan berat badan dan mengganggu pekerjaan sehari-hari. Ibu hamil membutuhkan nutrisi yang baik agar pertumbuhan dan perkembangan bayi secara sempurna, namun bila ibu hamil mengalami emesis gravidarum nutrisi ibu berkurang sehingga mengancam pertumbuhan dan perkembangan bayi. (Harahap dkk., 2022). Prinsip penatalaksanaan emesis gravidarum meliputi pencegahan, mengurangi mual muntah, serta koreksi kebutuhan cairan dan elektrolit. Pencegahan dan pengurangan keluhan mual muntah dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Penanganan secara farmakologi dilakukan dengan cara mengkonsumsi obat-obatan seperti obat anti metik atau vitamin B6, namun obat-obatan ini

memiliki efek samping yang kemungkinan dialami oleh ibu hamil seperti sakit kepala, diare dan mengantuk. Penatalaksanaan lain yang bisa diberikan adalah secara non farmakologi atau terapi komplementer yang mempunyai kelebihan lebih murah dan tidak mempunyai efek samping farmakologi, salah terapi yang aman dan bisa diberikan pada ibu hamil yang mengalami mual muntah dengan memberikan aromaterapi lemon (Fitriya dkk., 2023).

Aromaterapi lemon adalah minyak esensial yang dihasilkan dari ekstrak kulit jeruk (citrus lemon) yang sering digunakan dalam aroma terapi. Aromaterapi lemon adalah jenis aromaterapi yang aman untuk kehamilan dan melahirkan (Mujayati dkk., 2022). Kandungan dalam aromaterapi lemon memiliki sifat antibakteri terhadap meningokokus dan tipus, sifat anti jamur, serta efektif dalam menghilangkan bau yang tidak sedap. Selain itu, aromaterapi lemon juga dikenal memiliki efek menenangkan, anti-depresi, anti-stres, serta dapat membantu meningkatkan fokus dan konsentrasi pikiran. (Rizki, 2024).

Penelitian yang dilakukan ini sejalan dengan hasil penelitian (Idriyani & Sahara, 2021) Berdasarkan hasil yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa aroma terapi lemon efektif untuk penurunan mual dan muntah pada ibu hamil dimana frekuensi mual dan muntah sebelum menghirup aroma terapi lemon 6-7 x/hari, setelah menghirup aroma terapi lemon selama 4 hari frekuensi mual dan muntah menjadi 2-3x/hari. Hal ini sesuai dengan teori dimana aroma

terapi lemon efektif untuk menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil dengan emesis gravidarum.

Analisis peneliti berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di PMB Lusia Herawaty, S.Keb sesudah diberikan Aromaterapi Lemon tingkat pada ibu hamil trimester I Ringan (<6) sebanyak 21 responden, hal ini membuktikan bahwa adanya penurunan dari tingkat mual muntah pada ibu hamil. Hal ini dibuktikan dengan keberhasilan dilakukannya Aromaterapi Lemon pada hari ke-4, dikarenakan responden mulai merasakan bahwa mual muntahnya sudah mulai lebih berkurang di hari ke-4 diberikan Aromaterapi Lemon, dan responden mengatakan pada hari ke-4 mual dan muntah dipagi hari sudah jarang terjadi, tidak merasakan pusing, dan badan terasa lebih fit setiap paginya.

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji statistic *wilcoxon* didapatkan p value sebesar 0.000 (p value < (0.05)), maka dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah memberikan aromaterapi lemon kepada ibu hamil Trimester I di PMB Lusia Herawaty, S. Keb Tahun 2024.

Dari hasil penelitian, teori dan penelitian terkait, peneliti berpendapat bahwa terdapat pengaruh mual muntah ibu hamil trimester I dengan pemberian Aromaterapi Lemon. Pengaruh dari pemberian Aromaterapi Lemon terlihat dihari ke-4 pelaksanaannya dan keberhasilannya terlihat dari hasil analisis menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan Asymp. Sig. 2 tailed value 0.000 ($p \leq 0.05$) secara statistik maka terdapat pengaruh signifikan antara pemberian aromaterapi lemon terhadap

