

**PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPY LEMON DAN MINUMAN JAHE
UNTUK MENGURANGI *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER I
DI BPM YUSIDA EDWARD PALEMBANG TAHUN 2018**

Heryanti

Akademi Kebidanan Persada Palembang Jl. Jend Bambang Utoyo NO 179

Email : antie_jose@yahoo.com

Abstrak : Banyak ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* pada trimester I. Mual muntah dapat ditangani dengan dengan pengobatan farmakologis dan non-farmakologis salah satunya aromaterapy lemon yang mempunyai efek bagi penghirupnya yaitu ketenangan dan kesegaran tubuh sehingga bisa mengurangi mual muntah. Selain itu minuman jahe juga termasuk obat non-farmakologis, jahe mempunyai aroma yang harum dapat menyegarkan tubuh dan oleoresinya dapat menghangat tubuh sehingga bisa mengurangi mual muntah. Tujuannya untuk mengetahui penerapan aromaterapy lemon dan minuman jahe untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Dan mengetahui distribusi frekuensi sebelum dan sesudah penerapan aromaterpy lemon dan minuman jahe untuk mengurangi *emesis gravidarum* trimester I. Metode penelitian ini adalah penelitian *pre eksperimen one group pre-tes post-test* dan menggunakan *uji statistik uji wilcoxon*. Pengkajian ini didapatkan wawancara melalui lembar observasi langsung. Hasil pemberian aromaterapy lemon di berikan pada 15 responden dan minuman jahe 15 responden dilakukan 2 kali sehari selama 3 sampai 7 hari. Jumlah mual muntah di ambil nilai rata-rata sebelum dan sesudah pemberian aromaterapy lemon dan minuman jahe. Kesimpulan Aromaterapy lemon dan minuman jahe terbukti menurunkan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di BPM Yusidah Edward Palembang Tahun 2018. Saran, semoga ini bermanfaat untuk peneliti maupun responden lainnya.

Kata kunci : Aromaterapy lemon, *Emesis Gravidarum*, Kehamilan, Minuman jahe

Daftar Pustaka: 23 (2010-2017)

Abstract : Many pregnant women experience *emesis gravidarum* in the first trimester. Nausea vomiting can be treated with pharmacological and non-pharmacological treatments, one of which is aromatherapy lemon which has an effect on the inhaler, such as calmness and freshness of the body so that it can reduce nausea and vomiting. In addition, ginger drinks also include non-pharmacological drugs, ginger has a fragrant aroma that can refresh the body, and the oloresin can warm the body so that it can reduce nausea vomiting. The aim of this study is to find out the application of lemon aromatherapy and ginger drinks to reduce *emesis gravidarum* in pregnant women and to find out the frequency distribution before and after the application of aromatherpy lemon and ginger drinks to reduce *emesis gravidarum* trimester I. The method of this study was a one group pre-post-test pre-experiment research and used the Wilcoxon test statistic test. This study obtained interviews through direct observation sheets. The results of administration were given to 15 respondents of lemon aromatherapy and 15 respondents of ginger drinks done twice a day for 3 to 7 days. The amount of nausea and vomiting was taken through average value before and after administration of lemon aromatherapy and ginger drinks. The conclusion of this study is that Aromatherapy lemon and ginger drinks were proven to reduce *emesis gravidarum* in first trimester pregnant women in Yusidah Edward Palembang BPM in 2018. Hopefully this may be useful for researchers and other respondents.

Keywords : Aromaterapy lemon, *Emesis Gravidarum*, Pregnancy, Ginger drink

Bibliography : 23 (2010-2017)

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan pertumbuhan dan perkembangan janin intra uteri mulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan. Pertumbuhan dan perkembangan kehamilan menentukan derajat kesehatan ibu hamil dan output kehamilannya. Selama masa kehamilan terjadi perubahan dalam sistem tubuh yang menimbulkan respon ketidaknyamanan bagi ibu hamil seperti mual muntah (Bartini, 2013).

