



**JM**

**Volume 12 No. 2 (Oktober 2024)**

**© The Author(s) 2024**

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI GINGER OIL DAN LEMON TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB DIAN SRI RAHAYU TAHUN 2024**

**THE EFFECT OF GINGER OIL AND LEMON AROMATHERAPY ON EMESIS GRAVIDARUM IN 1ST TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT PMB DIAN SRI RAHAYU YEAR 2024**

**DIAN SRI RAHAYU**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN PROGRAM PROFESI,  
FAKULTAS VOKASI, UNIVERSITAS INDONESIA MAJU**

**Email: [diansrirahayu17@gmail.com](mailto:diansrirahayu17@gmail.com)**

**ABSTRAK**

Pendahuluan: Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang terjadi pada banyaknya wanita yang dimulai dari konsepsi sampai dengan lahirnya janin, lamanya kehamilan normal yaitu 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari pertama haid terakhir. Kehamilan terbagi menjadi 3 trimester, yaitu trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu, trimester ketiga berlangsung 13 minggu, Permasalahan yang sering terjadi pada awal kehamilan yaitu perasaan mual muntah karena kadar estrogen yang meningkat. Mual muntah yang terjadi terus menerus dapat menyebabkan dehidrasi. Tujuan Penelitian: Untuk Mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Ginger Oil Dan Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Dian Sri Rahayu Tahun 2024. Metodologi : Metode Penelitian ini adalah SCLR yaitu Penelusuran Rujukan Ilmiah untuk memperoleh konsep teori asuhan Kebidanan berdasarkan hasil penelitian terdahulu dan studi kasus yaitu studi langsung penerapan kebidanan berdasarkan Evidence Based. Hasil Penelitian: Hasil penelitian yang dilakukan pada kedua responden ibu hamil trimester pertama diberikan intervensi aromaterapi ginger oil dan lemon setelah dilakukan observasi dengan lembar observasi PUQE terdapat penurunan nilai dengan katagori sedang menjadi ringan. Kesimpulan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi ginger oil dan lemon terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimster pertama di PMB bd Dian Sri Rahayu di kabupaten pandeglang tahun 2024.

**Kata Kunci: Emesis gravidarum, Aromaterapi Ginger oil, Aromaterapi lemon**

**ABSTRACT**

Introduction: Pregnancy is a physiological process that occurs in women starting from conception until the birth of the fetus, the normal length of pregnancy is 280 days (40 weeks or

9 months 7 days) calculated from the first of the last menstruation. Pregnancy is divided into 3 trimesters, namely the first trimester lasts 12 weeks, the second trimester lasts 15 weeks, the third trimester lasts 13 weeks. Problems that often occur in the first trimester are feelings of nausea and vomiting due to increased estrogen levels. Continuous nausea and vomiting can cause dehydration. Research Objective: To determine the effect of giving ginger oil and lemon aromatherapy on emesis gravidarum in first trimester pregnant women at Pmb Dian Sri Rahayu in 2024. Methodology: This research method is SCLR, namely searching scientific references to obtain theoretical concepts of Midwifery care based on the results of previous research and case studies, namely direct studies of the application of midwifery based on Evidence Based. Research result: The results of the research conducted on the two respondents, pregnant women in the first trimester who were given ginger oil and lemon aromatherapy intervention after observing using the PUQE observation sheet, showed a decrease in scores from moderate to mild. Conclusion So it can be concluded that there is an influence of giving ginger oil and lemon aromatherapy to reduce nausea and vomiting in first trimester pregnant women at PMB bd Dian Sri Rahayu in Pandeglang district in 2024

**Keywords: Emesis gravidarum, Aromatherapy Ginger oil, Aromatherapy lemon**

## **PENDAHULUAN**

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang terjadi pada Perempuan yang dimulai dari awal konsepsi pada rahim sampai lahirnya janin, lamanya kehamilan normal yaitu 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dan dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan terbagi menjadi 3 trimester, yaitu trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu, trimester ketiga berlangsung selama 13 minggu . (Rorrong et al., 2021).

