



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 2 Tahun 2024 Page 3704-3715

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

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

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Dan Jahe (Ginger) Terhadap
Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Klinik
Bersalin Bella Tiara Abimayu

Isdayanti^{1✉}, Magdalena Tri Putri², Meinasari Kurnia Dewi³

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Indonesia Maju

Email : izdayantiahmadrifai@gmail.com[✉]

Abstrak

Pendahuluan seorang ibu hamil pada trimester I rentan mengalami emesis gravidarum. Emesis gravidarum adalah suatu kondisi mual yang kadang disertai muntah, tetapi frekuensi muntah tidak lebih dari 5 kali sehari. Tujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi peppermint dan jahe (ginger) terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu. Metode penelitian ini menggunakan study case literature review dimana informan dalam penelitian ini adalah 2 ibu hamil yang mengalami mual muntah Hasil pemberian aromaterapi peppermint dan aromaterapi jahe (ginger) sama-sama efektif terhadap penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1. Namun dalam penelitian ini ditemukan bahwa tingkat efektifitas terhadap penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I terlihat lebih efektif pada ibu hamil dengan pemberian aromaterapi peppermint dimana pada ibu hamil terjadi penurunan intensitas mual muntah yang lebih signifikan jika dibandingkan dengan ibu hamil yang diberikan aromaterapi jahe (ginger). Kesimpulan dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi peppermint lebih efektif dibandingkan dengan aromaterapi jahe (ginger) dimana perbandingannya yaitu 3 : 4.

Kata Kunci : *Aromaterapi Jahe (Ginger), Aromaterapi Peppermint, Emesis Gravidarum*

Abstract

Background a pregnant woman in the first trimester is susceptible to emesis gravidarum. Emesis gravidarum is a condition of nausea that is sometimes accompanied by vomiting, but the frequency of vomiting is no more than 5 times a day. Objective to determine the effect of giving peppermint and ginger aromatherapy on emesis gravidarum in first trimester pregnant women at the Bella Tiara Abimayu Maternity Clinic. Method this research method used a case study literature review where the informants in this study were 2 pregnant women who experienced nausea and vomiting. Results providing peppermint aromatherapy and ginger aromatherapy were both effective in reducing the intensity of nausea and vomiting in pregnant women in the 1st trimester. However, in the study It was found that the level of effectiveness in reducing the intensity of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester appeared to be more effective in pregnant women who were given peppermint aromatherapy, where in pregnant women there was a more significant reduction in the intensity of nausea and vomiting compared to pregnant women who were given ginger aromatherapy. Conclusion it can be concluded that giving peppermint aromatherapy is more effective than ginger aromatherapy where the ratio is 3:4.

Keyword: *Ginger Aromatherapy, Peppermint Aromatherapy, Emesis Gravidarum*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu kondisi yang paling membahagiakan setiap wanita untuk mencapai kesempurnaan seorang ibu. Selama proses ini ibu akan mengalami beberapa keluhan ataupun ketidaknyamanan selama kehamilan yang mengakibatkan aktivitas ibu hamil terganggu. Ibu harus mampu beradaptasi dengan keluhan yang muncul pada saat hamil walaupun keluhan tersebut masih tergolong fisiologis. Mual muntah merupakan salah satu yang sering dialami pada saat awal kehamilan. (Handayani et al., 2021)

Mual muntah atau morning sickness atau disebut juga emesis gravidarum adalah gejala mual yang terkadang disertai muntah-muntah yang terjadi pada awal kehamilan sehingga menyebabkan asupan gizi ibu hamil berkurang. Penyebabnya yaitu peningkatan kadar hormon HCG (Human chorionic gonadotropin) yang dihasilkan oleh plasenta, peningkatan kadar bilirubin yang disebabkan karena meningkatnya kadar enzim dalam hati, peningkatan kadar estrogen pada tubuh, kadar gula dalam darah yang rendah. Angka kejadian morning sickness didunia yaitu 70%-80% dari jumlah ibu hamil.(Handayani et al., 2021). Emesis gravidarum merupakan gejala yang dialami oleh sebagian besar ibu hamil yaitu pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida.(Tiara Carolin & Regita Putri, 2022)

Menurut World Health Organization (WHO) kehamilan dengan hiperemesis gravidarum mencapai angka 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia dengan angka

kejadian yang beragam yaitu mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Kanada, 0,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, 1,9% di Turki. Kejadian hiperemesis gravidarum juga banyak terjadi di Asia contohnya di Pakistan, Turki, dan Malaysia.(Tanjung et al., 2020)

