

Perbedaan Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Kejadian *Emesis Gravidarum* Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Kabupaten Empat Lawang

Yuni Ramadhaniati^{1*}, Elza Wulandari², Astuti Anggarena³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan

Email: Yuniramadhaniati@gmail.com^{1*}

Abstrak

Emesis Gravidarum pada ibu hamil sering terjadi pada awal kehamilan Trimester I ibu yang mengalaminya ada yang mual muntah ringan, sedang dan berat dengan pemberian aromaterapi *peppermint* dan aromaterapi lemon dapat membantu mengurangi mual muntah pada kehamilan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mempelajari perbedaan pemberian aromaterapi *Peppermint* dengan aromaterapi lemon terhadap kejadian *Emesis gravidarum* ibu hamil trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Kabupaten Empat Lawang. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *two group pretest post test desain*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh seluruh ibu hamil dengan *Emesis gravidarum*. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *total sampling* dengan jumlah sampel 28 orang ibu hamil. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan data sekunder didapatkan dengan melihat catatan buku KIA dan Data primer menggunakan SOP. Data dianalisa menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji *paired t-test*. Hasil penelitian yang didapatkan dari 28 responden Ibu hamil diberikan *Emesis gravidarum* terdapat 1 orang dengan frekuensi mual muntah sedang dan 13 orang dengan frekuensi mual muntah ringan. Ibu hamil diberikan aromaterapi lemon terdapat 7 orang (50,0%) dengan frekuensi mual muntah sedang dan 7 orang (50,0%) dengan frekuensi mual muntah ringan. Ada perbedaan pemberian *Emesis gravidarum* dengan pemberian aromaterapi lemon di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Kabupaten Empat Lawang nilai $p < 0,05$. Disarankan untuk mengaktifkan kelas ibu hamil, mengadakan penyuluhan yang lebih rutin lagi bagaimana cara mengurangi mual muntah dengan menerapkan aromaterapi *peppermint* dan aromaterapi lemon untuk mengurangi mual-muntah selama masa kehamilan.

Kata kunci: *Aroma Terapi Peppermint, Lemon, Emesis gravidarum*

Abstract

Emesis Gravidarum in pregnant women often occurs in the early first trimester of pregnancy, mothers who experience mild, moderate and severe nausea and vomiting with peppermint aromatherapy and lemon aromatherapy can help reduce nausea and vomiting in pregnancy. The purpose of this study was to study the differences between giving Peppermint aromatherapy and lemon aromatherapy to the incidence of *Emesis gravidarum* in first trimester pregnant women in the Tebing Tinggi Public Health Center, Empat Lawang Regency. The design used in this study was a two group pretest post test design. The population in this study were all pregnant women with *Emesis gravidarum*. The sampling technique used in this study was total sampling with a sample of 28 pregnant women. Data collection techniques in this study used secondary data obtained by looking

at MCH book records and primary data using SOPs. Data analysis used univariate and bivariate analysis with paired t-test. The results obtained from 28 respondents who were given Emesis gravidarum pregnant women, there were 1 person with moderate frequency of nausea and vomiting and 13 people with mild frequency of nausea and vomiting. Pregnant women given lemon aromatherapy were 7 people (50.0%) with moderate frequency of nausea and vomiting and 7 people (50.0%) with mild frequency of nausea and vomiting. There is a difference in presenting Emesis gravidarum by offering lemon aromatherapy in the Working Area of the Tebing Tinggi Health Center, Empat Lawang Regency, $p < 0.05$. It is recommended to activate classes for pregnant women, hold more routine counseling on how to reduce nausea and vomiting by applying peppermint aromatherapy and lemon aromatherapy to reduce nausea and vomiting during pregnancy.

Keywords: *Aromatherapy Peppermint, Lemon, Emesis gravidarum*

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) sekitar 295.000 wanita meninggal selama kehamilan dan persalinan pada tahun 2017. Afrika Sub-Sahara dan Asia Selatan menyumbang sekitar 86% (254.000) dari perkiraan kematian ibu global. Pada saat yang sama, antara tahun 2000 dan 2017, Asia Selatan mencapai pengurangan AKI keseluruhan terbesar, penurunan hampir 60% (dari AKI 384 menjadi 157). Meskipun AKI-nya sangat tinggi pada tahun 2017, Afrika sub-Sahara sebagai sub-wilayah juga mencapai pengurangan besar dalam MMR hampir 40% sejak tahun 2000. Secara keseluruhan, rasio kematian ibu (AKI) di negara-negara kurang berkembang menurun hanya di bawah 50% (WHO, 2019).