Permasalahan yang sering terjadi pada awal kehamilan yaitu perasaan mual muntah karena kadar estrogen yang meningkat. Mual muntah yang terjadi terus menerus dapat menyebabkan dehidrasi atau kekurangan banyak cairan tubuh pada ibu hamil. Muntah yang lebih dari sepuluh kali sehari dan terjadi selama 20 minggu sealama kehamilan ini jika tidak ditangani akan berlanjut menjadi Hiperemesis Gravidarum yang menyebabkan tubuh ibu hamil menjadi lemah dan beresiko terhadap kesehatan pada janin (Siwi, 2017). Penyebab mual dan muntah ini belum diketahui secara pasti, tetapi ini berkaitan dengan tingginya kadar hormon hCG. Hormon hCG yang meningkat pada kehamilan menstimulasi ovarium memproduksi estrogen. Tingginya hormon

estrogen berkorelasi dengan munculnya mual muntah pada ibu hamil, sehingga hasil laboratorium semakin tinggi kadar hCG. (Herni, 2019)

Mual muntah pada kehamilan umumnya disebut emesis gravidarum, yang dialami oleh sekitar 70-80% wanita hamil dan merupakan fenomena yang sering terjadi pada umur kehamilan 5-12 minggu (Runiari 2010). Wanita hamil sebanyak 66% pada trimester pertama mengalami mual dan gejala yang sering terjadi pada 60-80 % primigravida dan 40-60 % multigravida, namun sekitar 12 % ibu hamil masih mengalami mual muntah hingga sampai umur kehamilan sembilan bulan. (Rahayu & Sari, 2022).

Wanita hamil sebanyak 66% pada trimester pertama mengalami mual dan muntah gejala yang sering terjadi pada 60-80 % primigravida dan 40-60 % multigravida data di dunia berdasarkan data World Health Organization(WHO, UNICEF, 2015) Mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidak seimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati yang menyebabkan menjadi Nekrosis atau pengerasan pada fungsi hati. (Sriadnyani, 2022)

Di Indonesia, jumlah ibu hamil trimester pertama data dari cakupan K1 dalam Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020 sebanyak 4.873.441 ibu hamil dengan kurang lebih

50% mengalami emesis gravidarum sebanyak 2.436.721 ibu hamil, sementara di Banten K1 sebanyak 268.616 yang mengalami emesis gravidarum sebanyak 134.308 pada ibu hamil (Kemenkes, 2020).

Komplikasi dari emesis menjadi hyperemesis gravidarum dari sisi ibu hamil, sebagian besar manifestasi klinisnya disebabkan oleh efek dari dehidrasi yaitu kehilangan banyak cairan dari dalam tubuh ibu hamil dan kelaparan yang menyebabkan ketoasidosis sehingga terjadi komplikasi gangguan syaraf, ulkus lambung, robekan esofagus, kuning, gagal hati, kejang koma, hipoprotobinemia karena kekurangan vitamin K, gagal ginjal. Komplikasi ini yang terjadi dari sisi janin akan menyebabkan bayi lahir dengan berat bayi rendah dan kelahiran prematur tetapi ketika gangguan emesis gravidarum diatasi maka biasanya tidak akan berpengaruh kepada janin.(Carolin, 2019)

Penelitian yang dilakukan oleh Novianindi Arrin Pramestidkk tahun 2023 dengan berjudul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Muntah (Emesis) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Durian Kabupaten Kubu Raya” Rancangan penelitian yang peneliti gunakan adalah rancangan penelitian studi kasus. Jenis penelitian studi kasus deskriptif ini menggunakan metode observasi partisipatif. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I hamil 11minggu, Hasil penelitian menunjukkan diagnosa pada ibu hamil Ny.O dengan pemberian aroma terapi oil jahe. Evaluasi pelaksanaan pemberian aroma terapi oil jahe pada kasus Ny.O dengan pemberian aroma terapi oil jahe untuk mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Disimpulkan bahwa hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti tersebut adalah terjadi penurunan mual muntah pada ibu hamil setelah diberikan pemberian aroma terapi oil jahe. Penatalaksanaan pasien dengan mual dan muntah kehamilan (emesis gravidarum) tergantung pada tingkat keparahan gejala atau mual muntah, dampak gejala pada kehamilan trimester ke 1. (Pramesti et al., 2020)