Di Indonesia perbandingan insidensi mual muntah yang mengarah pada patologis atau yang disebut hiperemesis gravidarum 4:1000 kehamilan. Diduga 50% sampai 80% ibu hamil mengalami mual muntah dan kira-kira 5% ibu hamil membutuhkan penanganan untuk penggantian cairan dan koreksi ketidakseimbangan elektrolit . sementara itu angka kejadian hiperemesis gravidarum di Indonesia adalah mulai dari 1% sampai 3% dari seluruh kehamilan.(Yusmaharani et al., 2021

Data di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2021 , jumlah ibu hamil yang mengalami mual muntah saat masa kehamilan dengan kejadian sebanyak (97,7%) dan hiperemesis gravidarum sekitar (2,3%).(Babel, 2021)

Menurut data Dinas Kesehatan Bangka Selatan tahun 2020, menunjukkan jumlah ibu hamil yang mengalami mual muntah (emesis gravidarum) yaitu 85,2%.(Basel, 2020).Sedangkan data yang ada di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu dalam 1 tahun terakhir terdapat 130 ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum.(Abimayu, 2022)

Mual muntah (Emesis gravidarum) merupakan kondisi ibu hamil trimester 1 dengan perasaan pusing, perut kembung, badan terasa lemas disertai muntah dengan frekuensi kurang dari 5 kali sehari. Mual biasanya terjadi dipagi hari, namun mual dan muntah dapat terjadi setiap saat dan malam hari.(Lestari, 2019)

Mual muntah apabila tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan gejala yang lebih berat (intracable) serta persistensi yang terjadi pada awal kehamilan sehingga mengakibatkan dehidrasi, gangguan elektrolit, atau defisiensi nutrient yang dikenal sebagai hiperemesis gravidarum. Hiperemesis gravidarum dapat berakibat buruk bagi ibu dan janin. 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, anacepal, omfalokel, dan lain sebagainya, bahkan sampai kematian baik didalam kandungan (IUFD) maupun setelah dilahirkan.(Mamuroh et al., 2021)

Penatalaksanaan mual dan muntah pada kehamilan tergantung pada beratnya gejala. Terapi farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian antiemetik, antihistamin, antikolinergik dan kortikosteroid. Penanganan secara non farmakologi meliputi terapi

akupunktur, acupressure, hipnoterapi, ekstrak jahe, aromaterapi lemon, aromaterapi lavender, aromaterapi peppermint. Terapi merupakan usaha untuk memulihkan kesehatan.(Retni & Damansyah, 2022)

Aromaterapi merupakan salah satu cara mudah, sederhana, efektif dan tanpa efek samping yang dapat digunakan untuk mengurangi keluhan ibu hamil karena memberikan berbagai efek antara lain ketenangan, kesegaran, bahkan dapat membantu ibu hamil mengatasi mual. Cara penggunaan aromaterapi ada beberapa teknik, yaitu inhalasi, pijat, kompres dan berendam. Teknik yang paling efektif adalah teknik inhalasi.(Studi et al., 2022)

Aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi mual dan muntah adalah aromaterapi lemon, aromaterapi lavender, aromaterapi peppermint dan aromaterapi jahe.(Studi et al., 2022). Jahe (*Zingiber Officinale* Rovb. Var. *Rubra*) merupakan tumbuhan berbatang semu tegak yang tidak bercabang dan termasuk famili *Zingiberaceae*. Rasa pedas pada jahe sangat tinggi disebabkan oleh kandungan oleoresin yang tinggi. Zat oleoresin inilah yang bermanfaat sebagai antiemetic, oleh karena itu aromaterapi jahe dipercaya sebagai pemberi rasa nyaman dalam perut sehingga mengatasi mual muntah.(Retni & Damansyah, 2022b). Peppermint juga diketahui bisa menjadi obat efektif untuk mengobati mual muntah pada ibu hamil. Daun mint memiliki efek karminatif dan antispasmodic yang bekerja di usus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu mengatasi atau menghilangkan mual muntah dan memperlancar sistem pencernaan.(Mursyida, 2022)

Hasil penelitian oleh (Hanifa Zaini S, Elwitri Silvia, 2023) tentang Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint terhadap Keluhan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Pondok Tinggi. Didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh sebelum diberikan aromaterapi dan sesudah diberikan aromaterapi peppermint. Dan penelitian oleh(Retni & Damansyah, 2022b)tentang Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. Didapatkan hasil bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap penurunan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Limboto.

