

# artike nissa

*by* Nissa Nahdiana

---

**Submission date:** 20-Feb-2023 08:36AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2018231042

**File name:** erhadap\_Penurunan\_Mual\_Muntah\_pada\_Ibu\_Hamil\_Trimester\_1\_6.docx (258.2K)

**Word count:** 3444

**Character count:** 21228



**3**  
**Efektivitas Aromaterapi Citrus Lemon dan Akupresur PC6 Terhadap  
Penurunan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1**

**Effectiveness of Citrus Lemon Aromatherapy and PC6 Acupressure  
on Reducing Nausea and Vomiting in First Trimester Pregnant  
Women**

Nissa Nahdiana A.Md. Keb  
NIM. 211520100006

Dosen Pembimbing  
Siti Cholifah, SST., M.Keb

Dosen Penguji  
Rafhani Rosyidah, S.Keb., Bd., M.Sc

**1**  
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO  
NOVEMBER 2022**

**LEMBAR PERSETUJUAN PROPOSAL / SKRIPSI**

**Judul** : Efektifitas Aromaterapi Citrus Lemon dan Akupresur PC6 Terhadap  
Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester 1

**Nama Mahasiswa** : Nissa Nahdiana

**NIM** : 211520100006

Disetujui oleh

Dosen Pembimbing  
Siti Cholifah, S.ST., M.Keb

---

Diketahui oleh

Ketua Program Studi  
Siti Cholifah, S.ST., M.Keb

---

NIK.214389



## Efektivitas Aromaterapi Citrus Lemon dan Akupresur PC6 Terhadap Penurunan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1

Nissa Nahdiana<sup>1</sup>, Siti Cholifah<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: @umsida.ac.id (wajib email institusi)

### Abstract

Nausea and vomiting are common in pregnant women in the first trimester. Nausea and vomiting can be treated with Nausea and vomiting often occur in pregnant women in the first trimester. Nausea and vomiting can be treated with pharmacological and non-pharmacological methods. With faster technology and easier access to information, lemon aromatherapy and PC6 massage are increasingly being used to suppress increased nausea and vomiting in first trimester pregnant women. This study aims to determine the effectiveness of nausea and vomiting given Lemon Aromatherapy, or PC6 Acupressure Massage. The research method uses Two Group Pretest and Posttest. The research population was first trimester pregnant women with nausea and vomiting at the Bangkingsan Health Center in Surabaya. The sample used in this study with the Non Probability method were 40 pregnant women and divided into two groups, the first group was given Lemon Aromatherapy and the second group was given acupressure massage. The tool used to measure nausea and vomiting is the PUQE-24. Posttest will be carried out after the day of administration. Data from this study will be analyzed using the Independent T-Test. From the results of the study it was found that there was a difference in the average frequency of nausea and vomiting before giving aromatherapy and acupressure and both were effective in reducing nausea and vomiting with a p value = 0.000.

**Keywords** – Pregnant Women, Nausea Vomiting, Lemon Aromatherapy, Acupressure

### Abstrak

Mual dan muntah sering terjadi pada ibu hamil di trimester pertama. Mual dan muntah dapat diatasi dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Dengan teknologi yang semakin cepat dan akses informasi yang semakin mudah, aromaterapi lemon dan pijat PC6 semakin banyak digunakan untuk menekan peningkatan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas mual muntah yang diberikan Aromaterapi Lemon, atau Pijat Akupresur PC6. Metode penelitian menggunakan Two Group Pretest and Posttest. Populasi penelitian adalah ibu hamil trimester 1 dengan mual muntah di Puskesmas Bangkingsan Surabaya. Sampel yang digunakan penelitian ini dengan metode Non Probability sebanyak 40 ibu hamil dan dibagi menjadi dua kelompok, kelompok pertama diberikan Aromaterapi Lemon dan kelompok kedua diberikan pijat akupresur. Alat yang digunakan untuk mengukur mual muntah adalah PUQE-24. Posttest akan dilakukan setelah hari administrasi. Data dari penelitian ini akan dianalisis menggunakan Independent T-Test. Hasil penelitian didapatkan bahwa skor emesis gravidarum sebelum pemberian aromaterapi adalah Mean+SD 9.55 ± 1.66. Pada skor setelah pemberian aromaterapi Mean+SD 4.80 ± 1.73 Sedangkan skor sebelum pemberian pijat akupresur Mean+SD 10.30 ± 1.86 dan skor setelah dilakukan akupresur Mean+SD 7.10 ± 1.832. Hasil Uji T test didapatkan nilai P= 0.000 <0.05 sehingga adanya perbedaan bermakna skor mual muntah sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi dan akupresur. Uji Perbedaan efektivitas aromaterapi dan akupresur didapatkan P value=0.465 > 0.05 artinya tidak ada perbedaan simpulan penelitian aroma terapai dan akupresur keduanya efektif untuk menurunkan mual muntah, saran bagi nakes khususnya bidan dapat menggunakan terapai non farmakologi akupresur dan aroma terapai dalam mengurangi mual muntah I ibu hamil.

