

PENGARUH AROMATERAPI LEMON TERHADAP FREKUENSI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASAR KEPAHANG

Yuni Ramadhaniati¹, Elza Wulandari², Syahara Higriani³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

^{*}Email Korespondensi: Yuniramadhaniati@gmail.com

Abstract : The Effect of Lemon Aromatherapy on The Frequency of Emesis Gravidarum in The Itrimester Pregnant Women in The Practice of Independent Midwife In The Work Area Kepahang Market Health Center. *If nausea and vomiting occur continuously and are not handled properly, it will continue to become hyperemesis gravidarum which has a bad effect on the health of the mother and fetus, so proper treatment is needed to deal with nausea and vomiting in pregnant women. This study aims to study the effect of giving lemon aromatherapy to emesis gravidarum in first trimester pregnant women in the Midwife Independent Practice of Pasar Kepahang Public Health Center in 2021. The type of research is Pre Experimental with the one group pretest - posttest. The population in this study were pregnant women in the first trimester who experienced Emesis Gravidarum on July 14-31 at the Midwife Independent Practice of the Pasar Kepahang Community Health Center. Sampling in this study using accidental sampling technique. Data collection techniques with primary and secondary data. The data analysis technique was univariate and bivariate analysis with Chi-Square (χ^2) test, and Contingency Coefficient (C) test. The results showed that before the intervention 7 mothers were in the moderate category. The minimum frequency of emesis gravidarum is 3x and the maximum is 11x with an average value of 5.64. After intervention 9 mothers with mild category. The minimum frequency of emesis gravidarum is 1x and the maximum is 4x with an average value of 2.36. Statistical tests using the paired sample T-Test showed that the average value of the frequency of emesis gravidarum in pregnant women in the first trimester before and after the intervention was 3.273 with a standard deviation of 1.954. The results of the statistical test obtained a value of 0.000, so it can be concluded that there is a significant effect of giving lemon therapy to pregnant women in the first trimester with emesis gravidarum. It is hoped that the results of this study can be applied in the future as an effective non-pharmacological method in reducing emesis gravidarum in pregnant women*
Keywords: Injection, Knowledge, Age, Parity

Abstrak : Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Praktik Mandiri Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahang. Apabila mual dan muntah terjadi terus menerus dan tidak diatasi dengan baik akan berlanjut menjadi *hiperemesis gravidarum* yang memiliki efek buruk bagi kesehatan ibu dan janin, sehingga dibutuhkan penanganan yang tepat untuk menangani mual muntah pada ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari pengaruh pemberian aroma terapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Praktik Mandiri Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahang Tahun 2021. Jenis penelitian Pre Eksperimental dengan the one group pretest - posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang mengalami Emesis Gravidarum pada 14-31 Juli di Praktik Mandiri Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahang. sampel berjumlah 11 ibu dengan menggunakan teknik *Accidental sampling*. Teknik pengumpulan data dengan data primer dan sekunder. Teknik analisis data dengan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi- Square* (χ^2), dan uji *Contingency Coefficient* (C). Hasil

penelitian didapatkan bahwa sebelum intervensi 7 ibu dengan kategori sedang. Frekuensi minimal emesis gravidarum 3x dan maksimal 11x dengan nilai rata-rata 5,64. Sesudah intervensi 9 ibu dengan kategori ringan. Frekuensi minimal emesis gravidarum 1x dan maksimal 4x dengan nilai rata-rata 2,36. Uji statistik menggunakan uji *paired sample T-Test* didapatkan hasil nilai rata-rata frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah diberikan intervensi adalah 3,273 dengan standar deviasi 1,954. Hasil uji statistik di dapatkan nilai p value 0,000 maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pemberian terapi lemon pada ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum. Diharapkan hasil penelitian ini dapat diterapkan kedepannya dijadikan cara efektif nonfarmakologi dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil

Kata Kunci: *Terapi Lemon, Emesis Gravidarum*

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015 jumlah kejadian *emesis gravidarum* mencapai 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia. Diperkirakan setiap tahun terjadi 20 juta kehamilan di seluruh dunia yang mengalami kesakitan sebagai akibat kehamilan. Sekitar 8 juta mengalami komplikasi yang mengancam jiwa dan sebanyak 240.000 jumlah ini hampir 50% terjadi di negara-negara Asia Selatan dan Tenggara, termasuk Indonesia (WHO, 2015).