Aromaterapi merupakan bagian dari sekian banyak metode pengobatan komplementer alami yang telah dipergunakan sejak jaman bertahun-tahun silam. Seiring dengan berkembangnya metode pengobatan modern, maka kedudukan aromaterapipun mulai meningkat dan mengalami perkembangan pasang surut hingga nyaris hilang dan dilupakan banyak orang. Namun sejak dikenalkan kembali penggunaan obat-obatan alami, metode aromaterapipun mulai diminati masyarakat, bahkan semakin mendapatkan tempat yang semakin terpercaya, sejajar dengan metode pengobatan paling modern.(Agustini et al., 2022)

Salah satu penatalaksanaan emesis gravidarum secara non farmakologi adalah dengan aromaterapi yang merupakan tindakan teraupetik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk memperoleh ketenangan selama kehamilan. Pengobatan ini tergolong ekonomis dan tidak membutuhkan biaya, mudah didapatakan , harga terjangkau dan mudah dilakukan. Tanaman-tanaman tertentu yang dapat dijadikan bahan untuk aromaterapi diantaranya yaitu, jeruk limau, lavender, kamomail, jahe, peppermint, lemon. (Carolin, 2019).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati sebagai mana adanya. Studi kasus adalah memahami suatu kasus, orang-orang tertentu atau situasi secara mendalam (Creswell, 2014). Penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami sikap, pandangan, perasaan, dan perilaku individu secara mendalam. Peneliti dilakukan observasi pada ibu hamil trimester 1 yang mengalami emesis gravidarum sebanyak 2 orang , Responden yang pertama akan diberikan aromaterapi ginger oil dan

responden kedua akan diberikan aromaterapi lemon setelah dilakukan observasi akan dilihat pengaruh aromaterapi ginger oil dan lemon terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil.

## PEMBAHASAN

**Tabel 1. Pengaruh sebelum dan sesudah diberikan Aromaterapi Ginger oil terhadap Ibu Hamil trimester I di PMB Bd Dian Sri Rahayu Tahun 2024**

Nama / Um	Sebelum	Hasil Skala PUQE				
		Kunjungan ke 1	Kunjungan ke 2	Kunjungan ke 3	Kesimpulan	
Ny E	23	12	10	6	Penurunan	

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dalam satu minggu observasi pada kehamilan trimester 1, Dimana pada kunjungan k-1 responden masih merasakan mual muntah dengan nilai dari lembar observasi PUQE bernilai 12 dengan kategori mual dan muntah sedang, setelah responden 1 diberikan intervensi pemberian aromaterapi ginger oil responden merasakan lebih baik, menghirup aromaterapi membuat responden lebih relax dan tenang menghadapi mual dan dapat mencegah muntah setelah dilakukan observasi pada kunjungan kedua responden mendapatkan nilai PUQE bernilai 10 dimana pasien dapat mencegah muntah pada saat mual dirasakan. Pada kunjungan ke-3 responden merasakan lebih baik dengan nilai lembar observasi PUQE 6 dimana pada saat mual pasien selalu menghirup aromaterapi ginger oil tersebut dan dapat menghilangkan mual dan muntah.

**Tabel 2. Pengaruh Sebelum dan Sesudah**

## diberikan Aromaterapi Lemon terhadap Ibu Hamil trimester I di PMB Bd Dian Sri Rahayu Tahun 2024

Nama / Um	Sebelum	Hasil Skala PUQE				
		Kunjungan ke 1	Kunjungan ke 2	Kunjungan ke 3	Kesimpulan	
Nn. U	27	12	8	6	Penurunan	

