

Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum

Suyanti ¹, Nuryawatilina ², Putri Dewi Aulia ³, Ros Ayu Dewi ⁴

¹⁻⁴ Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Yayasan Pendidikan Imam Bonjol Majalengka
Email: ¹Ynt_agst@yahoo.co.id, ²nuryawatilina20@email.com, ^{3,*}putrideauli@gmail.com, ⁴Ayuuros@gmail.com

Article History:

Received Sep 19th, 2024

Accepted Oct 31th, 2024

Published Nov 13th, 2024

Abstrak

Mual muntah umumnya terjadi pada kehamilan trimester I karena pada masa ini ibu mulai mengalami perubahan hormon, organ janin seperti sistem syaraf, otak, dan jantung sudah mulai berkembang. Prevalensi mual muntah pada ibu hamil Trimester I di PMB Hj. Nunung, M.,S.St. pada tahun 2023-2024 mengalami kenaikan 37,9%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian aromaterapi peppermint terhadap ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum di PMB Hj. Nunung, M.,SST. Kabupaten Majalengka. Penelitian ini merupakan penelitian Quasy Eksperiment dengan One Group Pretest-Posttest Design. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I di PMB Hj Nunung, M.,S.ST., sebanyak 15 orang dan sampelnya 15 Ibu Hamil dengan teknik Purposive Sampling. Instrumennya menggunakan kuesioner, lembar observasi dan SOP. Analisis datanya menggunakan analisis univariat dengan distribusi tendensi sentral dan analisis bivariat dengan uji Wilcoxon Test. Mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum pemberian aromaterapi peppermint diperoleh rata-rata skor sebesar 3,46 dan setelah pemberian aromaterapi peppermint diperoleh rata-rata skor sebesar 2,2. Ada pengaruh pemberian aromaterapi peppermint terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil emesis gravidarum di PMB Hj Nunung, M.,S.St tahun 2024 dengan nilai p value = 0,000. Diharapkan ibu hamil dapat meningkatkan peran aktifnya dalam mendapatkan informasi kesehatan terutama yang menyangkut pengurangan rasa mual seperti aromaterapi peppermint yang tentunya aman bagi ibu dan janin.

Kata kunci : Aromaterapi Peppermint, emesis gravidarum, Trimester I

Abstract

Nausea, vomiting generally occurs in the first trimester of pregnancy because at this time the mother begins to experience hormonal changes, fetal organs such as the nervous system, brain and heart have begun to develop. Prevalence of nausea and vomiting in first trimester pregnant women at PMB Hj. Nunung, M., S.St. in 2023-2024 there will be an increase of 37.9%. This study aims to determine the effectiveness of giving peppermint aromatherapy to first trimester pregnant women with emesis gravidarum at PMB Hj. Nunung, M., SST. Majalengka Regency. This research is a Quasy Experimental research with One Group Pretest-Posttest Design. The population of this study was all 15 pregnant women in the first trimester at PMB Hj Nunung, M., S.ST. and the sample was 15 pregnant women using the purposive sampling technique. The instruments use questionnaires, observation sheets and SOPs. Data analysis used univariate analysis with central tendency distribution and bivariate analysis with the Wilcoxon Test. Nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester before administering peppermint aromatherapy obtained an average score of 3.46 and after administering peppermint aromatherapy obtained an average score of 2.2. There is an effect of giving peppermint aromatherapy on reducing nausea and vomiting in pregnant women with emesis gravidarum at PMB Hj Nunung, M., S.St in 2024 with a p value = 0.000. It is hoped that pregnant women can increase their active role in obtaining health information, especially regarding reducing nausea, such as peppermint aromatherapy, which is certainly safe for the mother and fetus.

Keywords : Peppermint Aromatherapy, emesis gravidarum, First Trimester

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang terjadi pada wanita akibat terjadinya pembuahan antara sel kelamin pria dan wanita. Dengan kata lain, kehamilan terjadi bila sel telur dibuahi oleh sperma, tertanam di dalam rahim, dan berkembang hingga janin lahir [1].

