

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP FREKUENSI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL DI PMB MURTINAWITA TAHUN 2023**

**DWI NANDA PUTRI<sup>1</sup>, RISA PITRIANI<sup>2</sup>, IKA PUTRI DAMAYANTI<sup>3</sup>**

Program Studi Sarjana dan Profesi Kebidanan, Fakultas Kesehatan

Universitas Hang Tuah Pekanbaru, Pekanbaru, Riau<sup>1,2</sup>

Email: risapitriani@htp.ac.id<sup>1\*</sup>

**Abstrak:** Kehamilan adalah bersatunya *spermatozoa* dan *ovum* yang hasil konsepsinya akan di tanam di endometrium. Salah satu ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu hamil disebabkan karena masa adaptasi fisiologis tubuh ibu hamil terhadap kehamilannya. Ketidaknyamanan penyumbang terbesar adalah mual muntah bahwa 60-70% ibu hamil mengalami mual muntah (*emesis gravidarum*). Mual muntah merupakan perasaan pusing, perut kembung dan badan terasa lelah disertai keluarnya isi perut frekuensi kurang dari 5 kali sehari. Salah satu penatalaksananya dengan menggunakan terapi non-farmakologis adalah pemberian aromaterapi *peppermint*. Dari survey pendahuluan yang dilakukan di PMB Murtinawita banyak masyarakat tidak mengetahui cara penanganan mual muntah dengan menggunakan aromaterapi *peppermint*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas aromaterapi *peppermint* terhadap frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pada ibu hamil di PMB Murtinawita Tahun 2023. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan *Desain One Group Test Post Test*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah sampel 19 orang dan pengumpulan data menggunakan lembar ceklis PUQE-24. Metode analisis menggunakan Uji Wilcoxon. Hasil Uji Wilcoxon didapatkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap frekuensi *emesis gravidarum* ( $p\text{-value}=0,000$ ). Diharapkan PMB Murtinawita kota Pekanbaru ruang tunggu dan ruang periksa memakai aromaterapi dan mahasiswa mampu membuat produk aromaterapi di mata kuliah teknologi tepat guna serta peneliti selanjutnya dapat memberikan aromaterapi dengan diffuser dan lilin aromaterapi.

**Kata Kunci :** Ibu Hamil, *Emesis gravidarum*, Aromaterapi *Peppermint*

**Abstract:** *Pregnancy is a case that occurs on a woman. Some of the discomfort felt by pregnant women is caused by the physiological adaptation period of the pregnant woman's body to her pregnancy. The biggest contributing discomfort is nausea and vomiting so that 60-70% of pregnant women experience nausea and vomiting ( emesis gravidarum ). Emesis gravidarum is a feeling of dizziness, flatulence and body feeling tired accompanied by discharge of stomach contents with a frequency of less than 5 times a day. One of the treatments using non-pharmacological therapy is giving peppermint aromatherapy. The purpose of this study was to determine the effectiveness of peppermint aromatherapy on the frequency of emesis gravidarum in trimester pregnant women at PMB Murtinawita in 2023. This research design used a pre-experimental design with a One Group Test Post Test. The research was conducted at PMB Murtinawita, Pekanbaru City. In this study used purposive sampling by considering inclusion and exclusion criteria with total sample 19 people. The data were collected through sheet PUQE-24 checklist. The collected data were analyzed by Wilcoxon test. The findings of this study revealed that the results Wilcoxon test obtained that There is influence gift aroma therapy peppermint to frequency emesis gravidarum (  $p\text{-value} = 0.000$  ). Then, the results of external variables obtained from statistical results using the chi-square test  $p\text{-value}>0,05$  show that there is no relationship between age, occupation and parity with incident emesis gravidarum. Hopefully, PMB Murtinawita, Pekanbaru City waiting room and examination room will use aromatherapy and students will be able to make aromatherapy products in appropriate technology courses and future researchers can provide aromatherapy with diffusers and aromatherapy candles.*