Berdasarkan survey awal penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Oktober 2023 di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu dari 10 ibu hamil trimester I terdapat 8 ibu hamil yang mengalami mual mutah dan mereka tidak mengetahui manfaat dari aromaterapi peppermint dan aromaterapi jahe sebagai penanganan mual muntah.

Berdasarkan masalah diatas peneliti tertarik melakukan penelitian karena masih banyak ibu yang mengalami mual muntah pada kehamilan dan belum mengetahui manfaat dari aromaterapi peppermint dan aromaterapi jahe sebagai penanganan mual muntah, sehingga

peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint dan Jahe (Ginger) terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan Study Case Literature Review. Metode literature review merupakan bentuk penelitian yang dilakukan melalui penelusuran dengan membaca berbagai sumber baik buku, jurnal dan terbitan-terbitan lain yang berkaitan dengan topic penelitian untuk menjawab isu atau permasalahan yang ada dengan Data analisis dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis kajian 3 kali catatan perkembangan berupa SOAP terhadap teori maupun evidence based yang ada.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pembahasan ini penulis akan menjelaskan tentang kesenjangan yang terjadi antara praktek yang dilakukan di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu dengan teori yang ada.

NO	Hari/ Tanggal	Tingkat Emesis	
		Setelah Pemberian Aromaterapi Peppermint (Responden 1)	Setelah Pemberian Aromaterapi Jahe (<i>Ginger</i>)(Responden 2)
1.	20-01-2024	10	10
2.	21-01-2024	10	10
3.	22-01-2024	7	7
4.	23-01-2024	4	5
5.	24-01-2024	3	4

Tabel 1 Penurunan Mual Muntah Setelah Pemberian Intervensi Aromaterapi Peppermint Dan Aromaterapi Jahe (Ginger)

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I

Pada responde I pada kunjungan pertama tanggal 20 Januari 2024 didapatkan nilai indeks PUQE 10 point, kemudian pada kunjungan kedua pada tanggal 22 Februari 2024 setelah menggunakan aromaterapi peppermint turun menjadi 7 point, selanjutnya pada kunjungan ketiga pada tanggal 24 Januari 2024 menjadi 3 point.

Secara teori peppermint mempunyai khasiat untuk mengatasi rasa mual muntah pada

ibu hamil, hal ini dikarenakan bahan aktif menthol 50% dan merupakan salah satu tanaman herbal aromatic penghasil minyak atsiri.(Hanifa Zaini S, Elwitri Silvia, 2023)

Selain itu peppermint telah lama di kenal memberi efek karnimatif dan antispasmodik, yang secara khusus bekerja di otot halus saluran gastrointesnal dan seluruh empedu, selain itu peppermint juga mengandung aromaterapi dan minyak esensial yang memiliki efek farmakologis. Aromaterapi merupakan tindakan terapautik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika esensial dihirup. Maka molekul

akan masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi 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 pernafasan.(Zuraida, 2018)

Aromaterapi peppermint dapat menurunkan mual dan muntah dengan cara pemberian inhalasi, ada yang intervensi pemberian terapi ini selama 3 hari, dengan cara menggunakan media tissue yang akan ditetesi 1-5 tetes minyak essensial peppermint lalu tissue tersebut dihirup secara langsung selama sekitar 5-10 menit, lakukan pada ibu yang mengalami mual muntah sebnayak 2 kali sehari.(Oktavia et al., 2023)

Herni (2019) mengatakan bahwa pemakaian minyak essensial secara inhalasi merupakan metode yang dinilai paling efektif, sangat praktis dan memiliki khasiat yang langsung dapat dirasakan efeknya dibandingkan dengan teknik yang lain, teknik inhalasi ini lebih mudah untuk masuk ke dalam tubuh tanpa melalui proses absorpsi membran sel, molekul-molekul uap akan langsung mengenai reseptor penghidu yang berada pada rongga hidung dan langsung terhubung dengan saraf olfaktorius.(Herni, 2019)