Emesis Gravidarum saat hamil biasanya terjadi pada trimester pertama, dan tanda-tanda awal kehamilan ini biasanya muncul 8 hingga 2 minggu setelah pembuahan. Selama kehamilan, hormon meningkatkan aliran darah dan menyebabkan mual. Mual dapat terjadi pada siang hari, pagi hari, atau malam hari. Ibu hamil biasanya mengalami penurunan nafsu makan dan tidak boleh makan. Namun, karena kondisi ini sangat umum, hiperemesis gravidarum tidak diketahui berdampak pada kesehatan janin, karena tubuh ibu merespons hormon selama kehamilan. Mual dan muntah biasanya hilang pada trimester kedua. Hampir 50-90% muntah saat hamil terjadi pada 3 bulan pertama atau awal kehamilan. Muntah saat hamil sering terjadi antara usia kehamilan 8 dan 2 minggu dan berangsur-angsur berkurang, biasanya berhenti pada usia kehamilan 16 minggu [2].

Menurut WHO (2021), angka emesis gravidarum pada tahun 2020 bervariasi secara global, berkisar antara 1 hingga 3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,3% di Swedia, 0,5% di California, dan 0,8% di Kanada dan Amerika Serikat. Prevalensi muntah saat hamil pada ibu hamil adalah 0,5% hingga 2% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki dan Amerika Serikat [4].

Angka kejadian hiper*Emesis Gravidarum* di Indonesia tahun 2021 adalah 1,5-3% dari wanita hamil. Jumlah ibu hamil di Indonesia tahun 2021 sebanyak 5.256.483 ibu hamil. Adapun angka kematian ibu di Indonesia saat ini adalah 305 per 100.000 kelahiran hidup. Sebagian besar penyebab kematian ibu adalah perdarahan (25,2%), infeksi (11,1%), sepsis (15%), hipertensi dalam kehamilan (12%), komplikasi aborsi tidak aman (13%), sebab lain (8%), misalnya jantung, diabetes, anemia, malaria dan termasuk juga hiper*Emesis Gravidarum* [5].

Menurut Profil Kesehatan Jawa Barat tahun 2022 mual muntah adalah satu ketidaknyamanan pada kehamilan dan sebagian besar pada awal trimester. Mual muntah merupakan akibat dari perubahan sistem endokrin akibat peningkatan *Hormon Chorionic Gonadotrophin* (hCG) selama kehamilan. Selain itu teori lain menyebutkan mual muntah tersebut akibat dari hormon pada otot polos lambung, terutama efek pada motilitas saluran gastrointestinal bagian atas yang berakibat pada perlambatan pengosongan lambung. Penanganan mual muntah tidak segera dapat mengakibatkan *intra uterin growth restriction*, *intra uterin fetal date* serta kelainan kongenital. Sedangkan dampak yang terjadi pada ibu yaitu dehidrasi, gangguan asam basa serta kekurangan kalium. Sekitar 50-80% ibu hamil mengalami ketidaknyamanan mual dan muntah. Di Jawa Barat sendiri terdapat 13% ibu hamil mengalami mual muntah dari seluruh kehamilan. [7].

Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Majalengka tahun 2020. tingginya angka kejadian *Emesis Gravidarum* pada wanita hamil sebesar 50% - 70%, dan angka kejadian hiper*Emesis Gravidarum* sebesar 10 - 15% di Kabupaten Majalengka jumlah ibu hamil yang ada itu sebanyak 14.824 jiwa. Pada tahun 2021 kejadian *Emesis Gravidarum* pada wanita hamil yaitu sebesar 70% - 90%, dan hiper*Emesis Gravidarum* sebesar 20 - 25% di Kabupaten Majalengka jumlah ibu hamil yang ada yaitu sebanyak 17.179 jiwa. Puskesmas dengan kasus tertinggi kejadian emesis gravidarum pada wanita hamil yaitu di Puskesmas Munjul sebesar 40,0%, di urutan kedua yaitu di Puskesmas Majalengka sebesar 36,14% dan di urutan ketiga yaitu di Puskesmas Panyingkiran sebesar 34,7% [8].

