

## Efektivitas Pemberian Aromaterapi Essensial Oil Bergamot Terhadap Keluhan Ibu Hamil Emesis Gravidarum Di Puskesmas Bahagia Tahun 2022

Moza Indar Lestari<sup>1</sup>, Rahayu Khairiah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>STIKes Abdi Nusantara

Email: [mozaindarlestari312@gmail.com](mailto:mozaindarlestari312@gmail.com)<sup>1</sup>, [raeayufairuz@gmail.com](mailto:raeayufairuz@gmail.com)<sup>2</sup>

### Abstrak

Emesis gravidarum pada ibu hamil dapat menimbulkan berbagai dampak jika tidak ditangani, salah satunya adalah penurunan nafsu makan yang mengakibatkan perubahan keseimbangan elektrolit yakni kalium, kalsium dan natrium sehingga dapat menyebabkan perubahan metabolisme tubuh. Aromaterapi merupakan terapi alternatif untuk menjaga kesehatan tubuh, dengan memanfaatkan wewangian minyak essential. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifitasan pemberian aromaterapi essential oil bergamot terhadap keluhan ibu hamil emesis gravidarum di Puskesmas Bahagia. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *case control*. Populasi dalam penelitian ini ibu hamil dengan keluhan emesis gravidarum di Puskesmas Bahagia. Didapatkan responden sebanyak 28 responden, penelitian dilakukan di Puskesmas Bahagia dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan memberikan kuesioner, data yang menyangkut variabel independent dan dependen yang akan dikumpulkan serta data primer. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ibu hamil yang diberikan aromaterapi bergamot keluhan emesis gravidarum hilang atau berkurang ada 10 responden (83,3%), dan yang masih memiliki keluhan emesis gravidarum ada 4 responden (25%). Dan berdasarkan hasil uji *Chi Square* adalah *P value* 0,008. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang bermakna antara aromaterapi essential bergamot dengan keluhan ibu hamil emesis gravidarum.

**Kata kunci** : Aromaterapi, Emesis Gravidarum, Ibu Hamil, Mual Muntah.

### Abstract

Emesis gravidarum in pregnant women can cause various impacts if not treated, one of which is a decrease in appetite which results in changes in electrolyte balance, namely potassium, calcium and sodium so that it can cause changes in body metabolism. Aromatherapy is an alternative therapy to maintain a healthy body, by utilizing the fragrance of essential oils. The general purpose of this study was to determine the effectiveness of giving bergamot essential oil aromatherapy to the complaints of pregnant women with emesis gravidarum at Puskesmas Bahagia. This study used a quantitative descriptive design with a case control approach. The population in this study were pregnant women with complaints of emesis gravidarum at the Happy Health Center. The respondents obtained were 28 respondents, this research was conducted at the Happy Health Center by using purposive sampling technique and giving questionnaires, data concerning the independent and dependent variables to be collected as well as primary data. Research Results: The results of statistical analysis showed that pregnant women who were given bergamot aromatherapy complained of missing or reduced emesis gravidarum there were 10 respondents (83.3%), and those who still had complaints of emesis gravidarum were 4 respondents (25%). And based on the results of the Chi Square test is *P value* 0.008. From the results of the study, it can be concluded that there is a significant effect between bergamot essential aromatherapy and complaints of

pregnant women with emesis gravidarum. The suggestion for the Puskesmas Bahagia is that all midwives and nurses at the Happy Health Center apply this non-pharmacological technique for all pregnant women who suffer from emesis gravidarum.

**Keywords** : *Aromatherapy, Emesis Gravidarum, Pregnant Women, Nauseous Vomit.*

## **PENDAHULUAN**

Kehamilan mempunyai dampak pada ibu hamil diantaranya terjadi perubahan hormon yang disebabkan oleh kenaikan kadar estrogen, progesteron, dan pengeluaran produksi hormon Human Chorionic Gonadotropin (HCG). Gejala yang sering terjadi pada awal kehamilan dan yang paling umum dirasakan ibu hamil yaitu mual muntah dan juga dapat menyebabkan stres. Ketidaknyamanan mual muntah ini umumnya dialami oleh 50-75% wanita hamil (Rosalinna, 2019).

Mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati menjadi nekrosis (Triana, 2018). Mual adalah perasaan yang tidak menyenangkan terkait merasa sakit atau mendorong untuk muntah, sedangkan muntah adalah pengeluaran isi lambung melalui mulut akibat spasme otot tidak sadar. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% ibu hamil pertama (primigravida) dan 40-60% pada ibu multigravida (Solikhah, 2015).

Emesis gravidarum pada ibu hamil dapat menimbulkan berbagai dampak jika tidak ditangani, salah satunya adalah penurunan nafsu makan yang mengakibatkan perubahan keseimbangan elektrolit yakni kalium, kalsium dan natrium sehingga dapat menyebabkan perubahan metabolisme tubuh. Dampak lain emesis gravidarum juga dapat menyebabkan kehilangan berat badan karena cadangan karbohidrat, protein, dan lemak terpakai untuk energi. Penatalaksanaan mual dan muntah pada kehamilan tergantung pada beratnya gejala. Pengobatan mual dan muntah dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun nonfarmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian antiemetik, antihistamin, antikolinergik, dan kortikosteroid, tetapi ibu hamil akan lebih baik jika mampu mengatasi masalah mual muntah pada awal kehamilan dengan menggunakan terapi pelengkap nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis dapat dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional, akupunktur, dan pemberian aromaterapi.

Aromaterapi merupakan terapi alternatif untuk menjaga kesehatan tubuh, dengan memanfaatkan wewangian minyak essential. Minyak aromaterapi berasal dari ekstrak tumbuhan, seperti bunga mawar, melati, kenanga, cole bud (cengkeh), lavender, chamomile, rosemary, mint, tea tree oil, jahe, lemon, bergamot, kayu putih, sereh, dan kayu manis (Mohr, et al 2021). Bergamot sangat mirip dengan jeruk purut sama-sama memiliki kulit keriput begitupun juga warnanya. Berdasarkan arsip "Citrus Variety Collection dari University of California Riverside, Amerika Serikat (AS), salah satu letak perbedaannya adalah duri, namun pohon bergamot sama sekali tidak memilikinya. Menurut jurnal "Front Pharmacol" tahun 2015, ternyata bergamot merupakan hasil persilangan antar jeruk pahit (bitter orange) dengan lemon. Dikutip dari WebMD, aromaterapi bergamot dapat menangani kegelisahan, mual muntah, kecemasan, dan penyakit mental. Berdasarkan studi dalam jurnal "Current Drug Targets" tahun 2013, bergamot disebut-sebut sangat ampuh mengobati depresi, kecemasan, dan gangguan mood lainnya. Cara kerjanya adalah dengan cara memberi sinyal pada otak untuk melepaskan hormon dopamin dan serotonin. Menurut sebuah penelitian 40% wanita telah menggunakan aromaterapi yang tergolong dalam citrus bergamia seperti lemon, jeruk nipis ataupun bergamot untuk meredakan emesis gravidarum (Smith et al, 2013).

Prevelensi mual muntah di Canada, di Pakistan 2,2% dan di Indonesia 1-3 %, emesis gravidarum yang tidak dapat ditangani dengan baik akan menjadi hiperemesis gravidarum , dimana hiperemesis gravidarum dapat mengganggu kesehatan ibu dan janin. Menurut World Health Organization (WHO) jumlah kejadian emesis gravidarum mencapai 12,5% dari jumlah seluruh kehamilan di dunia. Mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati menjadi nekrosis (WHO, 2013). Di Indonesia sekitar 10% wanita hamil yang terkena emesis gravidarum (Kemenkes RI, 2015).

