

EFEKTIVITAS AROMATERAPI LEMON DAN REBUSAN JAHE TERHADAP EMESIS
GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI TPMB
RIYANTI JAKARTA BARAT

Angraini Kaluku^{1*}, Sulastri²

¹⁻²Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Abdi Nusantara

Email Korespondensi: anggrainikaluku@gmail.com

Disubmit: 24 Januari 2025 Diterima: 29 Agustus 2025 Diterbitkan: 01 September 2025
Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i9.19311>

ABSTRACT

The incidence of emesis gravidarum in Indonesia, obtained from 2,203 pregnancies that were completely observed, was 543 pregnant women affected by emesis gravidarum. In Indonesia, around 10% of pregnant women are affected by emesis gravidarum. To determine the effect of "Effectiveness of Lemon Aromatherapy and Ginger Decoction on Emesis Gravidarum in Pregnant Women in the First Semester at TPMB Riyanti, West Jakarta, 2024. Using quantitative Pre-Experiment by design Control Group Pretest Posttest Design. The research population was pregnant women in the first trimester who experienced nausea and vomiting, namely 30 respondents. The research sample used a total sampling of 30 respondents. Bivariate analysis uses tests Wilcoxon. Test results Wilcoxon Signed Test The obtained p value = 0.000 < 0.05 so it can be concluded that there is any influence on Effectiveness of Lemon Aromatherapy and Ginger Decoction Against Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women at TPMB Riyanti, West Jakarta, 2024. It was concluded that there was an influence on Effectiveness of Lemon Aromatherapy and Ginger Decoction Against Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women at TPMB Riyanti, West Jakarta, 2024. Recommended in this research for educational institutions, for research sites, for respondents and for further researchers

Keywords: *Emesis Gravidarum, Lemon Aromatherapy, Ginger Decoction*

ABSTRAK

Angka kejadian emesis gravidarum di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang terkena emesis gravidarum. Di Indonesia sekitar 10% wanita hamil yang terkena emesis gravidarum. Untuk mengetahui Pengaruh "Efektivitas Aromaterapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Rimester I Di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024. Menggunakan kuantitatif *Pra Eksperimen* dengan desain *Control Group Pretest Posttest Design*. Populasi penelitian adalah ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah yaitu sebanyak 30 responden. Sampel penelitian menggunakan total sampling berjumlah 30 responden. Analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil uji *Wilcoxon Signed Test* diperoleh nilai nilai $p=0.000<0.05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat adanya Pengaruh terhadap Efektivitas Aromaterapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024. Disimpulkan bahwa adanya Pengaruh terhadap Efektivitas Aromaterapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024. Disaran dalam penelitian ini untuk Institusi pendidikan, untuk tempat penelitian, untuk responden dan untuk peneliti selanjutnya

Kata Kunci: Emesis Gravidarum, Aromaterapi Lemon, Rebusan Jahe

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan seorang wanita, proses ini akan menyebabkan terjadinya perubahan fisik, psikologis, lingkungan, sosial budaya serta ekonomi. Pada masa kehamilan terdapat berbagai komplikasi atau masalah-masalah yang terjadi, seperti mual dan muntah yang sering dialami oleh ibu hamil pada awal kehamilan yang dapat menjadi salah satu penyebab ketidaknyamanan dalam kehamilan (Kusmiyati, 2022). Pada kehamilan trimester satu terjadinya perubahan fisiologis dan psikologis pada ibu hamil. Perubahan fisiologis yang terjadi salah satunya yaitu terjadinya perubahan hormonal dan meningkatnya hormon progesteron, estrogen dan dikeluarkannya Human Chorionic Gonadotropine (HCG) menyebabkan terjadinya emesis gravidarum (Persis Mary Hamilton, Ni Luh Gede, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO, 2020) angka kejadian emesis gravidarum sedikitnya 15% dari semua wanita hamil. Angka kejadian mual muntah atau morning sickness di dunia yaitu 70-80% dari jumlah ibu hamil. Emesis gravidarum terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,9% di Swedia, 0,5% di California, 1,9% di Turki, dan di Amerika Serikat prevalensi emesis gravidarum sebanyak 0,5%-2%. Di Indonesia, jumlah ibu hamil trimester 1 data

dari cakupan K1 dalam Profil Kesehatan Indonesia tahun 2022 sebanyak 4.873.441 ibu dengan kurang lebih 50% mengalami emesis gravidarum sebanyak 2.436.721 orang (KEMENKES RI, 2022).

Menurut Kementerian Kesehatan RI, kejadian mual muntah pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 50% sampai 75% selama trimester pertama atau awal kehamilan (KEMEMKES RI, 2023). Angka kejadian emesis gravidarum di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang terkena emesis gravidarum. Di Indonesia sekitar 10% wanita hamil yang terkena emesis gravidarum (KEMEMKES RI, 2023). Berdasarkan laporan tahunan Pemantauan Wilayah Setempat Kesehatan Ibu dan Anak (PWS-KIA) Dinas Kesehatan DKI Jakarta Tahun 2023 sebanyak 32.549 ibu hamil, 1.305 orang diantaranya mengalami *hiperemesis gravidarum* diawal kehamilan (Dinkes DKI Jakarta, 2023).