Mual (Nausea) dan muntah (Vomiting), pening, perut kembung, dan badan terasa lemah dapat terjadi hampir pada 50% kasus ibu hamil, dan terbanyak pada usia kehamilan 6-12 minggu. Keluhan mual muntah yang sering terjadi pada waktu pagi sehingga dikenal dengan morning sickness (*emesis gravidarum*) (Prawirohardjo, 2013).

Emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis akan tetapi apabila tidak segera diatasi akan menjadi hal yang patologis (Wiknjosastro, 2010). Sebagian besar emesis gravidarum dapat diatasi dengan berobat jalan serta pemberian obat penenang dan anti muntah, tetapi sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah berkelanjutan sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari, dan jatuh dalam keadaan yang disebut hiperemesis gravidarum (Nugroho, 2014).

Beberapa upaya pengobatan alami yang berguna untuk mengatasi mual dan muntah (*Emesis*

Gravidarum) pada ibu hamil seperti: jahe, biji adas, meningkatkan asupan cairan, yoga dan aromaterapy lemon (Saeful Imam, 2017).

Aromatherapy Lemon yang mengandung limonen, citral, linalyl, linalool, terpineol yang dapat menstabilkan sistem syaraf pusat, menimbulkan perasaan senang, meningkatkan nafsu makan, melancarkan peredaran darah, dan sebagai penenang (sedative) (Budiana, 2013).

Menurut Penelitian Dewi (2016) Lemon adalah minyak esensial (*Citruslemon*) adalah salah satu yang paling banyak digunakan minyak herbal dalam kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Menurut sebuah studi, 40% wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan 26,5% dari mereka telah dilaporkan sebagai cara yang efektif untuk mengontrol gejala mual muntah.

Selain aromaterapy lemon, Menurut Penelitian Alyamanayah dan Mahmudah (2014) Jahe lebih hebat dibandingkan dimenhydrinat dalam mengurangi gejala mual muntah. Riset yang dilakukan oleh Vutyavanich dari Universitas Chiang Mai di Thailand membuktikan keefektifan khasiat jahe pada ibu hamil dalam mengatasi mual muntah. Salah satu senyawa aktif yang terdapat pada jahe adalah kurkumin. Ini juga telah dibuktikan secara klinis bahwa jahe bermanfaat sebagai anti mual dan muntah pada ibu hamil yang aman pada kehamilan muda, terutama pada trimester pertama, menjadi salah

satu masalah kesehatan utama pada ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*.

Hasil pra survey di BPM Yusida Edward Palembang , tahun 2017 terdapat 215 ibu hamil yang melakukan kunjungan ANC dan dari bulan Januari sampai Desember 2018 terdapat 182 ibu hamil dan ibu yang mengalami *emesis gravidarum* sebanyak 30 ibu hamil.

Berdasarkan dari latar belakang diatas dimana masih banyak ditemukan kasus kehamilan dengan mual muntah (*Emesis Gravidarum*), maka penulis tertarik untuk mengambil rumusan masalah “Penerapan Pemberian Aromaterapi Lemon dan Minum Jahe untuk Mengurangi *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I di BPM Yusida Edward Palembang tahun 2018”

2. METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini adalah penelitian *Pre Ekspremen One group pre-test-posttest*. Desain penelitian yang melibatkan satu kelompok yang diberi *pretest*(O1), di beri *treatment* (X) dan diberi *posttest*(O2). Keberhasilan *treatment* ditentukan dengan membandingkan nilai *pre-test* dan nilai *post-test*. Penelitian pada *pre ekspremen one grup pre-test-post-test*, tahap pertama yaitu menentukan sampel dan mengelompokan dalam satu kelas. Tahap selanjutnya memeberikan *pre-test* untuk mengukur kondisi mual muntah ibu sebelum diberikan *treatment* penerapan pemberian aroma terapi lemon dan

minuman jahe, kemudian, tahap takhir sampel diberikan *posttest* untuk mengukur kondisi mual muntah setelah melakukan *treatment* penerapan pemberian aromaterapy dan minuman jahe . Tujuan penerapan pemberian aromaterapy lemon dan minumna jahe adalah untuk mengetahui pengurangan mual muntah pada ibu hamil.