Berdasarkan Hasil Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia (SDKI) dapat diketahui ibu hamil yang mendapatkan pelayanan kesehatan pada tahun 2014 sebanyak 86,70 %, sedangkan pada tahun 2015 sebanyak 87,48 dan pada tahun 2016 terjadi penurunan sebanyak 85,35 dan kemudian meningkat pada tahun 2017 sebanyak 87, 3%. (Data Kesehatan Indonesia, 2017)

## **METODE**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah studi analitik kuantitatif dengan pendekatan *Case Control*. Adapun variabel dependen dan variabel independen didapat dari data primer dan dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner. Desain ini digunakan sesuai dengan tujuan yang mengetahui efektivitas aromaterapi bergamot terhadap keluhan ibu hamil emesis gravidarum di Puskesmas Bahagia Babelan Bekasi. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan keluhan mual muntah atau emesis gravidarum yang berkunjung di Puskesmas Bahagia pada bulan Mei 2022. Besar sampel yang digunakan sebanyak 28 responden dan dibagi menjadi dua kelompok yaitu 14 responden diberi intervensi aromaterapi bergamot dan 14 responden tidak diberikan intervensi (kelompok kontrol). Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan data primer yang diperoleh dari kuesioner. Peneliti menggunakan googleform untuk mendata setiap ibu hamil. Jenis data yang diambil oleh peneliti adalah tentang efektivitas pemberian aromaterapi essential oil bergamot terhadap keluhan ibu hamil emesis gravidarum. Adapun analisa yang digunakan yaitu :

1. Analisa univariat

Pada analisa ini dilakukan analisis tabel distribusi frekuensi dari tiap variabel yang dianggap terkait dengan tujuan penelitian.

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menganalisis 2 variabel yang diduga mempunyai hubungan. Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi Square dengan alasan variabel independent dan dependent merupakan jenis data kategorik. Pengolahan data ini menggunakan program pengolahan data perangkat komputer (SPSS versi 26.0).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis univariat diperoleh dari gambaran responden berdasarkan karakteristik dan kehamilan setiap responden. Adapun hasil pengelolaan data sebagai berikut :

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Karakteristik Kelompok Perlakuan Ibu Hamil dengan Emesis Gravidarum Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan di Puskesmas Bahagia Mei 2022

Karakteristik	N	%
<b>Usia</b>		
<25	5	35,7
26-30	5	35,7
>31	4	28,6
<b>Pendidikan</b>		
SMP	4	28,6
SMA/SMK	9	64,3
Perguruan Tinggi	1	7,1
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja/IRT	12	85,7
Karyawan Swasta/Wiraswasta	1	7,1
PNS	1	7,1
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel di atas distribusi frekuensi kelompok perlakuan pada karakteristik usia paling sedikit 4 responden (28,6%) du usia >30, sedangkan usia <25 dan 26-30 sama banyak yaitu masing-masing 5 responden (35,7%). Pada karakteristik pendidikan yang SMA/SMK terdapat 9 responden (64,3%), SMP 4 responden (28,6%), dan yang paling sedikit perguruan tinggi hanya 1 responden (7,1%). Sedangkan untuk pekerjaan yang tergolong tidak bekerja/IRT lebih banyak 12 responden (85,7%) dan pada Karyawan Swasta/Wiraswasta sampai dengan PNS masing-masing hanya ada 1 responden (7,1%).

