

INFORMASI ARTIKEL

Received: July, 17, 2024

Revised: November, 19, 2024

Available online: November, 21, 2024

at : <https://ejournal.malahayati.ac.id/index.php/hjk>

Efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I

Tri Sunarsih*, Amita Prilia Martines, Lily Yulaikhah

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Korespondensi penulis: Tri Sunarsih. *Email: are_she79@yahoo.com

Abstract

Background: Symptoms of nausea and vomiting that occur in early pregnancy are known as emesis gravidarum. Pharmacological treatment of nausea and vomiting can be done by administering drugs such as antihistamines, antiemetic corticosteroids and anticholinergics. Apart from that, efforts to reduce nausea and vomiting can also be done by using non-pharmacological treatment in the form of lavender aromatherapy to reduce emesis gravidarum in first trimester pregnant women. Lavender aromatherapy has an impact on brain function, this is because the hypothalamus is directly connected to the olfactory nerve which is activated by the aroma.

Purpose: To determine the effect of giving lavender aromatherapy on reducing emesis gravidarum in first trimester pregnant women.

Methods: Quantitative research uses a pre-experiment design with a one group pretest-posttest approach. The research was carried out in March-June 2023 at the Sentolo II Kulon Progo Community Health Center. A total of 16 pregnant women in the first trimester were participants in this research. Sample selection used purposive sampling technique. The emesis gravidarum variable was measured using the Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE-24). Data collection tools use questionnaires and observation sheets. Univariate and bivariate data analysis using Wilcoxon.

Results: The average emesis gravidarum score of pregnant women before the lavender aromatherapy intervention was 10.25 and after the intervention it was 7.75. Before administering lavender aromatherapy, 5 participants (31.2%) had severe nausea and vomiting and 11 participants (68.8%) had moderate nausea and vomiting. After being given lavender aromatherapy, 9 participants (56.2%) had mild nausea and vomiting and 7 (43.7%) had moderate nausea and vomiting. The pre and post test p-value calculation results were obtained at 0.000 (<005)..

Conclusion: There is an effect of giving lavender aromatherapy on reducing emesis gravidarum in first trimester pregnant women.

Suggestion: First trimester pregnant women who experience complaints of emesis gravidarum should use lavender aromatherapy as an alternative non-pharmacological treatment to reduce emesis gravidarum. Community health centers can provide education on non-pharmacological alternative treatments such as lavender aromatherapy in reducing the level of emesis gravidarum to pregnant women in the first trimester..

Keywords: Aromatherapy; Emesis Gravidarum; Lavender; Pregnant Mother.

Pendahuluan: Gejala mual muntah yang terjadi pada awal kehamilan dikenal dengan emesis gravidarum. Penanganan mual dan muntah menggunakan farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan seperti antihistamin, kortikosteroid antiemetik, dan antikolinergik. Selain itu, upaya mengurangi mual muntah ini juga dapat dilakukan dengan menggunakan pengobatan non farmakologi berupa aromaterapi lavender untuk

Efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I

mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Aromaterapi lavender berdampak pada fungsi otak, hal ini didasari karena hipotalamus terhubung langsung dengan saraf penciuman yang diaktifkan oleh aroma.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama.

Metode: Penelitian kuantitatif menggunakan desain pre-eksperimen dengan pendekatan *one group pre-post-test*. Penelitian dilaksanakan pada bulan maret-juni 2023 di Puskesmas sentolo II Kulon Progo. Sebanyak 16 ibu hamil trimester I menjadi partisipan dalam penelitian ini, pemilihan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel emesis gravidarum diukur menggunakan *Pregnancy Unique Quantification Of Emesis and Nausea* (PUQE-24). Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Analisis data secara univariat dan bivariat menggunakan *wilcoxon*.