**Kata Kunci** – Ibu Hamil, Mual Muntah, Aromaterapi Lemon, Akupresur

## I. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses fisiologis alami yang terjadi pada wanita. Usia kehamilan dihitung dari hari pertama menstruasi terakhir, yang juga dikenal sebagai HPHT. Masa kehamilan dari awal konsepsi sampai lahirnya bayi adalah 280 hari atau 40 minggu. Kehamilan dibagi menjadi tiga bagian, trimester pertama dimulai saat pembuahan dan berakhir pada 12 minggu atau 3 bulan. Trimester 2 kehamilan dihitung dari bulan ke-4 hingga ke-6 kehamilan, dan Trimester ke-3 kehamilan dimulai dari bulan ke-7 hingga ke-9 kehamilan [1]. Dalam kehamilan, terdapat perubahan yang terjadi, perubahan fisiologis pada ibu hamil di trimester 1 seperti perubahan sistem reproduksi. Pada kondisi tidak hamil, kondisi rahim sebesar telur ayam, saat kehamilan menginjak 8 minggu seukuran telur bebek, pada 12 minggu sebesar telur angsa. Sedangkan pada vulva akan mengalami perubahan warna merah ungu kebiruan atau disebut dengan

Commented [L1]: Ada yang saya delet dan betulkan cek lagi abstak b.inggris

Chadwick. Payudara pun akan terasa tegang, hal ini normal terjadi karena perubahan *ductus* (saluran) air susu disebabkan penambahan pada sel-sel asinus. Keinginan berkemih juga meningkat, dikarenakan uterus yang semakin membesar akan menekan kandung kemih. Selain perubahan fisik, ibu hamil akan mengalami perubahan emosional. Perubahan fisiologis lainnya ialah mual muntah atau proses keluarnya sebagian atau semua isi makanan di dalam lambung. Hal ini dikarenakan meningkatnya kadar *progesterone, estrogen*, serta *Human Chorionic Ghonadotropin* atau (*HCG*) yang ada dalam tubuh akibat adanya konsepsi [2]. Dorongan mual dan muntah biasanya terjadi setelah bangun tidur, tapi bisa tiap saat dan pada malam harinya. Mual muntah ini terjadi pada ibu hamil trimester 1 dan menghilang di Trimester II kehamilan atau 16 minggu [3].

Angka kejadian mual muntah dalam kehamilan berdasarkan data *World Health Organization* tahun 2015 memperkirakan jumlah ibu hamil yang mengalami mual muntah di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 534 orang atau 24% [4].

Faktor-faktor yang mempengaruhi mual muntah meliputi usia, primigravida, pendidikan, paritas, hormon, psikologis, mola hidatidosa, gemelli, dan diabetes [5]. Mual muntah akan menjadi patologis apabila perubahan ini tidak segera ditangani karena akan berbahaya pada wanita hamil dengan intensitas terjadi intensitas terjadi lebih dari 10 kali dalam sehari, akibatnya wanita hamil kehilangan berat badan (lebih dari 5%), mengganggu aktivitas sehari-hari, dehidrasi yang berdampak menghambat aliran darah yang dapat mempengaruhi dan membahayakan pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan [6].