**Keywords :** *Pregnant Mother, Emesis gravidarum , Aromatherapy Peppermint*

## A. Pendahuluan

Kehamilan merupakan sesuatu yang alamiah terjadi pada ibu hamil. Perubahan-perubahan yang terjadi pada wanita selama kehamilan normal adalah fisiologis, bukan patologis (Lusiana, 2020). Menurut WHO (World Health Organization) kehamilan merupakan terjadi sembilan bulan atau lebih dimana seorang perempuan membawa embrio dan janin yang sedang berkembang di dalam rahimnya, masa kehamilan merupakan dimulainya dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya kehamilan normal 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) di mulai hitung dari hari pertama haid terakhir (WHO, 2020). Beberapa ibu mengalami ketidaknyamanan terutama pada trimester pertama karena masa adaptasi fisiologis tubuh ibu hamil terhadap kehamilannya karena hormon estrogen dan progesteron yang meningkat (Siti, 2021).

Ketidaknyamanan pada trimester pertama salah satu penyumbang terbesar di rasakan ibu hamil adalah mual muntah sebanyak 60-70% ibu hamil mengalami mual muntah. Gejala mual muntah adalah bagian dari spectrum normal kehamilan 12-16 minggu (Yantina, 2016). Mual muntah atau biasa dikenal dengan emesis gravidarum merupakan perasaan pusing, perut gembung dan badan terasa lemas di sertai keluarnya isi perut dengan durasi kurang dari 5 kali sehari pada ibu hamil trimester I (Ayudia dkk, 2020). Serta terjadinya kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena pada saat hamil terjadi peningkatan hormon estrogen, progesteron, dan dikeluarkannya human gonadotropine plasenta (Yantina, 2016). Hormon-hormon itulah yang menyebabkan emesis gravidarum. Penyebab dari emesis gravidarum adalah terjadi relaksasi pada otot-otot pencernaan antara lain peristaltik di lambung sehingga pencernaan makanan oleh lambung menjadi lebih lama dan mudah terjadi peristaltik balik ke esophagus (Atiqoh, 2020).

Emesis gravidarum tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gejala mual dan muntah yang berat serta persisten yang terjadi pada awal kehamilan sehingga dapat menyebabkan dehidrasi, gangguan elektolit nutrient yang biasa dikenal hyperemesis gravidarum. Mual pada kehamilan merupakan spectrum normal, sedangkan hyperemesis gravidarum merupakan keadaan yang lebih esktrim. Tidak seperti morning sicknees yang di anggap ringan dan fisiologis, hyperemesis dapat mengakibatkan dampak buruk pada ibu hamil maupun janin (Yantina, 2016).

Penatalaksanaan emesis gravidarum dapat di tangani dengan melakukan pemeriksaan kehamilan pada bidan dan peran bidan sangat penting dalam memberikan asuhan ketidaknyamanan kepada ibu salah satunya mual muntah yaitu secara farmakologis seperti pemberian obat antimetik atau histamine maupun non farmakologis (Karikasari, 2017). Seiring berkembangnya zaman dengan teknologi tepat guna dalam bidang kesehatan di marakkan penggunaan teknologi tersebut untuk mengurangi penggunaan pengobatan famakologis termasuk juga dalam hal mengurangi mual muntah. Mual muntah bisa menggunakan pengobatan non famakologis agar mengurangi dampak negatif bagi janin dan mempengaruhi tumbuh kembang janin. Salah satunya pengobatan non farmakologis beguna mengurangi mual muntah adalah penggunaan aromaterapi (Sentuf, 2022).

Penggunaan pengobatan aromaterapi banyak manfaatnya akan tetapi penggunaan secara berlebihan maka bisa menimbulkan efek samping berupa pusing dan mual jika menghirup aromaterapi tersebut terlalu lama yaitu lebih dari 1 tahun dan terlalu sering yaitu lebih dari 10 kali perhari (Dewi, 2018).