Penyebab emesis gravidarum karena adanya perubahan hormon dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan karena peningkatan hormon human chorionic gonadotropin (hCG) yang menyebabkan peningkatan hormon estrogen. Peningkatan hormon estrogen akan menghambat kinerja enzim kinureninase yang mempengaruhi triptofan. Triptofan

merupakan suatu protein yang bersifat esensial bagi manusia namun hanya didapat sebagai nutrisi asupan dari proses pencernaan dengan enzim proteolitik. Dalam mual muntah triptofan berfungsi mengeluarkan serotonin dan niasin, sehingga panca indra lebin sensitif dan mual muntah akan lebih mudah terjadi (Persis Mary Hamilton, Ni Luh Gede, 2021).

Terapi pada mual muntah meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi meliputi promethazine, vitamin B1 atau tiamin, pyridoxine atau vitamin B6. Sedangkan terapi non farmakologi biasa menggunakan pengobatan tradisional meliputi pemberian aroma terapi, wedang jahe, permen peppermint, terapi akupresur. Jahe merupakan salah satu rempah penting dan banyak manfaatnya, antara lain sebagai bumbu masak, minuman, serta permen dan juga digunakan dalam ramuan obat tradisional (Fitria, 2023).

Kandungan kimia di dalam jahe yang dapat mengatasi mual muntah diantaranya yaitu minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan menghasilkan aroma sehingga memblokir reflek muntah. Oleoresinnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat. Efek antiemetik juga ditimbulkan oleh komponen diterpentinoid yaitu gingerol, shaogaol, galanolactone (Putri, Dwi. A dan Haniarti, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian (Ermawati. C & Noviyani. E.P, 2023), bahwa intensitas mual muntah dapat ditangani dengan cara nonfarmakologi seperti pemberian aromaterapi lemon. Kandungan jeruk lemon antara lain flavonoid (flavanones), limonen, asam folat, tanin, vitamin (C, A, B1, dan P), dan mineral (kalium dan magnesium). Kandungan flavonoid inilah yang

meningkatkan produksi empedu, flavonoid akan menetralkan cairan pencernaan asam yang dapat mengurangi rasa mual. Ketika minyak esensial dihirup, memasuki hidung dan berhubungan dengan reseptor di cilia berhubungan dengan tonjolan olfaktorius yang berada di ujung saluran penciuman.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Oktober 2024 di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024 dari 49 orang ibu hamil trimester I yang berkunjung terdapat sebanyak 30 orang ibu hamil yang mengalami keluhan mual dan muntah. Selama ini ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum belum pernah dianjurkan untuk menghirup aromaterapi lemon dan rebusan jahe, hanya diberikan terapi farmakologis seperti vitamin B kompleks dan vitamin B6 untuk mengatasi atau mengurangi mual muntah.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Efektivitas Aromaterapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024. Serta masyarakat belum banyak mengenal manfaat aromaterapi lemon dan rebusan jahe tersebut sehingga penelitian ini bisa digunakan sebagai salah satu alternatif pemberian tindakan untuk mengurangi emesis gravidarum tersebut.

TINJAUAN PUSTAKA

Emesis gravidarum biasanya ditemukan pada awal kehamilan dan tanda awal kehamilan ini biasanya ditemukan setelah pembuahan pada minggu kedelapan dan kedua. Aliran darah terjadi peningkatan dari hormone tiba-tiba pada kehamilan juga memicu rasa mual. Rasa mual

dapat dirasakan dalam sepanjang hari baik pagi ataupun malam. Wanita hamil biasanya kehilangan nafsu makan yang menyebabkan keterbatasan asupan makanan yang diterima, akan tetapi kondisi ini lazim sehingga kesehatan janin tidak akan berpengaruh karena emesis gravidarum menandakan tubuh wanita hamil bereaksi terhadap hormone dalam kehamilan (Atiqoh, 2020).

Aspek genetik dan Riwayat keluarga juga berperan dalam etiologi emesis gravidarum. Menurut penelitian oleh White et al. (2020) mengungkapkan bahwa adanya polimorfisme genetik tertentu yang terkait dengan respons terhadap perubahan hormonal dan mual pada ibu hamil. Selain itu, riwayat keluarga emesis gravidarum juga dapat meningkatkan risiko terjadinya kondisi ini.

