

Original Article

## Efektifitas Pemberian Terapi Essensial Oil Lemon, Jahe dan Peppermint terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil dengan Emesis Gravidarum

*The Effectiveness of Providing Lemon, Ginger and Peppermint Essential Oil Therapy in Reducing Discomfort for Pregnant Women with Emesis Gravidarum*

Sumiyati

Rumah Sakit Hermina Mekarsari Bogor

Jl. Raya Cileungsi - Jonggol No.KM 1, Cileungsi Kidul, Kec. Cileungsi, Kabupaten Bogor, Jawa Barat 16820

Email: miaamudo@gmail.com

---

### Abstract

**Introduction:** Discomfort in the first trimester of pregnancy is often experienced, one of which is nausea and vomiting, nausea, and vomiting frequently occur due to several causes, including hormonal changes in the body such as an increase in estrogen and HcG hormones. In this condition, treatment can be done by pharmacological or nonpharmacological means. Pharmacological therapy will have side effects on the condition of the mother and fetus. Providing artificial substances (unnatural) has implications for the poor health of the fetus, this is because the fetus is still vulnerable to environmental threats, especially drugs given to pregnant women, which can also enter the fetal body through the placenta and potentially affect the baby's body system.

**Objectives:** This study aims to determine the effectiveness of giving essential therapy oils lemon, ginger, and peppermint to reduce the discomfort of pregnant women with emesis gravidarum in Hospital H.

**Method:** This type of research is a quasi-experimental non-equivalent control group design, The population taken is first-trimester pregnant women who experience emesis gravidarum and make antenatal visits at H Hospital in March 2022 and samples are taken from a total of 40 respondents. Data collection was carried out directly using questionnaires. Data analysis used the chi-square statistical test.

**Result:** Chi-Square statistical test results obtained results that there is an effect of Essential Oil Lemon, Ginger and Peppermint on reducing emesis gravidarum ( $p$ -value = 0.007).

**Conclusion:** The results of the research conducted by the author show that there is effectiveness of Lemon, Ginger, and Peppermint Essential Oil therapy against the insecurity of First Trimester Emesis Gravidarum at Hospital H in 2022.

**Keywords:** effectiveness, emesis, essential oil, ginger, lemon, peppermint

---

---

### Hak Cipta

©2024 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 Internasional**.

Editor: NH

Diterima: 04/07/2023

Direview: 24/06/2024

Publish: 28/07/2024

---

Available Article: (doi)  
10.53801/jipki.v3i3.132

---

## Pendahuluan

Kehamilan adalah suatu kejadian yang fisiologis dari siklus kehidupan seorang wanita dan dalam kehamilan terjadi beberapa perubahan yang dialaminya, sebagai misalnya ialah perubahan sosial, fisik dan mental yang ditentukan dengan berbagai faktor tertentu, sebagai contohnya ialah faktor ekonomi, budaya, sosial, lingkungan, psikologis dan fisik. Ketidaknyamanan dalam kehamilan trimester pertama yang acapkali dialaminya ialah muntah dan mual. Mual muntah yang acapkali terjadi ini disebabkan berbagai penyebab tertentu, di antaranya ialah hormon tubuh yang berubah, sebagai misalnya ialah *HcG* dan hormon esterogen yang meningkat.<sup>1</sup>

Mual dan muntah dialami oleh sebagian besar wanita (85%). Gejala muncul secara normal antara minggu keempat dan keenam kehamilan, puncaknya ialah pada minggu ke delapan dan minggu ke dua belas. Sebagian besar gejala menghilang pada minggu ke-20 kehamilan.<sup>2</sup> Merujuk pernyataan *World Health Organization* (WHO), menyebutkan bahwa di dunia, hyperemesis gravidarum yang terjadi antara lain di Negara benua Amerika yang tingkatan kejadiannya beragam, diantaranya ialah 1,9% di Turki, 2,2% di Pakistan, 0,9% di Norwegia, 10,8% di China, 0,8% di Canada, 0,5% di California, 0,3% di Swedia, dan juga 0,5-2% di Amerika. Sementara itu, untuk tingkatan kejadian hiperemesis gravidarum yang terjadi di Negara Indonesia ialah sebesar 1-3% atas semua kehamilan. Secara umum bahwa Perbandingan insidensinya ialah 4:1000.<sup>3</sup>

