

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG**  
**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR)**  
**PROGRAM DIPLOMA TIGA**

---

---

**PENJELASAN STUDI KASUS**

Judul Penulis : Penerapan Relaksasi Aromaterapi *Peppermint* pada Ibu Hamil Trimester I terhadap Hiperemesis Gravidarum di Wilayah Puskesmas Pancasan Kota Bogor

Penulis : Syifa Aura Nurkamila

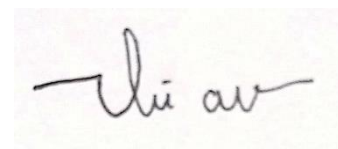
No. HP : 082216590303

Email : [syifaauracampus@gmail.com](mailto:syifaauracampus@gmail.com)

Saya mahasiswa Program Diploma III Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung Program Studi Keperawatan Bogor, bermaksud mengadakan Studi Kasus dengan tujuan untuk mengetahui tingkat mual muntah pada ibu hamil. Ibu hamil yang sedang dalam kondisi mual muntah ringan maupun berat yang berpartisipasi dalam studi kasus ini akan menjadi responden pengumpulan data. Penulis menjamin bahwa studi kasus ini tidak akan berdampak negatif pada siapapun. Bila selama berpartisipasi dalam studi kasus ini responden merasakan ketidaknyamanan, maka responden mempunyai hak untuk berhenti sebagai responden tanpa ada sanksi dari pihak manapun. Penulis berjanji akan menjaga kerahasiaan dari data yang diperoleh, baik dari proses pengumpulan, pengelolaan maupun penyajian.

Adapun studi kasus ini akan dimanfaatkan sebagai informasi bagi instansi kesehatan penulis maupun responden. Melalui penjelasan ini penulis sangat mengharapkan partisipasi. Penulis mengucapkan terimakasih atas ketersediaan responden yang telah ikut berpartisipasi dalam studi kasus ini.

Bogor, 01 April 2024



Syifa Aura Nurkamila

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG**  
**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR)**  
**PROGRAM DIPLOMA TIGA**

---

---

**KUESIONER A**

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Setelah diberi penjelasan tentang studi kasus ini secara lisan dan tertulis, saya mengerti tujuan dari studi kasus ini untuk diketahuinya Tingkat Mual Muntah pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Pancasan Kota Bogor.

Dengan ini, saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Bersedia untuk menjadi responden dalam studi kasus Penerapan Relaksasi Aromaterapi *Peppermint* pada Ibu Hamil Trimester I terhadap Hiperemesis Gravidarum di Wilayah Puskesmas Pancasan Kota Bogor.

Penulis

Syifa Aura Nurkamila

Bogor, .....2024

Responden

(.....)

**KUESIONER B**  
**DATA DEMOGRAFI**

---

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG**  
**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR)**  
**PROGRAM DIPLOMA TIGA**

Diharapkan responden mengisi kuesioner ini dengan jujur, tanpa paksaan serta tidak dalam keadaan tertekan. Semua respon yang Anda berikan dapat diterima dan tidak ada respon yang benar atau salah. Keseriusan dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penulisan studi kasus. Keberhasilan jawaban yang Anda berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab penulis.

Adapun cara pengisian kuesioner ini, yaitu :

1. Dalam pengisian kuesioner ini Anda diminta untuk mengisi dengan jujur, tanpa paksaan, dan sesuai dengan perasaan yang Anda rasakan.
2. Bacalah pertanyaan dengan seksama
3. Dalam kuesioner ini Anda cukup mengisi jawaban pada tempat yang telah disediakan
4. Berilah tanda checklist sesuai dengan jawaban Anda pada kolom / tempat yang telah disediakan.