Hasil dari studi pendahuluan pada tanggal 18 Januari 2023 di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST. diketahui bahwa prevalensi kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I pada tahun 2023 sebanyak 128 kasus (37,9%), dari 337 ibu hamil. Sedangkan pada tahun 2024, tercatat jumlah ibu hamil trimester I pada bulan Januari sebanyak 17 orang. Kemudian penulis juga memperoleh informasi dari 8 orang ibu hamil trimester I, di dapatkan 5 orang mengeluh mual dan kadang-kadang

disertai muntah, sedangkan 3 orang lainnya tidak mengalami keluhan. Dari 8 ibu hamil, 5 orang mengatakan biasanya jika mengalami mual diatasi dengan mengonsumsi buah dan meminum jamu-jamuan tradisional, sedangkan 3 orang lainnya, hanya melakukan istirahat secukupnya, dan ketika ditanya pernah mencium aromaterapi peppermint untuk mengurangi mual muntah belum pernah mengetahui dan mencobanya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST. tahun 2024”.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas pemberian aromaterapi peppermint pada ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST., yang dilaksanakan pada bulan Juli tahun 2024 dengan jumlah responden sebanyak 15 ibu hamil trimester I.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

- a. Gambaran Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum Pemberian Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. tahun 2024

Tabel 1. Distribusi Tendensi Sentral Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum Pemberian Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. tahun 2024

Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I	Mean	Median	Standar Dev	Min-Max	95% CI
Sebelum Pemberian Aromaterapi Peppermint	3,46	3,0	0,743	3-5	3,05-3,87

Berdasarkan tabel 4.1, menunjukkan bahwa emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum pemberian aromaterapi peppermint diperoleh rata-ratanya sebesar 3.46 dengan nilai median 3.0 dan standar deviasinya sebesar 0.743. Skor emesis gravidarum paling sedikit adalah 3 dan paling banyak adalah 5. Menurut hasil 95% CI, diyakini bahwa emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum pemberian aromaterapi peppermint di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. berada di antara 3,05 sampai dengan 3,87.

- b. Gambaran Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I Setelah Pemberian Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. tahun 2024

Tabel 2. Distribusi Tendensi Sentral Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I Setelah Pemberian Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. tahun 2024

Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I	Mean	Median	Standar Dev	Min-Max	95% CI
Setelah pemberian aromaterapi papermint	2,20	2,0	0,774	1-4	1,77-2,62

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I setelah pemberian aromaterapi papermint diperoleh rata-rata 2,20 dengan nilai median 2.0 dan standar deviasinya sebesar 0.774. Skor emesis gravidarum paling sedikit adalah 1 dan paling banyak adalah 4. Menurut hasil 95% CI, diyakini bahwa emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I setelah pemberian aromaterapi papermint di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. berada di antara 1,77 sampai dengan 2,62.

2. Analisis Bivariat

- a. Efektivitas Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester 1 di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST. tahun 2024. Sebelum dilakukan uji hipotesis, data diuji normalitas terlebih dahulu. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Shapiro Wilk* karena memiliki kurang dari 50 subjek atau responden. Kriteria ujinya, data berdistribusi normal jika ρ value > 0,05 dan data berdistribusi tidak normal jika ρ value < 0,05. Adapun hasil uji normalitas dengan *Shapiro Wilk* sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Uji Normalitas

Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I	<i>Saphiro Wilk</i>				
	Mean	Median	SD	df	ρ value
Sebelum Pemberian aromaterapi papermint	3,46	3,0	0,743	15	0.000
Setelah Pemberian aromaterapi papermint	2,20	2,0	0,774	15	0.010

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa didapatkan hasil uji normalitas emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum pemberian aromaterapi papermint dengan uji *Shapiro Wilk* diperoleh mean sebesar 3.46, median 3,0 dengan standar deviasi 0,743, sementara hasil uji diperoleh ρ value = 0,000, hal ini berarti bahwa ρ value < 0,05 hal ini berarti data berdistribusi tidak normal. Demikian juga hasil uji normalitas emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I setelah pemberian aromaterapi papermint dengan uji *Shapiro Wilk* diperoleh mean 2.20 median 2.00 dengan standar deviasi 0.774. Sesuai hasil uji statistik diperoleh ρ value = 0,010, hal ini berarti bahwa ρ value < 0,05 hal ini berarti bahwa ρ value < 0,05 hal ini berarti data berdistribusi tidak normal. Karena hasil uji menunjukkan data berdistribusi tidak normal maka analisisnya menggunakan uji *wilxocon test*, hasilnya dapat dilihat pada tabel 4:

Tabel 4. Efektivitas Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester 1 di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST. tahun 2024

Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I	Uji t Berpasangan			
	Mean	N	SD	ρ value
Sebelum Pemberian aromaterapi papermint	3,46	3,0	0,743	0,000
Setelah Pemberian aromaterapi papermint	2,20	2,0	0,774	

Berdasarkan tabel 4, didapatkan bahwa rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum pemberian aromaterapi papermint yaitu 3.46 sedangkan setelah pemberian aromaterapi papermint yaitu 2.20. Hal ini menunjukkan ada perbedaan atau penurunan sebesar 1,26 hasil ini didukung oleh uji statistik dengan uji t berpasangan yang menghasilkan ρ value = 0,000 yang berarti ρ value < α (0,05) sehingga hipotesis non ditolak. Dengan demikian maka aromaterapi peppermint efektif terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST. tahun 2024.

Pembahasan

1. Gambaran Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum Pemberian Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. sebelum pemberian aromaterapi papermint sebesar 3,46. Ibu hamil trimester 1 yang mengeluh mual muntah, ibu mengalami adanya perubahan rasa yang tidak nyaman dan perasaan ingin muntah di pagi hari terutama jika ibu mencium aroma yang tidak biasa atau tidak enak, bawaan dari bayi dan karena kondisi perut yang mengalami perkembangan, mual muntah yang dialami ibu sering terjadi di awal-awal kehamilan dengan frekuensi 1 - 2 kali sehari, dan ada juga yang sampai 5 kali. Ibu hamil trimester I mengeluh mual muntah yang masih wajar akibat kehamilan yang sedang dialaminya serta sesuai dengan kondisi ibu hamil, mual muntah yang ibu rasakan terkadang sering muncul dalam satu waktu atau bahkan terkadang jarang terutama usia kehamilan yang semakin tua.

Hasil penelitian ini lebih tinggi dibanding dengan penelitian Mutiah (2019) di Puskesmas Baso Kabupaten Agam rata-rata intensitas mual muntah pada kelompok peppermint saat pretest adalah 2,38. Juga hasil penelitian yang dilakukan oleh (Akbarini et al., 2022) di Kabupaten Brebes pada ibu hamil trimester I menunjukkan bahwa rata-rata mual muntah sebelum perlakuan adalah 3,1 kali per hari. [10]

Mual (*nausea*) dan muntah (*morning sickness*) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan triwulan I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (Tyastuti & Wahyuningsih, 2018).

Mual muntah adalah keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan muda (Enny, 2018). Mual muntah adalah keluhan yang sering terjadi pada pagi hari sehingga dikenal dengan (*morning sickness*) kasus ini dapat terjadi 50% dan terbanyak terjadi pada umur kehamilan 6-12 minggu (Saleh et al., 2022).

Pendapat Amiliano (2018), bahwa dampak emesis gravidarum apabila tidak ditangani dengan baik, akan menimbulkan gejala mual muntah yang berat, serta persisten yang terjadi pada awal kehamilan, sehingga mengakibatkan dehidrasi, gangguan elektrolit, atau defisiensi nutrisi. Penderita yang mengalami emesis gravidarum akan menjadi hiperemesis gravidarum dengan skala muntah mencapai hingga 10 kali selama 24 jam, maka akan berakibat buruk bagi kesehatan ibu hamil. Hal ini, dapat berpengaruh pada aktivitas sehari-hari ibu (Ani dkk, 2020).