Begitu pun di Indonesia terdapat 50-90% jumlah kejadian mual muntah yang dialami oleh ibu hamil. Walaupun faktor utama penyebab kematian ibu di Indonesia memang bukan mual muntah (*emesis gravidarum*), tetapi kejadian mual dan muntah cukup besar yaitu 60-80% pada primigravida dan 40-60% pada multigravida serta satu diantara 1000 kehamilan mengalami gejala yang lebih berat. Maka dari itu penting untuk ibu hamil melakukan kunjungan antenatal saat kehamilan untuk mencegah terjadinya komplikasi kehamilan (Kemenkes RI, 2017).

Selama kunjungan antenatal care mungkin ibu akan mengeluh ketidaknyamanan seperti rasa mual dan muntah (*emesis gravidarum*). Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Apabila mual dan muntah terjadi terus menerus dan tidak diatasi dengan baik akan berlanjut menjadi *hiperemesis gravidarum* yang memiliki efek buruk bagi kesehatan ibu dan janin, sehingga dibutuhkan penanganan yang tepat

untuk menangani mual muntah pada ibu hamil (Saridewi & Safitri, 2018).

Penanganan mual muntah dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Penanganan farmakologis dilakukan dengan pemberian vitamin B6 sedangkan penanganan secara non farmakologis dapat dilakukan dengan memberikan aromaterapi lemon. Aromaterapi lemon merupakan minyak esensial yang digunakan sebagai solusi untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama tanpa efek samping dan aman pada kehamilan (Fataloni, 2016).

Dalam penelitian Saridewi (2018) diketahui bahwa adanya pengaruh serta efektivitas aromaterapi lemon terhadap penurunan frekuensi mual pada ibu hamil selama kehamilannya dikarenakan aromaterapi mampu menurunkan frekuensi mual pada kehamilan karena baunya yang segar dan dapat membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, gairah, menyegarkan serta menenangkan jiwa, dan merangsang proses penyembuhan.

Dalam penelitian Wardani (2019) adanya pengaruh aromaterapi lemon terhadap penurunan frekuensi mual pada ibu hamil selama kehamilannya dikarenakan aromaterapi mampu membantu menenangkan dan meredakan mual muntah pada ibu dan juga ketersediaan aromaterapi lemon selalu tersedia dan mudah dicari serta penggunaan aromaterapi lemon aman pada kehamilan.

Dalam penelitian Rofi'ah dkk(2019) aroma terapi lemon

memberikan berbagai macam efek bagi penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran, bahkan dapat digunakan untuk membantu ibu hamil mengatasi mual tanpa efek samping. Pemakaian minyak essensial tumbuhan pada aromaterapi tidak dianggap benda asing didalam tubuh, sehingga tidak memperberat kerja organ tubuh (Santi, 2013). Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak essensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu tahun 2019 kunjungan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan K1 sebanyak 10.400 ibu hamil atau 131,74%. Dengan tempat Kabupaten/Kota terbanyak yaitu yang pertama Kabupaten Kaur 99,34%, kedua kabupaten Bengkulu Utara 87,97%, yang ketiga Provinsi Bengkulu 87,49%, dan yang ke empat Kabupaten Kepahiang 83,86% (Dinkes Bengkulu, 2019).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kepahiang tahun 2020 kunjungan ibu hamil dari 14 puskesmas di Kabupaten Kepahiang yang melakukan pemeriksaan kehamilan K.I sebanyak 2.457 ibu hamil atau 90,8%. Sebagai gambaran cakupan kunjungan KI selama 3 tahun terakhir yaitu tahun 2020 yaitu 90,8%, tahun 2019 sebesar 89,3%, tahun 2018 yaitu 84,6%. Berdasarkan data tersebut pada tahun 2020 bahwa kunjungan K1 tertinggi pertama terdapat di wilayah kerja Puskesmas Pasar Kepahiang yaitu 463 ibu hamil, tertinggi kedua terdapat di wilayah kerja Puskesmas Ujan Mas yaitu 286 ibu hamil, dan tertinggi ketiga terdapat di wilayah kerja Puskesmas Kelopak yaitu 231 ibu hamil (Dinkes Kepahiang, 2020).

Hasil survei awal yang dilakukan pada Puskesmas Pasar Kepahiang terdapat 7 PMB dan terdapat 2 PMB tertinggi kunjungan ibu hamil, kunjungan tertinggi pertama terdapat di PMB "H" yaitu 90 ibu hamil trimester I dengan 15 orang (16,6%) mengalami

keluhan mual dan muntah sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari, dan tertinggi kedua terdapat di PMB "O" yaitu 66 ibu hamil trimester 1 dengan 8 orang (12,1%) mengalami mual dan muntah.