Terjadinya kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat peningkatan hormon estrogen, progesterone dan tingginya kadar HCG (Human Chorionic Gonadotropin) yang dihasilkan oleh plasenta yang seimbang. HCG merupakan penyebab kejadian emesis gravidarum dengan bekerja pada chemoreceptor Trigger Zone pusat muntah melalui rangsangan terhadap otot dari poros lambung, akibatnya tubuh ibu semakin lemas, pucat, dan frekuensi buang air kecil menurun

drastis sehingga cairan tubuh berkurang dan darah menjadi keental (hemokonsentrasi) sehingga memperlambat peredaran darah yaitu oksigen dan jaringan sehingga dapat menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat membahayakan kesehatan ibu dan keseimbangan janin yang dikandungnya dan dapat melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (Latifah, 2023).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon dan Rebusan Jahe Terhadap Pengurangan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di Indonesia tahun 2024. Penelitian ini terdiri dari 2 variabel yaitu variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Notoatmodjo, 2018). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Aromaterapi lemon dan Rebusan Jahe, sedangkan variabel terikat pada penelitian ini yaitu emesis gravidarum. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat menggunakan uji hipotesis *Wilcoxon test*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Kategori	Kriteria	Jumlah (f)	%
Usia	<25 dan >35 tahun	14	46.7
	20-35 tahun	16	53.3
	Total	30	100.0
Pekerjaan	Tidak bekerja	15	50.0

	Bekerja	15	50.0
	Total	30	100.0
Pendidikan	SD-SMP	6	20.0
	SMA-PT	24	80.0
	Total	30	100.0
Paritas	Primipara	26	86.7
	Multipara	3	10.0
	Grande multipara	1	3.3
	Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 1 diketahui dari 30 responden yang diteliti sebagian besar berusia produktif 20-35 tahun sebanyak 16 responden (53,3%), dan usia <20 dan >35 tahun sebanyak 14 responden (46,7%). Untuk kategori pekerjaan dengan jumlah yang sama yaitu 15

responden (50.0%) ibu tidak bekerja dan 15 responden (50.0%) ibu bekerja. Untuk kategori Pendidikan Sebagian besar ibu dengan Pendidikan SMA-PT sebanyak 24 responden (80.0%) dan ibu yang Pendidikan SD-SMP sebanyak 6 responden (20.0%).

Tabel 2. Kejadian Mual Muntah Sebelum dan Sesudah diberikan Aromaterapi Lemon dan Rebusan Jahe

Jenis Mual Dan Muntah	Pre test		Post test	
	F	%	f	%
Ringan	0	0	11	36.7
Sedang	14	46.7	19	63.3
Berat	16	53.3	0	0
Total	30	100	30	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil intervensi setelah pemberian aroma terapi lemon dan rebusan jahe pada ibu hamil trimester I, Sebagian besar

mengalami penurunan mual muntah kategori sedang sebanyak 16 responden (53.7%) dan tidak ada yang mengalami mual muntah berat.

Tabel 3. Uji Normalitas Data

Aromaterapi Lemon dan Rebusan Jahe	Test Of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Tes	.354	30	.000	.637	30	.000
Post Test	.406	30	.000	.612	30	.000

Berdasarkan tabel 3 pada uji normalitas diperoleh nilai $p = <.000 <.005$ maka dapat dikatakan data tersebut berdistribusi tidak normal

sehingga analisis data yang digunakan adalah uji *wilcoxon range list*.

Tabel 4. Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon dan Rebusan Jahe Terhadap Pengurangan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di TpmB Riyanti Jakarta Barat

		Rank				
		N	Mean Rank	Sum Of Ranks	Z	P-value
Pretest Dan Postes Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Rebusan Jahe	Negative Rank	26 ^a	13.50	351.00	-5.014 ^b	.000
	Positive Rank	0 ^b	.00	.00		
	Ties	4 ^c				
Total		30				

Berdasarkan tabel 4 diketahui hasil dari uji *Wilcoxon* didapatkan hasil posttes bahwa pemberian aroma terapi lemon dan rebusan jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I memiliki *positive mean rank* 0.00 diperoleh nilai *p-value* $0.000 < 0.05$

sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya Pengaruh terhadap Efektivitas Aromaterapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Rimester I Di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Karakteristik Ibu Hamil Trimester I Di TPMB Riyanti

1. Usia

Berdasarkan tabel 5.1 diketahui dari 30 responden yang diteliti sebagian besar berusia produktif 20-35 tahun sebanyak 16 responden (53,3%), dan usia <20 dan >35 tahun sebanyak 14 responden (46,7%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Sulistyowati, 2021) menunjukkan dari 34 responden, usia 20-35 tahun berjumlah 28 responden, sedangkan usia <20 dan >35 tahun berjumlah 6 responden, hal tersebut menunjukkan usia 20-35 tahun tidak ada hubungan dengan kejadian mual muntah pada ibu hamil Trimester I Di Puskesmas Karanganyar II Kabupaten Demak.

Hasil penelitian ini memiliki kesamaan terhadap penelitian (Agoesta et all, 2023) menunjukkan bahwa usia ibu hamil trimester I didapatkan

sebagian besar responden sebanyak 31 orang (69%) berusia antara 20-35 tahun, dan hampir setengahnya 14 orang (31%) responden berusia <20 tahun dan >35 tahun. Hal tersebut menunjukkan usia 20-35 tahun tidak ada hubungan dengan kejadian mual muntah pada ibu hamil Trimester I di Desa Suciharjo Kecamatan Parengan Kabupaten Tuban.

Berdasarkan tabel 5.1 menurut asumsi peneliti usia ibu hamil Trimester I sebagian besar 20 sampai dengan 35 tahun. Ibu hamil Usia antara 20 sampai dengan 35 merupakan hasil yang baik karena ibu siap menerima kehamilan, mental sudah matang dan ibu hamil sudah mampu merawat bayi sehingga ibu siap dalam segi kesehatan, fisik, mental.

2. Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian dari tabel 5.1

didapatkan status pekerjaan didapatkan jumlah yang sama yaitu 15 responden (50.0%) ibu tidak bekerja dan 15 responden (50.0%) ibu bekerja.

Hasil penelitian (Rudiyanti, N & Rosmadewi, 2022) analisis hubungan antara pekerjaan dengan emesis gravidarum diperoleh bahwa diantara responden yang mengalami emesis gravidarum tidak normal terdapat 70,5 % (31 org) yang tidak bekerja dan 32,6% (15 org) yang bekerja. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value=0.01, disimpulkan secara statistik ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan emesis gravidarum. Berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR= 4,928, artinya responden yang tidak mempunyai pekerjaan mempunyai peluang 4,928 kali untuk mengalami emesis gravidarum tidak normal dibandingkan dengan responden yang bekerja

Berdasarkan hasil penelitian (Rindasari Munir et al, 2022) mengenai kaitan antara status pekerjaan dengan kejadian hiperemesis gravidarum diperoleh bahwa diantara responden yang mengalami hiperemesis gravidarum terdapat 70 orang (58,3%) pada kelompok tidak bekerja dan 30 orang (63,8%) pada kelompok bekerja. Hasil uji statistik dieperoleh nilai p Value = 0,05 maka dapat disimpulkan ada kaitan antara status pekerjaan dengan kejadian hiperemesis gravidarum.

Menurut (Sarina & Simanullang, E, 2023) bekerja di kantor lebih baik daripada di rumah karena bekerja dapat melupakan gangguan saat

kehamilan. Faktor pekerjaan sering dihubungkan dengan keadaan status sosial ekonomi. Ibu hamil status sosial ekonomi rendah menjadi salah satu faktor risiko terjadinya mual muntah, hal ini didukung oleh pernyataan bahwa wanita tidak bekerja memiliki risiko untuk mengalami mual muntah. Ibu yang tidak bekerja memiliki pendapatan yang rendah sehingga menyebabkan perubahan pada imunitas karena faktor asupan nutrisi yang kurang bergizi.

3. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.1 menunjukkan Tingkat Pendidikan Sebagian besar ibu dengan Pendidikan SMA-PT sebanyak 24 responden (80.0%) dan ibu yang Pendidikan SD-SMP sebanyak 6 responden (%)

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh (Sulistiyowati, 2021) di RSUD dr. Adjidarmo Rangkasbitung menunjukan dari 35 responden didapatkan 24 ibu hamil pendidikan terakhi SMP sampai SMA dengan, dari hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan antara pendidikan dengan kejadian mual muntah.

Menurut Notoatmodjo (2007) dalam (Sulistiyowati, 2021) pendidikan mempengaruhi seseorang terhadap perilaku, pola hidup sehingga dapat memotivasi untuk siap berperan pada perubahan kesehatan. Rendahnya pendidikan seseorang menyebabkan sedikitnya keinginan untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan, dan sebaliknya makin tingginya pendidikan seseorang, makin mudah untuk

menerima informasi dan memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada.

Pendidikan merupakan faktor predisposisi pada individu seperti halnya pengetahuan dan sikap terhadap kesehatan misalnya pemeriksaan kesehatan bagi ibu hamil diperlukan pengetahuan tentang manfaat periksa hamil, baik bagi kesehatan ibu maupun bagi janinnya. Rendahnya pendidikan akan menyebabkan seseorang mengalami stres. Stres dan kecemasan yang terjadi disebabkan kurangnya informasi yang didapatkan. Stres dan kecemasan merupakan salah satu faktor psikologi yang dapat memicu terjadinya mual dan muntah berlebihan selama kehamilan dan bila terus berlangsung dapat menjadi hiperemesis gravidarum (Sulistyowati, 2021).

4. Paritas

Berdasarkan tabel 5.1 untuk kategori paritas sebagian besar ibu dengan primipara sebanyak 26 responden (86,7%) dan ibu dengan grande multipara sebanyak 1 responden (3,3%).

Dari Hasil penelitian (Rahmi. S et all, 2023) memperlihatkan dari 28 orang ibu hamil paritas primipara sebagian besar mengalami hiperemesis gravidarum yaitu sebanyak 16 orang (57.1%). Terdapat pula 12 orang (42.9%) ibu hamil primipara yang tidak mengalami hiperemesis gravidarum. Hasil penelitian juga menunjukkan dari 40 orang ibu hamil paritas multipara sebagian besar tidak mengalami hiperemesis gravidarum yaitu sebanyak 30 orang (75.0%). Namun masih terdapat 10 orang (25.0%) ibu hamil multipara yang