Kehamilan merupakan peristiwa yang terjadi pada seorang wanita, dimulai dari proses fertilisasi (konsepsi) sampai kelahiran bayi. Setiap ibu hamil pada trimester pertama mengalami mual dan muntah. (Hutahaean, 2013). Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Dampak mual muntah apabila tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gejala mual muntah yang berat (intractable) serta persisten yang terjadi pada awal kehamilan sehingga mengakibatkan dehidrasi, gangguan elektrolit atau defisiensi nutrisi yang dikenal sebagai hiperemesis gravidarum (Sari, 2018).

Menurut penelitian putri (2020) dengan judul efektivitas pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan frekuensi *Emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di BPM Indra Iswari, SST, SKM, MM Kota Bengkulu yaitu ada pengaruh aromaterapi lemon terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di tunjukkan dengan hasil uji wilcoxon diperoleh $p\text{-value } 0,001 < 0,05$.

Jika dampak fisik terjadi terus menerus dan tidak diintervensi, maka akan menyebabkan Hiperemesis Gravidarum. Dampak bagi janin adalah janin kekurangan nutrisi dan cairan yang dibutuhkan oleh tubuh, hal tersebut dapat menyebabkan bayi lahir dengan dengan berat badan rendah (Suryati dkk, 2018).

Data hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2015 AKI diperkirakan mencapai 161/ 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015, angka kematian ibu tercatat mencapai 305/100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2016).

Yantina (2016) menyimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian essential oil Peppermint dengan kejadian mual dan muntah pada ibu hamil trimester I sehingga dapat di harapkan bagi ibu hamil dan masyarakat untuk menggunakan pengobatan non farmakologis yang tepat untuk mengurangi mual dan muntah karena tidak menimbulkan efek samping yang merugikan bagi kesehatan ibu dan janin.

Salah satu aromaterapi yang sering digunakan ialah *Peppermint* (mentha piperita). *Peppermint* termasuk dalam margalabiatae yang memiliki tingkat keharuman yang sangat tinggi, aroma yang dingin menyegarkan dan bau mentol yang mendalam. *Peppermint* mengandung khasiat anti kejang dan penyembuhan yang andal untuk kasus mual, salah cerna, susah membuang gas diperut, diare, sembelit, sakit kepala dan pingsan (Zuraida dan Sari, 2017).

Berdasarkan profil Dinas Kesehatan provinsi Sumatera Selatan Tahun 2020 data kunjungan tahun 2018 Trimester 1 (93,32%)mengalami peningkatan dari data tahun 2019 cakupan kunjungan Trimester 1 mencapai (97,0%). Data 2019 terdapat 10 Puskesmas yang ada diwilayah Kabupaten Empat Lawang cakupan Trimester 1 rendah terdapat 3 Puskesmas saja yang tidak tercapai targetyaitu Puskesmas Lesung Batu cakupan Trimester 1 (87,8%), Puskesmas Pendopo cakupan Trimester 1 (94,8%), Puskesmas Sikap Dalam cakupan Trimester 1 (94,5%), ke 3 puskesmas ini tidak tercapai target dikarenakan banyak ibu hamil yang tidak melakukan kunjungan pada tenaga kesehatan dan Puskesmas jadi banyak yang tidak terdeteksi ibu hamilnya, dan 7 puskesmas sudah tercapai targetnyan yaitu Puskesmas Tebing Tinggi cakupan Trimester 1(99,1%), Puskesmas Muara Saling Cakupan Trimester 1(98,8%), Puskesmas Pendopo Barat cakupan Trimester 1 (99,9%), Puskesmas Padang Tepong Cakupan Trimester (98,5%), Puskesmas Nanjungan cakupan Trimester 1 (99,3%), Puskesmas Muara Pinang cakupan Trimester1 (99,4%). Dan Puskesmas Talang Padang Trimester1 (98,8%).

Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Kabupaten Empat lawang Tahun 2020 untuk Kejadian *Emesis gravidarum* dari 10 puskesmas adalah yang emesisgravidarum yang terendah terdapat di Puskesmas Muara Saling52 kasus *Emesis gravidarum*, Puskesmas Pendopo Barat 65 kasus *Emesis gravidarum*, Puskesmas Talang Padang 66 kasus *Emesis gravidarum*, Puskesmas Sikap Dalam 75 kasus *Emesis gravidarum*, Puskesmas Padang Tepong 109 kasus *Emesis gravidarum*, Puskesmas Lesung Batu 139 kasus *Emesis gravidarum*, Puskesmas Nanjungan 155 kasus *Emesis gravidarum*, dan Puskesmas yang terdapat *Emesis gravidarum* yang tertinggi terdapat 3 Puskesmas yaitu Puskesma Tebing Tinggi 430 kasus *Emesis gravidarum*, Puskesmas Muara Pinang 283 kasus emesisgravidarum, Puskesmas Pendopo 257 kasus *Emesis gravidarum*.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada Perbedaan Pemberian Aromaterapi *Peppermint* dengan Aromaterapi Lemon Terhadap Kejadian *Emesis gravidarum* Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Kabupaten Empat Lawang.

Tujuan dalam penelitian ini adalah Untuk Mempelajari Perbedaan Pemberian *Emesis gravidarum* Dengan Aroma Terapi Lemon Terhadap Kejadian *Emesis gravidarum* Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperiment*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *two group pretest post test*. Penelitian ini telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Pada Tanggal 14 Juni 2021 – 14 Juli 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil dengan *Emesis gravidarum* di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tebing Tinggi dari Tanggal 14 Juni 2021-14 Juli Tahun 2021 sebanyak 28 orang dilakukan secara *Total Sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder. Data dianalisa menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan *paired t-test*.

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menentukan rata-rata skor dari variabel independent (*Peppermint* dan lemon) terhadap variabel dependent (Kejadian *Emesis gravidarum* ibu hamil).

Tabel 1
Distribusi frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi *Peppermint*

<i>Emesis gravidarum</i>	Pre-test		Post-test	
	F	%	F	%
Sedang	4	28.6	1	7.1
Ringan	10	71.4	13	92.9
Total	14	100.0	14	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 14 orang ibu hamil sebelum diberikan aromaterapi *Peppermint* terdapat 4 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* sedang dan 10 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* ringan. Dapat diketahui bahwa dari 14 orang ibu hamil setelah diberikan aromaterapi *Peppermint* terdapat 1 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* sedang dan 13 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* ringan.

Tabel 2
Distribusi frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon

<i>Emesis gravidarum</i>	Pre-test		Post-test	
	F	%	F	%
Sedang	11	78.6	7	50.0
Ringan	3	21.4	7	50.0
Total	14	100.0	14	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 14 orang ibu hamil sebelum diberikan aromaterapi lemon terdapat 11 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* sedang dan 3 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* ringan. Dari 14 orang ibu hamil setelah diberikan aromaterapi lemon terdapat 7 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* sedang dan 7 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* ringan.

2. Uji Normalitas

Tabel 3
Hasil Uji Normalitas Data Frekuensi Mual Muntah Sebelum Pemberian Aromaterapi *Peppermint*

	Kolmogorov-smirnov			Shapiro-wilk		
	statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi <i>Peppermint</i>	.223	14	.056	.922	14	.233
Frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi <i>Peppermint</i>	.202	14	.126	.900	14	.111

Frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi lemon	.144	14	.200	.966	14	.814
Frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi lemon	.206	14	.101	.918	14	.206

Berdasarkan tabel diatas menggambarkan hasil uji normalitas data frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi *Peppermint*, frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi *Peppermint*, frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi lemon dan frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi lemon dengan menggunakan Uji Shapiro-Wilk. Dari tabel tersebut diketahui bahwa nilai p (Sig.) untuk data frekuensi mual muntah sebelum pemberian aroma terapi *Peppermint* sebesar 0,233, nilai p (Sig.) untuk data frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi *Peppermint* sebesar 0,111, nilai p (Sig.) untuk data frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi lemon sebesar 0,814 dan nilai p (Sig.) untuk data frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi lemon sebesar 0,206. Karena semua nilai $p > 0,05$ maka data frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi *Peppermint*, frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi *Peppermint*, frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi lemon dan frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi lemon dikatakan berdistribusi Normal.

3. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk melihat kesetaraan bagi seluruh variable perancu (*counfounding*) yang diduga dapat mempengaruhi hubungan antara intervensi yang diberikan (*exposure*) terhadap hasilpenelitian (*outcome*) pada masing-masing kelompok perlakuan dan uji normalitas data terlebih dahulu.

Tabel 4
Hasil Uji Homogenitas

<i>Emesis gravidarum</i>	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based on Mean	0.644	1	26	0.429
Based on Median	0.730	1	26	0.401
Based on Median and with adjusted df	0.730	1	25.992	0.401
Based on trimmed mean	0.679	1	26	0.418

Tabel diatas menggambarkan hasil uji Homogenitas untuk frekuensi mual muntah dengan pemberian aromaterapi *Peppermint* dan pemberian aromaterapi lemon dengan menggunakan Uji Levene Test diperoleh nilai p sebesar 0,429. Karena nilai $p > 0,05$ maka data frekuensi mual muntah dengan pemberian aromaterapi *Peppermint* dan pemberian aromaterapi lemon dikatakan sama atau homogen.

4. Uji Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan pemberian aromaterap *Peppermint* tdengan aromaterapi lemon terhadap kejadian *Emesis gravidarum* ibu hamil TM 1

Tabel 5

Frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian Aromaterapi *Peppermint* dan Aromaterapi lemon

Variabel	<i>Emesis gravidarum</i> Kelompok Aromaterapi <i>Peppermint</i> (n=14)		<i>Emesis gravidarum</i> kelompok Aromaterpi Lemon (n=14)	
	Pre-test	Post-test	Pre-test	Post-test
Mean	5.71	4.43	8.00	6.14
SD	1.204	1.284	1.754	1.562
T	7.870		10.481	
P Value	0.000		0.000	

Dari tabel tersebut diketahui bahwa nilai rata-rata (Mean) sebesar 5,71 dan nilai Standar Deviasi (Std. Deviation) sebesar 1,204 untuk frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum pemberian aromaterapi *Peppermint*, sedangkan nilai rata-rata (Mean) sebesar 4,43 dan nilai Standar Deviasi (Std. Deviation) sebesar 1,284 untuk frekuensi *Emesis gravidarum* setelah pemberian aromaterapi *Peppermint*. Dan hasil Uji *Paired Sample Test* diketahui nilai Uji *Paired Sample Test* (t) sebesar 7.870 dengan nilai p sebesar 0.000. karena nilai $p < 0.05$ maka dikatakan ada perbedaan rata-rata antara frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemebrian aromaterapi *Peppermint*.

Dari tabel tersebut diketahui bahwa nilai rata-rata (Mean) sebesar 8,00 dan nilai Standar Deviasi (Std. Deviation) sebesar 1,754 untuk frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum pemberian aromaterapi lemon, sedangkan nilai rata-rata (Mean) sebesar 6,14 dan nilai Standar Deviasi (Std. Deviation) sebesar 1,562 untuk frekuensi *Emesis gravidarum* setelah pemberian aromaterapi lemon. Dan hasil Uji *Paired Sample Test* diketahui nilai Uji *Paired Sample Test* (t) sebesar 10.481 dengan nilai p sebesar 0.000. karena nilai $p < 0.05$ maka dikatakan ada perbedaan rata-rata antara frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon.

Tabel 7

Perbedaan pemberian aromaterapi *Peppermint* dengan aromaterapi lemon

Variabel	<i>Emesis gravidarum</i>	
	Post-test <i>Peppermint</i>	Post-test Lemon
Mean	4.43	6.14
MeanDifference	-1.714	
SD	1.284	1.562
T	-3.172	
P Value	0.004	

Tabel diatas menggambarkan hasil uji beda rata-rata antara frekuensi mual muntah dengan pemberian aromaterapi *Peppermint* dan pemberian aromaterapi lemon dengan menggunakan Uji *Independent Samples Test*. Uji *Independent Samples Test* digunakan karena data frekuensi mual muntah dengan pemberian aromaterapi *Peppermint* dan pemberian aromaterapi lemon berdistribusi

normal. Dari tabel tersebut diketahui bahwa nilai uji Paired Samples Test (t) sebesar -3,172 dengan nilai p sebesar 0,004. Karena nilai $p < 0,05$ maka dikatakan ada perbedaan rata-rata antara frekuensi mual muntah dengan pemberian aromaterapi *Peppermint* dan pemberian aromaterapi lemon.