Sejalan dengan penelitian dari Zuraida 2018, Rismara 2019 dan Tutik 2020 mengatakan Pemberian aromaterapi peppermint efektif untuk mengatasi masalah mual muntah pada ibu hamil trimester I, dimana kandungan yang terdapat pada aromaterapi peppermint ini kandungan menthol (50%) dan menthone (10%-30%) yang tinggi, dengan pemberian secara inhalasi menggunakan kain tipis/tissue yang mudah menyerap diteteskkan sebanyak 2-3 kali lalu dihirup selama 2 menit dengan hasil ada penurunan yang sangat signifikan, hasil dari penelitian Zuraida 2018 hasil: bahwa minyak esensial peppermint efektif dalam mengurangi intensitas mual muntah dengan penurunan rata- rata 5,42 dan $p = 0,000$, Hasil dari penelitian Rismara 2019 hasl: Setelah diberikan aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi mayoritas ibu hamil tidak mengalami mual muntah sebanyak 12 orang (80%). Ada perbedaan nilai rata-rata skor mual muntah ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi sebesar 6,13. Hasil uji Wilcoxon Sign Rank

Test diperoleh nilai p value 0,001, simpulan: Pemberian aromaterapi peppermint efektif untuk mengatasi masalah mual muntah pada ibu hamil trimester I.(Oktavia et al., 2023)

Menurut asumsi penulis pemberian aromaterapi peppermint efektif untuk mengatasi masalah mual muntah pada ibu hamil trimester I dikarenakan dengan menghirup aromaterapi peppermint (daun mint) menyebabkan tubuh serasa segar, dingin dan terasa refreshing yang membantu ibu mengurangi mual muntah yang di alami oleh ibu.

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe (Ginger) Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I

Pada responde I pada kunjungan pertama tanggal 20 Januari 2024 didapatkan nilai indeks PUQE 10 point, kemudian pada kunjungan kedua pada tanggal 22 Februari 2024 setelah menggunakan aromaterapi jahe (ginger) turun menjadi 7 point, selanjutnya pada kunjungan ketiga pada tanggal 24 Januari 2024 menjadi 4 point.

Secara teori jahe (*Zingiber Officinale* Rovb. Var. *Rubra*) merupakan tumbuhan berbatang semu tegak yang tidak bercabang dan termasuk family *Zingiberaceae*. Batang jahe berbentuk bulat kecil berwarna hijau dan agak keras. Rimpang jahe mengandung komponen senyawa kimia yang terdiri dari minyak menguap (*volatile oil*), minyak tidak menguap (*nonvolatile oil*) dan pati.(Retni & Damansyah, 2022)

Kandungan dalam jahe (*Zingiber Officinale*) mengandung *Zingiberina* (*zingirona*) essential minyak, *zingiberol*, *bisabilena*, *kurkumen*, *gingerol*, *flandrene*, vitamin A, dan damar pahit yang dapat memblokir serotonin, neurotransmitter, yang di sintesis di serotonergic neuron di system saraf, pusat dan sel *enterochromafin* disaluran pencernaan sehingga yang dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di perut sehingga bisa mengatasi mual muntah.(Ningsih et al., 2020)

Aromaterapi jahe merupakan aromaterapi yang paling efektif dan mempunyai banyak keunggulan bagi ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah dibandingkan dengan aromaterapi tanaman herbal lainnya.(Mamuroh et al., 2021). Cara penggunaan aromaterapi ada beberapa teknik yaitu inhalasi, pijat, kompres dan berendam.(Hijriani et al., 2023). Teknik yang paling efektif adalah teknik inhalasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wirda et al., 2020) dengan judul "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangarabombang Kabupaten Takalar "Didapatkan hasil menggunakan uji T didapatkan semua responden mengalami penurunan emesis gravidarum, tidak ada yang tetap dan tidak ada yang meningkat dengan nilai $p=0,041 < \alpha 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa secara

statistic ada pengaruh pemberian aroma terapi Jahe terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Wilayah kerja Puskesmas Mangarabombang Kabupaten Takalar.(Citrawati & Arwidiana, 2022)

Menurut asumsi penulis aromaterapi jahe memiliki kandungan atsiri jahe yang dapat mempengaruhi tubuh melalui saraf olfaktorius yang berfungsi mengatur mual muntah pada tubuh dan merangsang sistem limbik untuk melepaskan endoprin dan serotonin untuk merelaksasikan sistem dalam tubuh sehingga bisa mengatasi mual muntah sehingga mual muntah dapat menurun.