Menurut Maulisa et al 2016 salah satu Faktor yg memicu *Emesis gravidarum* adalah faktor nutrisi, Selain faktor tersebut kondisi yang memperparah Emesis gravidarum bisa dikarenakan faktor psikologis, sebagai misalnya ialah ketakutan yang akan memperparah potensi terjadinya mual muntah, kecemasan, bersalah, perasaan marah, serta kehamilan yang tidak diinginkan.<sup>4</sup> Bentuk mual dan muntah yang lebih parah yang dikenal dengan istilah *Hiperemesis Gravidarum*, dapat terjadi pada 0,5% hingga 3% kehamilan. Hiperemesis gravidarum dianggap sebagai alasan mendasar untuk dilaksanakannya rawat inap dalam trimester pertama kehamilannya. Mual dan muntah ini berdampak terhadap kehamilan, yang berpotensi dapat menyebabkan terancamnya pada janin dan juga ibu hamil tersebut. Satu dari berbagai efek samping terhadap janin ini antara lain ialah lahir prematur, bayi lahir rendah, abortus, dan juga malforasi terhadap bayi yang baru dilahirkan. Pertumbuhan janin yang terhambat ini nantinya dapat menaikkan terjadinya *hyperemesis gravidarum* kepada wanita hamil.<sup>3</sup>

Pada Kondisi Ini Pengobatan dapat dilaksanakan dengan cara non-farmakologi dan farmakologi.<sup>5</sup> Terapi farmakologis ini nantinya dapat berefek samping terhadap keadaan janin dan juga ibu itu sendiri. Dalam memberikan substansi buatan (tidak alami) ini berimplikasi terhadap kurang baiknya janin, hal ini dikarenakan bahwa janin ini masih rentan akan ancaman lingkungan, khususnya obat-obatan yang diberikan pada ibu hamil ini dapat juga masuk pada tubuh janin dengan melalui plasenta dan berpotensi dapat memberi pengaruh terhadap sistem tubuh bayi tersebut.<sup>6</sup> Terapi nonfarmakologi ini lebih baik dilakukan untuk menuntaskan permasalahan rasa mual di awal masa kehamilannya. Terapi nonfarmakologis ini sifatnya sederhana, murah, tidak ada efek samping yang noninvasif, noninstruktif, merugikan serta efektif. Pengaturan diet, pemberian aroma terapi, akupuntur, serta dukungan emosional ini ialah terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan.<sup>5</sup>

Penggunaan minyak aromaterapi telah direkomendasikan sebagai pengobatan mual. Aromaterapi digunakan dengan cara dioleskan minyak esensial atau zat lain ke bagian tubuh

mana pun yang tujuannya ialah menyerap minyak ataupun menghirup minyak pada tubuh yang dimaksudkan untuk meringkankan dan bahkan mengobati gejala emosional dan fisik. Minyak atsiri dapat diserap melalui kulit dan dapat memberikan efek fisiologis pada fungsi seluler dan organ, meskipun hal ini tidak dipahami secara klinis. data survei dari Inggris menunjukkan aromaterapi itu menjadi satu dari berbagai terapi komplementer yang banyak dipergunakan.<sup>7</sup> Yesi Putri 2020 memberikan Aromaterapi lemon dalam penelitiannya dan secara signifikan memiliki pengaruh menurunkan emesis gravidarum terhadap ibu hamil trimester I.<sup>5</sup> dalam penelitiannya safajau 2020 merekomendasikan pemberian lemon dan peppermint sebagai metode yang terjangkau dan murah guna meminimalkan muntah ringan serta mual.<sup>8</sup>

Saat menghirup aroma terapi Ada beberapa efek yang dapat diberikan sebagai misalnya ialah kesegaran, ketenangan dan dapat meringankan ibu hamil ketika mual.<sup>9</sup> salah satu Aroma terapi seperti jahe yang sekurangnya mengandung 19 komponen salah satunya *gingerol*, telah terbukti memiliki aktifitas *antiemetik* (ati muntah) yang dapat memblok *serotonin*, sebagai konsekuensinya ialah bahwa kerja otot-otot yang terdapat dalam saluran pencernaan ini melemah dan mengendur, dan setelah itu dapat menyebabkan munculnya rasa nyaman dalam perut, dengan demikian mual serta muntah ini nantinya akan dapat berkurang.<sup>3</sup> Selain jahe lemon juga terbukti memberikan efek untuk mengurangu mual. Menurut Rofi'ah etall tahun 2019 dalam penelitiannya bahwa aromaterapi lemon dosis 0.2 dan 0.3 efektif untuk menyelesaikan emesis gravidarum.<sup>10</sup>