frekuensi mual-muntah pada ibu hamil di PMB Lusia Herawaty, S. Keb Tahun 2024.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Lusia Herawaty, S.Keb Tahun 2024 hasil analisa data sebelum diberikan Aromaterapi Lemon, rata-rata frekuensi mual muntah responden 8.62 dengan Standar Deviasi 1.322. Dari 21 orang responden sebelum dilakukan intervensi Aromaterapi Lemon didapatkan data sebanyak 21 responden (100%) dengan Skor Sedang (7-12). Sesudah diberikan Aromaterapi Lemon, adalah dengan rata-rata frekuensi mual muntah responden 3.48 standar deviasi 0,680. Dari 21 orang responden sesudah dilakukan intervensi Aromaterapi Lemon didapatkan data sebanyak 21 responden (100%) dengan Skor Ringan (<6). Ada Efektifitas dari pemberian Aromaterapi Lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dengan p -value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) di PMB Lusia Herawaty, S. Keb Tahun 2024.

SARAN

a. Bagi Responden

Membantu mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil dengan emesis gravidarum menggunakan terapi non farmakologi yaitu aromaterapi lemon.

b. Bagi Bidan

Penelitian ini dapat menambah referensi dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan mual muntah.

c. Bagi Lahan Praktik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau saran dan bahan dalam meningkatkan pelayanan khususnya dalam merencanakan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan emesis gravidarum.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi masukan dan bahan dalam proses belajar dan sebagai referensi penelitian yang akan datang pada pasien emesis gravidarum serta memberikan informasi dan menambah wawasan tentang terapi nonfarmakologi pemberian aromaterapi lemon dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

e. Bagi masyarakat

Penelitian aroma terapi lemon pada emesis gravidarum ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang penggunaan terapi alternatif dan komplementer selama kehamilan dan dapat mengurangi stigma terhadap pengobatan non – tradisional dan mendorong penelitian lebih lanjut tentang penggunaan aromaterapi dan metode pengobatan alami lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Atiqoh, R. N. S. Tr. K. (2020). *Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebih Dalam Kehamilan)* (I. Y. Utami, Ed.; I). Penerbit One Peach Media.

Batmomolin, A. Dr. S. Kep. , Ns. , M. K., Eliagita, C. S. St. , M. Tr. K., Purwandari, Atik. , S. S. Tr. Keb. , M. K., Montol, A. B. , S. Pd. , M. . S., Lalangpuling, E. I. M. S.,

Katiandagho, S. M. K., & Lombogia, M. . , S. Kep. , Ns. M. K. (2024). *Bunga Rampai Masalah Kesehatan Kehamilan Dan Solusi* .Media Pustaka Indo .

Ekasari, W. I. P. Sst. , M. K., Kurniyati, Skm. , Sst. , M. K., & Esmianti Farida, S. Pd. , M. P. (2023). *Penerapan Asuhan Tradisional Komplementer Untuk Mengurangi Keluhan Mual Muntah Pada Ibu Hamil*. Penerbit Nem .

Fadila Nurul, H. W., Studi Ilmu Keperawatan, P., Darussalam Lhokseumawe, S., & Studi, P. S. (2022). Efektivitas Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 4(2), 76–85

Fitriya, I., Oktaviyana, C., Desreza, N., Studi Ilmu Keperawatan, P., Ilmu-Ilmu Kesehatan, F., Abulyatama, U., Besar, A., & Penulis, K. (2023). Efektivitas Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Ulee Kareng Banda Aceh Effectiveness Of Lemon Aromatherapy On Emesis Gravidarum In 1st Trimester Pregnant Women At Ulee Kareng Health Center Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(2), 2615–109.