Penatalaksanaan mual muntah tergantung dari tingkat gejala. Pengobatan paling ringan dapat diberikan vitamin B6, akan tetapi dapat memunculkan efek samping seperti; kepala pusing, mual, diare, hilang selera makan dan dorongan mengantuk. Alternatif selain pemberian *farmakologi*, dapat diberikan secara *non farmakologi* dengan kelebihan ekonomis dan tidak menimbulkan efek samping, seperti pemberian aromaterapi lemon pada ibu hamil [7]. Hasil penelitian minyak herbal atau *Citruslemon* kini banyak digunakan dengan keluhan *emesis gravidarum* karena dianggap pengobatan ini aman digunakan oleh ibu hamil [8]. Cara kerja aromaterapi lemon ketika dihirup syaraf Olfaktori akan mentransmisikan aroma tersebut ke sistem limbik yang kemudian Endorfin memunculkan Serotonin sepanjang *Chemoreceptor Trigger Zone* yang membuat ibu hamil merasa tenang sehingga menurunkan mual dan muntah [9]. Hal ini didukung dengan penelitian Mujayati et al. 2022 bahwa aromaterapi lemon efektif dapat menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil [10].

Selain penggunaan aromaterapi lemon, terapi komplementer lain yang efektif untuk menurunkan mual muntah yaitu akupresur. Pengobatan asal Tiongkok berupa terapi *non farmakologis* ini merupakan pemijatan pada titik meridian yang berhubungan dengan organ tanpa menggunakan obat dan jarum. Cara kerjanya, ketika titik PC6 dipijat sebanyak 30 kali menggunakan ibu jari, efek dari pemijatan tadi akan meningkatkan pelepasan Endorfin sepanjang *Chemoreceptor Trigger Zone* sehingga menghentikan pusat mual dan muntah. Sehingga ibu hamil dapat menerima asupan makanan dan tidak mengganggu aktifitas sehari-hari [11]. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariza (2019) dengan hasil uji statistik bahwa pijat akupresur PC6 efektif menurunkan mual muntah [12].

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan pada bulan Agustus 2022 di Puskesmas Bangkingan didapatkan ibu hamil trimester 1 sebanyak 64% mengalami mual muntah. Sebagian besar ibu hamil mengalami mual muntah, semua mendapatkan terapi *farmakologi* yang dapat menimbulkan efek samping seperti sakit kepala, gangguan fungsi ginjal, cepat mengantuk, mual, dan nafsu makan yang menghilang. Sedangkan pemberian terapi *non farmakologi* seperti aromaterapi lemon dan pijat akupresur PC6 tidak memiliki efek samping. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan efektifitas pemberian aromaterapi lemon dan akupresur dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

## II. METODE

Desain penelitian menggunakan *Quasi Experiment Design With Two Group* dengan model rancangan *Pretest Posttest Nonequivalent Control Group Design*. Populasi merupakan Ibu hamil trimester I yang berkunjung ke Puskesmas Bangkingan pada bulan November sampai dengan Bulan Desember 2022 yang mengalami emesis gravidarum. Sampel sebanyak 40 Orang yang telah dipilih merupakan Ibu hamil dengan kriteria inklusi: bersedia menjadi responden, usia kehamilan  $\leq 12$  Minggu, tidak ada alergi aromaterapi citrus lemon, tidak konsumsi vitamin B6 sehari sebelum diberi perlakuan dan 24 jam setelah diberikan perlakuan, tidak ada komplikasi kehamilan berupa riwayat abortus, dan tekanan darah tinggi. Sampel kemudian dibagi dalam 2 kelompok, dengan masing-masing 20 Orang dilakukan pemberian aromaterapi lemon dan 20 Orang dilakukan akupresur. Teknik dalam pengambilan sampel penelitian ini dengan cara tidak acak atau *Non Probability Sampling* dengan teknik *Quota Sampling* berdasarkan ibu hamil yang datang dan memenuhi kriteria inklusi. 20 orang ibu hamil yang datang terlebih dahulu diberikan aromaterapi citrus lemon selanjutnya 20 orang ibu hamil yang memenuhi kriteria berikutnya diberikan pijat akupresur PC6. Tempat penelitian ini dilaksanakan pada bulan November-Desember 2022.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur mual muntah menggunakan *PUQE-24*. Pengukuran mual muntah dilakukan sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Tahapan penelitian responden yang memenuhi kriteria diberikan kuesioner *PUQE-24* untuk kemudian diberikan aromaterapi dengan 3 tetesan di kertas *smelling strip* dengan jarak 3-5 CM dihirup selama 5 menit kemudian diulang kembali 12 jam setelahnya kemudian dievaluasi setelah satu hari pemberian.

