

## Article

### **Pengaruh Aromaterapi Peppermint terhadap Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester 1 di PMB Bidan Iis Rosmalia**

Yosi Yusrotul Khasanah<sup>1</sup>, Agi Yulia Ria Din<sup>2</sup>, Heni Puspa Sari<sup>3</sup>, Siti Nurdiani<sup>4</sup>,  
Iis Rosmalia<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKes Cirebon

#### SUBMISSION TRACK

Received: October 20, 2023

Final Revision: November 23, 2023

Available Online: December 01, 2023

#### KEYWORDS

aromaterapi, *peppermint*, hiperemesis gravidarum, hamil TM 1

#### CORRESPONDENCE

Phone: 0813-2060-0883

E-mail:

yosiyusrotulkhasanah@gmail.com

#### A B S T R A C T

Kehamilan merupakan kondisi fisiologis yang dapat diikuti proses patologis pada ibu hamil, dan akan muncul dengan seiringnya perubahan fisiologis diantaranya rasa mual dan muntah. Hiperemesis Gravidarum adalah gejala mual dan muntah secara berlebihan pada kehamilan, terjadi pada enam minggu setelah hari pertama haid, atau pada kehamilan trimester I. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian Aromaterapi Peppermint terhadap penurunan Hiperemesis Gravidarum di PMB Bidan Iis Rosmalia.

Penelitian ini termasuk analitik observasional dengan desain penelitian One Group Pretest-Posttest Design. Teknik pengambilan menggunakan teknik purposive sampling, jumlah total sampel dalam penelitian yaitu ibu hamil trimester I berjumlah 15 orang. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner dengan Analisis data menggunakan uji Paired T test.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar tingkat mual muntah sebelum diberikan aromaterapi peppermint berada di tingkat sedang sebanyak 10 orang (66,7%) sedangkan setelah diberikan aromaterapi peppermint sebagian besar yang mengalami tingkat sedang menurun menjadi Tidak Muntah sebanyak 7 orang (46,7%). Hasil uji paired Sample test diperoleh nilai p value = 0,000 yang artinya ada pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint terhadap penurunan Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Bidan Iis Rosmalia.

Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan atau ada pengaruh yang signifikan antara Pemberian Aromaterapi Peppermint dengan Penurunan Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Bidan Iis Rosmalia.

## I. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah kondisi fisiologis yang dapat diikuti proses patologis yang akan mengancam keadaan ibu maupun

janinnya, ketidaknyamanan pada ibu hamil akan muncul dengan seiringnya perubahan fisiologis pada saat hamil diantaranya yaitu mual, muntah, sering

kencing, sakit pinggang. Hasil survei pada ibu hamil ketidaknyamanan yang paling dikeluhkan yaitu mual dan muntah. Mual (nausea) dan muntah (emesis) pada ibu hamil sering disebut dengan emesis gravidarum atau disebut dengan morning sickness. Mual muntah saat hamil atau Emesis Gravidarum adalah gejala yang wajar dan sering terjadi pada trimester pertama kehamilan. Gejala ini kurang lebih terjadi selama 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (5).

Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian hiperemesis gravidarum sedikitnya 14% dari semua wanita hamil. Hiperemesis Gravidarum bukan hanya terjadi Indonesia, tetapi juga terjadi di dunia. Hiperemesis gravidarum terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian tertinggi berada di negara Norwegia, sebesar 2,2. Angka kejadian Mual muntah di Indonesia dari 2.203 kehamilan, 24,6% diantaranya mengalami mual muntah (6).

Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2022, angka kematian ibu di Indonesia masih tergolong tinggi yaitu 305/100.000 kelahiran hidup. Target pada tahun 2015 adalah 102/100.000 kelahiran hidup per tahunnya. Untuk mencapai hal tersebut, Kementerian Kesehatan (Kemenkes) sedang mengembangkan program Making Pregnancy Safer (MPS), yang meliputi program Perencanaan, Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K) (6).

Sekitar 60 -80% primigravida dan 40 – 60 % multigravida mengalami mual muntah, namun gejala ini terjadi lebih berat hanya pada 1 di antara 1.000 kehamilan. Angka kejadian hiperemesis gravidarum di Indonesia tahun 2017 adalah 1,5-3% dari wanita hamil (6). Di Jawa Barat angka kejadian hiperemesis sebesar 13 % dari seluruh kehamilan di Jawa Barat.