Hasil: Skor rata-rata emesis gravidarum ibu hamil sebelum intervensi aromaterapi lavender sebesar 10.25 dan setelah intervensi menjadi 7.75. Sebelum dilakukan intervensi aromaterapi lavender, partisipan yang memiliki tingkat mual muntah berat sebanyak 5 (31.2%) dan mual muntah sedang 11 partisipan (68.8%). Setelah diberikan aromaterapi lavender, partisipan yang memiliki tingkat mual muntah ringan menjadi 9 partisipan (56.2%) dan mual muntah sedang sebanyak 7 (43.7%). Hasil perhitungan *p-value pre dan post test* diperoleh sebesar 0.000 (<005).

Simpulan: Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

Saran: Ibu hamil trimester pertama yang mengalami keluhan emesis gravidarum, sebaiknya memakai aromaterapi lavender sebagai salah satu pengobatan alternatif non farmakologi untuk mengurangi emesis gravidarum. Puskesmas dapat memberikan edukasi pengobatan alternatif non farmakologi aromaterapi lavender dalam mengurangi tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama.

Kata Kunci: Aromaterapi; Emesis Gravidarum; Ibu Hamil; Lavender.

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum yang dilanjutkan dengan nidasi dan berdampak pada perubahan fisik, mental, dan sosial yang dipengaruhi oleh berbagai faktor fisik, psikologis, lingkungan, sosial budaya, dan ekonomi (Hauspurg, Ying, Hubel, Michos, & Ouyang, 2018; Hofmeyr, Betrán, Madliki, Cormick, Munjanja, Fawcus, & Tahuringana, 2019; Khatri, Tran, Baral, & Fisher, 2020). Perubahan fisik yang dapat dilihat pada ibu hamil yaitu mual dan muntah, hal tersebut merupakan ketidaknyamanan yang umum dialami oleh ibu hamil selama trimester pertama (Ryan, Rege, Lee, Carba, Kobar, Maclsaac, & Kuzawa, 2022; Sarwinanti & Istiqomah, 2020).

Terjadinya perubahan hormon pada ibu hamil disebabkan karena meningkatnya kadar estrogen, progesteron, serta keluarnya produksi hormon *human chorionic gonadotropin* (HCG) yang menyebabkan asam lambung, sehingga menimbulkan rasa mual muntah yang menjadi dampak dari kehamilan (Hofmeyr et al., 2019; Zuraida & Sari, 2018). Gejala yang paling umum terjadi dan dirasakan pada awal kehamilan adalah mual muntah, hal ini dapat menyebabkan stres,

nafsu makan berkurang, dan sensitif (Dorsamy, Bagwandeem, & Moodley, 2022; Rosalina, 2019).

Gejala mual dan muntah pada awal kehamilan disebut sebagai emesis gravidarum (Ulfika, 2019). Gejala muntah dan mual sering dimulai 6 menit setelah periode menstruasi terakhir dan bertahan selama 10 minggu. Sekitar 60-80% kehamilan primigravida disertai mual dan muntah. Gejala ini dapat bertambah parah setiap 1.000 kehamilan (Yang, Fang, Wang, Li, Cao, Sun, & Wang, 2023).

Kehamilan di dunia mengalami *emesis gravidarum* 12.5%. Angka kejadian *emesis gravidarum* beberapa negara berkisar dari 0.3% di Swedia, 0.5% di Kanada, 0.9% di Norwegia, 10.8% di China, 2.2% di Pakistan, dan 1.9% di Turki (Afriyanti & Rahendza, 2020).

Kejadian emesis jika terus berlanjut dan tidak segera diatasi, dapat mengakibatkan hiperemesis gravidarum yang berdampak buruk bagi kesehatan ibu maupun kesehatan janin, termasuk kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah (BBLR) (Korenromp, Rowley, Alonso, Mello, Wijesooriya, Mahiané, & Taylor, 2019; Nakamura, Pryor, Ballon, Lioret, Heude, Charles, & Lesueur, 2020; Pascal,

Tri Sunarsih*, Amita Prilia Martines, Lily Yulaikhah

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Korespondensi penulis: Tri Sunarsih. *Email: are_she79@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i9.519>

Efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I

Govaert, Oostra, Naulaers, Ortibus, & Broeck, 2018). Dampak yang terjadi pada ibu hamil yaitu dehidrasi, gangguan elektrolit atau defisiensi nutrisi, memperlambat suplai oksigen, aliran darah, dan asupan ke jaringan berkurang, sehingga dapat menimbulkan kerusakan jaringan yang bahaya bagi kesehatan ibu dan janin (Zuraida & Sari, 2018).