Aromaterapi yang sering digunakan adalah aromaterapi peppermint. Peppermint dapat sebagai perasa dingin, peppermint memiliki kandungan menthol dengan rasa dingin yang mampu memberikan rasa sejuk pada permukaan kulit yang dioleskan maupun dihirup. Hal ini karena peppermint mengandung anti mual yang dapat memberikan sensai rileks, tenang dan menyegarkan hingga dapat menurunkan rangsangan otonom sehingga berkurangnya produksi saliva serta tidak akan berlanjut ke muntah. Daun mint mengandung minyak atsiri yaitu mentol yang berpotensi dapat memperlancar sistem pencernaan dan meringankan kram pada perut karena memiliki efek anastesi ringan serta peppermint juga mengandung karminatuf dan anti spamodik yang bekerja pada usus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu

mengurangi mual dan muntah. Penggunaan aromaterapi peppermint ini sesuai dosis secara teratur akan berintraksi dengan senyawa yang ada di peppermint dengan sistem pencernaan ibu hamil. Kandungan yang ada di peppermint yaitu 50% terdiri dari mentol, 10-30% menton, 10% mentil asetat dan derivat mentoterpen lain seperti pulgeon, piperiton dan mentafuran. Penggunaan aromaterapi peppermint sangat mudah, sederhana, efektif dan tanpa efek samping yang dapat merungikan kondisi ibu dan calon bayi (Sentuf, 2022). Cara penggunaan menggunakan tissue yang ditetesi 1-5 tetes minyak essensial peppermint lalu dihirup secara langsung selama 5-10 menit, ketika ibu hamil mengalami mual dan muntah (Karikasari, 2017).

Kehamilan dengan hyperemesis gravidarum menurut WHO jumlah kejadian mencapai 12,5% dari jumlah kehamilan diseluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, 1,9% di Turki. Kejadian hyperemesis gravidarum juga banyak terjadi di Asia contohnya di Pakistan, Turki, dan Malaysia. Sedangkan angka kejadian hyperemesis gravidarum di Indonesia adalah mulai dari 1%-3% dari seluruh kehamilan (Tanjung, 2020).

Hasil Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019 menunjukkan dari 33 provinsi di Indonesia angka kejadian hyperemesis gravidarum merupakan mulai dari 1-3% dari seluruh kehamilan. Di Jawa Tengah terdapat 56,60% ibu hamil dari 121.000 dengan hyperemesis gravidarum, dan di kabupaten Jepara terdapat 50,21% ibu hamil yang mengalami hyperemesis gravidarum dari jumlah ibu hamil (Arsidiani, 2020).

Berdasarkan data profil Pekanbaru jumlah ibu hamil K1 di Kota Pekanbaru mencapai 86,4% dari jumlah ibu hamil 22,125 jiwa, dan paling tertinggi yaitu Kecamatan Payung Sekaki pada Puskesmas Payung Sekaki 83,5% dari jumlah ibu hamil 2,488 jiwa, Kecamatan Tenayan Raya Pada Puskesmas Rejosari 76,7% dari jumlah ibu hamil 2,338 jiwa, dan Kecamatan Tampan Puskesmas RI Sidomulyo 93,1% dari jumlah ibu hamil 2,057 jiwa, Kecamatan Marpoyan Damai Puskesmas Garuda 96,5% dari jumlah ibu hamil 1,793 jiwa, Kecamatan Tampan Puskesmas Sidomulyo 93,6% dari jumlah ibu hamil 1,685 jiwa dan data paling terendah Rumbai Puskesmas RI Muara Fajar 92,4 % dari jumlah ibu hamil 289 jiwa (Profil Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2020).