Menurut penelitian Iskandar (2017) dalam Asri et al., (2019) ibu hamil yang mengalami mual muntah harus memahami cara mengatasi mual muntah pada saat hamil trimester pertama. Mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dimasyarakat masih banyak terjadi dan masih dianggap hal yang biasa saja terjadi pada ibu hamil tanpa melakukan upaya penanganan yang tepat. Untuk mengatasi mual muntah sebagian besar ibu hamil masih banyak yang menggunakan terapi farmakologis. Terapi pelengkap non farmakologis dapat digunakan karena sifatnya non invasif, murah, sederhana, efektif, dan tanpa efek samping yang merugikan. Terapi komplementer dengan menggunakan tanaman herbal. Salah satu cara yang aman untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil yaitu menggunakan jahe, aromaterapi peppermint, dan lemon (Asri et al., 2019).

Masih terdapatnya ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah, maka upaya yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan untuk mengatasi mual muntah dengan memberikan penyuluhan tentang penanganan mual muntah secara non farmakologis salah satunya dengan aromaterapi lemon sebagai cara alternatif yang lebih mudah dan praktis dibuat oleh ibu di rumah, dan bagi ibu hamil trimester I untuk melakukan pemeriksaan kehamilan sesuai dengan jadwal atau jika mengalami keluhan mual muntah yang berlebih dapat dilakukan menggunakan pemberian aromaterapi papermint.

2. Gambaran Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I Sesudah Pemberian Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. setelah pemberian aromaterapi papermint diperoleh rata-rata 2,20. Penurunan keluhan mual muntah ini kemungkinan dikarenakan responden mengikuti instruksi sesuai dengan SOP, responden melakukan terapi menggunakan Aromaterapi lemon dengan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahayuningsih (2020) di Kelurahan Sukoharjo bahwa hasil akhir dari ke-5 subjek mengalami penurunan frekuensi mual dan muntah 3-6 kali yaitu sebelum dilakukan pemberian aroma terapi peppermint frekuensi mual dan muntah 5-9 kali, setelah dilakukan pemberian aroma terapi peppermint frekuensi mual dan muntah menjadi 2-3 kali. Tidak ada tanda-tanda malnutrisi, nafsu makan meningkat, membran mukosa tampak lembab dan tidak pucat. Juga penelitian Mutiah (2019) di Puskesmas Baso Kabupaten Agam rata-rata intensitas mual muntah pada kelompok peppermint saat pretest adalah 2,38 dan menurun pada saat posttest menjadi 1,00.

Pencegahan dan pengurangan keluhan mual muntah dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Penanganan secara farmokologi dilakukan dengan cara mengkonsumsi obat-obatan seperti obat anti metik atau vitamin B6, namun obat-obatan ini memiliki efek samping yang kemungkinan dialami oleh ibu hamil seperti; sakit kepala, diare dan mengantuk (Saleh et al., 2022). Penatalaksanaan lain yang bisa diberikan adalah secara non farmakologi atau terapi komplementer yang mempunyai kelebihan lebih murah dan tidak mempunyai efek samping farmakologi, salah satu terapi yang aman dan bisa diberikan pada ibu hamil yang mengalami mual muntah dengan memberikan aromaterapi lemon (Wulandari et al., 2021).

Adanya pengurangan mual muntah pada ibu hamil, maka upaya petugas kesehatan adalah dengan memberikan penyuluhan kepada ibu hamil mengenai penanganan secara non farmakologis yaitu dengan pemberian aromaterapi papermint untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil. Bagi ibu hamil agar selalu melakukan pemeriksaan secara rutin kepada petugas kesehatan pada masa kehamilan sehingga mual muntah yang ibu alami dapat diatasi dan tidak berdampak buruk pada kesehatan ibu.