Hiperemesis gravidarum adalah salah satu penyebab kematian para ibu hamil. Tahun 2013 terdapat 230 kasus AKI dari 100.000 kelahiran hidup, dibandingkan dengan 16 kasus dari 100.000 kelahiran hidup di negara industri. Kasus ini terjadi pada 2 dari 1.000 kelahiran hidup. Lebih dari 60.000 kematian ibu di 115 negara mengungkapkan bahwa ibu hamil sudah memiliki riwayat kesehatan yang buruk, terhitung 28% kematian yang terjadi akibat hiperemesis gravidarum (Dusingizimana, Ramilan, Weber, Iversen, Mugabowindekwe, Ahishakiye, & Brough, 2023; Sikar, Cooney, Flannery, Murphy, Khashan, & Huizink, 2021; Zuraida & Sari, 2018). Penyebab kematian ibu tersebut menunjukkan bahwa perlunya pengobatan untuk menyembuhkannya.

Penanganan mual dan muntah dengan menggunakan farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan seperti antihistamin, kortikosteroid antiemetik, dan antikolinergik (Restoy, Escudé, Castillo, Maganto, Bedia, Villoria, & Marín, 2024; Sangah, Jabeen, Hunde, Devi, Mumtaz, & Shaikh, 2023). Selain pengobatan secara farmakologis, pengobatan non farmakologi juga dapat dilakukan melalui akupresur, akupunktur, dan aromaterapi (Caffarelli, Santamaria, Piro, Basilicata, D'Antonio, Tchana, & Corsello, 2023; Zuraida & Sari, 2018).

Aromaterapi merupakan suatu pengobatan alternatif dengan menggunakan sari tumbuhan murni. Salah satu aromaterapi yang dipakai adalah aromaterapi lavender. Aromaterapi lavender mempunyai komponen utama *linalool* dan *linalyl asetat 1.8 cineole B-ocimene, terpinene-4-ol*, dan kamper zat yang berada dalam *linalool* akan memengaruhi sistem neuroendokrin tubuh sehingga berpengaruh pada pelepasan hormon neurotransmitter dan membuat rasa nyaman pada ibu hamil yang mengalami mual muntah.

Aromaterapi lavender berdampak pada fungsi otak, hal ini didasari karena hipotalamus terhubung langsung dengan saraf penciuman yang diaktifkan oleh aroma (Rosalinna, 2019). Hipotalamus

berkomunikasi dengan otak dan area tubuh lainnya sebagai mediator dan pengatur, karena bahan kimia elektrokimia memiliki dampak menenangkan dan merilekskan.

Terdapat sekitar 534 ibu hamil pertama kali mengalami emesis gravidarum pada trimester pertama di Indonesia tahun 2019. Sebanyak 2.203 ibu hamil yang mengalami kondisi tersebut. Akibatnya, angka kejadian emesis gravidarum pada tahun 2019 rata-rata 67.9% berkisar antara 60-89% untuk ibu hamil primigravida hingga 40-60% untuk ibu hamil multigravida (Retni, Handayani, & Mohamad, 2020).

METODE

Penelitian kuantitatif menggunakan desain pre-eksperimen dengan pendekatan *one group pre-post-test*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret-Juni 2023 di Puskesmas sentolo II Kulon Progo. Sebanyak 16 ibu hamil trimester I menjadi partisipan dalam penelitian ini, sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi sampel adalah ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum tingkat I, Ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di puskesmas, dan bersedia menjadi partisipan dengan mengikuti prosedur penelitian. Kriteria eksklusi adalah ibu hamil yang mempunyai gangguan pernafasan dan menolak untuk menjadi partisipan.