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dalam satu minggu observasi pada kehamilan trimester 1, Dimana pada kunjungan k-1 responden masih merasakan mual muntah dengan nilai dari lembar observasi PUQE bernilai 12 dengan kategori mual dan muntah sedang, setelah responden 2 diberikan intervensi pemberian aromaterapi lemon responden merasakan lebih baik, menghirup aromaterapi membuat responden lebih relax dan tenang menghadapi mual dan dapat mencegah muntah setelah dilakukan observasi pada kunjungan kedua responden mendapatkan nilai PUQE bernilai 8 dimana pasien dapat mencegah muntah pada saat mual dirasakan. Pada kunjungan ke-3 responden merasakan lebih baik dengan nilai lembar observasi PUQE 6 dimana pada saat mual pasien selalu menghirup aromaterapi lemon tersebut dan dapat menurunkan mual dan muntah

**Tabel 3. Perbandingan Pengaruh pemberian aromaterapi Ginger oil dan Lemon terhadap ibu Hamil Trimester I di PMB Bd Dian Sri Rahayu Tahun 2024**

N o	Nama / um	Hasil Skala PUQE				
		Kunjungan ke 1	Kunjungan ke 2	Kunjungan ke 3	Kesimpulan	
1.	Ny E	12	10	6	Penurunan	

Aromaterapi Ginger Oil					
2.	Nn. U	12	12	8	6
Intervensi Aromaterapi Lemon					
Penurunan					

Menurut peneliti setelah dilakukan penelitian pada kedua responden yaitu setelah diberikan intervensi aromaterapi ginger oil dan lemon kedua responden mengalami penurunan namun menurut peneliti yang paling berpengaruh adalah aromaterapi lemon terhadap penurunann mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama karena pada hasil lembar observasi PUQE terdapat angka penurunan yang signifikan aromaterapi lemon dibandingkan aromaterapi ginger oil.

## KESIMPULAN

Dan dapat disimpulkan dari Analisa diatas bahwa :

1. Terdapat pengaruh terhadap penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I setelah diberikan aromaterapi ginger oil
2. Terdapat pengaruh terhadap penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I setelah diberikan aromaterapi lemon
3. Ada perbandingan intensitas nilai penurunan mual dan muntah dari observasi kedua responden yang diberikan aromaterapi ginger oil dan lemon, dari kedua aromaterapi disimpulkan bahwa aromaterapi lemon lebih berpengaruh dibandingkan ginger oil dalam penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1.

## SARAN

1. Bagi PMB

Diharapkan kepada penyedia tempat pelayanan asuhan kebidanan yang sedang

menjalankan praktik untuk dapat meningkatkan pengetahuannya meningkatkan pengembangan ilmu terutama tentang uap aromaterapi lemon dan Ginger oil untuk mengurangi emesis gravidarum

2. Bagi Responden

Diharapkan dengan adanya intervensi responden dapat mengatasi mual dan muntah sehingga responden dapat menjalani aktifitas sehari-hari dengan lebih baik

3. Bagi intitusi pendidikan

Sebaiknya hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi baru atau tambahan untuk pengembangan ilmu kebidanan khususnya kehamilan

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan masukan atau bacaan bagi para pengunjung perpustakaan dalam menambah wawasan dan pengalaman mahasiswa untuk melakukan penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, I. G. A. R., Sukmandari, N. M., & Yogantara, I. M. A. (2022). Aromaterapi Ginger Oil Efektif Mengurangi Rasa Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Center of Research Publication in Midwifery and Nursing (CARING)*, 6(2), 58–66.
- Budiasih, S., Rifiana, A. J., & Indrayani, T. (2023). Perbandingan Efektivitas Uap Aromaterapi Lemon Dengan Ginger Oil Terhadap Emesis Gravidarum Di Tpm Ef Tangerang Banten Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 11(1), 74–81.
- Carolin, A. (2019). Pengaruh Aromaterapi Ginger Oil terhadap emesis gravidarum pada Ibu Hamil Trimester Satu di Klinik Makmur Jaya. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 7, 1–5. <http://www.jkqh.uniqhba.ac.id/index.php>