Pembahasan

Pengambilan sampel dilakukan sejak Tanggal 14 Juni sampai 14 Juli 2021, dan didapatkan 28 responden yang memenuhi kriteria untuk menjadi subyek penelitian.

Dari 14 orang ibu hamil trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Kabupaten Empat Lawang tersebut diberikan sebelum pemberian aromaterapi *Peppermint* diketahui bahwa dari 14 orang ibu hamil sebelum diberikan aromaterapi *Peppermint* terdapat 4 orang (28,6%) dengan frekuensi mual muntah sedang dikarenakan kehamilan anak pertama sehingga responden belum mempunyai pengalaman bagaimana cara mengurangi mual muntah, dan responden belum memeriksakan kehamilannya ke pelayanan kesehatan yang ada di daerahnya dan 10 orang (71,4%) dengan frekuensi mual muntah ringan karena mendapat informasi dari keluarga yang sudah berpengalaman hamil sehingga memberi informasi kepada ibu bagaimana cara mengurangi mual muntah diawal kehamilan. Sedangkan setelah pemberian aromaterapi *Peppermint* diketahui dari 14 orang ibu hamil terdapat 1 orang (7,1%) dengan frekuensi mual muntah sedang dikarenakan kurang dukungan dari suami dikarenakan suami sibuk kerja dengan jarak yang jauh sehingga ibu merasa kurang diperhatikan dalam keamilannya dan 13 orang (92,9%) dengan frekuensi mual muntah ringan karena sudah menerapkan terapi *Peppermint* yang sudah diberikan.

Dari 14 orang ibu hamil trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Kabupaten Empat Lawang sebelum diberikan aromaterapi lemon terdapat 11 orang (78,6%) dengan frekuensi mual muntah sedang dikarenakan belum pengalaman dan pengalaman hamil pertama yang belum memahami bagaimana cara mengurangi mual muntah diawal kehamilan dan 3 orang yaitu (21,4%) dengan frekuensi mual muntah ringan sudah tau cara mengatasi mual muntah karena sudah bukan anak pertama, sedangkan setelah diberikan aromaterapi lemon terdapat 7 orang yaitu (50,0%) dengan frekuensi mual muntah sedang dikarenakan tidak menerapkan secara rutin sesuai terapi yang diberikan dan 7 orang (50,0%) dengan frekuensi mual muntah ringan mengikuti anjuran yang diberikan bidan dengan menerapkan cara mengurangi mual muntah dengan aromaterapi lemon.

Data frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi *Peppermint*, frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi *Peppermint*, frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi lemon dan frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi lemon dengan menggunakan Uji Shapiro-Wilk. Dari tabel tersebut diketahui bahwa nilai p (Sig.) untuk data frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi *Peppermint* sebesar 0,233, nilai p (Sig.) untuk data frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi *Peppermint* sebesar 0,111, nilai p (Sig.) untuk data frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi lemon sebesar 0,814 dan nilai p (Sig.) untuk data frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi lemon sebesar 0,206. Karena semua nilai $p > 0,05$ maka data frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi *Peppermint*, frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi *Peppermint*, frekuensi mual muntah sebelum pemberian aromaterapi lemon dan frekuensi mual muntah setelah pemberian aromaterapi lemon dikatakan berdistribusi Normal.

Hasil penelitian Risco (2020) dengan judul perbedaan efektivitas pemberian aromaterapi lemon dan *Emesis gravidarum* terhadap ibu hamil dengan mual muntah trimester I Jawa Barat tahun 2020. Berdasarkan karakteristik responden sebagian besar responden berusia 20-35 tahun, berpendidikan SMP dan SMA, Pekerjaan sebagai IRT, dan paritas rata-rata primigravida Intensitas mual sebelum diberikan aroma terapi lemon rata-rata sebesar 8,80 sedangkan sesudah diberikan aromaterapi ingesti lemon rata-rata mual sebesar 6,90. Intensitas mual sebelum diberikan aromaterapi inhalasi *Peppermint* rata-rata sebesar 8,90 sedangkan sesudah diberikan aromaterapi inhalasi *peppermint* rata-rata mual sebesar 7,00. Ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan lemon terhadap penurunan rasa mual pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai p value sebesar 0,014. Ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi inhalasi *Peppermint* terhadap penurunan rasa mual pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai p value sebesar 0,007 Tidak ada perbedaan

intensitas mual antara kelompok Aromaterapi lemon dengan inhalasi *Peppermint* dengan nilai p value sebesar 0,853.

