

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA IBU POST PARTUM DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS DI RSU MUHAMMADIYAH PONOROGO**



Oleh:

SHINTA VEGA FIRNANDA

NIM : 24650563

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYA PONOROGO**

2025

**PENERAPAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA IBU POST PARTUM DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS DI RSU MUHAMMADIYAH PONOROGO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memenuhi Syarat

Penyusunan Karya Ilmiah Akhir



Oleh:

SHINTA VEGA FIRNANDA

NIM : 24650563

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYA PONOROGO**

2025

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Ditulis Oleh : SHINTA VEGA FIRNANDA

Judul : PENERAPAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU POST PARTUM
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS DI
RSU MUHAMMADIYAH PONOROGO

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah pada
Tanggal

Oleh :

Pembimbing



Yayuk Dwirahayu S.Kep., Ns., M.Kes

NIDN. 0711096801

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat S.Kep., Ns., M.Kep

NIK.1979121420030212

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ditulis Oleh : SHINTA VEGA FIRNANDA

Judul : PENERAPAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU POST PARTUM
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS DI
RSU MUHAMMADIYAH PONOROGO

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah Studi
Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo,
Tanggal:

Tim Penguji:

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Hery Ernawati S.Kep., Ns., M.Kep

Anggota : Yayuk Dwirahayu S.Kep., Ns., M.Kes



Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

(Saiful Nurhidayat S.Kep., Ns., M.Kep)

NIK.1979121420030212

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Shinta Vega Firnanda

NIM : 24650563

Institusi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul “Penerapan Aromaterapi Lemon Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Postpartum Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Di RSUD Muhammadiyah Ponorogo” adalah bukan Karya Ilmiah Akhir orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sangsi.

Ponorogo, 15 Januari 2025

Yang Menyatakan


(Shinta Vega Firnanda)
NIM. 24650563

ABSTRAK

PENERAPAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA IBU POST PARTUM DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS DI RSUD MUHAMMADIYAH PONOROGO

Oleh: Shinta Vega Firnanda

Kecemasan atau merupakan hal yang umum dialami oleh ibu postpartum, ditambah lagi dengan ibu yang baru pertama kali melahirkan, hal ini dikarenakan ibu primipara belum mempunyai pengalaman merawat bayi, selain itu ditambah dengan faktor lain seperti kurangnya dukungan sosial, faktor pendidikan, serta penyesuaian yang buruk terhadap peran baru. Karya ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penerapan aromaterapi lemon terhadap tingkat kecemasan pada ibu postpartum dengan masalah keperawatan ansietas.

Asuhan keperawatan dilakukan pada satu pasien postpartum hari pertama di Ruang Siti Walidah RSUD Muhammadiyah Ponorogo selama 2 hari dan dilanjutkan di rumah pasien selama 3 hari yakni pada tanggal 15 Juli 2025 hingga 19 Juli 2025. etode yang digunakan adalah dengan pendekatan proses keperawatan. Hasil pengkajian di dapatkan bahwa pasien mengeluh cemas karena ini merupakan pengalaman pertama melahirkan. Tindakan keperawatan yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada ibu postpartum adalah dengan diberikan teknik inhalasi aromaterapi lemon yang dilakukan selama 15 menit dengan jarak pemberian 50 cm – 100 cm. Setelah dilakukan pemberian aromaterapi lemon selama 5 hari didapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan pada ibu postpartum menurun.

Dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lemon efektif untuk mengatasi masalah kecemasan, sehingga diharapkan keluarga dan klien dapat menerapkan teknik relaksasi secara mandiri di rumah.