Untuk kelompok dengan intervensi akupresur diberikan kuesioner *PUQE-24* sebelum dilakukan pemijatan PC6 kemudian dipijat pada titik PC6 sebanyak 30 tekanan searah jarum jam kemudian dievaluasi setelah satu hari diberikan perlakuan.

Data yang terkumpul disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan tabulasi silang, kemudian dilakukan analisis pada masing-masing variabel yaitu variabel pemberian akupresur, aromaterapi dan mual muntah. Kemudian untuk mengetahui perbedaan pengaruh aromaterapi lemon dan akupresur dalam menurunkan mual muntah menggunakan Uji-Test *Independent* dengan taraf signifikansi yaitu  $\alpha \leq 0,05$ .

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. HASIL

Pada penelitian ini subyek sebanyak 40 ibu hamil trimester I yang terbagi dalam 2 kelompok, 20 responden ibu hamil yang diberikan aromaterapi dan 20 ibu hamil yang diberikan pijat akupresur PC6. Sampel diambil pada tanggal 14 November 2022 – 25 Desember 2022 di Puskesmas Bangkingan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=40)

Karakteristik	Kelompok Aromaterapi (n=20)		Kelompok Akupresur (n=20)	
	n	%	n	%
Usia				
20-25	14	70	18	90
26-31	6	30	2	10
Paritas				
Primigravida	17	85	16	80
Multigravida	3	15	4	20
Pendidikan				
Rendah	4	20	6	30
Menengah	9	45	11	55
Tinggi	7	35	2	15
Pekerjaan				
Bekerja	11	55	8	40
Tidak Bekerja	9	45	12	60

Tabel 2. Distribusi Rerata Skor Mual Muntah ibu hamil

	Pretest	Posttest
	Mean ± SD	Mean ± SD
Kelompok Aromaterapi	9.55 ± 1.66	4.80 ± 1.73
Kelompok Akupresur	10.30 ± 1.86	7.10 ± 1.832

Ket. Uji Shapiro-Wilk Pretest Aromaterapi 0.0005 Pretest Akupresur 0.238

Tabel 3. Hasil Analisis Uji Independent T Test Efektifitas Aromaterapi Dan Akupresur Menurunkan Mual Muntah

Kelompok	n	Median		p
		Minimum	Maksimum	
Aromaterapi				
Pre Test	20	9.50	(7-14)	
Post Test		4	(3-9)	
Akupresur				0.000
Pre Test	20	10	(7-14)	
Post Test		7	(4-11)	

Tabel 4. Hasil Uji Perbedaan Efektivitas Aromaterapi dan Akupresur

	selisih Mean ± SD	p
Kelompok Aromaterapi	4.70 ± 1.52	0.465
Kelompok Akupresur	3.20 ± 1.70	