**A. IDENTITAS RESPONDEN**

Nama :  
Usia :  
Pendidikan :  
Pekerjaan :  
Usia Kehamilan :  
Paritas : Primigravida / Multigravida  
Penghasilan keluarga :  
Alamat :

**KUESIONER C**

**KUESIONER INSTRUMEN *PREGNANCY-UNIQUE***  
***QUANTIFICATION OF EMESIS/NAUSEA (PUQE)***

Diharapkan responden mengisi kuesioner ini dengan jujur, tanpa paksaan dan tidak dalam keadaan tertekan. Semua respon yang anda berikan dapat diterima dan tidak ada benar atau salah. Keseriusan anda dalam mengisi kuisisioner ini sangat diharapkan demi keberhasilan studi kasus. Jawaban yang anda berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab penulis.

Adapun cara pengisian kuesioner ini, yaitu :

1. Bacalah setiap pertanyaan di bawah in dengan seksama
2. Setiap pertanyaan mempunyai skor yang berbeda-beda
3. Berilah jawaban pada setiap pertanyaan berikut ini dengan cara melingkari salah satu angka pada setiap pilihan dalam pertanyaan sesuai pengalaman yang anda alami

Berikan tanda melingkar (O) sesuai dengan jawaban pada kolom yang telah disediakan dan Jawab essai pada kolom tersebut.

- 
1. Dalam 24 jam terakhir, untuk berapa lama ibu hamil merasa mual atau tidak nyaman pada perut  
 > 6 Jam    4 – 6 jam    2 – 3 jam    < 1 jam    Tidak sama  
 (5 poin)    (4 poin)    (3 poin)    (2 poin)    Sekali
  2. Dalam 24 jam terakhir, apakah ibu hamil muntah – muntah ?  
 > 7 kali    5 – 6 kali    3 – 4 kali    1 – 2 kali    Tidak sama sekali  
 (5 poin)    (4 poin)    (3 poin)    (2 poin)    (1 poin)
  3. Dalam 24 jam terakhir, berapa kali ibu hamil telah mengalami muntah kering?  
 > 7 kali    5 – 6 kali    3 – 4 kali    1 – 2 kali    Tidak sama sekali  
 ( 5 poin)    (4 poin)    (3 poin)    (2 poin)    (1 poin)
  4. Dalam 24 jam terakhir bagaimana pola aktivitas sehari – hari ibu hamil?  
 .....
  5. Dalam 24 jam terakhir bagaimana pola makan pada ibu hamil?  
 .....
- 

(Latifah 2017)

## STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TERAPI INHALASI AROMATERAPI *PEPPERMINT*

### 1. DEFINISI

Terapi inhalasi aromaterapi merupakan suatu tindakan nonfarmakologis yang diberikan kepada klien menggunakan minyak atsiri / essential oil

### 2. TUJUAN

Untuk meningkatkan kesehatan fisik dan juga memengaruhi untuk meminimalisir mual muntah pada ibu hamil

### 3. INDIKASI

Pada klien yang akan dan mengalami keluhan mual dan atau muntah

### 4. KONTRAINDIKASI

Klien yang mempunyai alergi terhadap aromaterapi khususnya aromaterapi *peppermint*

### 5. PROSEDUR

No.	Tindakan
1	<p><b>Persiapan alat dan bahan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aromaterapi <i>peppermint essential oil</i></li> <li>• Kapas / Tissue</li> <li>• Sarung tangan</li> </ul>
2	<p><b>Prosedur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tahap Pra interaksi               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifikasi faktor atau kondisi yang dapat menyebabkan kontraindikasi</li> <li>2. Siapkan alat dan bahan</li> </ol> </li> <li>• Tahap Orientasi               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beri salam terapeutik, panggil klien dengan namanya dan memperkenalkan diri</li> <li>2. Menanyakan keluhan klien</li> <li>3. Jelaskan tujuan, prosedur dan lamanya tindakan pada klien</li> <li>4. Beri kesempatan klien untuk bertanya</li> <li>5. Pengaturan posisi yang nyaman bagi klien</li> </ol> </li> <li>• Tahap kerja               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jaga privasi klien</li> <li>2. Lakukan cuci tangan dan menggunakan sarung tangan</li> <li>3. Teteskan 1 ml <i>peppermint essential oil</i> pada kapas / tissue</li> <li>4. Anjurkan klien untuk melemaskan otot – otot untuk menghindari ketegangan dan anjurkan klien untuk menghirup aromaterapi <i>peppermint essential oil</i> dengan jarak 2cm dari hidung</li> <li>5. Anjurkan melakukan teknik nafas dalam 5 menit sekali dapat di ulang agar tetap rileks dan tetap fokus pada pernapasan dari aromaterapi <i>peppermint</i></li> <li>6. Setelah terapi selesai bersikan alat dan atur posisi nyaman untuk klien</li> </ol> </li> </ul>