mengalami hiperemesis gravidarum. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi square, diperoleh nilai p value $(0.01) < (0.05)$ yang berarti bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara paritas dengan kejadian hiperemesis gravidarum di wilayah kerja Puskesmas Pasar Manna Kabupaten Bengkulu Selatan, dengan nilai OR sebesar 4 yang artinya ibu hamil dengan paritas primipara mempunyai peluang 4 kali lebih besar mengalami hiperemesis gravidarum dibandingkan dengan ibu hamil paritas multipara.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Munir R. et all, 2022) dimana diperoleh hasil dari 68 orang sampel terdapat 23 ibu hamil primipara yang mengalami hiperemesis gravidarum dan berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan hasil p -value 0,015 yang artinya ada hubungan antara paritas dengan hiperemesis gravidarum.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Manuaba (2017) dalam (Sulistyowati, 2021) yang menyatakan bahwa hiperemesis terjadi pada primipara, karena pada primipara belum bisa beradaptasi terhadap hormon estrogen dan hormone koreonik gonadotropin serta psikologis ibu hamil yang masih belum siap dengan kehamilannya, masih menyesuaikan diri menjadi orangtua dengan tanggung jawab yang lebih besar dapat memicu terjadinya kejadian hiperemesis gravidarum. Sedangkan menurut (Adilah Fatin & Irma Permata Sari, 2023) ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum lebih banyak

terjadi pada primigravida disebabkan karena kelelahan fisik dan mental sehingga dapat meningkatkan risiko mual di pagi hari, selain itu pada primigravida disebabkan faktor fisik dan psikologi. Secara fisik, tubuh yang baru pertama kali mengalami kehamilan belum siap untuk mengalami peningkatan hormon dan perubahan lain dibandingkan tubuh yang sudah pernah hamil.

Efektivitas Pemberian Aroma Terapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap Pengurangan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di TPMB Riyanti Jakarta Barat

Berdasarkan tabel 4 diketahui hasil dari uji *Wilcoxon* didapatkan hasil posttes bahwa pemberian aroma terapi lemon dan rebusan jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I memiliki *positive mean rank* 0.00 diperoleh nilai *p-value* $0.000 < 0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya Pengaruh terhadap Efektivitas Aromaterapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024.

Dalam penelitian ini, terapi kombinasi diberikan kepada responden dengan memberikan vitamin B6 setelah pemeriksaan ANC. Aromaterapi lemon dan rebusan jahe menjadi alternatif untuk membantu mempercepat penurunan frekuensi mual dan muntah (emesis gravidarum) pada ibu hamil. Vitamin B6 dikonsumsi 1 kali sehari dengan dosis 10mg, dan ditambah dengan konsumsi rebusan jahe dan menghirup aroma terapi lemon. Rebusan jahe yang memiliki kandungan zingiberol yang bekerja menghambat reseptor serotonin dan menimbulkan efek antiemetik, jahe

juga mempunyai kandungan minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti radang, sehingga jahe dapat menghambat proses peradangan yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori*. Oleh karena itu, frekuensi mual muntah yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori* dapat dikurangi. Aromaterapi lemon dapat membantu meredakan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Lemon dapat memblokir serotonin, yaitu rasa ingin muntah. Untuk mendapatkan hasil yang baik, dapat meneteskan beberapa tetes minyak esensial lemon ke dalam diffuser atau pembakar minyak (Sulistiyowati, 2021).

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa nilai *p-value* = 0,001, yang berarti kurang dari nilai 0,05. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam penurunan frekuensi mual dan muntah setelah pemberian terapi kombinasi ini. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi kombinasi menghirup aroma terapi lemon dan mengonsumsi air rebusan jahe efektif dalam mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil (Sulistiyowati, 2021).

Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi. R & Rahmi, 2020) yang menyatakan bahwa pemberian aromaterapi lemon dan rebusan jahe secara signifikan dapat mengurangi intensitas mual dan muntah (emesis gravidarum) pada ibu hamil (*p-value*=0,000). Selain itu, penelitian ini juga menemukan perbedaan antara aromaterapi lemon dan rebusan jahe terkait intensitas mual dan muntah pada ibu hamil (*p-value*=0,045). Piridoksin (vitamin B6) terbukti efektif dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil dan ketika dikombinasikan dengan konsumsi air rebusan jahe dan menghirup aromaterapi lemon

dapat memenuhi kebutuhan vitamin B6 yang diperlukan oleh ibu hamil.

Menghirup aromaterapi lemon dan meminum air rebusan jahe dapat memberikan manfaat baik secara langsung dalam mengurangi mual dan muntah, dan juga memberikan asupan asam folat yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Rebusan jahe yang memiliki kandungan zingiberol yang bekerja menghambat reseptor serotonin dan menimbulkan efek antiemetik jahe juga mempunyai kandungan minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti radang, sehingga jahe dapat menghambat proses peradangan yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori*. oleh karena itu, frekuensi mual muntah yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori* dapat dikurangi (Sulistiyowati, 2021).

KESIMPULAN

Didapatkan hasil intervensi setelah pemberian aromaterapi lemon dan rebusan jahe pada ibu hamil trimester I, Sebagian besar mengalami penurunan mual muntah kategori sedang sebanyak 16 responden (53.7%) dan tidak ada yang mengalami mual muntah berat.