Desain *onegruop pre-test post-test*.

O1	X	O2
----	---	----

Keterangan

O1 : *pre-test*

X: *treatment*

O2: *post-test*

Sumber: (Donal T campel and Julian C,Stanley,1963:7)

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Hidayat, 2014). Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah seluruh ibu hamil yang melakukan ANC di bidan Yusida Edward Palembang dari bulan Januari-Desember tahun 2018, sebanyak 182 ibu hamil.

Sampel adalah sebagian yang diambil dari seluruh objek yang diteliti, dan dianggap mewakili seluruh populasi agar sampel yang diambil dapat mewakili data penelitian (Notoatmodjo, 2013).

Tehnik Pengambilan sampel dengan menggunakan *Accidental Sampling* yaitu dengan pengambilan sampel dengan kebetulan bertemu atau di jumpai saat penelitian. Pada penelitian inni jumlah sampel sebanyak 30 responden dibagi menjadi

15 responden untuk penelitian penerapan aromaterapy lemon dan 15 responden untuk penelitian penerapan minuman jahe.

3. HASIL PENELITIAN

Tabel.4.2

Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sebelum Penerapan Pemberian Aromaterapy lemon

No	Emesis Gravidarum	Jumlah	Persentase (%)
1	1x mual muntah	-	-
2	2x mual muntah	-	-
3	3x mual muntah	7	46,6%
4	4x mual muntah	6	40%
5	5x mual muntah	2	13,3%
Total		15	100%

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang diukur mual muntah sebelum dilakukan penerapan pemberian aromaterapy lemon lebih banyak mengalami 3 x mual muntah (46,6%) dan 4 x mual muntah (40%) daripada 5 x mual muntah (13,3%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sesudah Penerapan Pemberian Aromaterapy lemon

N O	Emesis Gravidarum	Jumlah	Persentase (%)
1	1x mual muntah	5	33,3%
2	2x mual muntah	9	60%
3	3x mual muntah	1	6,6%
4	4x mual muntah	-	-
5	5x mual muntah	-	-
Total		15	100%

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang diukur mual muntah sesudah dilakukan penerapan pemberian aromaterapy lemon lebih banyak mengalami 2 x mual muntah (60%) dan 1 x mual muntah (33,3%) daripada 3 x mual muntah (6,6%).

Tabel 4.4
Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Penerapan Pemberian Aromaterapy Lemon

One-Sample Kolmogorov-Smirnov		Unstandardized Residual
N		15
Normalitas Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std Deviation	,72263460
Most Extreme Differences	Absolute	,282
	Positive	,282
	Negative	-186
Tes statistic		,282
Asymp.sig.(2-tailed)		,002 ^c

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,002 berarti lebih kecil dari α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual tidak berdistribusi normal.

Setelah dilakukan uji normalitas kolmogorov-smirnov dan analisis statistik dengan menggunakan uji wilcoxon untuk mengetahui keterkaitan dua variabel. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui perbedaan mual muntah pada ibu hamil sebelum dan sesudah di berikan aromaterapy lemon. Adapun perbedaan dapat di lihat pada tabel 4.5 berikut:

Tabel 4.5
Penerapan Pemberian Aromaterapy Lemon untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil trimester I Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks				
Sesudah-Sebelum		N	Mean Rank	Sum Of Ranks
	Negative Rank	15 ^a	8,00	120,00
	Positive Rank	0 ^b	00	,00
	Ties	0 ^c		
	Total	15		

Test Statistics^a

Sesudah-Sebelum	
Z	-3,449 ^b
Asymp.Sig.(2-tailed)	,001

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.5 di lihat dari tabel Test Statistic^a bahwa hasil signifikansi (2-tailed) yaitu 0,001 berarti lebih kecil dari α (0,05), dimana menunjukkan bahwa penerapan pemberian aromaterapy lemon dapat mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di BPM Yusidah Edward Palembang.