Rumusan masalah penelitian adalah Faktor apa saja yang berhubungan Apakah ada pengaruh pemberi anaroma terapi lemon terhadap frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di Praktik Mandiri Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahiang?. Tujuan penelitian untuk mempelajari pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Praktik Mandiri Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahiang Kabupaten Kepahiang.

METODE

Penelitian ini telah dilakukan di wilayah kerja puskesmas Pasar Kepahiang Kabupaten Kepahiang, yang dilakukan di Praktik Mandiri Bidan "H" dan Bidan "O" Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahiang pada 14-31 Juli tahun 2021. Jenis penelitian Pre Eksperimental dengan *the one group pretest - posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang mengalami Emesis Gravidarum pada 14-31 Juli di Praktik Mandiri Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahiang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Accidental sampling*. Teknik pengumpulan data dengan data primer dan sekunder. Teknik analisis data dengan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square* (χ^2), dan uji *Contingency Coefficient* (C).

HASIL

1. Analisis univariat

Analisis Univariat dilakukan untuk mendapatkan distribusi frekuensi sebelum dan sesudah pemberian aroma terapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Praktik Mandiri Bidan Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahiang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Sebelum Pemberian Aroma Terapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I

Emesis Gravidarum	Frekuensi	Persentase (%)	Min	Max	Mean
Ringan	2	18,2			
Sedang	6	54,5	3	11	5,64
Berat	3	27,3			
Total	11	100			

Berdasarkan Tabel 1 sebelum pemberian aroma terapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I didapat bahwa sebanyak 6 ibu dengan kategori sedang. Frekuensi minimal emesis gravidarum 3x dan maksimal 11x dengan nilai rata-rata 5,64.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sesudah Pemberian Aroma Terapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I

Emesis Gravidarum	Frekuensi	Persentase (%)	Min	Max	Mean
Ringan	9	81,8			
Sedang	2	18,2	1	4	2,36
Berat	0	0			
Total	11	100			

Berdasarkan Tabel 2 sesudah pemberian aroma terapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I didapat bahwa sebanyak 9 ibu dengan kategori ringan. Frekuensi minimal emesis gravidarum 1x dan maksimal 4x dengan nilai rata-rata 2,36.

2. Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui penurunan frekuensi mual dan muntah sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi terapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data

Statistic	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Sebelum Intervensi	0,167	11	0,242
Sesudah Intervensi	0,889	11	0,135

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas data pada data sebelum dilakukan intervensi diperoleh nilai $p = 0,242$ dan sesudah intervensi diperoleh nilai $p = 0,135$. Kedua nilai p tersebut lebih besar dari nilai $\alpha = 0,05$ ($p > \alpha$) yang berarti keduanya mempunyai data yang terdistribusi normal. Dengan demikian, uji normalitas ini memenuhi syarat untuk dilakukan uji *Paired samples t-test* seperti terlihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Sebelum dan Sesudah Intervensi					
	N	Mean	Std. Deviasi	T	p
Sebelum Intervensi	11	5,64	2,378	5,555	0,000
Sesudah Intervensi	11	2,36	1,120		

Pada tabel 4 didapat nilai rata-rata frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan intervensi 5,64 dengan standar deviasi 2,378 dan nilai rata-rata sesudah diberikan intervensi 2,36 dengan standar deviasi 1,120. Hasil uji statistik di dapatkan nilai t hitung 5,555 dengan nilai p -value 0,000. Karena nilai $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pemberian terapi lemon pada ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan sebelum pemberian aroma terapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I didapat bahwa sebanyak 2 ibu dengan kategori ringan, 6 ibu dengan kategori sedang dan 4 ibu dengan kategori berat. Frekuensi minimal emesis gravidarum sebelum diberikan aromaterapi lemon sebanyak 3x dan maksimal 11x dengan nilai rata-rata 5,64.

Gejala awal kehamilan seperti rasa mual dan muntah disertai pusing merupakan ketidaknyaman yang sering dirasakan. Kebiasaan mual dan muntah ini menjadikan ibu hamil jarang makan yang secara langsung mengakibatkan janin dan ibu hamil kekurangan nutrisi. Hal ini bisa diatasi dengan diet ibu hamil dan meminta resep dokter, obat untuk mengurangi rasa mual dan tetap aman bagi janin (Pratiwi & Fatimah, 2019).