Penatalaksanaan mual dan muntah pada kehamilan tergantung pada

beratnya gejala. Pengobatan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Terapi farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian antiemetik, antihistamin, antikolinergik dan kortikosteroid. Terapi non farmakologi dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional, akupunktur, pengaturan herbal (aromaterapi) seperti aromaterapi lavender, jahe, lemon dan peppermint. Aromaterapi memberikan ragam efek bagi penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran, bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi mual. Salah satu terapi herbal adalah Peppermint, kandungan utama *peppermint* adalah minyak atsiri (0,5-4%), yang mengandung mentol (30-55%) dan menthone (14-32%) memiliki efek karminatif dan antispasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran pencernaan sehingga mampu mengatasi atau menghilangkan mual dan muntah. Aromaterapi peppermint juga berperan menyegarkan pikiran, menurunkan depresi, dan menurunkan emosi (12)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Bidan Iis Romaslia selama 2 bulan terakhir tercatat ibu hamil sebanyak 30 orang, dari jumlah tersebut terdapat ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum. Hal ini dikarenakan masih kurangnya informasi dan pengetahuan ibu hamil tentang cara mengurangi rasa mual dan muntah secara berlebihan dan tanpa mengonsumsi obat-obatan.

Berdasarkan belakang permasalahan di atas maka peneliti bermaksud melaksanakan penelitian dengan judul “Pengaruh aromaterapi Peppermint terhadap Emesis Gravidarum pada ibu hamil di PMB Bidan Iis Romaslia Kabupaten Subang”

lah terlebih dahulu tempat duduk closet dan keringkan menggunakan tisu toilet(8).

Kebijakan pemerintah dalam penanganan masalah kesehatan reproduksi di Indonesia yaitu pelayanan

kesehatan reproduksi remaja dilaksanakan melalui pemberian komunikasi, informasi dan edukasi meliputi materi seperti: pendidikan keterampilan hidup sehat; ketahanan mental melalui keterampilan sosial, sistem, fungsi, dan proses reproduksi; perilaku seksual yang sehat dan aman; perilaku seksual berisiko dan akibatnya; keluarga berencana; dan perilaku berisiko lain atau kondisi kesehatan lain yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi (9).

## II. METODE

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional analitik survei mengenai bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena/ antara faktor resiko dengan faktor efek. Desain penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan *one group pretest – posttest design*. *Pretest* dan *posttest* dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan PUQE. Sampel penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dan didapatkan sampel berjumlah 15 orang ibu hamil trimester 1.

## III. HASIL

### Analisa Univariat

#### 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di PMB Bidan Iis Rosmalia**

No	Usia	Frekuensi (N)	Presentase %
1	21-25 tahun	6	40.0
2	26- 30 tahun	9	60.0
Jumlah		15	100

Berdasarkan tabel 3.1 bahwa 15 orang yang menjadi responden penelitian yang berumur antara 21-25 tahun

sebanyak 6 orang(40%), sedangkan yang berumur antara 26-30 tahun sebanyak 9 orang.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pendidikan di PMB Bidan IIS Rosmalia**

No	Pendidikan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	SMP	3	20,0
2	SMA	9	60.0
3	PT	3	20.0
Jumlah		15	100.0

Dari tabel diatas diketahui 15 orang yang menjadi responden penelitian sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 9 orang(60%), sedangkan untuk SMP dan Perguruan Tinggi masing-masing 3 orang (20%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan di PMB Bidan Iis Rosmalia**

No	Pekerjaan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Ibu Rumah Tangga	10	66,7
2	Karyawan swasta	3	20,0
3	Guru	2	13,3
Jumlah		15	100.0

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar responden bekerja sebagai rumah tangga sebanyak 10 orang (66,7%), karyawan swasta 3 orang (20%) dan paling sedikit guru sebanyak 2 orang (13,3%).

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia Kehamilan di PMB Iis Rosmalia**

No	Usia kehamilan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	1-3 minggu	5	33,3%
2	4-8 minggu	8	53,3%
3	9-12 minggu	2	13,3 %
Jumlah		15	100,0

Berdasarkan tabel 4. diatas menunjukkan 15 responden usia kehamilan 4-8 minggu sebanyak 8 orang (53,3%), usia kehamilan 1-3 minggu sebanyak 5 orang (33,3%), sedangkan untuk usia kehamilan 9-12 minggu sebanyak 2 orang (13,3%).