No.	Tindakan
	<ul style="list-style-type: none"><li>7. Alat – alat dirapihkan</li><li>8. Cuci tangan</li><li>• Tahap Terminasi<ul style="list-style-type: none"><li>1. Evaluasi hasil kegiatan</li><li>2. Berikan umpan balik positif</li><li>3. Kontak waktu untuk pertemuan selanjutnya</li><li>4. Salam terapeutik untuk mengakhiri intervensi</li></ul></li></ul>

## 6. EVALUASI

1. Mengobservasi respon klien selama tindakan

## **SATUAN ACARA PENYULUHAN PERAWATAN KEHAMILAN**

Cabang Ilmu	: Keperawatan Maternitas
Pokok Bahasan	: Perawatan Kehamilan Hiperemesis Gravidarum
Hari / Tanggal Kegiatan	: Kondisional
Tempat	: Puskesmas Pancasan Kota Bogor
Waktu	: Kondisional
Penyaji	: Syifa Aura Nurkamila

---

---

### **A. Tujuan**

1. Tujuan umum  
Setelah mengikuti penyuluhan selama 30 menit klien dapat mengerti dan mampu memahami tentang perawatan kehamilan
2. Tujuan Khusus  
Setelah dilakukan penyuluhan klien mampu :
  - a. Mengetahui apa itu kehamilan
  - b. Mengetahui perawatan kehamilan pada bagian nutrisi
  - c. Mengetahui perawatan kehamilan pada bagian psikologis
  - d. Melakukan perawatan kehamilan

### **B. Metode Penyuluhan**

- a. Ceramah
- b. Diskusi
- c. Tanya jawab

### **C. Media**

- a. Leaflet

### **D. Lampiran Materi Penyuluhan**

1. Pengertian kehamilan
2. Perawatan kehamilan pada nutrisi
3. Perawatan kehamilan pada psikologis

## E. Strategi Pelaksanaan

Tahap Pelaksanaan	Kegiatan		Waktu (menit)
	Materi	Sasaran	
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Memberi salam dan memperkenalkan diri</li><li>• Menjelaskan tujuan dari penyuluhan</li><li>• Menyebutkan materi yang akan di berikan</li></ul>	Klien	5 Menit
Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjelaskan pengertian kehamilan</li><li>• Menjelaskan perawatan hiperemesis gravidarum</li><li>• Menjelaskan faktor penyebab</li><li>• Menjelaskan tanda dan gejala</li><li>• Menjelaskan pengobatan secara farmakologis dan nonfarmakologis</li><li>• Penjelasan perawatan nutrisi selama kehamilan</li><li>• Menjelaskan perawatan kehamilan pada psikolgi</li></ul>	Klien	15 Menit
Tanya jawab	<ul style="list-style-type: none"><li>• Memberikan kesempatan untuk bertanya</li></ul>	Klien	5 Menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>• Salam dan memberikan kesimpulan</li></ul>	Klien	5 Menit

## F. Evaluasi

1. Evaluasi Struktur
  - a. Ruangan penyuluhan telah dikoordinasikan 1 hari sebelum kegiatan
  - b. Peserta diberitahu dan dipersiapkan 10 menit sebelum kegiatan
  - c. Media (leaflet) telah dipersiapkan 1 hari sebelum kegiatan
2. Evaluasi Proses
  - a. Peserta dapat mengikuti kegiatan penyuluhan dengan baik
  - b. Peserta aktif bertanya dan menjawab pertanyaan yang diberikan
  - c. Penyuluh/pemateri dapat menyampaikan materi dengan baik
  - d. Leaflet dibagikan 100%
3. Evaluasi Hasil