## B. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Bangkingan rerata skor mual muntah responden aromaterapi dan akupresur masih tinggi dengan hasil aromaterapi Mean±SD 9.55 ± 1.66 dan akupresur Mean±SD 10.30±1.86, hal ini dikarenakan mayoritas responden aromaterapi (85%) merupakan primigravida, pada responden akupresur (80%) merupakan primigravida. Ibu hamil primigravida lebih sering mengalami emesis gravidarum karena pada kehamilan pertamanya masih belum berpengalaman beradaptasi dengan perubahan psikologis dalam kesiapan menghadapi kehamilan, perubahan hormon *estrogen* dan hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG) yang dapat menimbulkan keluhan mual muntah. Sedangkan pada ibu hamil multigravida telah mampu beradaptasi dan berpengalaman terhadap mual dan muntah dibandingkan ibu primigravida. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiowati (2019) bahwa terdapat hubungan bermakna antara paritas dengan kejadian emesis gravidarum. Selain itu, masih tingginya nilai mual muntah pada ibu hamil berhubungan dengan pekerjaan [13]. Hasil penelitian didapatkan bahwa responden aromaterapi (55%) bekerja begitupun (40%) responden akupresur. Menurut Mariantari et al. dalam (Qonita Fauziah 2019) mengatakan bahwa bekerja dapat meningkatkan kecemasan dibandingkan yang tidak bekerja, karena ibu hamil yang bekerja sering kali mengalami stress pekerjaan sehingga menurunkan nafsu makan dan kekuatan fisik yang menyebabkan mual muntah [14]. Selain itu faktor utama penyebab mual muntah ialah tingkat pendidikan, hasil penelitian didapatkan responden yang berpendidikan rendah sebanyak (20%) pada responden aromaterapi dan (30%) pada responden akupresur. Ibu hamil dengan pendidikan rendah mempengaruhi dirinya untuk dapat menerima informasi terkait informasi seputar kehamilan serta kurangnya perilaku memotivasi diri dalam keluhan yang dialami. Berbeda dengan tingkat pendidikan yang tinggi memudahkan untuk menerima informasi terkait kehamilan dan sadar terhadap pentingnya pemeriksaan kehamilan sehingga memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada dengan baik sehingga lebih cepat mendapatkan penanganan dalam mencegah mual muntah yang dialami. Selain itu, usia muda menjadi faktor terjadinya mual muntah [15]. Pada ibu hamil dengan usia muda lebih beresiko mengalami kejadian mual muntah, pada responden aromaterapi sebanyak (70%) berusia 20-25 tahun dan responden akupresur sebanyak (90%). Usia merupakan salah satu indikator mengukur tingkat kematangan dalam mengambil sebuah keputusan yang mengacu dalam mengambil keputusan yang mengacu pada pengalaman untuk dapat berpikir secara logis terhadap keluhan yang dialami seperti mual muntah yang dialami di masa kehamilan [10].

Penanganan mual muntah tergantung tingkat keparahan yang terjadi pada ibu hamil, pengobatan dapat diberikan secara *farmakologis* dan *non farmakologis*. Pengobatan farmakologis diberikan dengan pemberian Vit B6 yang efektif dalam menurunkan mual muntah, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Cholifah, et al., 2022) bahwa B6 memiliki efektifitas ( $p=0.001$ ) dalam menurunkan mual muntah [16]. Tetapi Vit B6 memiliki efek samping seperti kehilangan nafsu makan, mual, mengantuk, serta sakit kepala, sedangkan pemberian secara *non farmakologi* seperti aromaterapi efektif dalam menurunkan mual muntah. Cara kerja dari aromaterapi, ketika citrus lemon dihirup syarat *lfaktori* akan mentransmisikan aroma tersebut ke sistem limbik yang kemudian *endorfin* memunculkan *serotonin* sepanjang *Chemoreceptor Trigger Zone* (CTZ) yang membuat ibu hamil merasa tenang sehingga menurunkan mual muntah [11]. Dari stimulasi tersebut yang membantu untuk melepaskan neurokimia seperti *endorphin*, *serotonin* dan *norephierin*. Hormon-hormon tersebut yang mampu memblokir nyeri karena *endorphin* mempunyai efek pereda nyeri dan meningkatkan perasaan nyaman dan rilek [11]. Hal ini dapat dilihat setelah pemberian aromaterapi didapatkan nilai *P value* = 0.000 yang menunjukkan terdapat pengaruh dalam pemberian aromaterapi. Hal ini dikuatkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mujayati (2022) bahwa aromaterapi efektif dalam menurunkan mual muntah dengan nilai *P value* = 0.0001 [10]. Pada penelitian yang dilakukan di Puskesmas Bangkingan ibu hamil menyukai aroma dari citrus lemon karena sejuk dan segar. Kandungan aromaterapi citrus lemon antara lain *limonene*, *linalool*, *citral* dan asam *pantotenat*, kandungan tersebut yang bekerja pada syaraf pusat untuk menstabilkan syaraf pusat sehingga memunculkan perasaan senang, tenang sehingga menambah nafsu makan, dan lancarnya peredaran darah [10].

Pengobatan *non farmakologis* lainnya dengan pemberian pijat akupresur PC6, pijat yang berasal dari Tiongkok ini efektif dalam penurunan mual muntah. Pada penelitian ini didapatkan setelah pemberian pijat akupresur PC6 nilai *P value* = 0.000 yang menunjukkan bahwa terdapat perubahan signifikan dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I. Hal ini ditunjang dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Detty 2018) bahwa pijat akupresur PC6 efektif dalam menurunkan mual muntah dengan nilai *P value* = 0.000. Cara kerja akupresur ketika titik PC6 yang berada 3 jari dari pergelangan tangan dipijat 30 kali searah jarum jam, pijatan tersebut akan menstimulasi pelepasan *beta-endorphin* di *hiposistis* sepanjang *Chemoreceptor Trigger Zone* (CTZ) yang mengandung reseptor berbagai senyawa *neuroaktif* penghambat pusat mual muntah sehingga menurunkan frekuensi mual muntah [4].