Data kejadian emess gravidarum di RS H 30 kasus dari 550 kunjungan Hamil. Dan semua kasus diberikan terapi farmakologi. Dari masalah ini maka peneliti tertarik untuk meneliti. Berdasarkan masalah diatas maka rumusan masalah adalah bagaimana efektifitas pemberian terapi *essensial oil* lemon, jahe dan peppermint terhadap penurunan ketidaknyamanan ibu hamil dengan *emesis gravidarum* di Rumah Sakit H Tahun 2022

### Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah penelitian kuasi eksperimen, yang mana dalam penelitian ini mempergunakan desain kuasi eksperimen penelitian dengan menggunakan nilai *pre-test* serta *post-test*. Untuk penelitian yang dilaksanakan ini, data penelitiannya dikumpulkan sesudah dan sebelum intervensi dilakukan. Untuk penelitian ini, desain penelitiannya ialah berupa kuasi exsperimental desain berupa *non-equivalent control group design*, yang mana bahwa desain penelitian ini memiliki dua kelompok perlakuan serta kontrol yang secara acak tidak dipilih. Populasi penelitiannya ialah Ibu Hamil Trimester I yang menderita Emesis Gravidarum yang melakukan Kunjungan yang terdapat pada Rumah Sakit H yaitu sebanyak 40 responden dan penelitian yang dilaksanakan ini, waktu penelitiannya dilangsungkan terhitung mulai dari bulan Mareti Tahun 2022. Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *chi-square*.

### Hasil

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Skala Mual muntah ibu hamil trimester 1 Sebelum diberikan Intervensi

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
<i>Valid</i>	Skala Mual Ringan	7	17,5	17,5	17,5
	Skala Mual Sedang	27	67,5	67,5	85,0
	Skala Mual Berat	6	15,0	15,0	100,0

Total	40	100,0	100,0
-------	----	-------	-------

Dari tabel 1 dapat dilihat distribusi frekuensi berdasarkan Skala Mual dan Muntah sebelum diberikan Intervensi pada Ibu Hamil Trimester I di RS H terbanyak pada responden dengan skala sedang sebanyak 27 responden (67,5%), skala mual Ringan sebanyak 7 responden (17,5%) dan skala mual Berat sebanyak 6 Responden (6%).

**Tabel 2.** Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Lemon terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022 (n= 9)

Skala Muntah diberikan Intervensi	Mual sebelum	Skala Mual setelah diberikan <i>Essensial Oil</i> Lemon				Total		Uji <i>chi-square</i>	OR
		Berkurang		Tidak Berkurang		N	%		
		N	%	N	%				
Ringan		0	0%	1	10%	1	10%	0,007	81,0 (4,3-1504)
Sedang		8	80%	0	0%	8	80%		
Berat		1	10%	0	0%	1	10%		
<b>Total</b>		<b>9</b>	<b>90%</b>	<b>1</b>	<b>10%</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>		

Berdasarkan table 2 dapat dilihat bahwa dari 9 responden (100%) diperoleh ibu hamil dengan Skala mual ringan setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Lemon Skala mual berkurang 0 resonden (0%) dan skala mual tidak berkurang 1 respoden (10%). ibu hamil dengan Skala mual Sedang setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Lemon Skala mual berkurang 8 resonden (80%) dan skala mual tidak berkurang 0 resonden (0%). ibu hamil dengan Skala Berat setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Lemon Skala mual berkurang 1 resonden (10%) dan skala mual tidak berkurang 1 resonden (10%). Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik *chi-square* dengan berbantuan aplikasi SPSS 25.0 for windows di dapatkan angka *p-value* = 0.007. Apabila nilai *alpha* ( $\alpha$ ) = 0,05 maka nilai *p-value* (0,007) < dari nilai *alpha* ( $\alpha$ ) (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Lemon Terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022

**Tabel 3.** Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Jahe terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022 (n= 9)