Minuman Jahe

Tabel 4.6
Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sesbelum Penerapan Pemberian Minuman Jahe

No	Emesis Gravidarum	Jumlah	Persentase (%)
1.	1x mual muntah	-	-
2.	2x mual muntah	-	-
3.	3x mual muntah	7	46,6%
4.	4x mual muntah	4	26,6%
5.	5x mual muntah	4	26,6%
Total		15	100%

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang diukur mual muntah sebelum dilakukan penerapan pemberian minuman jahe lebih banyak mengalami 3 x mual muntah (46,6%) daripada 4 x mual muntah (26,6%) dan 5 x mual muntah (26,6%).

Tabel 4.7
Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sesudah Penerapan Pemberian Minuman Jahe

No	Emesis Gravidarum	Jumlah	Persentase (%)
1.	1x mual muntah	2	13,3%
2.	2x mual muntah	11	73,3%
3.	3x mual muntah	2	13,3%
4.	4x mual muntah	-	-
5.	5x mual muntah	-	-
Total		15	100%

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang diukur mual muntah sesudah dilakukan penerapan pemberian minuman jahe lebih banyak mengalami 2 x mual muntah (73,3%) daripada 3 x mual muntah (13,3%) dan 1 x mual muntah (13,3%).

Hasil Analisa Bivariat
Tabel 4.8
Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Penerapan Pemberian Minuman Jahe

One-Sample Kolmogorov-Smirnov		
		Unstandardized Residual
N		15
Normalitas Parameter ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std Deviation	,67612340
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,283
	Positive	,250
	Negative	-283
Test statistic		,283
Asymp.sig.(2-tailed)		,002 ^c

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,002 berarti kurang dari α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual tidak berdistribusi normal.

Setelah dilakukan uji normalitas kolmogorov-smirnov dan analisis statistik dengan menggunakan uji wilcoxon untuk mengetahui keterkaitan

dua variabel. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui perbedaan mual muntah pada ibu hamil sebelum dan sesudah di berikan minuman jahe. Adapun perbedaan dapat di lihat pada tabel 4.9 berikut:

Tabel 4.9
Penerapan Pemberian Minuman Jahe Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil trimester I
Wilcoxon Signed Ranks Test Test Statistics^a

Ranks				
Sesudah-Sebelum		N	Mean Rank	Sum Of Ranks
	Negative Rank	15 ^a	8,00	120,00
	Positive Rank	0 ^b	00	,00
	Ties	0 ^c		
	Total	15		

Sesudah-Sebelum	
Z	-3,482 ^b
Asymp.Sig.(2-tailed)	,000

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.9 di lihat dari tabel *Test Statistic^a* bahwa hasil signifikansi (2-tailed) yaitu 0,000 berarti lebih kecil dari α (0,05), dimana menunjukkan bahwa penerapan pemberian minuman jahe dapat mengurangi emesis gravidarum pada

ibu hamil trimester I di BPM Yusidah Edward Palembang.

4. PEMBAHASAN

Pembahasan hasil penelitian ini berdasarkan data dan temuan di lapangan. Penelitian ini digunakan untuk mengetahui penerapan pemberian aromaterapy lemon dan minuman jahe untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu trimester I di BPM Yusidah Edward Palembang Tahun 2018.

Penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu penerapan pemberian aromaterapy lemon dan minuman jahe. Data dikumpulkan, diolah dan dianalisis yang terdiri dari analisis univariat dan analisis bivariat yaitu sebagai berikut.

1. Aromaterapy Lemon

Hasil univariat dari 15 responden yang diterapkan pemberian aromaterapy lemon yang diukur mual muntah sebelum dilakukan penerapan pemberian aromaterapy lemon lebih banyak mengalami 3 x mual muntah (46,6%) dan 4 x mual muntah (40%) daripada 5 x mual muntah (13,3%). Dan sesudah dilakukan penerapan pemberian aromaterapy lemon lebih banyak mengalami 2 x mual muntah (60%) dan 1 x mual muntah (33,3%) daripada 3 x mual muntah (6,6%).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kejadian mual muntah sebelum penerapan pemberian aromaterapy lemon lebih besar dari pada sesudah penerapan pemberian aromaterapy lemon.