Dari hasil penelitian di Puskesmas Bangkingan didapatkan bahwa aromaterapi dan akupresur PC6 efektif dalam menurunkan mual muntah, dari hasil Uji T-Test didapatkan nilai *P value* = 0.000 yang artinya signifikan dapat menurunkan mual muntah. Selisih sebelum dan setelah pemberian didapatkan aromaterapi Mean±SD 4.70±1.52 dan akupresur Mean±SD 3.20±1.70 dari nilai Mean didapatkan aromaterapi efektif dalam menurunkan mual muntah, tetapi dari Uji didapatkan nilai *p value* =0.465 yang artinya tidak ada perbedaan antar keduanya dengan begitu pengobatan *non farmakologis* tersebut sama-sama efektif dalam menurunkan mual muntah.

Commented [L2]: Belum muncul di referensi

Commented [L3]: Bisa ditambahkan dari situs saya biasa ada 2 referensi

#### KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden ibu hamil trimester I ialah primigravida yang mengalami mual muntah dengan status pendidikan menengah. Dari hasil didapatkan bahwa rata-rata mual muntah sebelum diberikan aromaterapi adalah  $9.55 \pm 1.66$  dan setelah diberikan aromaterapi adalah  $4.80 \pm 1.73$ . Sedangkan pada responden akupresur sebelum diberikan pijatan PC6 nilai rata-rata  $10.30 \pm 1.86$  dan setelah pemberian rata-rata adalah  $7.10 \pm 1.83$  dengan hasil uji nilai  $P \text{ value} = 0.000 < 0.05$  yang artinya efektif dalam menurunkan mual muntah. Melalui hasil selisih didapatkan nilai  $P \text{ value} = 0.465 > 0.05$  yang menunjukan bahwa tidak ada perbedaan antara pemberian aromaterapi dan akupresur dengan begitu kedua pengobatan *non farmakologis* tersebut sama-sama efektif dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Saran yang dapat diberikan ialah diharapkan dari hasil penelitian ini supaya petugas kesehatan khususnya bidan agar menerapkan pemberian aromaterapi *citrus lemon* dan pijat akupresur PC6 pada ibu hamil dengan keluhan emesis gravidarum karena efektif dan aman untuk menurunkan mual muntah pada ibu hamil.

#### REFERENSI

- [1] R. F. Harahap, L. D. R. Alamanda, and I. L. Harefa, "Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe terhadap Penurunan

Commented [L4]: Sitasi daroi penelitian aroma terapi dan akupresur saya bisa dimasukkan



- Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I," *J. Ilmu Keperawatan*, vol. 8, pp. 84–95, 2020.
- [2] D. Maternity, P. Ariska, and D. Y. Sari, "Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Satu," *J. Kebidanan*, vol. 2, no. 3, pp. 115–120, 2017, [Online]. Available: <https://media.neliti.com/media/publications/227233-inhalasi-lemon-mengurangi-mual-muntah-pa-c458d0f0.pdf>
- [3] Y. Evayanti, N. Nurliyani, and Y. Artika, "Pengaruh Akupresur Perikardium 6 Terhadap Mual Muntah Kehamilan Kurang 16 Minggu," *J. Perak Malahayati*, vol. 4, no. 1, pp. 40–45, 2022, doi: 10.33024/jpm.v4i1.6620.
- [4] W. W. Tanjung and E. Y. Nasution, "Akupresur Titik Perikardium 6 pada Ibu Hamil Trimester I," *J. Pengabd. Masy. Aufa*, vol. 3, no. 1, pp. 100–103, 2021, [Online]. Available: <https://jurnal.unar.ac.id/index.php/jamunar/article/view/359>
- [5] Santriwati, "Pengaruh pemberian inhalasi aromaterapi terhadap kejadian mual dan muntah pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas kassi-kassi kecamatan rappocini kota makassar," *J. Stikes Panakkukang Makassar*, pp. 1–80, 2019, [Online]. Available: <https://stikespanakkukang.ac.id>
- [6] D. Afriyanti, "Efektifitas Accupresure Pericardium dan Inhalasi Aromaterapi Lemon Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Dengan Hiper Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Pati Kab 50 Kota Tahun 2018," *Menara Ilmu*, vol. 12, no. 8, pp. 33–43, 2018.
- [7] P. Y. Kia, F. Safajou, M. Shahnazi, and H. Nazemiyeh, "The effect of lemon inhalation aromatherapy on nausea and vomiting of pregnancy: A double-blinded, randomized, controlled clinical trial," *Iran. Red Crescent Med. J.*, vol. 16, no. 3, 2014, doi: 10.5812/ircmj.14360.
- [8] Damarasri, "Karya Tulis Ilmiah Penerapan Pemberian Aromaterapi Lemon dan Minuman Jahe untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu hamil trimester I," no. December, 2017.
- [9] Imroh Atut T. dkk, "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Api Lavender Dan Sleep Hygiene Education Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Wisma Tulip Dan Flamboyan Upt. Pstw Bondowoso," *Pap. Knowl. . Towar. a Media Hist. Doc.*, no. 21101088, 2022.
- [10] N. Mujayati, N. W. Ariyani, N. W. Ariyani, J. Mauliku, and J. Mauliku, "Efektivitas Aromaterapi Lemon Pada Penurunan Derajat Emesis Gravidarum Di Praktek Mandiri Bidan," *J. Ilm. Kebidanan (The J. Midwifery)*, vol. 10, no. 1, pp. 73–79, 2022, doi: 10.33992/jik.v10i1.1635.
- [11] D. S. Afriyanti, "Efektifitas Accupresure Pericardium Dan Inhalasi Pada Ibu Hamil Dengan Hiper Emesis Gravidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Pati Kab 50 Kota Tahun 2018," *Menara Ilmu*, vol. XII, no. 8, pp. 33–43, 2018.
- [12] A. Mariza and L. Ayuningtias, "Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1," *Holistik J. Kesehat.*, vol. 13, no. 3, pp. 218–224, 2019, doi: 10.33024/hjk.v13i3.1363.
- [13] W. Setiowati and A. Arianti, "PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON (Citrus Lemon) TERHADAP MUAL MUNTAL PADA IBU HAMIL TRIMESTER I (The Influence Of Lemon Aromatherapy (Citrus Lemon) On Nausea Vomiting In Trimester I Of Pregnant Women)," *J. Darul Azhar*, vol. 7, no. 1, pp. 77–82, 2019.
- [14] Qonita Fauziah, Puji Astuti Wiratmo, and Aan Sutandi, "Hubungan Status Gravida Terhadap Tingkat Keparahannya Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil," *Binawan Student J.*, vol. 1, no. 3, pp. 160–166, 2019, doi: 10.54771/bsj.v1i3.81.
- [15] L. R. T. N. U. M. M. M. P. I. HAMIL, "Akupresur Dalam Mengurangi Hiperemesis Kehamilan Acupressure In Reducing Pregnancy Hyperemesis umum dilaporkan pada ibu hamil yang Titik Akupresur untuk mengurangi hiperemesis pada kehamilan dimana 3 jari di atas pertengahan dengan sendiri dalam kehamilan," *Ni Nyoman Yeyen Abriyani, 2Marsela Renasari Presty dan 3Ayu Kurniati*, vol. 8, no. 1, pp. 1–9, 2020.
- [16] Hertje Salome Umboh, T. Mamuaya, and F. S.N.Lumy, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hiperemesis," *J. Ilm. Bidan*, vol. 2, no. 2, pp. 24–33, 2013.

# artike nissa

---

## ORIGINALITY REPORT

---

7%

SIMILARITY INDEX

4%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

5%

STUDENT PAPERS

---

## PRIMARY SOURCES

---

1

Submitted to Universitas Muhammadiyah  
Sidoarjo

Student Paper

3%

---

2

[elearning.medistra.ac.id](http://elearning.medistra.ac.id)

Internet Source

2%

---

3

[stikesyahoedsmg.ac.id](http://stikesyahoedsmg.ac.id)

Internet Source

2%

---

Exclude quotes  On

Exclude matches  < 2%

Exclude bibliography  On