Skala Muntah diberikan Intervensi	Mual sebelum	Skala Mual setelah diberikan <i>Essensial Oil</i> Jahe				Total		Uji <i>chi-square</i>	OR
		Berkurang		Tidak Berkurang		N	%		
		N	%	N	%				
Ringan		0	0%	1	10%	1	10%	0,007	81,0 (4,3-1504)
Sedang		8	80%	0	0%	8	80%		
Berat		1	10%	0	0%	1	10%		
<b>Total</b>		<b>9</b>	<b>90%</b>	<b>1</b>	<b>10%</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>		

Berdasarkan table 3 menunjukkan bahwa dari 10 responden (100%) diperoleh ibu hamil dengan Skala mual ringan setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Jahe Skala mual berkurang 0 resonden (0%) dan skala mual tidak berkurang 1 respoden (10%). Ibu hamil dengan Skala mual Sedang setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Jahe Skala mual berkurang 8 resonden (80%) dan skala mual tidak berkurang 0 resonden (0%). Ibu hamil dengan Skala Berat setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Jahe Skala mual berkurang 1 resonden (10%) dan skala mual tidak berkurang 1 resonden (10%). Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik *chi-square* dengan berbantuan aplikasi SPSS 25.0 for windows di dapatkan angka *p value* = 0.007. Apabila nilai *alpha* ( $\alpha$ ) = 0,05 maka nilai *p-value* (0,007) < dari nilai *alpha* ( $\alpha$ ) (0,05) maka dapat

disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Jahe Terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022

**Tabel 4.** Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Peppermint terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022 (n= 9)

Skala Muntah diberikan Intervensi	Mual sebelum	Skala Mual setelah diberikan <i>Essensial Oil</i> Peppermint				Total		Uji chi-square	OR
		Berkurang		Tidak Berkurang		N	%		
		N	%	N	%				
Ringan		2	20%	0	0%	2	20%	0,007	81,0 (4,3-1504)
Sedang		7	70%	0	0%	7	70%		
Berat		0	0%	1	10%	1	10%		
<b>Total</b>		<b>9</b>	<b>90%</b>	<b>1</b>	<b>10%</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>		

Berdasarkan table 4 menunjukkan bahwa dari 10 responden (100%) diperoleh ibu hamil dengan Skala mual ringan setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Peppermint Skala mual berkurang 2 responden (20%) dan skala mual tidak berkurang 0 responden (0%). ibu hamil dengan Skala mual Sedang setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Peppermint Skala mual berkurang 7 responden (70%) dan skala mual tidak berkurang 0 responden (0%). ibu hamil dengan Skala Berat setelah diberikan Intervensi *Essensial Oil* Peppermint Skala mual berkurang 0 responden (0%) dan skala mual tidak berkurang 1 responden (10%). Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik *chi-square* dengan berbantuan aplikasi SPSS 25.0 for windows di dapatkan angka *p-value* = 0.007. Apabila nilai *alpha* ( $\alpha$ ) = 0,05 maka nilai *p-value* (0,007) < dari nilai *alpha* ( $\alpha$ ) (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Jahe Terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022

**Tabel 5.** Skala Mual *Pre-test* dan *Post-Test* Ibu Hamil dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022 pada Kelompok Kontrol (n=9)

Skala Mual	Skala Mual setelah di Observasi		Total	
	Berkurang	Tidak Berkurang		
<i>Pre-test</i>	Ringan	0	3	3
	Sedang	1	4	5
	Berat	0	2	2
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	

Setelah dilakukan analisis data dan menguji hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik *chi-square* hasil signifikan ada Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Jahe Terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022

### Pembahasan

Karakteristik Responden, Dari hasil penelitian diperoleh sebanyak 40 responden, responden dengan skala sedang sebanyak 27 responden (67,5%), skala mual Ringan sebanyak 7 responden (17,5%) dan skala mual Berat sebanyak 6 Responden (6%). Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Lemon Terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022. Pada tabel 2 menunjukkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil* Lemon pada Ketidaknyamanan Ibu Hamil *Emesis Gravidarum* dengan Skala Ringan sedang.<sup>11</sup>

Hasil analisis bivariat variable *Essensial Oil Lemon* terhadap *Emesis Gravidarum* menunjukkan ada Pengaruh antara *Essensial Oil Lemon* terhadap penurunan skala *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dari Susanti (2020) yaitu ada pengaruh yang bermakna mempunyai pengaruh dalam menurunkan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.<sup>11</sup> Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Harahap et all 2020 mengatakan bahwa pemberian intervensi lemon dapat mengurangi *emesis gravidarum*. Hasil peneliti ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Oktavia et all 2018, Selain manfaat diatas lemon juga membangkitkan nafsu makan. Aroma lemon memberikan efek menenangkan, menyegarkan tubuh serta mempengaruhi *mood* dan emosi.<sup>12</sup> Menurut penulis, pemberian *essensial Oil Lemon* dapat mempengaruhi rasa mual dan muntah dapat mempengaruhi penurunan skala mual pada ibu hamil trimester I selain kandungan *Geranil asetat*, lemon juga memberikan aroma yang segar sehingga rasa mual akan berkurang. Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil Jahe* Terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Dengan *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022.