Data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil sebanyak 28 orang semakin meningkat jumlah ibu hamil dimasyarakat maka tanggung jawab tenaga kesehatan ditempat-tempat pelayanan kesehatan semakin besar untuk mengatasi masalah yang timbul seperti bagaimana cara mengurangi mual muntah berlebihan, maka bidan harus menerapkan dengan metode yang dapat membantu mengatasi mual muntah tersebut dengan memberikan terapi seperti aroma terapi *Peppermint* dan aromaterapi lemon, Tempat-tempat pelayanan kesehatan dalam hal ini khususnya Puskesmas Tebing Tinggi Kab. Empat lawang untuk menerapkan pemberian aromaterapi *Peppermint* dan aromaterapi lemon.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti diketahui bahwa perbedaan pemberian aromaterapi *Peppermint* dalam mengurangi mual muntah lebih banyak disukai ibu hamil akan tetapi manfaat yang berbeda dengan aromaterapi lemon yang lebih efektif dalam penanganan mengurangi mual muntah yang berlebihan pada ibu hamil dan untuk mengurangi terjadinya peningkatan kasus mual muntah pada ibu hamil dengan cara meningkatkan pelayanan kesehatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Kabupaten Empat lawang terutama PMB di Tebing Tinggi seperti mengaktifkan kelas ibu hamil, mengadakan penyuluhan yang lebih rutin lagi bagaimana cara mengurangi mual muntah dengan menerapkan aroma terapi *peppermint* dan aromaterapi lemon untuk mengurangi mual-muntah selama masa kehamilan.

SIMPULAN

1. Ibu hamil sebelum diberikan aromaterapi *Peppermint* terdapat 4 orang dengan frekuensi mual muntah sedang dan 10 orang dengan frekuensi mual muntah ringan dan Ibu hamil sesudah diberikan Aromaterapi *Peppermint* terdapat 1 orang dengan frekuensi mual muntah sedang dan 13 orang dengan frekuensi mual muntah ringan.
2. Ibu hamil Sebelum diberikan aromaterapi Lemon terdapat 11 orang dengan frekuensi mual muntah sedang dan 3 orang dengan frekuensi mual muntah ringan dan ibu hamil sesudah diberikan aromaterapi lemon terdapat 7 orang dengan frekuensi mual muntah sedang dan 7 orang dengan frekuensi mual muntah ringan.
3. Ada perbedaan pemberian aromaterapi *Peppermint* dengan pemberian aromaterapi lemon di Wilayah Kerja Puskesmas Tebing Tinggi Kabupaten Empat Lawang nilai $p < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Abou-Zahr, C. L., Royston, E., & World Health Organization. (1991). *Maternal mortality: a global factbook* (No. WHO/MCH/MSM/91.3). World Health Organization.
- Kemendes RI, (2016). *Profil Kesehatan*. Jakarta : Departemen Kesehatan RI.
- Putri, Y., & Situmorang, R. B. (2020). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Indra Iswari, Sst, Skm, Mm Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 8(1), 44-50.
- Khadijah, S. R. (2020). Perbedaan Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Ibu Hamil Dengan Mual Muntah Trimester I Di BPM Nina Marlina Bogor, Jawa Barat, Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, 1(2), 79-86.
- Sari, R. I., & Hartoyo, M. (2015). *Pengaruh Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Mual Muntah Akut pada Pasien yang Menjalani Kemoterapi di SMC RS Telogorejo*. Karya Ilmiah.
- Suryati, Y., Nurlatifah, R., & Hastuti, D. (2018). *Pengaruh aromatherapy lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I*. *Prosiding pin-litamas 1*, 1(1), 208-215.
- 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. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 2(4).

Sari, Z. E. D. (2018). *Perbedaan Efektivitas Pemberian Essensial Oil Peppermint dan Aroma Terapi Lavender terhadap Intensitas Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam Tahun 2017*. Menara Ilmu, 12(4).