Dari hasil survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dari Puskesmas Rejosari PMB Murtinawita merupakan PMB kunjungan terbanyak ibu hamil dimana di dapatkan jumlah ibu hamil 3 bulan terakhir dari bulan Oktober-Desember 2022 sebanyak 123 orang ibu hamil. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dari 10 orang ibu hamil terdapat 4 orang ibu hamil mengetahui tentang aromaterapi peppermint, sedangkan 6 orang tidak mengetahui tentang aromaterapi peppermint dan yang tidak mengetahui aromaterapi peppermint untuk mengurangi mual muntah dengan memakan makanan yang asam seperti jeruk. Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti tertarik mengambil dengan judul "Efektivitas Aroma Terapi Peppermint Terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil di PMB Murtinawita Tahun 2023".

## **B. Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode Pre-Eksperimental, dengan desain penelitian menggunakan one-grup pretest-posttest design untuk melihat ini melihat frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi peppermint. Penelitian ini dilakukan di PMB Mutrinawita di Kota Pekanbaru. Pada tanggal 20 Maret s/d 26 April 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berkunjung di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru pada bulan Desember 2022 sebanyak 40 orang.. Besar sampel dalam penelitian ini berjumlah 19 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik "Purposive Sampling". Analisis data yang digunakan adalah univariat dan bivariat.

## **C. Hasil**

### **1. Analisis Univariat**

Data umum hasil penelitian merupakan gambaran tentang karakteristik responden yang meliputi Usia, Pekerjaan, Paritas.

**Tabel 1**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pekerjaan, dan Paritas Pada Ibu Hamil di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru**

Variabel	N	F	%
<b>Usia Ibu</b>			
<20 Tahun Dan >35	19	1	5,3
Tahun 20-35 Tahun		18	94,7
<b>Pekerjaan</b>			
Bekerja	19	4	21,1
Tidak Bekerja		15	78,9
<b>Paritas</b>			
Primigravida	19	4	21,1
Multigravida		15	78,9

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 19 ibu hamil yang mengalami mual muntah di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru Tahun 2023 hampir seluruh responden sebanyak 18 orang (94,7%) yang berusia 20-35 tahun, sebagian besar responden sebanyak 15 orang (78,9%) responden tidak bekerja, dan sebagian besar responden sebanyak 15 orang (78,9%) responden dengan kehamilan multigravida.

**Tabel 2**  
**Rata-Rata Skor *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Aromaterapi *Peppermint* Di PMB Murtinawita**

Skor <i>Emesis Gravidarum</i>	N	F	Mean	Beda Mean	%
Tidak Mengalami Mual Muntah	19	2			10,5
Mual Muntah Ringan	19	17	4,95		63,2
<b>Skor <i>Emesis Gravidarum</i></b>	<b>N</b>	<b>F</b>		<b>1,79</b>	<b>%</b>
Tidak Mengalami Mual Muntah	19	16			84,2
Mual Muntah Ringan	19	3	3,16		15,8

Tabel 2 diatas didapatkan rata-rata frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil sebelum diberikan intervensi aromaterapi peppermint adalah (4,95) dan rata-rata frekuensi sesudah diberikan intervensi aromaterapi peppermint menurun menjadi (3,16) dengan selisih skor emesis gravidarum (1,79).

## 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui frekuensi emesis gravidarum sebelum dan sesudah diberikan intervensi aromaterapi peppermint dan bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel luar (usia, pekerjaan, dan paritas). Hasil uji bivariat tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 3**  
**Efektivitas Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Frekuensi *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Di PMB Murtinawita**

Variabel	Aromaterapi <i>Peppermint</i>			
	N	Mean	SD	<i>p-Value</i>
<b>Tingkat Emesis Gravidarum</b>				
<b>Sebelum</b>	19	4,95	1,026	0,000
<b>Sesudah</b>	19	3,16	0,375	

\*Wilcoxon

Tabel 3 di atas di dapatkan hasil nilai  $p$ -value =0,000 ( $<0,05$ ) dapat disimpulkan bahawa Ha diterima artinya ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru Tahun 2023.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian efektivitas aromaterapi *peppermint* terhadap mual muntah pada ibu hamil yang dilakukan di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru Tahun 2023 tentang efektivitas aromaterapi *peppermint* terhadap frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil dari 20 Maret-26 April 2023 dengan peneliti menggunakan *Uji Wilcoxon* dengan syarat data tidak berdistribusi normal. Didapatkan bahwa rata-rata mual muntah sebelum di intervensi adalah 4,95 dan setelah di intervensi 3,16 didapatkan nilai  $p$ -value=0,000 ( $<0,05$ ) Maka disimpulkan bahwa Ha diterima artinya ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap frekuensi *emesis gravidarum*.