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil Jahe* pada Ketidaknyamanan Ibu Hamil *Emesis Gravidarum* dengan Skala Ringan sedang, Hasil analisis bivariat variable *Essensial Oil Jahe* terhadap *Emesis Gravidarum* menunjukkan ada Pengaruh antara *Essensial Oil Lemon* terhadap penurunan skala *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dari Rufarida (2019) Kandungan Zat *zingiberol* bekerja menghambat reseptor serotonin dan menimbulkan efek antiemetic pada sistem gastrointestinal dan sistem susunan saraf pusat.<sup>13</sup> Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Siti Rofi'ah et all, bahwa Kandungan minyak atsiri *Zingiberena (zingirona)*, *zingiberol*, *bisabilena*, *kurkumen*, *gingerol*, *flandren*, vit A dan resin pahit pada jahe dapat memberikan rasa nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah.<sup>14</sup> Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Harahap et all 2020 bahwa daun mint dapat pengurangan *emesis gravidarum* dengan rata-rata 10,90 dengan standar deviasi 4,606.<sup>15</sup> Menurut penulis, pemberian *essensial Oil Jahe* dapat mempengaruhi rasa mual dan muntah dapat mempengaruhi penurunan skala mual pada ibu hamil trimester I selain kandungan *Geranil asetat*, lemon juga memberikan aroma yang segar sehingga rasa mual akan berkurang

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Therapi *Essensial Oil Peppermint* pada Ketidaknyamanan Ibu Hamil *Emesis Gravidarum* dengan Skala Ringan sedang. Hasil analisis bivariat variable *Essensial Oil Peppermint* terhadap *Emesis Gravidarum* menunjukkan ada Pengaruh antara *Essensial Oil Peppermint* terhadap penurunan skala *Emesis Gravidarum* di RS H Tahun 2022.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dari Zuraida (2017) kandungan mentol dan menthone pada Peppermint dapat bermanfaat sebagai antiemetik dan antipasmodik pada lapisan lambung sehingga mngurangi mual muntah.<sup>16</sup> Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Harahap et all 2020 mengatakan pemberian intervensi dengan daun mint dapat mengurangi *emesis gravidarum*.<sup>15</sup> Menurut Jauleerad 2018 *essensial oil peppermint* juga memiliki efek antagonis terhadap saluran reseptor 5-HT3 yang secara positif dapat mempengaruhi mual dan muntah teori ini sesuai dengan hasil penelitian yag dilakukan.<sup>17</sup> Menurut penulis, pemberian *essensial Oil Peppermint* dapat mempengaruhi rasa mual dan muntah dapat mempengaruhi penurunan skala mual pada ibu hamil trimester I selain kandungan *Geranil asetat*, lemon juga memberikan aroma yang segar sehingga rasa mual akan berkurang

## Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan ada Pengaruh Pemberian Terapi *Essensial Oil* Lemon, Jahe, dan Pappermint terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Ibu Hamil *Emesis Gravidarum* di Rumah Sakit H dilihat dari hasil uji *chi-square* nilai *p-value* (0,007) < dari nilai *alpha* ( $\alpha$ ) (0,05), Therapi *Essensial Oil* Jahe hasil uji *chi-square* nilai *p-value* (0,007) < dari nilai *alpha* ( $\alpha$ ) (0,05) dan *Essensial Oil* Peppermint hasil uji *chi-square* nilai *p-value* (0,007) < dari nilai *alpha* ( $\alpha$ ) (0,05).

## Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi

## Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh responden dan RS H tempat penelitian ini dilakukan.

## Pendanaan

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti.