Hasil Bivariat dalam penelitian ini menggunakan *uji wilcoxon* yang merupakan dari statistik non-parametrik, jika $p \text{ value} \leq \alpha (0,05)$

maka ada hubungan yang bermakna antara variabel dependen dan variabel independen. *Uji wilcoxon* digunakan sebagai alternatif dari *uji paired sample t tes* jika data penelitian tidak berdistribusi normal. Untuk melihat data berdistribusi normal atau tidak maka dilakukan *uji Normalitas kolmogorov-Smirnov*, jika nilai signifikansi $> \alpha (0,05)$ maka dinyatakan nilai berdistribusi normal dan nilai signifikan $< \alpha (0,05)$ maka dinyatakan nilai tidak berdistribusi normal.

Dari hasil data univariat *uji normalitas* menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,002 berarti lebih kecil dari $\alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual tidak berdistribusi normal.

Setelah dilakukan uji normalitas kolmogorov-smirnov dan analisis statistik dengan menggunakan *uji wilcoxon* untuk mengetahui keterkaitan dua variabel.

Dari hasil uji wilcoxon, signifikansi (2-tailed) yaitu 0,001 berarti lebih kecil dari $\alpha (0,05)$, dimana menunjukkan bahwa penerapan pemberian aromaterapy lemon dapat mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di BPM Yusidah Edward Palembang Tahun 2018.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nusabella(2017) di BPM Sri Jumiati Kabupaten Kabumen menyatakan bahwa minuman jahe terbukti menurunkan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dina Fitriana Staf Pengajar STIKES

Mataram Lombok Tengah(2017) hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapy jeruk lemon lebih efektif dalam menurunkan mual muntah trimester I yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi $\alpha (0,000) < \alpha (0,05)$

Penelitian ini sejalan dengan teori (Sharma, 2013)Rasa mual pada kehamilan dapat ditanggulangi dengan menggunakan terapi pelengkap antara lain aromaterapy. Salah satu aromaterapy yang dapat menurunkan mual muntah dalam kehamilan adalah aromaterapy lemon, aromaterapy lemon memberikan ragan efek penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi mual. Setiap minyak essensial memiliki efek farmakologis yang unik, seperti antibakteri, antivirus, diuretik, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa penerapan pemberian aromaterapy lemon dapat menanggulangi rasa mual pada kehamilan. Salah satu yang dapat menekan rasa mual muntah dalam kehamilan adalah lemon, karena aromaterapy lemon mengandung minyak ekstraks yang mampu memberikan ketenangan dan kesegaran tubuh.

2. Minuman Jahe

Hasil univariat dari 15 responden yang diukur mual muntah sebelum dilakukan penerapan pemberian minuman jahe lebih banyak mengalami 3 x mual muntah (46,6%) dan daripada 4 x mual muntah (26,6%) dan 5 x mual muntah (26,6%). Dan sesudah dilakukan penerapan

pemberian minuman jahe lebih banyak mengalami 2 x mual muntah (73,3%) dan 3 x mual muntah (13,3%) daripada 1 x mual muntah (13,3%).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kejadian mual muntah sebelum penerapan pemberian minuman jahe lebih besar dari pada sesudah penerapan pemberian minuman jahe.

Hasil bivariat dalam penelitian ini menggunakan *uji wilcoxon* yang merupakan dari statistik non-parametrik, jika $p \text{ value} \leq \alpha (0,05)$ maka ada hubungan yang bermakna antara variabel dependen a dan variabel independen. *Uji wilcoxon* digunakan sebagai alternatif dari *uji paired sample t tes* jika data penelitian tidak berdistribusi normal. Untuk melihat data berdistribusi normal atau tidak maka dilakukan *uji Normalitas kolmogorov-Smirnov*, jika nilai signifikansi $> \alpha (0,05)$ maka dinyatakan nilai berdistribusi normal dan nilai signifikan $< \alpha (0,05)$ maka dinyatakan nilai tidak berdistribusi normal.