Setelah dilakukan penyuluhan tentang perawatan kehamilan selama 30 menit, peserta mampu :

  - a. Peserta dapat menjelaskan pengertian kehamilan
  - b. Peserta dapat menjelaskan perawatan kehamilan pada nutrisi
  - c. Peserta dapat menjelaskan perawatan kehamilan pada psikologis



### **G. Daftar Pustaka**

- Afani, Annisa (2020). Perubahan Psikologis pada Ibu Hamil Trimester & Cara Mengatasinya : HaiB  
[https://www.haibunda.com/kehamilan/20200624084103-49-147960/perubahan psikologis-pada-ibu-hamil-tiap-trimester-cara-mengatasinya](https://www.haibunda.com/kehamilan/20200624084103-49-147960/perubahan-psikologis-pada-ibu-hamil-tiap-trimester-cara-mengatasinya)
- Marlina & Tita (2016) . *Asuhan Pada Ibu Hamil Trimester I dengan Hiperemesis Gravidarum Tingkat I*. Volume 2 No. 02,; Jurnal Bidan  
<https://media.neliti.com/media/publications/234047-asuhan-pada-ibu-hamil-trimester-i-dengan-38a8d81fpdf>
- ayahbunda. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil Trimester 1 : [www.ayahbunda.co.id](http://www.ayahbunda.co.id)  
<https://www.ayahbunda.co.id/kehamilan-gizi-kesehatan/kebutuhan-gizi-ibu-hamil-trimester-1>

## **LAMPIRAN MATERI**

### **PERAWATAN KEHAMILAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM**

---

---

#### A. Pengertian Kehamilan

Kehamilan adalah kondisi dimana wanita yang sedang hamil memiliki janin yang sedang berkembang di dalam tubuhnya, masa kehamilan berlangsung sekitar 40 minggu atau 9 bulan, sejak awal siklus menstruasi terakhir hingga melahirkan.. (Mastiningsih & Agustina, 2019).

Hiperemesis Gravidarum adalah mual dan muntah yang berlebihan pada ibu hamil hingga mengganggu aktivitas sehari – hari dan mengakibatkan dehidrasi, gangguan asam basa, gangguan elektrolit dan gangguan ketosis.

#### B. Faktor Penyebab

1. Terjadi pada wanita primigravida
2. Terjadi kelainan kehamilan seperti diabetes dan kehamilan ganda
3. Faktor psikologis seperti kehamilan yang tidak diinginkan, putusnya perkawinan, pengangguran, takut hamil / melahirkan, takut tanggung jawab dan sebagainya (Kemenkes, 2022)

#### C. Tanda dan Gejala

1. Tingkat I = Ringan  
Lemas, tidak nafsu makan, berat badan menurun dan nyeri pada daerah perut
2. Tingkat II = Sedang  
Mual muntah secara berlebihan membuat kondisi penderita mengalami kelemahan
3. Tingkat III = Berat  
Keadaan umum memburuk, kesadaran sangat menurun

#### D. Pengobatan

1. Secara Farmakologis
  - Vitamin B6
  - Vosea
  - Metodlopramide
  - Primperan sirup
2. Secara Nonfarmakologis
  - Aromaterapi
  - Akupresur
  - Ekstra jahe
  - Hipnoterapi

#### E. Nutrisi

- Pada kehamilan berlanjut terjadi penurunan asam lambung, melambatnya pengosongan lambung, dan menyebabkan kembung. Mengatasinya jika mual muntah terus terjadi, maka makan sedikit-sedikit tapi sering, makan-

makanan dalam keadaan hangat, makan-makanan padat sebelum bangkit dari berbaring.