Variabel independen yang digunakan adalah penurunan emesis gravidarum, sedangkan variabel dependen adalah aromaterapi lavender. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Indikator penilaian variabel emesis gravidarum diukur menggunakan *Pregnancy Unique Quantification Of Emesis and Nausea* (PUQE-24) yang dapat menyatakan tingkat emesis gravidarum. Skor PUQE-24 digunakan untuk menentukan tingkat keparahan mual dan muntah pada ibu hamil yang digolongkan menjadi berat, sedang, hingga ringan. Mual muntah dalam kategori ringan ditandai dengan perolehan skor PUQE-24 sebesar 4-6, kategori sedang apabila diperoleh nilai 7-12, dan kategori berat apabila memperoleh skor ≥ 13 .

Intervensi yang dilakukan yaitu pemberian aromaterapi lavender kepada partisipan ibu hamil trimester pertama dengan tissue yang diteteskan 2-3 tetes aromaterapi lavender, kemudian dihirup ± 5 menit. Intervensi ini dilakukan selama 5x sehari setiap 3 jam sekali selama 7 hari berturut-turut.

Tri Sunarsih*, Amita Prilia Martines, Lily Yulaikhah

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Korespondensi penulis: Tri Sunarsih. *Email: are_she79@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i9.519>

Efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I

Monitoring kepada partisipan dilakukan secara langsung menggunakan lembar observasi. Analisis data secara univariat dan bivariat menggunakan

wilcoxon. Penelitian ini telah lolos kaji etik oleh Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan nomor: SKep/189/KEP/V/2023.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Demografi Karakteristik Partisipan (N=16)

Variabel	Hasil
Umur (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(26.75 ± 4.312)(20-35)
20-25	6/37.6
26-28	5/31.2
29-35	5/31.2
Pekerjaan (n/%)	
IRT	10/62.5
Wiraswasta	6/37.5
Pendidikan (n/%)	
SMP	7/43.8
SMA	9/56.2
Paritas (n/%)	
Primigravida	11/68.8
Multigravida	5/31.2

Tabel 1. menunjukkan karakteristik partisipan dengan usia rata-rata dan standar deviasi (26.75 ± 4.312) pada rentang usia 20-35 tahun. Sebanyak 10 partisipan (62.5%) merupakan IRT dan paling banyak lulusan SMA yaitu 9 partisipan (56.3%). Mayoritas 11 (68.8%) partisipan dengan paritas kehamilan primigravida ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum.

Tabel 2. Intervensi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum

Tingkat Emesis Gravidarum	Mean	SD	<i>p-value</i>
Pre-test	10.25	1.653	0.000
Post-test	7.75	2.296	

Tabel 2. menunjukkan skor rata-rata emesis gravidarum ibu hamil sebelum intervensi aromaterapi lavender sebesar 10.25 dan setelah aromaterapi intervensi menjadi 7.75. Besaran perbedaan skor emesis gravidarum 2.5 dan perolehan nilai $p=0.000 < 0.05$, artinya terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

Tri Sunarsih*, Amita Prilia Martines, Lily Yulaikhah

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Korespondensi penulis: Tri Sunarsih. *Email: are_she79@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i9.519>

Tabel 3. Hasil Pre-test dan Post-test Intervensi Aromaterapi Lavender

Tingkat Mual Muntah	Pre-test (n%)	Post-test (n%)	p-value
Ringan	0/0.0	9/56.3	0.000
Sedang	11/68.8	7/43.7	
Berat	5/31.2	0/0.0	

Tabel 3. menunjukkan sebelum memakai aromaterapi lavender, 5 partisipan (31.2%) mengalami mual parah dan 11 partisipan (68.8%) yang mengalami mual sedang muntah. Setelah pemberian aromaterapi lavender, 9 partisipan (56.2%) mengalami mual dan muntah ringan hingga sedang, sementara 7 (43.7%) mengalami tingkat sedang hingga berat. Diperoleh nilai $p=0.000 < 0.05$, hal ini menunjukkan bahwa aromaterapi lavender secara signifikan mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama.