Hal di atas berdasarkan teori *Peppermint* dapat sebagai perasa dingin, *peppermint* memiliki kandungan menthol dengan rasa dingin yang mampu memberikan rasa sejuk pada permukaan kulit yang dioleskan maupun dihirup. Hal ini karena *peppermint* mengandung anti mual yang dapat memberikan sensasi rileks, tenang dan menyegarkan hingga dapat menurunkan rangsangan otonom sehingga berkurangnya produksi *saliva* serta tidak akan berlanjut ke muntah. Daun mint mengandung minyak atsiri yaitu *mentol* yang berpotensi dapat memperlancar sistem pencernaan dan meringankan kram pada perut karena memiliki efek anestesi ringan serta *peppermint* juga mengandung *karminatif* dan anti spasmodik yang bekerja pada usus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu mengurangi mual dan muntah (Sunuf, 2022).

Setelah diberikan perlakuan aromaterapi *peppermint* ibu mengalami mual muntah minimal 3 kali/hari dan maksimal 6 kali/hari, hal ini dikategorikan dengan tingkatan tidak mengalami mual muntah dan mual muntah ringan. Sesudah diberikan aromaterapi *peppermint* mual dan muntah ibu hamil mengalami perubahan minimal 1 kali/hari dan maksimal 3 kali/hari. Penelitian ini juga sependapat dengan (Ratih, 2017) bahwa rata-rata intensitas mual ibu hamil sebelum diberikan aromaterapi *peppermint* adalah 4,00 dan sesudah diberikan aromaterapi *peppermint* turun menjadi 2,35. Dari hasil uji Paired Sample T-Test didapatkan nilai  $t = 11,000$  dan  $p = 0,000$ , dimana  $p < 0,05$  maka  $H_1$  diterima, artinya Ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* untuk menurunkan mual pada ibu hamil.

Hasil penelitian ini sama dengan teori (Lubis, 2019) berdasarkan teori aromaterapi *peppermint* harus di hirup 2 cm dari hidung serta menghidup 5-10 menit dan dari hasil penelitian di dapatkan apabila responden menghirup terlalu dekat akan merasa lebih mual dan tidak enak di hirup ketika sudah di jarakkan 2 cm dari hidung responden merasakan enak ketika menghirup dan berdasarkan teori aromaterapi *peppermint* di hirup 5-10 menit dan dari hasil penelitian efek menghidup aromaterapi *peppermint* ini dapat di rasakan setelah 10 menit menghirup aromaterapi *peppermint*. Jadi dapat dinyatakan bahwa teori yang ada dengan hasil penelitian sama serta adanya pengaruh pemberian aromaterapi minyak *peppermint* secara inhalasi terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil.

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian yang peneliti lakukan kepada responden hasilnya sama dengan teori. Aromaterapi *Peppermint* tidak hanya dapat mengurangi mual muntah, dari penelitian beberapa responden mengatakan menghidup aromaterapi *peppermint* seperti perut diolesi minyak angin karena efek anestesi ringan yang di miliki *peppermint* sehingga dapat mengurangi rasa kram di perut, dan juga dapat mengurangi produksi *saliva* sehingga ibu hamil berkurang membuang air ludah serta dapat meningkatkan kualitas tidur ibu hamil.