- Menurunnya gerakan peristaltik usus menyebabkan konstipasi. Untuk mengatasinya diet makanan tinggi serat, buah dan sayur-sayuran, ekstra cairan, anjurkan olahraga, kadang bisa diberi pencahar ringan.
- Pada bulan-bulan terakhir karena pembesaran rahim wanita hamil merasa tidak nyaman, nyeri ulu hati untuk cara mengatasinya dengan makan sedikit-sedikit, minum susu, hindari makanan yang pedas, gorengan atau berminyak, tinggikan bagian kepala tempat tidur.

#### F. Psikologi

Selain perubahan fisik terjadi perubahan psikologis pada ibu hamil, Dalam beberapa bulan pertama kehamilan, Bunda akan mengalami kelelahan, mual, nyeri punggung bawah dan sebagainya. Progesteron juga dikaitkan dengan perubahan suasana hati, kewaspadaan, dan menangis tanpa alasan. Sangat Ini disebabkan oleh rasa takut kehilangan anak, dan hampir setiap ibu hamil dalam situasi ini memiliki kekhawatiran yang sama persis. Cara mengatasinya :

- Cari kesibukan agar Bunda tidak memiliki celah untuk berpikir hal-hal negatif dan stres.
- Cari dukungan agar Bunda tidak merasa kesepian. Komunikasikan segala yang Bunda rasakan dan butuhkan kepada orang tua, keluarga dan teman.
- Memahami situasi yang sedang terjadi itu penting, sehingga Bunda bisa mengatasinya.
- Meditasi atau melakukan yoga bisa menjadi solusi untuk menghilangkan stres dan membuat rileks selama kehamilan.

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG**  
**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR)**  
**PROGRAM DIPLOMA TIGA**

---



---

**LEMBAR OBSERVASI TERAPI INHALASI AROMATERAPI**  
***PEPPERMINT***

1. Inisial Nama :
2. Usia :

**Petunjuk :**

1. Isilah tabel dibawah ini sesuai dengan kegiatan yang dilakukan
2. Pada kolom bertanda (\*), pilihlah salah satu kemudian beri tanda (✓) terhadap kolom tersebut

No.	Langkah – langkah	Pelaksanaan (Tanggal & Waktu)					
		Dilakukan			Tidak dilakukan		
1.	Langkah 1 : Menyiapkan alat dan bahan						
2.	Langkah 2 : Mengatur posisi nyaman						
3.	Langkah 3 : Mencuci tangan sebelum melakukan tindakan						
4.	Langkah 4 : Meneteskan 1 ml aromaterapi <i>peppermint essential oil</i> pada kapas / tissue						
5.	Langkah 5 : Menghirup aromaterapi <i>peppermint essential oil</i> dengan jarak 2 cm dari hidung selama 5 menit dan dapat diulang						
6.	Langkah 6 : Setelah selesai bersihkan alat dan atur posisi nyaman						
7.	Langkah 7 : Mencuci tangan setelah melakukan tindakan						

## SURAT IZIN PRAKTIK



**Kementerian Kesehatan**  
Poltekkes Bandung

Jalan Pajajaran No.56, Pasir Kaliki, Cicendo,  
Bandung, Jawa Barat 40171  
(022) 4231627  
<https://poltekkesbandung.ac.id>

Nomor : PP.04.03/4.1.1/0018/2024  
Hal : Izin Praktik Klinik Keperawatan

28 Maret 2024

Yang terhormat,  
Kepala Puskesmas Pancasan  
di-  
Tempat

Dalam rangka mencapai target kompetensi mengaplikasikan konsep dan teori asuhan keperawatan pada Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah (KTI) bagi mahasiswa TK III semester VI TA 2023/2024, kami memohon izin melakukan praktik klinik keperawatan di instansi Ibu/Bapak pada tanggal 1 April - 6 April dan 16 April - 20 April 2024 :