Perbedaan Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint dan Jahe (Ginger) Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas mual muntah ibu hamil setelah 5 hari pemberian aromaterapi peppermint dan aromaterapi jahe (ginger), dimana setelah pemberian aromaterapi peppermint pada hari ke 5 ibu mengatakan sudah tidak mual dan badan terasa lebih nyaman sedangkan pada ibu dengan pemberian aromaterapi jahe (ginger) pada hari ke 5 ibu mengatakan masih mual namun sudah tidak pusing dan badan lebih segar. Terdapat perbedaan efektifitas pemberian aromaterapi peppermint dengan aromaterapi jahe (ginger) terhadap penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi peppermint lebih efektif dibandingkan dengan aromaterapi jahe (ginger).

Peppermint mempunyai khasiat untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil, hal ini dikarenakan kandungan menthol (50%) dan menthone (10%-30%) yang tinggi, menthol inilah yang menyebabkan sensasi segar, dingin dan terasa refreshing.(Kesehatan et al., 2023).

Selain itu peppermint telah lama dikenal memberi efek karnimatif dan antispsamodik, yang secara khusus bekerja di otot halus saluran gastrointesnal dan seluruh empedu, selain itu peppermint juga mengandung aromaterapi dan minyak esensial yang memiliki efek farmakologis. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutic dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika esensial dihirup. Maka molekul akan masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi 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 pernafasan.(Zuraida, 2018).

Kandungan dalam jahe (*Zingiber Officinale*) mengandung Zingiberina (*zingirona*)

essential minyak, zingiberol, bisabilena, kurkumen, gingerol, flandrene, vitamin A, dan damar pahit yang dapat memblokir serotonin, neurotransmitter, yang di sintesis di serotonergic neuron di system saraf, pusat dan sel enterochromafin disaluran pencernaan sehingga yang dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di perut sehingga bisa mengatasi mual muntah.(Ningsih et al., 2020)

Menurut asumsi penulis pemberian aromaterapi peppermint dan aromaterapi jahe (ginger) sama-sama efektif terhadap penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1. Namun dalam penelitian ini ditemukan bahwa tingkat efektifitas terhadap penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I terlihat lebih efektif pada ibu hamil dengan pemberian aromaterapi peppermint dimana pada ibu hamil terjadi penurunan intensitas mual muntah yang lebih signifikan jika dibandingkan dengan ibu hamil yang diberikan aromaterapi jahe (ginger).

Pada dasarnya mekanisme penurunan intensitas mual muntah pada ibu hamil baik yang diberikan aromaterapi peppermint maupun yang diberikan aromaterapi jahe (ginger) hampir sama, dimana kedua intervensi ini sama-sama bersifat anti depresan karena kandungan atsiri dan aroma terapi yang dimilikinya, yaitu memberikan efek kenyamanan dan peningkatan relaksasi tubuh sehingga memperbaiki kondisi psikologis yang menjadi pemicu mual muntah pada ibu hamil.

SIMPULAN

Berdasarkan analisa yang dilakukan oleh penulis, dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi peppermint terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu.
2. Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi jahe (ginger) terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu.
3. Terdapat perbandingan pengaruh pemberian aromaterapi peppermint dan aromaterapi jahe (ginger) terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu yaitu lebih efektif penggunaan aromaterapi peppermint dimana perbandingannya yaitu 3 : 4.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, K., & Husnawati. (2021). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Ekstrak Mawar (*Rosa Centifolia*) Dan Ekstrak Lemon (*Citrus Limon*) Terhadap Tekanan Darah Wanita Lansia. *Jurnal Human Care*, 6(3), 2528–66510.
- Abimayu, K. B. B. T. (2022). Data Ibu Hamil di Klinik Bersalin Bella Tiara Abimayu.