Ada beberapa peneliti menyebutkan bahwa emesis gravidarum disebabkan oleh faktor psikologi, seperti kehamilan yang tidak direncanakan, tidak nyaman atau tidak diinginkan, beban pekerjaan akan menyebabkan penderitaan batin dan konflik. Perasaan bersalah, marah, ketakutan, dan cemas dapat menambah tingkat keparahan mual dan muntah.

Akan tetapi teori tersebut masih belum memiliki bukti yang kuat (Niebyl and Briggs, 2014).

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Afrianty (2020) yang melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Elektrik Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PBM "R" Kota Bukittinggi Tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata mual muntah ibu hamil sebelum pemberian aromaterapi lemon elektrik dari 15 responden adalah 5,27 serta minimal mual muntah pada 15 responden dalam sehari 3 kali dan maksimal mual muntah pada 15 responden dalam sehari 9 kali.

Hasil penelitian sesudah pemberian aroma terapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I didapat bahwa sebanyak 9 ibu dengan kategori ringan, 2 ibu dengan kategori sedang dan tidak ada satupun dengan kategori berat. Frekuensi minimal emesis gravidarum 1x dan maksimal 4x dengan nilai rata-rata 2,36.

Menurut penelitian Fatimah dkk (2018) Aromaterapi lemon memiliki kandungan yang dapat membunuh bakteri meningokokus (*meningococcus*), bakteri tipus, memiliki efek anti jamur dan efektif untuk menetralkan bau yang tidak menyenangkan, serta menghasilkan efek anti cemas, anti depresi, anti stres, dan untuk mengangkat dan memfokuskan pikiran. Minyak esensial Lemon merupakan minyak herbal yang paling banyak digunakan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Aromaterapi lemon terbukti memiliki efek menguntungkan pada emesis gravidarum.

Dalam penelitian Saridewi (2018) diketahui bahwa adanya pengaruh serta efektivitas aromaterapi lemon terhadap

penurunan frekuensi mual pada ibu hamil selama kehamilannya dikarenakan aromaterapi mampu menurunkan frekuensi mual pada kehamilan karena baunya yang segar dan dapat membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, gairah, menyegarkan serta menenangkan jiwa, dan merangsang proses penyembuhan.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Afrianty (2020) yang melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Elektrik Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PBM "R" Kota Bukittinggi Tahun 2019. Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata mual muntah ibu hamil setelah pemberian aromaterapi lemon elektrik dari 15 responden adalah 3,27 serta minimal mual muntah pada 15 responden dalam sehari 1 kali dan maksimal mual muntah pada 15 responden dalam sehari 8 kali

Hasil penelitian didapat bahwa nilai rata-rata frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan intervensi 5,64 dengan standar deviasi 2,378 dan nilai rata-rata sesudah diberikan intervensi 2,36 dengan standar deviasi 1,120. Hasil uji statistik di dapatkan nilai t hitung 5,555 dengan nilai p -value 0,000. Karena nilai $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pemberian terapi lemon pada ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan intervensi terdapat 2 ibu dengan frekuensi mual muntah 3x sehari setelah dilakukan intervensi menurun menjadi 2x dan 1 x dalam sehari. Dalam penelitian ini sebelum dilakukan intervensi terdapat 6 ibu dengan kategori mual muntah sedang setelah dilakukan intervensi 5 ibu frekuensi menurun menjadi ringan dan 1 ibu (responden no 10) dengan frekuensi dari 6x menjadi 4x dalam sehari, mual muntah pada ibu telah menurun namun masih dalam kategori sedang. Selanjutnya pada responden dengan kategori berat sebelum dilakukan intervensi terdapat 3 ibu setelah dilakukan intervensi menurun menjadi 2

responden kategori ringan dan 1 responden dengan kategori sedang.

Aromaterapi lemon merupakan salah satu metode alternative untuk menurunkan mual dan muntah, bila minyak esensial dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang terdapat dalam kandungan minyak tersebut ke puncak hidung. Rambut getar terdapat di dalamnya, yang berfungsi sebagai reseptor, akan menghantarkan pesan elektrokimia ke susunan saraf pusat. Pesan ini mengaktifkan pusat emosi dan daya ingat seseorang yang selanjutnya akan mengantarkan pesan balik keseluruh tubuh melalui sistem sirkulasi. Pesan yang diantar ke seluruh tubuh akan dikonversikan menjadi satu aksi dengan pelepasan substansi neuro kimia berupa perasaan senang, rileks, tenang, atau terangsang (Maternity dkk, 2017).