NAMA MAHASISWA	NIM	SASARAN / TARGET KASUS	TEMPAT
Rivgiana Solihat	P17320321033	Penerapan Endorphan Massage Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Punggung Terhadap Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pancasan	Puskesmas Pancasan
Sri Windari Putri	P17320321034	Penerapan Hypnobirthing Pada Ibu Primigravida Trimester III Untuk Menurunkan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan	Puskesmas Pancasan
Syifa Aura Nurkamila	P17320321035	Penerapan Relaksasi Aromaterapi Peppermint Pada Ibu Hamil Trimester I Terhadap Hiperemesis Gravidarum	Puskesmas Pancasan
Nur Salwa Yulia Awaliyah	P17320321030	Penerapan Penggunaan Virgin Cocout Oil Dalam Upaya Mengurangi Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester III	Puskesmas Pancasan
Yasmin Nurfadilah	P17320321040	Efektivitas Tentang KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) Dengan Media Poster Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Kontrasepsi KB Pada Pasangan Usia Subur	Puskesmas Pancasan

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Ketua Program Studi,

Dr. Imam Makhrus, S.Kep., M.Kes  
NIP. 196404061985031007

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id> Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



## MEDIA (LEAFLET)



**Kemenkes  
Poltekkes Bandung**

### PERAWATAN KEHAMILAN DENGAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM

SYIFA AURA NURKAMILA  
NIM P17320321035  
Tingkat 3A







#### APA ITU KEHAMILAN?

Kehamilan adalah kondisi dimana wanita yang sedang hamil memiliki janin yang sedang berkembang di dalam tubuhnya, masa kehamilan berlangsung sekitar 40 minggu atau 9 bulan, sejak awal siklus menstruasi terakhir hingga melahirkan

#### APA ITU HIPEREMESIS GRAVIDARUM?

Adalah mual dan muntah yang berlebihan pada ibu hamil hingga mengganggu aktivitas sehari – hari dan mengakibatkan dehidrasi, gangguan asam basa, gangguan elektrolit, dan gangguan ketosis

#### Faktor Penyebab

1. Faktor Fisiologis: terjadi pada primipara, kelainan kehamilan dan peningkatan kadar HCG
2. Faktor Psikologis: emosional secara kehamilan, ketidaknyamanan selama kehamilan, kehamilan yang tidak diinginkan, putusnya perkawinan, pengangguran, takut hamil/melahirkan, takut menanggung tanggung jawab
3. Faktor Sosial: ras, usia kehamilan dan ekonomi (Kemenkes, 2022).

#### Tanda dan Gejala

1. Tingkat I = Ringan  
Lemas, tidak nafsu makan, berat badan menurun dan nyeri pada daerah perut.
2. Tingkat II = Sedang  
Mual muntah secara berlebih membuat kondisi penderita mengalami kelemahan
3. Tingkat III = Berat  
Keadaan umum memburuk, kesadaran sangat menurun.

## Pengobatan Farmakologis

Pemberian pengobatan antimuntah, diantaranya :

Vitamin B6	Vosea
Metodlopramide	Primperan sirup

## Pengobatan Nonfarmakologis

Akupresur      Hipnoterapi

Ekstra jahe      Aromaterapi



## Nutrisi bagi ibu hamil

### Makan sedikit tapi sering

Melambatnya pengosongan lambung, menyebabkan kembung. Mengatasinya jika mual muntah terus terjadi dengan cara makan sedikit tapi sering, makan dalam keadaan hangat.



### Makan tinggi serat, buah dan sayuran

Diet makanan tinggi serat, buah dan sayur-sayuran, ekstra cairan, anjurkan olahraga, kadang bisa diberi pencahar ringan



### Minum susu, hindari makanan pedas, gorengan

Pada bulan terakhir terjadi pembesaran rahim, wanita hamil merasa tidak nyaman, nyeri ulu hati. cara mengatasinya dengan makan sedikit - sedikit, minum susu, hindari makanan yang pedas, gorengan atau berminyak, tinggikan bagian kepala tempat tidur.



## Psikologi pada ibu hamil

Hampir setiap ibu hamil dalam situasi ini memiliki kekhawatiran yang sama persis.