Kata Kunci : Postpartum, Kecemasan, Aromaterapi

ABSTRACT

THE APPLICATION OF LEMON AROMATHERAPY ON ANXIETY LEVELS IN POSTPARUM MOTHERS WITH ANXIETY NURSING PROBLEMS AT MUHAMMADIYAH PONOROGO HOSPITAL

By: Shinta Vega Firnanda

Anxiety is a common experience among postpartum mothers, especially first-time mothers. This is because primiparous mothers lack experience caring for babies, coupled with other factors such as lack of social support, education, and poor adjustment to their new role. This study aims to determine the effectiveness of lemon aromatherapy on anxiety levels in postpartum mothers with anxiety nursing problems.

Nursing care was provided to one postpartum patient on the first day in the Siti Walidah Ward at Muhammadiyah Ponorogo Hospital for two days and continued at the patient's home for three days, from July 15, 2025, to July 19, 2025. The method used was a nursing process approach. The assessment revealed that the patient complained of anxiety due to her first childbirth experience. Nursing interventions to reduce postpartum anxiety included administering lemon aromatherapy inhalation for 15 minutes at a distance of 50 cm to 100 cm. After five days of lemon aromatherapy, the postpartum mother's anxiety levels decreased.

It can be concluded that lemon aromatherapy is effective in addressing anxiety issues, and it is hoped that families and clients can apply relaxation techniques independently at home.

Keywords: Postpartum, Anxiety, Aromatherapy

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, penulis haturkan atas segala nikmat serta hidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini dengan judul “Penerapan Aromaterapi Lemon Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Postpartum Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Di RSU Muhammadiyah Ponorogo” Penulis menyadari bahwa dalam kegiatan penelitian ini tidak akan berjalan sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada penulis. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Direktur RSU Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan izin dilakukannya penelitian di rumah sakit.
4. Sri Andayani, S.Kep. Ns., M.Kep sebagai Kepala Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
5. Yayuk Dwirahayu, S.Kep.Ns.,M.Kes sebagai pembimbing yang banyak memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama penyusunan karya ilmiah akhir.
6. Ny.D yang bersedia meluangkan waktu dan menjadi responden selama penulis melakukan penelitian.

7. Kedua orang tua saya (Ibu Ika Nurliana dan Bapak Endri Wahyudianto) serta adik saya yang telah banyak memberikan doa, dukungan, dan semangat sehingga karya ilmiah akhir ini bisa diselesaikan.
8. Sahabat sahabat saya yang luar biasa telah memotivasi dan membantu dalam proses mengerjakan karya ilmiah akhir ini.
9. Rekan rekan mahasiswa Profesi Ners angkatan 2024 atas kerjasama dan motivasinya dalam penyusunan karya ilmiah akhir ners.

Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini mungkin masih banyak kekurangan .Maka dari itu penulis berharap ada kritik dan saran yang bersifat membangun.

Ponorogo, Januari 2025
Peneliti



Shinta Vega Firnanda

24650563

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penulisan.....	5
1.3.1 Tujuan Utama.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Postpartum	7
2.1.1 Definisi Postpartum.....	7
2.1.2 Periode Postpartum	7
2.1.3 Adaptasi Psikologis Post Partum	8
2.1.4 Perawatan Post Partum.....	9
2.1.5 Pathway Post Partum	11
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan Post Partum.....	12
2.2.1 Pengkajian.....	12

2.2.2	Diagnosa Keperawatan.....	23
2.2.3	Intervensi Keperawatan.....	23
2.2.4	Implementasi	26
2.2.5	Evaluasi.....	26
2.3	Konsep Kecemasan	27
2.3.1	Definisi Kecemasan	27
2.3.2	Etiologi Kecemasan	28
2.3.3	Rentang Respon	31
2.3.4	Tingkat Kecemasan.....	31
2.3.5	Jenis-Jenis Kecemasan	33
2.3.6	Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan.....	34
2.3.7	Alat Ukur Kecemasan	35
2.4	Konsep Aromaterapi.....	38
2.4.1	Definisi.....	38
2.4.2	Manfaat Aromaterapi Lemon	38
2.4.3	Cara Penggunaan.....	41
2.4.4	Mekanisme Aromaterapi lemon	42
2.4.5	Prosedur Aromaterapi lemon	43
2.4.6	EBN.....	44
BAB 3		51
METODE KASUS		51
3.1	Metode.....	51
3.2	Teknik Penulisan	51
3.3	Waktu dan Tempat.....	52
3.3.1	Waktu	52
3.3.2	Tempat.....	52
3.4	Pengumpulan Data	52
3.5	Alur Kerja (Frame Work).....	54
3.6	Etika	55
BAB 4		57
LAPORAN KASUS		57
4.1	PENGKAJIAN	57
4.2	ANALISA DATA.....	70
4.3	DAFTAR DIAGNOSA KEPERAWATAN.....	70

