



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 5 Tahun 2024 Page 8271-8277

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Pemberian Aromatherapy Papermint Untuk Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Candipuro Lampung Selatan Tahun 2024

Esma Sarirotul Husna^{1✉}, Richta Puspita², Santi Oktavia³

Universitas Mitra Indonesia

Email: esmasari307@gmail.com[✉]

Abstrak

Pada trimester pertama yang sering dialami ibu hamil adalah mual muntah, sakit kepala, kelelahan, ngidam, keputihan, nocturia, dan gatal-gatal, Penyebab mual muntah pada ibu hamil masih belum diketahui dengan pasti tetapi ada berbagai hal yang menjadi faktor predisposisi seperti faktor psikologis dan perubahan hormone yaitu perubahan fisiologis yang terjadi karena peningkatan kadar hormone *Human chorionic gonadotropin* (HCG) yang dihasilkan oleh plasenta. Tujuan dilakukan Penelitian ini yaitu untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian aromatherapy papermint untuk mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Candipuro Lampung Selatan tahun 2024. Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh pemberian *aromatherapy papermint* untuk mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Candipuro Lampung Selatan Tahun 2024. dengan didapatkan hasil $p\text{-value}$ 0,001 ($p\text{-value} < 0,05$). Hasil penelitian diharapkan dijadikan sebagai tambahan intervensi keperawatan mandiri yang dapat dilakukan oleh ibu hamil yang mengalami mual muntah dalam upaya mencegah dan mengurangi terjadinya komplikasi lebih lanjut. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan menambahkan variabel lain dan menambahkan waktu intervensi agar hasil yang didapatkan dapat akurat dan optimal.

Kata kunci : *Aromatherapy papermint*, Mual Muntah

Abstract

In the first trimester, pregnant women often experience nausea and vomiting, headaches, fatigue, cravings, vaginal discharge, nocturia, and itching. The cause of nausea and vomiting in pregnant women is still unknown with certainty but there are various things that become predisposing factors such as psychological factors and hormonal changes, namely physiological changes that occur due to increased levels of the hormone Human chorionic gonadotropin (HCG) produced by the placenta. The purpose of this study was to determine the effect of giving peppermint aromatherapy to reduce the frequency of nausea and vomiting in first trimester pregnant women in the work area of the UPTD Candipuro South Lampung Health Center in 2024. The results showed that there was an effect of giving peppermint aromatherapy to reduce the frequency of nausea and vomiting in pregnant women in trimester 1 in the work area of the UPTD Candipuro Health Center, South Lampung in 2024. with the results obtained p-value 0.001 (p-value <0.05). The results of the study are expected to be used as additional independent nursing interventions that can be carried out by pregnant women who experience nausea and vomiting in an effort to prevent and reduce the occurrence of further complications. It is hoped that further researchers can conduct research by adding other variables and increasing the intervention time so that the results obtained can be accurate and optimal.

Keywords: *Aromatherapy peppermint Nausea Vomiting*

PENDAHULUAN

Menurut data *World Health Organization (WHO)*, angka kejadian mual muntah pada ibu hamil pada tahun 2020 mencapai hampir 52 %, hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu hamil dalam melakukan penanganan mual muntah yang abnormal, di Indonesia sendiri angka kejadian mual muntah cukup tinggi hingga mencapai 47% . 25% terjadi pada ibu primigravida, dikarenakan ibu yang pertama kali mengalami hamil belum mengetahui fisiologi perubahan saat hamil (Kemenkes, RI, 2020) Menurut data Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 cakupan ibu hamil di Indonesia mencapai 96,9% dan di wilayah Lampung cakupan ibu hamil K1 yaitu 86,7% (SKI, 2023)

Berdasarkan data dari pra survey di UPTD Puskesmas Candipuro jumlah ibu hamil pada tahun 2023 yaitu 1.159 dan cakupan K1 yaitu 1.042 menurut data terbaru pada bulan januari - mei tahun 2024 ibu dengan K1 yaitu 455.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan adalah analitik penelitian kuantitatif, Penelitian ini menggunakan rancangan *Pre eksperiment* dengan pendekatan one group pre-test-post-test design, yaitu dilakukan dengan cara melakukan pengukuran didepan(pre-test) sebelum adanya perlakuan (treatment) dan setelah itu dilakukan pengukuran lagi (post-test). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil khususnya trimester1 pada bulan mei yang ada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Candipuro Lampung Selatan Tahun 2024 yang berjumlah 85 responden. Instrument dalam penelitian ini yaitu menggunakan pengukuran frekuensi mual muntah yang terjadi pada ibu hamil dengan menggunakan *Pregnancy Quantification of Emesis Gravidarum and Nausea* (PUQE). Sedangkan untuk pemberian aromaterapy papermint dengan menggunakan SOP