PEMBAHASAN

Prosedur intervensi aromaterapi lavender pada partisipan ibu hamil trimester pertama dilakukan dengan memberikan aromaterapi lavender dengan *tissue* yang diteteskan 2-3 tetes aromaterapi kemudian dihirup ±5 menit. Intervensi ini dilakukan selama 5x sehari setiap 3 jam sekali selama 7 hari berturut-turut dan dilakukan monitoring penelitian dengan lembar observasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melakukan intervensi aromaterapi lavender dengan tisu dan diteteskan sebanyak 2 tetes (Anjelia, 2021). Selama 4 hari ibu hamil diharuskan meneteskan 2-3 tetes aromaterapi pada tisu sebanyak 3 kali pernapasan kemudian diulang 5-10 menit. Penelitian terdahulu juga melakukan intervensi yang sama dengan aromaterapi lavender yang diberikan 7 hari dengan menghirup beberapa tetes aromaterapi pada sebuah *tissue* (Zuraida & Sari, 2018).

Setiap partisipan mengalami tingkat muntah yang berbeda, mulai dari muntah ringan, sedang hingga berat, hal ini tergantung pada kategori mual pada masing-masing ibu. Faktor psikologis seperti kehamilan yang tidak diinginkan, sentimen kemarahan, kekhawatiran, dan ketakutan berdampak pada mual dan muntah yang membuatnya lebih buruk (Juwita, Yulita, Jumiaty, & Amran, 2023).

Partisipan pada penelitian ini mengatakan bahwa setelah menerima intervensi aromaterapi lavender, mereka merasa lebih nyaman dan santai. Setelah

beberapa hari, frekuensi mual dan muntah pagi, siang, dan malam hari telah menurun secara signifikan. Artinya setelah menerima intervensi aromaterapi lavender, tingkat mual dan muntah partisipan menurun dari berat menjadi sedang dan dari sedang menjadi ringan. Hal ini mengindikasikan bahwa aromaterapi lavender mampu menurunkan frekuensi mual muntah yang dialami oleh ibu.

Kondisi yang dapat memperburuk mual muntah pada trimester pertama kehamilan adalah masalah psikologis, pemberian aromaterapi lavender memiliki dampak yang menenangkan dan menurunkan tingkat kecemasan, stres, dan dapat mengurangi intensitas muntah pada wanita hamil. Molekul kimia atsiri dan linalool dalam aromaterapi lavender merangsang area otak yang bertanggung jawab untuk merangsang efek aromaterapi melalui inhalasi. Ketika aromaterapi dihirup, udara membawa senyawa volatil minyak ke atap reseptor hidung yang dapat memengaruhi memori respon emosional.

Intervensi aromaterapi lavender dalam mengurangi emesis gravidarum menggunakan uji statistik *Wilcoxon*. Setelah dilakukan analisis temuan diperoleh nilai rata-rata sebelum diberikan intervensi sebesar 10.25 dan rata-rata setelah diberikan intervensi sebesar 7.75 dengan selisih antara sebelum dan sesudah intervensi sebesar 2.5 dan *p-value* yang diperoleh adalah $0.000 < 0.05$ yang berarti ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

Pemberian aromaterapi lavender partisipan yang memiliki tingkat mual muntah berat sebanyak 5 partisipan (31.2%) dan yang memiliki tingkat mual muntah sedang 11 partisipan (68.8%). Kemudian setelah diberikan aromaterapi lavender, partisipan yang memiliki tingkat mual muntah ringan menjadi 9 partisipan (56.2%) dan yang memiliki tingkat mual muntah sedang sebanyak 7 (43.7%). Selain itu, hasil perhitungan *p-value pre test* dan *post test* diperoleh nilai sebesar $0.000 < 0.05$ yang artinya aromaterapi