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Kelompok Kontrol Ibu Hamil dengan Emesis Gravidarum Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan di Puskesmas Bahagia Mei 2022**

<b>Karakteristik</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>		
<25	6	42,9
26-30	3	21,4
>31	5	35,7
<b>Pendidikan</b>		
SMP	2	14,3
SMA/SMK	9	64,3
Perguruan Tinggi	3	21,4
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja/IRT	11	78,6
Karyawan Swasta/Wiraswasta	2	14,3
PNS	1	7,1
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Pada tabel 2 kelompok kontrol di usia <25 lebih banyak 6 responden (42,9%), usia 26-30 hanya 3 responden (21,4%), dan usia >31 sebanyak 5 responden (35,7%). Berdasarkan karakteristik pendidikan SMA/SMK lebih banyak 9 responden (64,3%), SMP 2 responden (14,3%), dan perguruan tinggi 3 responden (21,4%). Pada karakteristik distribusi pekerjaan yang tidak bekerja/IRT sebanyak 11 responden (78,6%), Karyawan Swasta/Wiraswasta 2 responden (14,3%), dan PNS 1 responden (7,1%).

#### **Karakteristik Kehamilan**

**Tabel 3**  
Distribusi Frekuensi Karakteristik Kelompok Perlakuan Ibu Hamil Berdasarkan Trimester, Jumlah Kehamilan dan Riwayat Persalinan di Puskesmas Bahagia Mei 2022

<b>Karakteristik</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Trimester</b>		
Trimester 1	11	78,6
Trimester 2	2	14,3
Trimester 3	1	7,1
<b>Jumlah Kehamilan</b>		
Primigravida	9	28,6
Multigravida	5	64,3
<b>Riwayat Persalinan</b>		
Normal	5	35,7
Cesar	3	21,4
Belum melahirkan	6	42,9
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 3 distribusi frekuensi pada kelompok perlakuan trimester satu sebanyak 11 responden (78,6%), trimester dua 2 responden (14,3%), dan trimester tiga 1 responden (7,1 %). Pada jumlah kehamilan, ibu hamil primigravida terdapat 9 responden (28,6%), sedangkan multigravida 5 responden (64,3%). Karakteristik pada riwayat persalinan pada status belum melahirkan ada 6 responden (42,9%), normal 5 responden (35,7%), dan yang secara 3 responden (21,4%).

**Tabel 4**

**Distribusi Frekuensi Karakteristik Kelompok Kontrol Ibu Hamil Berdasarkan Trimester, Jumlah Kehamilan dan Riwayat Persalinan di Puskesmas Bahagia Mei 2022**

Karakteristik	N	%
<b>Trimester</b>		
Trimester 1	11	78,6
Trimester 2	3	21,4
Trimester 3	-	-
<b>Jumlah Kehamilan</b>		
Primigravida	6	42,9
Multigravida	8	57,1
<b>Riwayat Persalinan</b>		
Normal	4	28,6
Cesar	4	28,6
Belum melahirkan	6	42,9
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 5.4 distribusi frekuensi pada kelompok kontrol dengan karakteristik trimester satu ada 11 responden (78,6%), trimester dua responden (21,4%), dan trimester tiga tidak ada responden. Pada jumlah kehamilan primigravida terdapat 6 responden (42,9%), sedangkan multigravida 8 responden (57,1%). Riwayat persalinan pada kelompok kontrol normal dan cesar sama banyak 4 responden (28,6%), dan yang belum melahirkan sebanyak 6 responden (42,9%).

#### **Analisis Bivariat**

Analisis ini digunakan untuk melihat efektivitas antara variabel independen dengan variabel dependen. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah pemberian Aromatetapi Essential Oil Bergamot, sedangkan variabel dependennya yaitu mual muntah atau emesis gravidarum yang di alami oleh ibu hamil. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Uji *Chi Square* apabila nilai  $p < 0,05$ .