4.4 RENCANA ASUHAN KEPERAWATAN.....	71
4.5 CATATAN KEPERAWATAN.....	74
4.6 CATATAN PERKEMBANGAN	82
BAB 5	85
PEMBAHASAN	85
5.1 Pengkajian.....	85
5.2 Diagnosa Keperawatan.....	87
5.3 Intervensi Keperawatan.....	88
5.4 Implementasi Keperawatan.....	89
5.5 Evaluasi Keperawatan.....	92
BAB 6	96
PENUTUP.....	96
6.1 Kesimpulan	96
6.2 Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA.....	99



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Postpartum.....	25
Table 4.1 Riwayat Kehamilan, Persalinan dan Nifas Yang Lalu.....	60
Table 4.2 Pola Kegiatan Sehari-Hari.....	63
Tabel 4.3 Pemeriksaan Laboratorium.....	69
Tabel 4.4 Penatalaksanaan Terapi Obat.....	70
Table 4.5 Analisa Data.....	70
Table 4.6 Daftar Diagnosa Keperawatan.....	71
Table 4.7 Rencana Asuhan Keperawatan.....	72
Tabel 4.8 Catatan Tindakan Keperawatan.....	75
Tabel 4.9 Catatan Perkembangan.....	83



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Postpartum.....	11
Gambar 2.2 Rentang Respon.....	32
Gambar 2.3 Alat Ukur Kecemasan.....	36
Gambar 3.1 Gambar Alur Kerja.....	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Data Awal di Rumah Sakit Umum Muhammadiyah Ponorogo.....	102
Lampiran 2	Data Jumlah Ibu Post Partum Baik Spontan Maupun SC di Rumah Sakit Umum Muhammadiyah Ponorogo.....	103
Lampiran 3	Surat Ijin Penelitian.....	104
Lampiran 4	Surat Balasan Ijin Penelitian.....	106
Lampiran 5	Sertifikat Uji Etik.....	108
Lampiran 6	Standar Operasional Prosedur.....	109
Lampiran 7	<i>Inform Cosent</i>	111
Lampiran 8	Lembar Observasi Kuesioner VAS (<i>Visual Analogue Scale</i>).....	112
Lampiran 9	Kuesioner Tingkat Kecemasan <i>Hamilton Rating Scale (HARS-A)</i>	115
Lampiran 10	Lembar Form Pendampingan Pengambilan Kasus.....	124
Lampiran 11	Lembar Konsultasi Pembimbing.....	125
Lampiran 12	Dokumentasi.....	127
Lampiran 13	Surat Keterangan Plagiasi.....	129

DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*

MK : Masalah Keperawatan

HPHT : Hari Pertama Haid Terakhir

TFU : Tinggi Fundus Uteri

BAK : Buang Air Besar

BAB : Buang Air Kecil

DM : *Diabetes Mellitus*

TBC : *Tuberkulosis*

RSUM: Rumah Sakit Umum Muhammadiyah

ASI : Air Susu Ibu

KB : Keluarga Berencana

RS : Rumah Sakit

N : Nervus

R : Respon

TTV : Tanda – Tanda Vital

S : Suhu

N : Nadi

RR : Respirasi

TD : Tekanan Darah