- Handayani, W. (2019). *Pengaruh Tindakan Akupresur Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di PMB Suparsih Amd.Keb Masaran*. 9–25.
- Harahap, N. R., Rauda, R., Nasution, P., Syari, M., & Pitriana, D. (2022). Pengaruh Aroma Terapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum. *Indonesian Trust Health Journal*, 5(2), 57–63. <https://doi.org/10.37104/ithj.v5i2.103>
- Idriyani, T., & Sahara, R. (2021). Efektifitas Pemberian Aroma Terapi Lemon Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Pasien Emesis Gravidarum Tingkat Sedang. *Tsjkeb_Jurnal*, 6(2).
- Ismail, Dr. H. F. M. Pd. I. (2018). *Statistika Untuk Penelitian Pendidikan Dan Ilmu - Ilmu Sosial* (I). Prenadamedia Group .
- Krisniyawati, T., Norhapifah, H., Hadiningsih, E. F., & Wahyuni, R. (2023). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Mual Muntah*. 13(1).
- Kusumowardhani, W. (2021). *Seri Woman Health : K E H A M I L A N* (1st Ed.). Guepedia .
- Lowdermilk, D. L., Lindsay, L. K., Sams, C. A., L, O., E. Shannon, Perry, Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2021). *Maternal Child Nursing Care In Canada* . Elsevier Health Sciences .
- Lubis, D. P. U. S. Kep. , Ns. , M. K., Meilani, M. S. St. , M. K., & Wulandari, R. P. S. Tr. Keb. , Bdn. , M. K. (2023). *Peningkatan Quality Of Life Pada Ibu Hamil* (I). Penerbit Kmedia.
- Maesaroh, S., & Putri, M. (2019). Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil . *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai* , 12.
- Maternity, D. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Satu . *Jurnal Ilmiah Bidan* , 2.
- Maternity, D., Ariska, P., & Sari, D. Y. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Satu. *Jurnal Ilmiah Bidan* , 2.
- Mujayati, N., Ariyani, Dr. N. Wayan. , S. St. , M. K., & Mauliku, Juliana. , S. Pd. , M. P. (2021). Efektifitas Aromaterapi Lemon Pada Penurunan Derajat Emesis Gravidarum Di Praktek Mandiri Bidan . *Journal Ilmiah Kebidanan* , 10(No.1).
- Mujayati, N., Ariyani, N. W., & Mauliku Juliana. (2022). Efektivitas Aromaterapi Lemon Pada Penurunan Derajat Emesis Gravidarum Di Praktek Mandiri Bidan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan* , 10.

- Muliatul Jannah, Alfiah Rahmawati, & Dwi Indah Lestar. (2021). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Frekuensi Mual & Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(14).
- Nelly Nugrawati, S. St., M. K., & Amriani, S. St., Skm., M. Kes., M. K. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Cv. Adnu Abimata.
- Nelson, C., & Piercy. (2020). *Handbook Of Obstetric Medicine* (6th Ed.). Crc Press.
- Oktaviani, L., Ningsih, D. K., & Rilyani. (2021). Efektivitas Penerapan Aroma Terapi Lemon Terhadap Pasien Pada Kehamilan Trimester Pertama Untuk Menurunkan Mual Dan Muntah Di Desa Mulyo Agung Sumatera Selatan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Pesak Ellen., S. K. N. M. Kes, Junus, R. S. M. G., & Marlina, S. S. N. M. K. (2023). *Bunga Rampai Patologi Kehamilan* (S. Kep., Ns., M. K. Saida, Ed.; Pertama). Pt. Media Pustaka Indo.
- Pohan, R. A. S. M. S. (2022). *Pengantar Asuhan Kebidanan*. Pt. Inovasi Pratama Internasional.
- Profil Kesehatan Ibu Dan Anak*. (2022). Badan Pusat Statistik.
- Putri, Y., & Ronalen Br. Situmorang. (2020). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Indra Iswari, S.St, Skm, Mm,. *Journal Of Midwifery*, 8(No.1).
- Retnowati, Y. (2019). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Emesis Gravidarum Pada Kehamilan Trimester I Di Puskesmas Pantai Amal. *Journal of Borneo Holistic Health*, 2(1), 40–56.
<https://doi.org/10.35334/borticalt.h.v2i1.586>
- Rizki, H. (2024). Efektifitas Aromaterapi Lemon terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester Pertama. *Journal of Language and Health*, 5(1), 73–78.
<https://doi.org/10.37287/jlh.v5i1.3099>
- Saras, T. (2023). *Aromaterapi Memanfaatkan Aroma Untuk Kesehatan Dan Kesejahteraan* (W. Anita, Ed.; I). Tiram Media.
- Sukmawati, A. S. S. Kep., Ns., Mn., Sabur, Dr. Ir. F. S. Si. T., Mt., I., Nur, Dr. Ir. M. St., Mt., I., Darmawan, A. R. S. S., M. A., Sa'dianoor, Dr. Ir. H. S. T., M. Si., I., Mahbub, Apt. K. M. F., & Irmawati, D. S. E., M. Si., Ak., C. (2023). *Buku Ajar Metodologi Penelitian* (I).

Pt.Sonpedia Publishing
Indonesia .

Tasalim, R. Ns. , M. K., & Astuti, L.
Widya. , Ns. , M. K. (2021).
Terapi Komplementer . Guepedia
.

Wahyuni, I., Ssit. , M. B. (2023).
*Bunga Rampai Kebidanan
Komplementer*. Pt. Media
Pustaka Indo .