Tri Sunarsih*, Amita Prilia Martines, Lily Yulaikhah

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Korespondensi penulis: Tri Sunarsih. *Email: are_she79@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i9.519>

Efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I

lavender berpengaruh signifikan terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa pemberian aromaterapi lavender pada ibu hamil berdampak pada berkurangnya rasa mual dan muntah selama trimester pertama (Rahayu & Sugita, 2018). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi aromaterapi lavender bermanfaat dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Sebagian besar partisipan mengalami mual dan muntah ringan hingga sedang sebelum menerima aromaterapi lavender, namun setelah menerima aromaterapi lavender tingkat mual dan muntah menjadi rendah.

Aromaterapi lavender tidak hanya efektif dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional (Hedigan, Sheridan, & Sasse, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa penggunaan aromaterapi lavender dapat mengurangi tingkat kecemasan dan stres yang seringkali menyertai gejala emesis gravidarum (Association of Women's Health, 2019). Mekanisme kerja dari aromaterapi lavender terkait dengan efek relaksasi yang diinduksi oleh senyawa aktif seperti linalool dan linalyl acetate dapat memengaruhi sistem saraf pusat (Bavarsad, Bagheri, Arami, & Komaki, 2023). Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa aromaterapi lavender aman digunakan pada ibu hamil dengan efek samping yang minimal (Pourmehr, Ostadrahimi, Mirzarezaei, & Khalili, 2020). Berdasarkan hal tersebut, sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan aromaterapi lavender dapat menjadi alternatif yang aman dan efektif dalam mengelola gejala mual dan muntah selama kehamilan (Vora, Gholap, Hatvate, Naren, Khan, Chavda, & Khatri, 2024).

Selain manfaat yang telah disebutkan, aromaterapi lavender juga telah terbukti memperbaiki kualitas tidur ibu hamil yang seringkali terganggu akibat mual dan muntah (Rafii, Ameri, Haghani, & Ghobadi, 2020). Studi lain menunjukkan bahwa penggunaan aromaterapi lavender dapat meningkatkan kadar hormon serotonin yang berperan dalam regulasi suasana hati dan mengurangi gejala depresi pada ibu hamil (Firoozeei, Feizi, Rezaeizadeh, Zargarani, Roohafza, & Karimi, 2021). Selain itu, beberapa penelitian

menunjukkan bahwa ibu hamil yang menggunakan aromaterapi lavender melaporkan penurunan signifikan dalam intensitas mual dan muntah dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima aromaterapi (Smith, Hill, Denejkina, Thornton, & Dahlen, 2022). Berdasarkan hal tersebut, aromaterapi lavender bukan hanya solusi efektif dan aman untuk mengelola mual dan muntah, tetapi juga bermanfaat untuk kesehatan emosional dan psikologis ibu hamil (Karsten, Prince, Robinson, & Aguilar, 2020).

SIMPULAN

Intervensi aromaterapi lavender berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dengan *p-value pre-test* dan *post-test* sebesar 0.000 (<0.05).

SARAN

Ibu hamil trimester pertama yang mengalami keluhan emesis gravidarum sebaiknya memakai aromaterapi lavender sebagai salah satu pengobatan alternatif non farmakologi untuk mengurangi emesis gravidarum. Puskesmas dapat memberikan edukasi pengobatan alternatif non farmakologi aromaterapi lavender dalam mengurangi tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, D., & Rahendza, N. H. (2020). Pengaruh pemberian aroma terapi lemon elektrik terhadap mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. *Maternal Child Health Care*, 2(1), 192-201.
- Anjelia, N. (2021). The Effect of Lavender Essential Oil On Post-Caesarean Section at Sekayu District General Hospital in 2020. *Journal of Maternal and Child Health Sciences (JMCHS)*, 1(1), 8-13.
- Association of Women's Health. (2019). Basic, High-Risk, and Critical Care Intrapartum Nursing: Clinical Competencies and Education Guide. *Nursing for women's health*, 23(2), e1-e22. diakses dari: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1751485119300455?via%3Dihub>
- Bavarsad, N. H., Bagheri, S., Arami, M. K., & Komaki, A. (2023). Aromatherapy for the brain: Lavender's healing effect on epilepsy, depression, anxiety, migraine, and Alzheimer's disease: A review article. *Heliyon*.