**Tabel 5**  
**Keefektivitasan Aromaterapi Essential Oil Bergamot Terhadap Keluhan Ibu Hamil Emesis Gravidarum Di Puskesmas Bahagia Tahun 2022**

Aromaterapi Essensial Oil Bergamot	Emesis Gravidarum				OR 95% CI	P-value
	Ada Keluhan		Tidak ada Keluhan			
	n	%	n	%		
Di diberikan	4	25%	10	83,3%	0,067(0,010-0,443)	0,008
Tidak diberikan	12	75%	2	16,7%		
Total	16	100	12	100		

Tabel 5 menunjukkan responden setelah diberikan aromaterapi essential oil bergamot yang masih memiliki keluhan emesis gravidarum (25%) sedangkan yang tidak memiliki keluhan emesis gravidarum setelah diberikannya aromaterapi (83,3%). Hasil uji Chi Square didapatkan nilai p value lebih kecil dari 0,05 ( $0,008 < 0,05$ ), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan atau adanya keefektivitasan antara aromaterapi essential oil bergamot terhadap keluhan ibu hamil emesis gravidarum.

**Keefektivitasan Aromaterapi Essensial Oil Bergamot Terhadap Keluhan Ibu Hamil Emesis Gravidarum Berdasarkan Karakteristik Responden**

Pada penelitian ini kelompok perlakuan dengan usia <25 (35,7%) dan usia 26-30 (35,7%) lebih banyak yang mengalami mual muntah dan menyukai wewangian dari pada yang usia >31 tahun (28,6%). Pada kelompok kontrol usia <25 (42,9%) juga banyak yang mengalami mual muntah tetapi kebanyakan dari ibu hamil tersebut cenderung tidak menyukai wewangian seperti aromaterapi dan yang usia 26 sampai >31 tahun cenderung tidak mengalami keluhan mual muntah atau emesis gravidarum. Riwayat pendidikan kelompok perlakuan dan kontrol sama banyak (64,3%). Pada riwayat pekerjaan ibu hamil kelompok perlakuan (85,7%) dan kontrol (78,6%) tidak jauh berbeda, rata-rata dari mereka tidak bekerja/IRT (85,7%). Sedangkan karakteristik kehamilan kelompok perlakuan dan kontrol ibu hamil dengan keluhan mual muntah atau emesis gravidarum lebih banyak pada Trimester 1 (78,6%) serta dengan kehamilan primigravida dan riwayat belum melahirkan lebih rentan mengalami mual muntah atau emesis gravidarum dari pada ibu hamil dengan multigravida dan riwayat persalinan normal atau secar.

Menurut peneliti usia muda ibu hamil <25 tahun dengan kehamilan primigravida serta belum melahirkan dan masih di trimester 1 lebih sering mengalami mual dan muntah dibandingkan dengan responden yang berusia >31 tahun dengan jumlah kehamilan multigravida dan jenis persalinan secara maupun normal, karena menurut peneliti usia >25 tahun dengan riwayat kehamilan multigravida sudah pernah mengalami mual dan muntah pada kehamilan sebelumnya jadi sudah mengerti bahkan mempersiapkan jika terjadi mual muntah, tetapi tidak menutup kemungkinan ibu hamil di usia >25 tahun dengan multigravida mengalami mual dan muntah.

Berdasarkan penelitian Ratih Pratiwi, Misrawati, dan Reni Zulfitri ibu hamil dengan keluhan mual muntah atau emesis gravidarum berada pada usia 25-30 tahun sebanyak 9 responden (45%) dengan



kehamilan trimester 1 sebanyak 15 responden (75%). Studi ini juga didukung oleh Atika, et al (2016) ibu hamil dengan kasus mual muntah lebih berisiko usia rendah dari pada usia tinggi yang disebabkan oleh perubahan sistem endokrin selama kehamilan. Dan paritas ibu hamil dengan primipara lebih besar, karena beberapa dari ibu hamil tersebut belum mampu beradaptasi dengan peningkatan hormon estrogen dan HCG.