Dari hasil data univariat *uji normalitas* menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,002 berarti lebih kecil dari $\alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual tidak berdistribusi normal.

Setelah dilakukan *uji normalitas kolmogorov-smirnov* dan analisis statistik dengan menggunakan *uji wilcoxon* untuk mengetahui keterkaitan dua variabel.

Berdasarkan hasil *uji statistik* dengan menggunakan *uji wilcoxon uji wilcoxon*, signifikansi (2-tailed) yaitu 0,000 berarti lebih kecil dari $\alpha (0,05)$,

dimana menunjukkan bahwa penerapan pemberian minuman jahe dapat mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di BPM Yusidah Edward Palembang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chatur Dhian Parwitasari (2013) menyatakan bahwa jahe dapat mengurangi mual muntah. Hasil *uji statistik* menggunakan *uji wilcoxon* diperoleh nilai *p value* $(0,000) < (0,005)$ hal ini terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah di berikan rebusan jahe.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Alyamaniah dan Mahmudah (2014) Jahe lebih hebat dibandingkan dimenhydrinat dalam mengurangi gejala mual muntah. Riset yang dilakukan oleh Vutyavanich dari Universitas Chiang Mai di Thailand membuktikan keefektifan khasiat jahe pada ibu hamil dalam mengatasi mual muntah. Salah satu senyawa aktif yang terdapat pada jahe adalah kurkumin. Ini juga telah dibuktikan secara klinis bahwa jahe bermanfaat sebagai anti mual dan muntah pada ibu hamil yang aman pada kehamilan muda, terutama pada trimester pertama, menjadi salah satu masalah kesehatan utama pada ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*.

Penelitian ini sejalan dengan teori (Choiriyah dan Trisnasari, 2013). Masyarakat umum biasanya mengurangi mual muntah dengan cara minum obat anti mual. Jahe sebagai salah satu jenis tanaman herbal mempunyai banyak keunggulan dibandingkan dengan tanaman herbal lainnya, khususnya bagi ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah.

Keunggulan pertama jahe adalah kandungan mengandung minyak terbang (minyak atsiri) yang menyegarkan dan memblokir reflek muntah sedangkan gingerol dapat melancarkan peredaran darah dan syaraf-syaraf bekerja dengan baik. Hasilnya, ketegangan bisa dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun bisa ditekan. Aroma harum jahe disebabkan oleh minyak atsiri, sedangkan oleoresinya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa penerapan pemberian minuman jahe dapat menekan mual muntah karena jahe mengandung minyak atsiri yang dapat menyegarkan dan memblokir reflek muntah.

5.KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada bulan November Tahun 2018 dengan judul penerapan pemberian aromaterapy lemon dan minuman jahe untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimster 1 di BPM Yusidah Edward didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimster I sebelum diberikan penerapan pemberian aromaterapy lemon sebanyak 15 responden pada ibu hamil yang mengalami mual muntah sebelum dilakukan penerapan lebih banyak mengalami 3 x mual muntah sebanyak 46,6% dan 4 x mual muntah sebanyak

40% daripada x mual muntah sebanyak 13,3%.

2. Distribusi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan penerapan pemberian minuman jahe sebanyak 15 responden pada ibu hamil yang mengalami mual muntah sebelum dilakukan penerapan pemberian minuman jahe lebih banyak mengalami 3 x mual muntah sebanyak 46,6% dan daripada 5 x mual muntah sebanyak 26,6% dan 5 x mual muntah sebanyak 26,6%.

3. Distribusi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sesudah diberikan penerapan pemberian aromaterapy lemon sebanyak 15 responden pada ibu hamil yang mengalami mengalami 2 x mual muntah sebanyak 60% dan 1 x mual muntah sebanyak 33,3% daripada 3 x mual muntah sebanyak 6,6%.