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (n=38)	Presentase(%)
Usia Responden		
20-25	13	34,2
26-30	16	42,1
31-35	8	21,1
>35	1	2,6
Usia Kehamilan		
0-4	10	26,3
5-8	13	34,2
9-12	15	39,5
Pendidikan		
SMP	7	18,4
SMA	26	64,8
S1	5	13,2
Pekerjaan		
Buruh	3	7,9
IRT	29	76,3
Karyawan	3	7,9
Guru	3	7,9

Berdasarkan tabel 1 diketahui di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Candipuro Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024, sebagian besar responden berusia 26-30 berjumlah 16 responden (42,1%), Responden Dengan Usia Kehamilan 9-12 berjumlah 16 responden (39,5%), Responden dengan Pendidikan SMA berjumlah 26 responden (64,8%), responden dengan pekerjaan IRT berjumlah 29 orang (76,3%).

Pembahasan Univariat

Berdasarkan hasil penelitian Karakteristik Distribusi Usia Responden, diketahui di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Candipuro Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024, sebagian besar responden berusia 26-30 berjumlah 16 responden (42,1%), Beberapa penelitian menyebutkan bahwa semakin tua usia seseorang maka, semakin jarang dia akan mengalami mual muntah. Hal ini disebabkan karena yang berusia tua telah mempunyai pengalaman dalam mengatasi mual muntah, sedangkan pada usia muda belum mampu mengatasi mual muntah karena sebagian besar merupakan kehamilan pertama.

Frekuensi Mual Muntah Sebelum Diberikan *Aromatherapy Papermint*

Frekuensi Mual Muntah	N	Min	Max	Mean	SD
Sebelum	38	5	15	10,32	2,231

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) frekuensi mual muntah pada ibu hamil sebelum diberikan *aromatherapy papermint* Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Candipuro Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024 adalah 10,32 dan standar deviasi sebesar 2,231 dengan nilai terendah 5 dan tertinggi 15.

Menurut Teori Sugiantini, (2024) Pada wanita hamil terjadi peningkatan *kynurenin* dan *xanthurenic acid* di urin. Kedua asam ini diekskresi apabila jalur perubahan *tryptophan* menjadi niacin *terhambat*. Hal ini dapat juga terjadi karena defisiensi vitamin B6. Kadar hormon estrogen yang tinggi pada ibu hamil juga menghambat kerja enzim *kynureninase* yang merupakan katalisator perubahan *tryptophan* menjadi niacin, yang mana kekurangan niacin juga dapat mencetuskan mual dan muntah. mual muntah sendiri seringkali diabaikan dikarenakan dianggap sepele dan hal yang biasa dan sebuah konsekuensi normal diawal kehamilan tanpa mengakui dampak hebat yang ditimbulkannya pada wanita dan keluarga mereka.

5

Frekuensi Mual Muntah Sesudah Diberikan *Aromatherapy Papermint*

Frekuensi Mual Muntah	N	Min	Max	Mean	SD
Sesudah	38	3	10	5,79	1.663

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) frekuensi mual muntah pada ibu hamil sesudah diberikan *aromatherapy papermint* Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Candipur Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024 adalah 5,79 dan standar deviasi sebesar 1.663 dengan nilai terendah 3 dan nilai tertinggi yaitu 10.

Uji Normalitas

Variabel	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig
Nilai rata-rata frekuensi mual muntah sebelum	0,978	38	0,655
Nilai rata-rata frekuensi mual muntah sesudah	0,957	38	0,154

Diketahui nilai sig >0,05 yaitu frekuensi mual muntah sebelum (0,655), frekuensi mual muntah sesudah (0,154) sehingga data yang peneliti gunakan terdistribusi normal.

Pembahasan Bivariat

Pengaruh Pemberian *Aromatherapy Papermint* Untuk Mengurangi Frekuensi mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1

Variabel	N	Mean	Beda Mean	P-Value	95% Confidence Interval Of Difference
Sebelum	38	10,32	4,53	0,001	3.699-5.087
Sesudah		5,79			

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Candipur Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024, Berdasarkan uji statistik, Uji T didapatkan *p-value* 0,001, atau *p-value* < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan mual muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja UPTD Candipur Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024 dengan nilai beda mean mencapai 4,53 yang artinya pemberian Aromaterapi *Peppermint* dapat menurunkan kejadian mual muntah sebesar 4,53.