Cara mengatasinya :

- Cari kesibukan agar Bunda tidak memiliki celah untuk berpikir hal-hal negatif dan stres.
- Cari dukungan agar Bunda tidak merasa kesepian. Komunikasikan segala yang Bunda rasakan dan butuhkan kepada orang tua, keluarga dan teman.
- Memahami situasi yang sedang terjadi itu penting, sehingga Bunda bisa mengatasinya.
- Meditasi atau melakukan yoga bisa menjadi solusi untuk menghilangkan stres dan membuat rileks selama kehamilan.



## DOKUMENTASI KEGIATAN















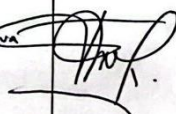
## Format Bimbingan KTI

FM-ADAK-040-V3

	<b>POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG</b> <b>PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR</b>	
<b>FORMULIR BIMBINGAN KTI</b>		



NAMA MAHASISWA : SYIFA AUNA NURKAMILA  
 NIM : P19320321035  
 NAMA PEMBIMBING : DR. ANE HODIYOH M.Kep. Sp.Mat

## CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO.	HARI / TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI ( PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN )	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1.	Selasa 23/01	Pengajuan Judul	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaikan Judul</li> <li>- Mencari Literatur</li> <li>- Acc Judul</li> <li>- membuat Bab 1</li> </ul>	
2.	Sabtu 09/01	Konsul Bab I	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mencari sumber undang - undang dasar</li> <li>- menjelaskan terdapat dahulu masalah kehamilan, dilanjut dan pembahasan hipertensi, dampak hipertensi, upaya yg sudah dilakukan dan anamneza rasi</li> </ul>	
3.	Selasa 09/02	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bab II kensi</li> <li>- Bab I Revisi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bab II . definisi . tujuan satu sumber</li> <li>- menulis tidak boleh digantung</li> <li>- je pensis 3 orang ditulis sekiranya</li> <li>- tambahkan tanda -tanda kehamilan presuntif</li> </ul>	

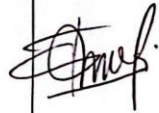
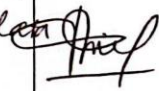

KETUA JURUSAN / PRODI

(.....)  
 NIP.....

	<b>POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG</b> <b>PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR</b>	
	<b>FORMULIR BIMBINGAN PROPOSAL/KTI</b>	

NAMA MAHASISWA : SYIFA AURA MURKAMIN  
 NIM : P19320321035  
 NAMA PEMBIMBING : Dr. Ann Rodiah M.Kep.SP.Mat

**CATATAN PROSES BIMBINGAN**

NO.	HARI / TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI ( PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN )	TANDA TANGAN PEMBIMBING
4.	Jumat 15 / 03 / 2024	- Bab I Revisi - Bab II Revisi - Bab III	- Perbaiki Penulisan - mencari sumber keperawatan konsep dipersingkat - perbaiki penulisan konsep bahan - Perbaiki kerangka teori - Perbaiki daftar pustaka	
5.	Kamis 21 / 03 / 2024	- BAB I - BAB II - BAB III	- penulisan diperbaiki - prosedur keperawatan dan - cek plagiasi	
6.	Jumat 22 / 03 / 2024	BAB I BAB II BAB III	Aec keperawatan	

KETUA JURUSAN / PRODI

(.....)  
 NIP.....



Kementerian Kesehatan

Jl. Pajajaran No.56, Pash Kaliki, Cicendo,  
Bandung, Jawa Barat 40171  
Telp. (021) 4231027  
https://poltekkesbandung.ac.id

**BIMBINGAN UJIAN AKHIR KARYA TULIS ILMIAH (KTI)  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR) PROGRAM DIPLOMA TIGA TA. 2024.....**

NAMA MAHASISWA : Syifa Aura Nurkaminia  
 NIM : P152021055  
 NAMA PEMBIMBING : Dr. Aini Hidayat, M.Kep, Sp.Mat  
 JUDUL KTI : Penerapan Kelainan Aromaterapi Peppermint pada Ibu hamil trimester 3 terhadap Hipertensi Gravida dan Is. Uterah Kaji Puskesmas Panansan Bogor  
 TAHUN AKADEMIK : 2024