### **D. Penutup**

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada karakteristik responden Usia, Pekerjaan, Paritas sebagian besar ibu hamil berusia 20-35 tahun yang mengalami *emesis gravidarum*, sedangkan hampir seluruh ibu hamil tidak bekerjadan paritas dengan kehamilan multigravida yang mengalami *emesis gravidarum* pada ibu hamil. Ada penurunan rata-rata skor *emesis*

gravidarum sebelum diberikan aromaterapi *peppermint* (4,95) dan sesudah diberikan aromaterapi *peppermint* (3,16) Di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru Tahun 2023. Ada efektivitas pemberian aromaterapi *peppermint* dalam mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil.

#### Daftar Pustaka

- Angraini, P. D. (2022). Faktor-Faktor Resiko Kejadian Hyperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Rsia Annisa 2021. *Scientia Journal*, 11(1), 189-193.
- Athika, I., Putra, H. K., & Thaib, S. H. (2016). Hubungan Hiperemesis Gravidarum Dengan Usia Ibu, Usia Gestasi, Paritas, Dan Pekerjaan Pada Pasien Rawat Inap Di RSUD Dr. Moh. Hoesin Palembang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan : Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 3(3), 166-171.
- Ayudia, dkk. 2020. *Aromaterapi Lemon Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil*. Yogyakarta : Bintang Madani
- Dewi, I. G. A. D.S., Asdiwinta, I. N., & Arisusana, I. M. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender (*Lavender Angustifolia*) Terhadap Insomnia Pada Lansia Banjar Tangtu Puskesmas II Denpasar Timur: The Influence Of Therapeutic Scents Of Lavender (*Lavender Angustifolia*) To Elderly With Insomnia In Banjar Tangu Puskesmas II Denpasar Timur. *Bali Medika Jurnal*, 5(1), 101-117.
- Bayu Irianti, dkk. 2015. *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti*. Jakarta: Sagung Solo.
- Gultom Lusiana dan Hutabarat Julietta. 2020. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Zifatama Jawa.
- Karikasari, R. I., Ummah, F., & Taqiyah, L. B (2017). Aromaterapi peppermint Untuk Menurunkan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil. *Stikes Muhammadiyah Lamongan. Program Studi Kebidanan Stikes Muhammadiyah Lamongan*, 9(02), 4-5.
- Martono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Depok: Kharisma Putra.
- Mitayani. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Muchtaridi. 2015. *Aroma Terapi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Mulia, T. R. P. B. (2020). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Dengan Masalah Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Kelurahan Sukoharjo. *IJMS- Indonesian Journal On Medical Science*, 7(2).
- Notoatmodjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT RINKEKA CIPTA.
- Nursalam, (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis* Jakarta : Salemba Medika.
- Oktaviani, T. (2023). Hubungan Usia Ibu Dan Karakteristik Kehamilan Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 8(1), 29-36.
- Prawiroharjo. 2012. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Rahayuningsih, T. (2020). Efektifitas Aromaterapi Peppermint Dengan Masalah Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Kelurahan Sukoharjo. *Indonesian Journal On Medical Science*, 7(2).
- Resida Ning Atiqoh. 2020. *Kupas Tuntas Hyperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlembih Dalam Kehamilan)*. Jakarta: One Peach Media
- Riyanto & Budiman. 2013. *Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rusiyanti, N., & Rosmadewi, R. (2019). Hubungan Usia, Paritas, Pekerjaan Dan Stress Dengan Emesis Gravidarum di Kota Bandar Lampung, *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 7-18.
- Sunaeni & sentuf. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum. *Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Sorong*, 2(1).
- Setiyaningsih, F. Y., & Isro'aini, A. Pengaruh Aroma Terapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmiah: J-HESTECH*, 5(1).
- Siti dan Rahmah. 2021. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Aceh: Parindah.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sutanto dan Fitriana. 2021. *Asuhan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

- Tanjung, W.W., & Nasution, E. Y. Akupresure Titik Perikardium 6 Pada Ibu Hamil Trimester I Akademi Kebidanan Darmais Padangsidempuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aafa (JPMA)*, 3(1),100-103. 2020.
- Yantina, Y.(2016). Pengaruh Pemberian Essensial Oil Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 2(4).