Aromaterapi dapat digunakan sebagai solusi untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Setiap minyak esensial memiliki efek farmakologis

yang unik, seperti antibakteri, antivirus, diuretik, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal. Ketika minyak esensial dihirup, molekul masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang memengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan Jantung. Begitu banyak jenis minyak esensial yang ada. Jenis minyak *esensial* yang biasa digunakan adalah *papermint*, *spearmint* (tiga tetes), lemon dan jahe (dua tetes) (Santi, 2013)

SIMPULAN

Kesimpulan dari Penelitian ini adalah Berdasarkan uji statistic, Uji T didapatkan p-value 0,001 iatau p-value <0,05 maka idapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan pengaruh pemberian Aromatheraphy Paperimint Terhadap Pienurunan Kual Miuntah Pada Ibu iHamil Trimester 1 Di wiliayah Kerjia UPTD Puskiesmas Canidipuro Kiabupaten Lampung selatan iTahun 2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Darti wen., & N. Y. (2 019). *Asuhan Keb idanan Pada Kehamilan. Andi*.
- Dwi h astuti, Y. dk k. (2024). *P emanfaatan Terapi Kompleme nter D alam Meng atasi Kual Muntah Pada Ibu Hamil*.
- Fitria, L. (2018) . *Pengaruh Pemberia n Minuman Sir up Jahe Emprit T erhadap Penurunan Keluh an Emesis Gr av idarum. OKSITOSIN*.
- Mzriza A. (2019). *Penerapan a kupresur pada titik P6 terhadap emesis grav idarum p ada ibu ham il trimester 1. Holistik Jurnal Kesehatan*,. 218.
- Novita Herdiana, Ribut Sugiharto, D. D. T . W. (2024). *Rempah dan minyak astiri daun mint* (U. Y. Sundari (ed.)). CV. Gita Lentera.
- Oktavia, M. (2023). *Literatur Review: Efektivitas Pemberian Aro materapi Pepper mint Terha dap Penguranga n Kual dan Munt ah pada Ibu Hamil Trimester I Literature Review: The Effectiveness of Admi nistering Peppe rmint Aromathe rapy on Reducing Nausea and Vomiting in First Trim est*.
- Ronalen Br.Situmora ng, Yatri H ilinti, Syam i Y ulianti, Diah Tepi Rahmawati, Indra Iswari, Jumita, L. Y. (2021). Asuhan Kebidanan pad a kehamilan. In *Asuhan K ebidanan Pada Kehamila n* (p. 290).
- Selatan, B. P. S. K. L. (2020). Dalam Angka Dalam An gka. *Kota Bu kitinggi Dalam A ngka*, 1–68.

- Septiana, N., Desni Sagi ta, Y., Puspi ta, L., Sanjay a, R., Studi K ebidanaan Pro gram Sarjana Terapan Fakultas Kesehatan Universitas A isyah Pringsewu Jl Yani No, P. A., & Tambahrejo Kecamat an Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung, A. Kesehatan Ibu Hamil Saat Berpuasa. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAM AN AISYAH)*, 194–202. <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman>
- Sugi antini, A. S. dan T. E. (2024). *Pengaruh Aro materapi Pep permint Terhadap Mual Muntah Ibu Hamil Trimes ter I Di Wilayah Kerj a PMB H adijah Kabupaten Tanggeran g Provin si Ba nten*. 9(1), 185–191.
- Sutrismina h, E. (20 24). *Open A ccess*. 7(4), 778–786.
- Tamar R. (2020) . *Efek Inhalasi Aromaterapi Lemon, Jahe Dan Kom binasi Terha dap Frekue nsi Mual Mu ntah Pada Ibu Hamil Trimest er I*. 5.
- Veri, N., Ramadhani , N. S., & Alchalidi, A. (n.d.). *Efektivitas Peppermi nt Dan Pomelo Dala m Menurunk an Intensitas Mual Da n Muntah Pada Ibu Ham il. Jurnal Kebi danan Malahayati*.
- Wardani. (2020). asuhan kebidanan (2n d ed.). Pustak a Baru Press. *A suhan Kebid anan (2nd E d.). Pusta ka Baru Press* .
- Wati, P. K., Susanti, V. D. & Karo, M. B. (2021). *Pengar uh Aromatera pi Lemon Mual Mu ntah Pada Ibu Hamil Tri mester 1 Di Klinik Par amitra The Effect of Lemon Aromatherapy , Nausea a nd Vomiting on Trimester I Pregnant Wome n in Param itra Clinic*. 9(2), 39–46.
- Yosali, M. A., & Siswanti, R. (n.d.). *Aka demi K ebidanan Wijaya Husada Bogor*.
- Zain iyah, Z. (2019). Effect of the Aroma of Swe et Orange Peel (Citrus Aur antium) on E mesis Gravidarum in First Tri mester Pre gnant Women (Study at Healt h Centre Pas ean Pamekasan) . *Jurnal Ilm iah O bsgin*, IX(2), 1–7. [https:// stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index](https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index)