#### Keefektivitasan Aromaterapi Essensial Oil Bergamot Terhadap Keluhan Ibu Hamil Emesis Gravidarum

Berdasarkan tabel 5 ibu hamil yang diberikan aromaterapi essential oil bergamot yang masih ada keluhan hanya 4 responden (25%), sedangkan yang sudah tidak ada keluhan setelah diberikan aromaterapi essential oil bergamot 10 responden (83,3%). Hasil perhitungan statistik didapatkan nilai P value 0,008 dengan nilai P lebih kecil dari pada (0,05) yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima maka adanya keefektivitasan Pemberian Aromaterapi Essensial Oil Bergamot Terhadap Keluhan Ibu Hamil Emesis Geavidarum Pada Tahun 2022.

Penelitian ini selaras dengan yang dilakukan Yesi Putri dan Ronalen BR Situmorang (2020), yang menunjukkan adanya perbedaan mual muntah pada ibu hamil. Ibu hamil yang mendapatkan intervensi pemberian aromaterapi lemon yang termasuk dalam citrus bergamia mengalami penurunan atau berkurangnya mual muntah yang diderita ibu hamil yaitu dengan diperoleh p-value 0,001 <0,05 yang artinya ada pengaruh pada ibu hamil terhadap keluhan mual dan muntah. Penelitian ini juga di dukung oleh peneliti yang dilakukan oleh Bunga Tiara Carilin dkk (2020), hasil penelitiannya diperoleh dari 30 responden ibu hamil yang dimana ke 30 responden tersebut dilakukan intervensi. Setelah dilakukan intervensi didapatkan ( $p = 0,000 < 0,05$ ), dikarenakan lemon yang tergolong citrus bergamia dapat mengurangi keluhan mual dan muntah pada ibu hamil, sakit kepala, menambah nafsu makan dan juga aroma yang dikeluarkan merangsang kerja sel neurokimia otak dan dapat menstabilkan sistem saraf, dapat menimbulkan efek tenang pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah.

Hasil penelitian (Kia et al., 2014) juga sejalan dengan penelitian ini. Hasil penelitiannya menunjukkan 40 % wanita telah menggunakan aroma lemon dalam meredakan keluhan mual dan muntah. Dari sekian tersebut 26,5 % melaporkan bahwa aroma lemon merupakan cara yang efektif untuk mengontrol gejala mual muntah. Mual muntah tersebut disebabkan karena aromaterapi mampu menurunkan frekuensi mual muntah pada kehamilan karena baunya yang segar dan membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, gairah, menyegarkan serta menenangkan jiwa, dan merangsang proses penyembuhan. Ketika minyak essensial dihirup, molekul masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hiposis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan. Sehingga aromaterapi lemon yang tergolong citrus bergamia baik untuk mengurangi mual muntah (Moelyono,2015). Hasil penelitian yang telah dilakukan Yesi Putri dan Ronalen BR Situmorang (2020), Bunga Tiara Carilin dkk (2020), dan Kia et al, (2014) bahwa aromaterapi essensial oil yang tergolong citrus bergamia (bergamot) cukup efektif untuk ibu hamil dalam mengurangi mual dan muntah.