SARAN

1. Bagi ibu hamil
Ibu hamil diharapkan mengkonsumsi air rebusan jahe dan menghirup aromaterapi lemon untuk mengurangi mual muntah dan mengkonsumsi makanan bergizi.
2. Bagi bidan
Bidan dapat mempertimbangkan pemberian aromaterapi lemon dan air rebusan jahe pada ibu hamil yang mengalami mual muntah disamping pemberian Vitamin B6.
3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak subjek penelitian seperti memperbanyak responden dan menambah waktu pemberian aromaterapi lemon dan air rebusan jahe sehingga hasil yang didapatkan bisa lebih baik, selain itu peneliti dapat membandingkan dengan zat makanan lain seperti pemberian pisang ambon dan madu.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, D. (2022). Efektivitas Wedang Jahe Dan Daun Mint Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Pmb Yf Kota Bukittinggi Tahun 2017. *Human Care Journal*, 2(3). <https://doi.org/10.32883/Hcj.V2i3.642>
- Adilah Fatin & Irma Permata Sari. (2023). Faktor-Faktor Resiko Terjadinya Emesis Gravidarum Pada Ibu Faktor-Faktor Resiko Terjadinya Emesis Gravidarum Pada Ibu Tahun 2023. Retrieved 11 25, 2024
- Adrianto, M. H. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb A Klapanunggal Bogor Tahun 2022. Retrieved 11 08, 2024, From <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/11554>
- Agoesta Et All. (2023). Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Suciharjo Kecamatan Parengan Kabupaten Tuban. Retrieved 11 11, 2024, From <https://www.agoesta-pralita-lhs-j-fix.pdf>

- Agoesta Pralita Sari & Isnaini Novitasari. (2023). Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Suciharjo Kecamatan. Retrieved 10 20, 2024, From [Http://Agoesta+Pralita_lhsj_Fix.Pdf](http://Agoesta+Pralita_lhsj_Fix.Pdf)
- American Diabetes Association. (2021). Standards Of Medical Care In Diabetes. Doi:<https://doi.org/10.2337/Dc10-S011>
- Andi Nina Raudatul Fariha, , Een Kurnaesih & Nurul Husnah. (2023). Asuhan Kebidanan Antenatal Pada Ny. F Dengan Emesis Gravidarum. Retrieved 11 08, 2024, From <https://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/wom/article/view/wom>
- Astuti. (2021). Factor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Kelengkapan Imunisasi Hepatitis B Pada Anak Di Puskesmas Lanjas Kabupaten Barita Utara. *Jurna Kedokteran Yarsi*. Retrieved 07 07, 2024, From <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/jky>
- Aulia Et All. (2023). Efek Seduhan Madu Dan Jahe Terhadap Intensitas Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. Doi:<https://doi.org/10.62383/lkg.v1i4.836>
- Badan Statistik Provinsi Dki Jakarta. (2023). Jumlah Ibu Hamil, Melakukan Kunjungan K1, Melakukan Kunjungan K4, Kurang Energi Kronis (Kek), Dan Mendapat Tablet Zat Besi (Fe) Di Provinsi Dki Jakarta, 2023. Retrieved 11 08, 2024, From <https://jakarta.bps.go.id/id/statistics-table/2/ntiyizi=/jumlah-ibu-hamil-melakukan-kunjungan-k1-melakukan-kunjungan-k4->
- Kurang-Energi-Kronis-Kek-Dan-Mendapat-Tablet-Zat-Besi-Fe-Di-Provinsi-Dki-Jakarta.Html
- Cahyaningsih A.L & Amal S. (2022). Evaluasi Terapi Insulin Pada Penderita Diabetes Mellitus Gestasional Di Rsup Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. Retrieved 07 07, 2024, From <https://3401-Article%20text-8563-1-10-20191024.Pdf>
- Data Kia Rs Permata Hati. (2024). Data Kia Rs Permata Hati.
- Dewi. R & Rahmi. (2020). Efektivitas Pemberian Pisang Kepok (Musa Paradisiaca Formatipyca) Dan Vitamin B 6 Dalam Menurunkan Intensitas Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. Doi:10.30867/Gikes.V1i2.413
- Dinkes Dki Jakarta. (2023). Profil Kesehatan Dki Jakarta.
- Dinkes Provinsi Banten. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Banten. Retrieved 10 10, 2024, From <https://dinkes.bantenprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bant>
- Dinkes Provinsi Dki Jakarta. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Dki Jakarta. Retrieved 11 08, 2024, From <https://profil%20kesehatan%20dinkes%20dki%202023.Pdf>
- Dyana F & Febrianti P. (2023). Pemberian Aromaterapi Ginger Oil Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Morning Sickness. Doi:<https://doi.org/10.32583/Keperawatan.V12i1.689>
- Elvika. (2022). Efektivitas Pemberian Pisang Ambon Dan Vitamin B Untuk Menurunkan Hiperemesis Gravidarum Dibpm Endah Bekti Tahun 2022. Retrieved 10 20, 2024, From https://www.researchgate.net/publication/325014122_Efektivitas