Tri Sunarsih*, Amita Prilia Martines, Lily Yulaikhah

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Korespondensi penulis: Tri Sunarsih. *Email: are_she79@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i9.519>

Efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I

- Caffarelli, C., Santamaria, F., Piro, E., Basilicata, S., D'Antonio, L., Tchana, B., & Corsello, G. (2023). Advances for pediatricians in 2022: allergy, anesthesiology, cardiology, dermatology, endocrinology, gastroenterology, genetics, global health, infectious diseases, metabolism, neonatology, neurology, oncology, pulmonology. *Italian journal of pediatrics*, 49(1), 115.
- Dorsamy, V., Bagwandeem, C., & Moodley, J. (2022). The prevalence, risk factors and outcomes of anaemia in South African pregnant women: a systematic review and meta-analysis. *Systematic reviews*, 11(1), 16.
- Dusingizimana, T., Ramilan, T., Weber, J. L., Iversen, P. O., Mugabowindekwe, M., Ahishakiye, J., & Brough, L. (2023). Predictors for achieving adequate antenatal care visits during pregnancy: a cross-sectional study in rural Northwest Rwanda. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1), 69.
- Firoozeei, T. S., Feizi, A., Rezaeizadeh, H., Zargarani, A., Roohafza, H. R., & Karimi, M. (2021). The antidepressant effects of lavender (*Lavandula angustifolia* Mill.): A systematic review and meta-analysis of randomized controlled clinical trials. *Complementary therapies in medicine*, 59, 102679.
- Hauspurg, A., Ying, W., Hubel, C. A., Michos, E. D., & Ouyang, P. (2018). Adverse pregnancy outcomes and future maternal cardiovascular disease. *Clinical cardiology*, 41(2), 239-246.
- Hedigan, F., Sheridan, H., & Sasse, A. (2023). Benefit of inhalation aromatherapy as a complementary treatment for stress and anxiety in a clinical setting—A systematic review. *Complementary therapies in clinical practice*, 52, 101750.
- Hofmeyr, G. J., Betrán, A. P., Madliki, M. S., Cormick, G., Munjanja, S. P., Fawcus, S., & Tahuringana, E. (2019). Prepregnancy and early pregnancy calcium supplementation among women at high risk of pre-eclampsia: a multicentre, double-blind, randomised, placebo-controlled trial. *The Lancet*, 393(10169), 330-339.
- Juwita, S., Yulita, N., Jumiati, J., & Amran, H. F. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*, 5(2), 370-375.
- Karsten, M., Prince, D., Robinson, R., & Aguilar, J. S. (2020). Effects of peppermint aromatherapy on postoperative nausea and vomiting. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 35(6), 615-618.
- Khatri, G. K., Tran, T. D., Baral, S., & Fisher, J. (2020). Experiences of an earthquake during pregnancy, antenatal mental health and infants' birthweight in Bhaktapur District, Nepal, 2015: a population-based cohort study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20, 1-12.
- Korenromp, E. L., Rowley, J., Alonso, M., Mello, M. B., Wijesooriya, N. S., Mahiané, S. G., & Taylor, M. M. (2019). Global burden of maternal and congenital syphilis and associated adverse birth outcomes—Estimates for 2016 and progress since 2012. *PLoS one*, 14(2), e0211720.
- Nakamura, A., Pryor, L., Ballon, M., Lioret, S., Heude, B., Charles, M. A., & Lesueur, F. E. (2020). Maternal education and offspring birth weight for gestational age: the mediating effect of smoking during pregnancy. *European Journal of Public Health*, 30(5), 1001-1006.
- Pascal, A., Govaert, P., Oostra, A., Naulaers, G., Ortibus, E., & Broeck, C. V. (2018). Neurodevelopmental outcome in very preterm and very-low-birthweight infants born over the past decade: a meta-analytic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 60(4), 342-355.
- Pourmehr, H. S., Ostadrahimi, A., Mirzarezaei, M. E., & Khalili, A. F. (2020). Does aromatherapy with lavender affect physical and psychological symptoms of menopausal women? A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 39, 101150.
- Rafii, F., Ameri, F., Haghani, H., & Ghobadi, A. (2020). The effect of aromatherapy massage with lavender and chamomile oil on anxiety and sleep quality of patients with burns. *Burns*, 46(1), 164-171.