- Anggraini, R., Rahma, M., & Andari, Y. (2022). Effect of Inhaled Oil Aromatherapy on Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 5(1), 129–136. <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i1.1420>
- 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. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v6i2.367>
- Atiqoh, R.N., & Keb, S. T. (2020). Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebih Dalam Kehamilan). *One Peach Media*.
- Babel, D. (2021). *Data Profil Dinkes Babel*. Basel, D. (2020). *Buku Profil Dinkes Basel*.
- Budiasih, S., Rifiana, A. J., & Indrayani, T. (2023). Perbandingan Efektivitas Uap Aromaterapi Lemon Dengan Ginger Oil Terhadap Emesis Gravidarum Di Tpmbe Ef Tangerang Banten Tahun 2022. *Jurnal Kesehata Karya Husada*, 11(1), 74–81.
- Cholifah, S., & Nuriyanah, T. E. (2018). Aromaterapi lemon menurunkan mual muntah pada ibu hamil Trimester I. *Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Jurnal*, 4(1), 36–43.
- Febriyeni, F., & Delfina, V. (2021). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Dan Daun Pandan Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), 49. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i1.843>
- Fitri, N. L., & Yuliaswati, E. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Untuk Mengatasi Frekuensi Emesis Gravidarum Untuk Ibu Hamil Trimester Pertama Di. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4).
- Fransiska, A., Marfuah, S., & Apriastuti, D. A. (2021). Efektifitas Minuman Sari Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Garvidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(1), 153–158.
- Handayani, R., Batubara, S., Dewi, R., & dkk. (2021). Terapi Komplementer Dalam Kehamilan Mind and Body Therapy. <https://docplayer.info/226255795-Terapi-komplementer-dalam-kehamilan-mind-and-body-therapy.html>
- Hanifa Zaini S, Elwitri Silvia, D. F. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil di Kota Pekabaru. *Ensiklopedia of Journal*, 5(2), 370–375.
- Herni, K. (2019). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 44–51.
- Hijriani, I., Yulidar, & Luciana, L. (2023). *Jurnal Peduli Masyarakat. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 5(JUNI), 207–212. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>

- Kesehatan, J., Kemenkes, P., Pangkalpinang, R. I., Puspita, R., Purba, K., Sari, L., Senam, P., Rheumatoid, M., Jahe, E., Ibu, M., Trimester, H., Kurniawati, Y., Widowati, R., Dahlan, F. M., Umanailo, R., Linda, S., Kerja, W., & Ciawi, P. (2023). Poltekkes kemenkes ri pangkalpinang.
- Kholifa, R. D., Choirunissa, R., & Kundaryanti, R. (2023). Efektivitas Pemberian Minuman Jahe Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Menara Medika*, 5(2), 207–218. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i2.4176>
- Kholifah, N., Erna Marisa, D., Program Studi Keperawatan STIKes Mahardika, M., Program Studi Keperawatan STIKes Mahardika, D., & Program Studi Kebidanan STIKes Mahardika, D. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Mayor Di Rsud Waled Kabupaten Cirebon the Effect of Aromatherapy Rose Toward Decrease of Anxiety in Patients Pre-Operative Major Surgery in Waled Public Hospit. *Jurnal.Stikesmahardika.Ac.Id*, 59, 19–26. <http://jurnal.stikesmahardika.ac.id/index.php/JKM/article/view/76>
- Krismadhani, D. P., Rakhmawati, N., & ... (2023). Efektivitas Terapi Guided Imagery dan Aromaterapi Pappermint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *JUKEJ: Jurnal ...*, 2(1). <https://jurnal.jomparnd.com/index.php/jkj/article/view/640%0Ahttps://jurnal.jomparnd.com/index.php/jkj/article/download/640/580>
- Latifah, L., Setiawati, N., & Hapsari, E. D. (2017). Efektifitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness Effectiveness Self Management Module in Overcoming Morning Sickness. *Jkp*, 5(1), 10–18.
- Lestari, V. (2019). Pengaruh Terapi Akupresure Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama di Puskesmas Margirejo Metro Selatan Kota Metro Tahun 2019.
- Mamuroh, L., Sukmawati, & Nurhakim, F. (2021). Efektivitas Aromaterapi Dalam Mengurangi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I: Literature Review. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 4(4), 293–307.
- Mursyida, R. (2022). Efektivitas Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil di Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara Peppermint Aromatherapy Effectiveness Against Decline Hyperemesis Gravidarum in Pregnant Women in Dewantara District , . 8(2), 1591–1600.
- Ningsih, D. A., Fahriani, M., Azhari, M., & Oktarina, M. (2020). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester I. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v7i1.320>
- Oktarani, O. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Fluor Albus Di Pmb Bidan

Hj. HotnidaSari Siregar Di Gunung Tua Tahun 2021.

<https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/888>

Oktavia, M., Haryono, I. A., & Suhartati, S. (2023). Literatur Review: Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Pengurangan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I: Literature Review: The Effectiveness of Administering Peppermint Aromatherapy on