- Elvika Fit Ari Shanti, Liberty Barokah & Budi Rahayu. (2022). Efektivitas Pemberian Pisang Ambon Dan Vitamin Buntuk Menurunkan Hiperemesis Gravidarum Di Bpm Endah Bekt. Retrieved 10 20, 2024, From https://www.researchgate.net/publication/325014122_Efektivitas_Pemberian_Pisang_Ambon_Dan_Vitamin_B_Untuk_Menurunkan_Hiperemesis_Gravidarum_Di_Bpm_Endah_Bekt
- Eny Astuti, Retty Nirmala Santiasari & Veronika Srifatimah. (2022). Pemberian Aromaterapi Lemon Dapat Meredakan Keluhan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Tempat Praktik Mandiri Bidan (Tpmb) Surabaya. *Jurnal Keperawatan*.
Doi:[https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/kep/article/view/376#:~:text=pe%20mberian%20aromaterapi%20lemon%20dapat%20meredakan,\(tpmb\)%20surabaya%20%7c%20jurnal%20keperawatan](https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/kep/article/view/376#:~:text=pe%20mberian%20aromaterapi%20lemon%20dapat%20meredakan,(tpmb)%20surabaya%20%7c%20jurnal%20keperawatan)
- Ermawati C & Noviyani E.P. (2023). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Pemberian Seduhan Jahe Merah Hangat Pada Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Cahyani Tahun 2023. Retrieved 10 10, 2024
- Ermawati. C & Noviyani. E.P. (2023). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Pemberian Seduhan Jahe Merah Hangat Pada Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Cahyani Tahun 2023. Retrieved 11 2024, 17, From <https://j-innovative.org/index.php/innovative/article/view/9358/6705>
- Erna, R& Denny, M. (2022). Hubungan Antara Pelaksanaan Olah Raga Dengan Terkontrolnya Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsud Sleman Jogjakarta. *Jurnal Mutiara Medika*. Vol. 6 No.2 (77-85). Retrieved From <https://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/1886>
- Fernandes, Dkk. (2022). Idf Diabetes Atlas Estimates Of 2014 Global Health Expenditures On Diabetes.
Doi:<https://doi.org/10.1016/j.diabres.2016.04.016>
- Fitria, R. (2023). Efektifitas Jahe Untuk Menurunkan Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di Puskesmas Dolok Masihul Kec. Dolok Masihul Kab. Serdang Bedagai. Retrieved 11 17, 2024, From <https://media.neliti.com/media/publications/138358-id-none.pdf>
- Harald Lehnen, Ulrich Zechner & Thomas Haaf. (2022). Epigenetics Of Gestational Diabetes Mellitus And Offspring Health: The Time For Action Is In Early Stages Of Life. Doi:10.1093/Molehr/Gat020
- Haridawati. (2020). Pengaruh Jahe (Zingiber Officinale) Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarumdi Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. Retrieved 11 17, 2024, From <https://jurnal.ikta.ac.id/kebidanan/article/view/424/123>
- Haridawati. (2023). Pengaruh Jahe (Zingiber Officinale) Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarumdi Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. Retrieved 10 10, 2024, From

- <https://jurnal.ikta.ac.id/kebidanan/article/view/424/123>
- Hasna Fauzi Nafilah & Bambang Kholiq Mutaqin. (2023). Analisis Pemasaran Jahe Merah Serbuk Secara Offline Dan Online Di Masa Pandemi Covid-19 Kasus Di Pt Wangunsari Pratama. Retrieved 10 10, 2024, From <https://45523-184167-1-pb.pdf>
- Herwindo Pudjo B, Ade Nurshanty & Laksmi Sasirini. (2022). Keterlambatan Diagnosis Diabetes Mellitus Pada Kehamilan. Doi:<https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2017.029.03.18>
- Hikmawati, F. (2020). *Metodologi Penelitian*. Depok: Pt. Rajagrafindo Persada.
- Husnia, W. K. (2023). *Khasiat Ajaib Pisang-Khasiatnya A To Z Dari Akar Hingga Kulit Buahnya*. Yogyakarta: Agromedia Press.
- Jasmiyul Sri Santi & Winda Septiani. (2020). Hubungan Penerapan Pola Diet Dan Aktifitas Fisik Dengan Status Kadar Gula Darah Pada Penderita Dm Tipe 2 Di Rsud Petala Bumi Pekanbaru Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Doi:<https://doi.org/10.14710/jkm.v9i5.30816>
- Jordan, S. (2021). *Farmakologi Kebidanan*. Jakarta: Egc.
- Kememkes Ri. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Retrieved 11 08, 2024, From <https://172231123666a86244b83fd8.51637104.pdf>
- Kemendes Ri. (2022). 100 Hari Pertama Kehidupan. Retrieved 07 07, 2024, From <https://ayosehat.kemkes.go.id/1000-hari-pertama-kehidupan/home>
- Kemendes Ri. (2022). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022. Retrieved 11 08, 2024, From <https://1702958336658115008345c5.53299420.pdf>
- Kemendes Ri. (2023). Penyakit Diabetes Melitus. Retrieved 07 07, 2024, From <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus>
- Kencana, M. S. (2021). Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dan Iii Di Puskesmas Kembangan. Retrieved 07 07, 2024, From <https://repository.poltekkes-jakarta.ac.id/9762/>
- Khadijah, S. R. (2020). Perbedaan Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Ibu Hamil Dengan Mual Muntah Trimester I Di Bpm Nina Marlina Bogor Tahun 2020. Retrieved 11 2024, 17, From <https://media.neliti.com/media/publications/330892-perbedaan-efektivitas-pemberian-aromaterapi-543b94e2.pdf>
- Khasandra Nur Azaria, Anjarwati. (2023). Pengaruh Aromaterapi Jahe Untuk Mengurangi Mual Dan Muntah. Retrieved 10 10, 2024, From <https://1926-article%20text-4524-1-10-20230821.pdf>
- Kristiningtyas Y.D & Nurcahyati A.D. (2023). Efektivitas Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum. Retrieved 10 10, 2024, From <https://jurnal.ikta.ac.id/kebidanan/article/view/424/123>
- Kurnia, H. (2024). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. Doi:<https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v11i1.617>