## DAFTAR PUSTAKA

- (Kemenkes RI 2019, n.d.). Kemenkes RI 2019. (n.d.). Profil kesehatan indonesia 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Astria, Putri, R. D. and Aprilia, H. (2015) 'PENGARUH LEMON INHALASI AROMATHERAPY TERHADAP MUAL PADA KEHAMILAN DI BPS VARIA MEGA LESTARI S.ST.,M.Kes BATUPURU KECAMATAN NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN TAHUN 2015', *Jurnal Kebidanan*, 1(3), pp. 2011–2015. Available at: <file:///C:/Users/USER/Downloads/29-92-1-PB.pdf>.
- Astuti. (2015). Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri Dan Kecemasan Fase Aktif Kala I. *Jurnal. University Research Coloquim*.
- Atika, I., Putra, H. K., & Thaib, S. H. (2016). Hubungan Hiperemesis Gravidarum dengan Usia Ibu, Usia Gestasi, Paritas, dan Pekerjaan pada Pasien Rawat Inap di RSUP Dr. Moh. Hoesin Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 3(3), 166-171.
- Buku Ajar Kesehatan Ibu Dan Anak (2015)
- Carolin, B. T., Ummah, A., H. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Ginger Oil (*Zingiber officinale*) Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1.
- Cholifah, S. & Nuriyanah, T. E. (2017). Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1.
- Cunningham, FG. 2012. *Obstetri Williams volume 1*. EGC, Jakarta, Indonesia
- Harti, L. B., Kurniasari, F. N., Dasilva, K., Cempaka, A. R., & Waziroh, E. (2018). Aktivitas Antioksidan pada Minuman Fungsional Berbasis Jahe dan Kacang-Kacangan sebagai Antiemetik. Vol. 5, 11–17
- Hartuti, 2010. *Panduan Ibu Hamil Melahirkan & Merawat Bayi*. UBA Press.
- Hidayati, R. & Hasibuan, E. R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu dengan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Payung Sekaki. *Jurnal Bidan Komunitas*, 3(1), 36. <https://doi.org/10.33085/jbk.v3i1.4595>
- Kia, P. Y. et al. (2014) 'The Effect of Lemon Inhalation Aromatherapy on Nausea and Vomiting of Pregnancy: A Double-Blinded, Randomized, Controlled Clinical Trial', *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 16(3). Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4005434/>.
- Maternity, D., Ariska, P. and Sari, D. Y. (2017) 'Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester Satu', *Jurnal ilmiah Bidan*, 11(3), p. 619. doi: 10.1017/S0007123406000330
- Mohr, et al. (2021). Peppermint Essential Oil for Nausea and Vomiting in Hospitalized Patients: Incorporating
- Mohr, et al. (2021). Peppermint Essential Oil for Nausea and Vomiting in Hospitalized Patients: Incorporating
- Muchtaridi, & Moelyono. (2015). *Aroma Terapi ; Tinjauan Aspek Kimia Medisinal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- NANDA-I. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc (Edisi Revi)*. Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan Ketiga. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (4th ed)*. Jakarta : Salemba Medika.
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Sukini, T. (2019). Efektivitas Aromaterapi Lemon untuk Mengatasi Emesis Gravidarum. 9–16.
- Rosalinna. (2019). Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. 1(2), 48–55.
- Saridewi, W. & Safitri, E. Y. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan Wanti Mardiwati Kota Cimahi. 17, 4–8.

- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung.
- Suryati, Y., Nurlatifah, R., & Hastuti, D. (2018). Pengaruh Aromatherapy Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. 1(1), 208–216.
- Triyana H 2018. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum Di RSUD Dr. Drajat Prawiranegara Kabupaten Serang Tahun 2017. Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya, Volume 4, Nomor 1, Maret 2018. ISSN 2442-501X
- Wahyuni, & Namira, Y. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hiperemesis Gravidarum . Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh (MaKMA) 1 (2), 94-100.
- Walyani, E. S. (2015). Asuhan Kebidanan pada Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Widatiningsih, S dan Dewi, C.H.T (2017). Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan. Yogyakarta: Trans Medika.
- Widayana, A., I. W. Megadhana dan K. P, Kemara. 2013. Diagnosis dan enatalaksanaan Hiperemesis Gravidarum, (<http://ojs-unud.ac.id/index.p/eum/article/view/5114> . Diakses 27 Agustus 2015)
- Wiknjosastro, Hanifa. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2015.
- Wisdyana, S & Erni, Y.S (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan Wati Mardiwati. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 17(3).
- Yuwinten, Tajmiati, A., & Nurvita, N. (2018). Pengaruh Komunikasi Afirmasi Terhadap Durasi Dan Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Kecamatan Cibeureum Kota Tasikmalaya Tahun 2018. 18, 237–248.
- Zainiyah, Z. (2019). Effect of the Aroma of Sweet Orange Peel (Citrus Aurantium) on Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women (Study at Health Centre Pasean Pamekasan). 2.