Dalam penelitian Rofi'ah dkk (2019) aromaterapi lemon memberikan berbagai macam efek bagi penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran, bahkan dapat digunakan untuk membantu ibu hamil mengatasi mual tanpa efek samping. Pemakaian minyak esensial tumbuhan pada aromaterapi tidak dianggap benda asing didalam tubuh, sehingga tidak memperberat kerja organ tubuh (santi, 2013). Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afrianty (2020) yang melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Elektrik Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PBM "R" Kota Bukittinggi Tahun 2019. Uji statistik menggunakan uji paired T-test dengan hasil ada pengaruh aromaterapi lemon elektrik dan juga efektif bisa mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Penelitian lain dilakukan oleh Dainty (2017) yang melakukan penelitian tentang "Inhalasi Lemon yang mengalami Mual Muntah Pada ibu Hamil Trimester Satu di BPS Lia Maria SST Sukarame Bandar Lampung". Dari hasil

penelitian didapatkan frekuensi mual muntah sebelum diberikan inhalasi aromaterapi lemon diperoleh nilai rata-rata 24.67 dan frekuensi mual muntah sesudah diberikan inhalasi aromaterapi lemon diperoleh rata-rata 17.87 Ada pengaruh pemberian inhalasi aromaterapi lemon terhadap morning sickness pada ibu hamil dengan P-value = 0.000.

Penelitian yang dilakukan oleh Ayudia (2020), yang melakukan penelitian tentang "Pengaruh Aromaterapy Lemon terhadap Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester Pertama di Kota Padang". Dengan hasil 15 orang terjadi penurunan mual muntah setelah diberikan aroma terapy lemon dan terdapat pengaruh aromaterapy lemon terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama di Kota Padang

Penelitian yang dilakukan oleh Wiulin (2019), yang melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon (Citrus Lemon) Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin 1 Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu". Uji yang digunakan adalah uji Wilcoxon dengan hasil terdapat perbedaan penurunan mual muntah sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lemon (citrus lemon). Oleh karena itu H0 ditolak dan H1 diterima yang berarti ada pengaruh aromaterapi lemon (citrus lemon) terhadap mual muntah ibu hamil trimester I.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cholifah (2019) yang melakukan penelitian tentang "Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di BPM Sidoarjo". Dalam penelitian ini secara bermakna mempunyai pengaruh dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebelum pemberian aromaterapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1

didapat dari 11 ibu hamil bahwa sebanyak 7 ibu dengan kategori sedang dengan nilai rata-rata 5,64. Sesudah pemberian aromaterapi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I didapat dari 11 ibu hamil bahwa sebanyak 9 ibu dengan kategori ringan dengan nilai rata-rata 2,36. Ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon pada ibu hamil trimester I di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Kepahiang Tahun 2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, D., & Rahendza, N. H. (2020). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon Elektrik Terhadap Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Maternal Child Health Care*, 2(1). <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/MC/HC/article/view/1033>
- Ayudia, F., & Ramadhani, I. P. (2020). Pengaruh Aromaterapy Lemon Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 11(2), 1–6.
- Cholifah, S., & Nuriyanah, T. E. (2019). Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Kebidanan Midwifera*, 4(1), 36. <https://doi.org/10.21070/mid.v4i1.1844>
- Maternity, D., Ariska, P., & Sari, D. Y. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 11(3), 10-15.
- Mitayani. (2011). Asuhan keperawatan Maternitas. In A. M. Pratiwi, & Fatimah, *Patologi Kehamilan: Memahami berbagai Penyakit Komplikasi Kehamilan* (p. 47). Jakarta: Salemba Medika.
- Saridewi, W., & Safitri, E. Y. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan Wanti

- Mardiwati Kota Cimahi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(3), 4-8.
- Rudiyanti, N., & Rosmadewi. (2019). Hubungan Usia, Paritas, Pekerjaan dan Stress Dengan Emesis Gravidarum di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1).
- Wardani, P. K., Mukhlis, H., & Pratami, R. (2019). Pengaruh Esensial Lemon Terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Trimester I di Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(2), 131-138.
- Wiulin Setiowati dan Nor Aida Arianti. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon (Citrus Lemon) Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Darul Azhar*, 7(1), 77-82. <https://jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/.https://jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/article/view/132>. Diakses 26 April 2021
- Wardani, P. K., Mukhlis, H., & Pratami, R. (2019). Pengaruh Esensial Lemon Terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Trimester I di Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(2), 131-138.