- Kurniawan. W & Agustini. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan Dan Keperawatan* (. Cirebon: Buku Lovrinz Publisher.
- Kusmiyati, Y. (2022). Perawatan Ibu Hamil. Retrieved 10 2024, 20, From https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=Bavpfusaaaaj&citation_for_view=Bavpfusaaaaj:U5hhmvd_Uo8c
- Lestari, L. (2019). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum Di Bpm Ruji Aminah Amd. Keb Desa Pojoksari Kec. Ambarawa Kab. Semarang. 2019. Retrieved 11 08, 2024
- Mandang, Jenni, Dkk. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Bogor: In Media.
- Meliala Et All. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kabanjahe Kab. Karo Tahun 2023. Retrieved 11 08, 2024, From <http://01-14+faktor-faktor+yang+mempengaruhi+kejadian+hiperemesis+gravidarum+pada+ibu+hamil+di+puskesmas+kabanjahe+kab.+karo+tahun+2023.pdf>
- Munir R. Et All. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hiperemesis Gravidarum. Retrieved 11 25, 2024, From <https://formilkesmas.respati.ac.id/index.php/formil/article/view/460/179>
- Nawassyarif, Dkk. (2020). Sistem Informasi Pengolahan Data Ternak Unit Pelaksana Teknis Produksi Dan Kesehatan Hewan Berbasis Web. Doi:10.51401/Jinteks.V2i1.556
- Notoatmodjo, P. D. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2022). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Perkeni. (2021). *Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe Ii Dewasa Di Indonesia*. Jakarta: Pb Perkeni. Retrieved From <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-Website-Pedoman-Pengelolaan-Dan-Pencegahan-Dmt2-Ebook.Pdf>
- Persis Mary Hamilton, Ni Luh Gede. (2021). *Dasar-Dasar Keperawatan Maternitas*. Retrieved 10 2024, 20, From <https://lib.ui.ac.id/detail.jsp?id=20284507>
- Poerwadi, R. (2023). *Aromaterapi : Sahabat Calon Ibu*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Pratiwi M. A Dan Fatimah. (2020). *Patologi Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Priyanto, D. (2022). *Mandiri Belajar Analisis Data Dengan Spss*. Yogyakarta: Mediakom.
- Puspaningtyas, D. E. (2023). *The Miracle Of Fruits*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Putri, Dwi. A Dan Haniarti. (2022). Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. Retrieved 11 17, 2024, From <https://eprints.uad.ac.id/5407/>
- Setyowati. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Sikap Ibu. Retrieved 01 01, 2024, From <https://repo.stikesicme.jbg.ac.id/5516/14/Skripsi%20literature%20review%20anis%20setyowati%20fiks.pdf>
- Situmorang, J. (2022). Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Di Desa Marisi

- Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2022. Retrieved 07 07, 2024, From <https://Repository.Unar.Ac.Id/Jspui/Bitstream/123456789/3103/1/Sof%20copi%20julianti%20situmorang.Pdf>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Cv Alfabeta.
- Sulistiyowati, R. (2021). *Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Dan Madu Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Karanganyar li Kabupaten Demak*. Retrieved 11 11, 2024, From <https://Repository.Unissula.Ac.Id/23897/>
- Wardani. (2021). Hubungan Antara Karakteristik Wanita Dengan Keluhan Pada Masa Menopause Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Perumnas li Pontianak. *Skripsi Stikes Yarsi Pontianak*. Retrieved 07 07, 2024, From <https://Akperyarsismd.E-Journal.Id/Bnj/Article/View/32>
- Who. (2020). Health Topic: Morning Sickness. Retrieved 11 08, 2024, From <https://www.who.int/health-topics/#E>
- Widaningsih, D. (2022). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Pap Smear Di Majelis Taklim Desa Harja Mekar Kabupaten Bekasi Tahun 2019.
- Wiwin A.M, Nelfa F.T & Nurlela H.B. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii. Retrieved 07 07, 2024, From <File:///C:/Users/Fenti/Downloads/Hal+58-71.Pdf>
- Yulia, I. (2023). Upaya Peningkatkan Pengetahuan Ketidaknyamanan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Konsumsi Madu. Retrieved 11 11, 2024, From <https://Id.Scribd.Com/Document/580588371/Emesis-Gravidarum-By-Kel-1>