4. Distribusi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sesudah diberikan penerapan pemberian aromaterapy lemon sebanyak 15 responden pada ibu hamil yang mengalami 2 x mual muntah sebanyak 73,3% daripada 3 x mual muntah sebanyak 13,3% dan 1 x mual muntah sebanyak 13,3%.

5. Ada hubungan yang bermakna antara penerapan pemberian aromaterapy lemon untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di BPM Yusida Edward Palembang Tahun 2018. Berdasarkan uji wilcoxon hasil di dapatkan $p\ value = 0,001$ berarti $\leq \alpha (0,05)$.

6. Ada hubungan yang bermakna antara penerapan pemberian minuman jahe untuk mengurangi emesis

gravidarum pada ibu hamil trimester I di BPM Yusida Edward Palembang Tahun 2018. Berdasarkan uji wilcoxon hasil di dapatkan $p\ value = 0,000$ berarti $\leq \alpha (0,05)$.

REFERENSI

- Astuti, M. *Buku Pintar Kehamilan*. Jakarta: EGC ;2010.
- Bartini, Istri. 2013. *Asuhan Kebidanan Ibu Hamil Normal*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Budiana, N.S. 2013. *Buah Ajaib Tumpas Penyakit*. Jakarta : Penebar Swadaya.
- Campbell, Donald T & Stanley, Julian C. 1963. *Experimental and Quasi Experimental Design for Research*. Rand Mc. Nally College Publishing Company, Chicago.
- Choiriyah, Z dan Trisnasari, A. (2013). Efektifitas Konsumsi Ekstrak Jahe Dengan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Ungaran Tahun 2013. <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/3165.pdf>. Diakses tanggal 18 September 2018.
- Dainty Maternity, Dewi Yulia Sari, Marlida Uli Manjorang. 2016. Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lemon Terhadap morningsickness Pada Ibu Hamil. <http://ejurnal.malahayati.a>

- c.id/index.php?journal=bidan&page=article&op=view&path%5B%5D=96&path%5B%5D=91. Di akses tanggal 28 September 2018
- Depkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013*. Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI
- dr.Suparyanto, <http://dr-suparyanto.blogspot.com/2011/05/konsep-emesis-gravidarum.html>
- Hidayat, A.A. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- <http://d3kebidanan.blogspot.com/2009/11/emesis-gravidarum.html>
- Imam, Saeful. 2017. *Atasi Mual dan Muntah Lewat Pola Makan*. diakses tanggal 10 September 2018. Jurnal Ilmiah Kedokteran UI. www.tabloit-nakita.com Kharisma Publishing Group. h. 39 – 40.
- Manuaba, IBG, dkk. 2013. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC
- Marwanto. (2014). *Rekayasa Alat Pemasang Air Jeruk Siam dengan Sistem Ulir*. Sambas: POLTESA.
- Medforth, J., Battersby, S., Evans, M., Marsh, B. & Walker, A. (2013). *Kebidanan Oxford dari bidan untuk bidan*. Jakarta : EGC
- Najmah , 2016. *Statistika kesehatan aplikasi stata dan spss* jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S.(2013). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nugroho, T. 2012. *OBSGYN: Obstetri dan Gynekologi (Untuk Kebidanan dan Keperawatan)*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Prawirohardjo.(2013). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka
- Sharma S. 2013. *Aroma Therapy. Terjemahan Alexander Sindoro*. Jakarta: Kharisma Publishing Group. h. 39 – 40.
- Sarwono.2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono .Prawirohardjo
- Ummi Hasanah Alyamaniyah dan Mahmudah . (2014). *Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama*. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-biometrik10a64e0be22full.pdf>. Diakses pada tanggal 27 September 2018.

BINARI : Jurnal Bidan Mandiri

Volume 3 Nomor 1, April 2019

WHO. (2013). *Maternal mortality in 1990-2013*.WHO.

Wiknjosastro, H. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Pra