3. Efektivitas Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester 1 di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST. tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi peppermint efektif terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST. tahun 2024. Adanya hubungan hal ini dapat dikarenakan terapi lemon efektif menurunkan atau mengurangi efek mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Azizah Alasri (2019) di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang bahwa ada pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pemberian rebusan daun mint terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. Juga penelitian Mutiah (2019) di Puskesmas Baso Kabupaten Agam rata-rata intensitas mual muntah pada kelompok peppermint saat pretest adalah 2,38 dan menurun pada saat posttest menjadi 1 dengan P-value 0,004. Intensitas mual muntah kelompok Pomelo pada pretest adalah 6.38 turun menjadi 1,75 pada saat posttest dengan P-value 0,000. Hasil uji lanjut didapatkan tidak ada perbedaan bermakna intensitas mual muntah antara kedua kelompok dengan Sig. 0,428. Juga penelitian Zuraida dan Sari (2017) di Puskesmas Baso Kabupaten Agam menunjukkan bahwa peppermint lebih efektif melawan penurunan mual muntah pada ibu hamil dengan $p = 0,017$.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa salah satu aromaterapi yang sering digunakan ialah peppermint (*mentha piperita*). Peppermint termasuk dalam marga labiate yang memiliki tingkat keharuman yang sangat tinggi, aroma yang dingin menyegarkan dan bau mentol yang mendalam. Peppermint mengandung khasiat anti kejang dan penyembuhan yang baik untuk kasus mual, salah cerna, susah membuang gas diperut, diare, sembelit, sakit kepala dan pingsan (Lubis, 2019).

Salah satu metode non farmakologis yang bisa diberikan adalah dengan aromaterapi peppermint. Aromaterapi peppermint mengandung minyak atsiri menthol yang memiliki efek karminatif dan antispasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran pencernaan sehingga mampu mengatasi atau menghilangkan mual dan muntah. Mekanisme kerja aromaterapi dalam tubuh 3 manusia berlangsung melalui sistem sirkulasi dan sistem penciuman (Rahayuningsih, 2020).

Adanya pengaruh pemberian aromaterapi papermint terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil emesis gravidarum, maka petugas kesehatan dalam mencegah dan mengatasi mual muntah pada ibu hamil yaitu dengan memberikan penyuluhan pada ibu hamil mengenai penanganan mual muntah secara non farmakologis salah satunya dengan Aromaterapi lemon sebagai cara alternatif yang lebih mudah dan praktis, dan bagi ibu hamil trimester I untuk melakukan pemeriksaan kehamilan sesuai dengan jadwal atau jika mengalami keluhan mual muntah yang berlebih dapat menggunakan cara alternatif dengan pemberian aromaterapi papermint.

4. KESIMPULAN

Rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. Sebelum pemberian aromaterapi papermint sebesar 3,46. Rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Bidan Hj. Nunung M.,S.ST. Setelah pemberian aromaterapi papermint diperoleh rata-rata 2,20. Aromaterapi peppermint efektif terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di PMB Bidan HJ Nunung M.,S.ST. Tahun 2024.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Pratiwi, & Fatimah. (2019). *Patologi Kehamilan:Memahami Berbagai Penyakit di Komplikasi Kehamilan*. Pustaka Baru Press.
- [2]. Yanuaringsih et al., Yuliani, Diki Retno, dkk. 2021. *Asuhan Kehamilan*. Jakarta: Yayasan Kita Menulis
- [3]. WHO. 2021. *Maternal Mortality: World Health Organization*.
- [4]. Khasanah, Y. Y. (2020). *Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Dengan Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan*. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(6), 233–239.
- [5]. Kemenkes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [6]. Riskesdas (2018). *Laporan Provinsi Banten Riskesdas 2018/ Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Jakarta : Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Retrieved from file ://C:/Users/user/Downloads/2019-riskesdas-banten.pdf
- [7]. Dinas Kesehatan Jawa Barat. (2022). *Profil Kesehatan Jawa Barat*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Bandung: Dinas Kesehatan Jawa Barat.
- [8]. Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Majalengka*. Majalengka: Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka.
- [9]. Sugiyono. (2019). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung : Alfabeta
- [10]. Mutiah. (2019). *Perbedaan mual muntah dengan emesis gravidarum*. di Puskesmas Baso Kabupaten Agam
- [11]. Akbarini et al., 2022. *Ibu hamil trimester I rata-rata mual muntah sebelum perlakuan*. di Kabupaten Brebes
- [12]. Tyastuti, S., & Wahyuningsih, H. P. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [13]. Enny, F. (2018). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan*. *BMC Public Health*.
- [14]. Saleh, U. K., Susilawati, E., Rahmawati, N., & Saudia, B. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Bandung: CV. Media Sains Indonesia.