**CATATAN PROSES BIMBINGAN**

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
7.	Senin 13 5 2024	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Perbaiki tulisan, Penomoran, Isi sesuai kecerdasan - Peringkat fokus pada topik - Kerangka teori diperbaiki - Perbaiki Definisi operasional - Pembahasan BAB IV ditambahkan hasil penelitian orang lain	
8.	Senin 13 5 2024	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Karakteristik Responden dijelaskan - Perbaikan tabel tidak keluar garis, font, spasi - Perbaiki halaman	
9.	Pabu 15 5 2024	Revisi BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Perbaiki Penulisan sumber - halaman tidak boleh menyambung - Perbaiki Rumusan Masalah - Perbaiki kata penelitian menjadi Sudi kasus Peneliti menjadi Penulis	

Bogor,.....  
Pembimbing,

(.....)  
NIP.....





Kementerian Kesehatan

Jl. Jendral Pajajaran No.56, Pasi Kaliki, Cicenda,  
Bandung, Jawa Barat 40171  
Telp (022) 4231627  
http://pultekkesbandung.ac.id

**BIMBINGAN UJIAN AKHIR KARYA TULIS ILMIAH (KTI)  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR) PROGRAM DIPLOMA TIGA TA. 2024/.....**

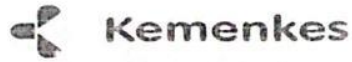
NAMA MAHASISWA : Syifa Awa Nurkamila  
 NIM : R17205103F  
 NAMA PEMBIMBING : Dr. Hita Hidayat M.Kep, Sp.Mat  
 JUDUL KTI : Penerapan Relaksasi Oksitrisi Perineum Pada Ibu Hamil Primipara Terhadap Hipertensi gravidarum di wilayah Kerja Puskesmas Pamejan  
 TAHUN AKADEMIK : 2024

**CATATAN PROSES BIMBINGAN**

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
10.	Jumat 17 5 2024	Perbaiki BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- tata tulis penulisan diperbaiki - Perbaiki patofisiologi - Perbaiki kerangka teori - Perbaiki etika penulisan - Perbaiki kriteria intuisi - Perbaiki definisi operasi dan penambahan DO	
11.	Senin 18 5 2024	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Perbaiki abstrak font 11 spasi - Perbaiki tabel tdk keluar batas - dapus sesuai dgn teori terlampir - sat lis spasi - pembahasan tidak terbatas angka/hasil	
12.	Kabu 22 5 2024	BAB II	Perbaiki kerangka teori	
13	22 05 24	BAB I - 1'	ace	

Bogor,.....  
Pembimbing,

(.....)  
NIP.....



Kementerian Kesehatan

Jalan Pajajaran No.56, Pasir Kaliki, Cicendo,  
Bandung, Jawa Barat 40171  
(022) 4231627  
https://poltekkesbandung.ac.id

**BIMBINGAN UJIAN AKHIR KARYA TULIS ILMIAH (KTI)  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR) PROGRAM DIPLOMA TIGA TA. ....I.....**

NAMA MAHASISWA : Syifa Aura Nurkamila  
 NIM : 11220221035  
 NAMA PEMBIMBING : Dr. Ann Nurhidayah M. kep SP MaI  
 JUDUL KTI : Penerapan Aplikasi aromaterapi peppermint pada  
 ibu hamil trimester I terhadap kecernaan organ dalam  
 di wilayah kerja Puskesmas Pancason  
 TAHUN AKADEMIK : 2024

**CATATAN PROSES BIMBINGAN**

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
14.	Kamis 06/6 24	Rensi BAB I & V	- Surat pernyataan jangan di Boid - mencari kembali definisi kehamilan - memperbaiki daftar pustaka	
15.	Selasa 11/6 24	BAB I dan V	Acc untuk dicetak	

Bogor,.....  
Pembimbing,

(.....)  
NIP.....