Tri Sunarsih*, Amita Prilia Martines, Lily Yulaikhah

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Korespondensi penulis: Tri Sunarsih. *Email: are_she79@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i9.519>

Efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I

- Rahayu, R. D., & Sugita, S. (2018). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Dan Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di BPM Trucuk Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 3(1), 19-26.
- Restoy, D., Escudé, M. O., Castillo, T. A., Maganto, M. M., Bedia, R. C., Villoria, E. D., & Marín, J. L. (2024). Emotion regulation and emotion dysregulation in children and adolescents with autism spectrum disorder: A meta-analysis of evaluation and intervention studies. *Clinical Psychology Review*, 102410.
- Retni, A., Handayani, F., & Mohamad, I. S. W. (2020). Literature Review: Pemberian Aromaterapi Essential Oil Lavender Terhadap Emesis Gravidarum Pada Kehamilan Trimester Pertama. *Journal of Borneo Holistic Health*, 3(2), 140-150.
- Rosalinna, R. (2019). Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 48-55.
- Ryan, C. P., Rege, R. J., Lee, N. R., Carba, D. B., Kobor, M. S., Maclsaac, J. L., & Kuzawa, C. W. (2022). Maternal epigenetic clocks measured during pregnancy do not predict gestational age at delivery or offspring birth outcomes: a replication study in metropolitan Cebu, Philippines. *Clinical Epigenetics*, 14(1), 78.
- Sangah, A. B., Jabeen, S., Hundee, M. Z., Devi, S., Mumtaz, H., & Shaikh, S. S. (2023). Maternal and fetal outcomes of SLE in pregnancy: a literature review. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 43(1), 2205513.
- Sarwinanti, S., & Istiqomah, N. A. (2020). Perbedaan aromatherapi lavender dan lemon untuk menurunkan mual muntah ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 15(2), 185-95.
- Sikar, K. M., Cooney, J., Flannery, C., Murphy, J., Khashan, A., & Huizink, A. (2021). Maternal stress in the first 1000 days and risk of childhood obesity: a systematic review. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 39(2), 180-204.
- Smith, C. A., Hill, E., Denejkina, A., Thornton, C., & Dahlen, H. G. (2022). The effectiveness and safety of complementary health approaches to managing postpartum pain: A systematic review and meta-analysis. *Integrative Medicine Research*, 11(1), 100758.
- Ulfika, R. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum* (Doctoral dissertation, Universitas Ngudi Waluyo).
- Vora, L. K., Gholap, A. D., Hatvate, N. T., Naren, P., Khan, S., Chavda, V. P., & Khatri, D. K. (2024). Essential oils for clinical aromatherapy: a comprehensive review. *Journal of Ethnopharmacology*, 118180.
- Yang, M., Fang, L., Wang, Y., Li, X., Cao, Y., Sun, J., & Wang, J. (2023). Perinatal characteristics and neonatal outcomes of singletons and twins in Chinese very preterm infants: a cohort study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1), 89.
- Zuraida, Z. & Sari, 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: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, 12(4).

Tri Sunarsih*, Amita Prilia Martines, Lily Yulaikhah

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Korespondensi penulis: Tri Sunarsih. *Email: are_she79@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i9.519>