- E, B. (2016). Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif.
- Fitriani, Aida. Ayesha Hendriana, Siti Rofi'ah, Florica Amanda, Nizam Maayah, Eka Supriyanti, R. C. (2022). Buku Ajar Asuhan Kehamilan DIII Kebidanan Jilid II. [www.mahakarya.academy](http://www.mahakarya.academy)
- Harahap, N. R., Rauda, R., Nasution, P., Syari, M., & Pitriana, D. (2022). Pengaruh Aroma Terapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum. *Indonesian Trust Health Journal*, 5(2), 57–63. <https://doi.org/10.37104/ithj.v5i2.103>
- Herni, K. (2019). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan, Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 44–51.
- Keilmuan, D., Keperawatan, D., & Keperawatan, D. A. N. (2022). Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. 1(2), 1–5.
- Maesaroh, S., & Putri, M. (2019). Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(1), 30. <https://doi.org/10.26630/jkm.v12i1.1741>
- Meyer, G. V., Suryanti, S., Akbar, N., Kebidanan, P. D., Masyarakat, F. K., Indonesia, U. M., & K, E. P. K. (2023). Asuhan Kebidanan Antenatal pada Ny . S dengan Emesis Gravidarum Address : Article history : Penerbit : Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI Data diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan menunjukkan bahwa caku. 04(01), 43–52.
- Mujayati, N., Ariyani, N. W., Ariyani, N. W., Mauliku, J., & Mauliku, J. (2022). Efektivitas Aromaterapi Lemon Pada Penurunan Derajat Emesis Gravidarum Di Praktek Mandiri Bidan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 10(1), 73–79. <https://doi.org/10.33992/jik.v10i1.1635>
- Muliatul Jannah, Alfiah Rahmawati, & Dwi indah lestari. (2021). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon untuk Menurunkan Frekuensi Mual & Muntah pada Ibu Hamil Trimester I: Literatur Review. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 191–195. <https://doi.org/10.56338/pjkm.v11i2.2057>
- Pramesti, N. A., Surtikanti, S., & Puspita, D. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Muntah (Emesis) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Durian Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11(1), 21–32. <https://doi.org/10.54630/jk2.v11i1.115>
- Priyambodo, R. A. (2019). Daya Anti Bakteri Air Perasaan Buah Lemon (Citrus Lemon (L) Burm.F.) Terhadap Streptococcus Mutans Dominan Karies Gigi. *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar*, 18(2), 58–64. <https://doi.org/10.32382/mkg.v18i2.1404>
- Rahayu, R., & Sari, L. P. (2022). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester I dengan Emesis Gravidarum. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 3(2), 115–122. <https://doi.org/10.36590/kepo.v3i2.555>
- Ratna, D., & Sembiring, S. (2023). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon ( Citrus Limon Per ) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum ( Mual Dan Muntah ) Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Puskesmas Ciputat Jakarta Selatan Tahun 2023 mengantarnya ke sistem limbik yang selanjutnya akan dikiri. 1(2).
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Arfiana, A. (2019). Studi Fenomenologi Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan*, 8(1), 41. <https://doi.org/10.31983/jrk.v8i1.3844>
- Rorrong, J. F., Wantania, J. J. E., & Lumentut, A. M. (2021). Hubungan Psikologis Ibu Hamil dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum. *E-CliniC*, 9(1), 218–223. <https://doi.org/10.35790/ecl.v9i1.32419>

- Santi Hermawati Umaroh, Nurya Kumalasari, D. N. W. (2023). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester 1 Dengan Fokus Intervensi Pemberiana Aroma Terapi Oil Jahe Untuk Pengurangan Mual Muntah Pasien Hiperemesis Gravidarum Di Puskesmas Toroh I. *TSJKeb\_Jurnal*, 8(1), 25–30.
- Sriadnyani, N. W. (2022). Karakteristik Ibu Hamil dengan Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan “PS.” *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 10(2), 171–175. <https://doi.org/10.33992/jik.v10i2.1843>
- Susanti, E. T., & Taqiyah, B. (2021). Literature Review : Pemberian Minuman Jahe Hangat terhadap Frekuensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Emesis Gravidarum. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 7(2), 24–36. <https://doi.org/10.56186/jkkb.92>