## Daftar Pustaka

1. Rofi'ah S, Widatiningsih S, Arfiana A. Studi Fenomenologi Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan*. 2019;8(1):41. DOI: <https://doi.org/10.31983/jrk.v8i1.3844>
2. Balikova M, Bužgová R. Quality of women's life with nausea and vomiting during pregnancy. *Osetrovatelství a Porodní Asistence*. 2014;5(1):29–35. Available From: <https://cejnm.osu.cz/pdfs/cjn/2014/01/06.pdf>
3. Ningsih DA, Fahriani M, Azhari M, Oktarina M. Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester I. *Jurnal SMART Kebidanan*. 2020;7(1):1. DOI: <http://dx.doi.org/10.34310/sjkb.v7i1.320>
4. Efrizal W. Asuhan Gizi Pada Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum. *Jurnal Gizi Prima*. 2021;6:15–27. DOI: <https://doi.org/10.32807/jgp.v6i1.243>
5. Putri Y, Ronalen. Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Indra Iswari, Sst, Skm, Mm Kota Bengkulu. *J Chem Inf Model*. 2013;53(9):1689–99. DOI: <https://doi.org/10.56338/pjkm.v11i2.2057>
6. Pratiwi. Efektifitas Pemberian Aroma Terapi Lavender Dalam Menurunkan Rasa Mual Dan Muntah Pada Pasien Hiperemesis Gravidarum. 2011; DOI: <https://doi.org/10.31258/jni.2.1.60-69>
7. Author S, Newsom CT. Aromatherapy for treatment of postoperative nausea and vomiting. *J Perioper Pract*. 2014;24(12):266. DOI: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD007598.pub3>
8. Safajou F, Soltani N, Taghizadeh M, Amouzeshi Z, Sandrous M. The effect of combined inhalation aromatherapy with lemon and peppermint on nausea and vomiting of pregnancy: A double-blind, randomized clinical trial. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2020;25(5):401–6. Available From: [https://journals.lww.com/jnmr/fulltext/2020/25050/the\\_effect\\_of\\_combined\\_inhalation\\_aromatherapy.7.aspx](https://journals.lww.com/jnmr/fulltext/2020/25050/the_effect_of_combined_inhalation_aromatherapy.7.aspx)
9. Rofi'ah S, Widatiningsih S, Sukini T. Efektivitas Aromaterapi Lemon untuk Mengatasi Emesis Gravidarum. *Jurnal Kebidanan*. 2019;9(1):9–16. DOI: <https://doi.org/10.31983/jkb.v9i1.3814>
10. Rofi'ah S, Widatiningsih S, Arfiana A. Studi Fenomenologi Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan*. 2019;8(1):41. DOI: <https://doi.org/10.31983/jrk.v8i1.3844>
11. Susanti E. Gambaran Cara Penangana Emesis Pada Kehamilan. *STIKes BTH Tasikmalaya*; 2020. Available From: <https://repository.universitas-bth.ac.id/979/>
12. Oktavia NS, Susanti D, Anggalia R. The effect of lemon tea aromatherapy on emesis gravidarum reduction in primigravida trimester I. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*. 2018;12(2):145–52. Available From: <https://e-journal.poltekkesjogja.ac.id/index.php/kia/article/view/148>

13. Rufaridah A, Herien Y, Mofa E. Pengaruh Seduhan Zingiber Offcinale (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*. 2019;4(1):204–9. DOI: <https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.1314>
14. Rofi'ah Siti HERT. Efektifitas Konsumsi Jahe dan Sereh Dalam Mengatasi Morning Sickness. *Jurnal Ilmiah Bidan*. 2017; DOI: <https://doi.org/10.61720/jib.v2i2.35>
15. Harahap HP, Oktafirnanda Y, Manggabarani S. Efektivitas serbuk jahe, aromaterapi lemon, teh daun mint terhadap emesis gravidarum trimester 1. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*. 2020;4(2):84–90. DOI: <https://doi.org/10.32536/jrki.v4i2.91>
16. Zuraida & Sari ED. Perbedaan Efektifitas Pemberian Essential Oil Peppermint dan Aroma Terapy Lavender terhadap Intensitas Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam tahun 2017. *Jurnal Munara Ilmu*. 2017;12(4). Available From: <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1007092>
17. Joulaecerad N, Ozgoli G, Hajimehdipoor H, Ghasemi E, Salehimoghaddam F. Effect of aromatherapy with peppermint oil on the severity of nausea and vomiting in pregnancy: a single-blind, randomized, placebo-controlled trial. *J Reprod Infertil*. 2018;19(1):32. Available From: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29850445/>