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Hiperemesis Gravidarum sebelum dan sesudah diberikan Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Iis Rosmalia**

No	Hyperemesis gravidarum	Sebelum		sesudah	
		F (n)	%	F (n)	%
1	Tidak muntah (0-3)	0	0	7	46,7
2	Ringan (4-7)	2	13,3	7	46,7
3	Sedang	10	66,7	1	6,7
4	Berat	3	20,0	0	0
	Jumlah	15	100	15	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari responden sebelum diberikan aromaterapi *peppermint*, sebagian besar mengalami hiperemesis Gravidarum dengan tingkat sedang sebanyak 10 orang (66,7%).

Sebagian yang lainnya mengalami hiperemesis gravidarum dengan tingkat ringan sebanyak 2 orang (13,3%) dan tingkat berat sebanyak 3 orang (20%).

#### Analisa Bivariat

**Tabel 6. Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester 1 di PMB Bidan Iis Rosmalia**

Aromaterapi <i>Peppermint</i>	<i>Paired Sample Test Hyperemesis Gravidarum</i>			
	<i>Mean</i>	<i>Std Deviation</i>	<i>STD Error Mean</i>	<i>P. Value</i>
Pre Test	9,93	1.981	0,511	0,000
Post. Test	3,60	.986	0,254	

Berdasarkan Hasil Uji Statistik menggunakan Uji Paired Sample Test dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,005$  diperoleh hasil p value = 0,000 yang berarti  $p < 0,05$  yaitu H1 diterima yang artinya ada pengaruh pemberian Aromaterapi Peppermint terhadap penurunan Hiperemesis Gravidarum Di PMB Bidan IIS Rosmalia.

#### IV. Pembahasan

##### **Hiperemesis Gravidarum sebelum diberikan Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Iis Rosmalia Blanakan Subang**

Menunjukkan dari 15 responden, sebelum diberikan aromaterapi peppermint, sebagian besar mengalami Hiperemesis Gravidarum dengan tingkat sedang, sebanyak 10 orang (66,7%). dan tingkat berat sebanyak 3 orang (20%).

Sebelum dilakukan penelitian, ibu hamil yang menjadi responden peneliti

mengaku tidak pernah melakukan intervensi apapun untuk mengatasi Hiperemesis gravidarum, hanya menggunakan obat mual dan muntah saja. Sehingga saat penelitian, ada beberapa ibu hamil yang baru tahu bahwa pemberian aromaterapi peppermint dapat menurunkan kejadian hiperemesis gravidarum. Responden rata-rata mengaku kejadian mual muntah terjadi dari 3 – 7 kali sehari, dan mengalami pusing, lemas, sakit kepala, dan dehidrasi.

Usia ibu hamil dalam penelitian ini sebagian besar 26-30 tahun sebanyak 9 orang (60%). Berdasarkan tabel 5.1 diatas yang menunjukkan hasil data distribusi frekuensi yang diperoleh dari uji analisis univariat didapatkan bahwa rata-rata ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum pada usia 26-30 Tahun. Hal ini dikarenakan pada usia ibu hamil tersebut memang belum pada usia matang, apalagi untuk ibu hamil yang baru pertama kali mengandung. Menurut Rudiyantri N(22) faktor usia sering kali dikaitkan dengan kesiapan mental wanita tersebut untuk menjadi seorang ibu, kesiapan mental ini biasanya kurang dimiliki oleh ibu dengan usia muda. Pada usia diatas 30 tahun, organ reproduksi dan fungsi fisiologis mengalami penurunan dibandingkan pada saat umur 18-30 tahun.

Hal ini sesuai dengan penelitian Anila Sari (13), ibu primigravida atau yang mengalami kehamilan pertama, mengalami kejadian hiperemesis gravidarum itu di usia kehamilan 12 Minggu atau 2 bulan.

### **Hiperemesis Gravidarum sesudah diberikan Aromaterapi Peppermint di PMB Bidan Iis Rosmalia Blanakan Subang**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui ibu hamil sesudah diberikan aromaterapi peppermint, sebagian besar yang mengalami menurun menjadi Tidak Muntah 7 orang (46,7%) dan tingkat

sedang sebanyak 7 orang (46,7%), dan ada 1 orang yang mengalami tingkat sedang (6,7%).

Hal ini sesuai dengan penelitian Agnes (2), yang mengatakan bahwa aromaterapi peppermint bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika minyak esensial dihirup, molekul masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang memengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal. Selain itu penelitian lain juga memaparkan bahwa peppermint memiliki berbagai manfaat terapeutik yaitu analgesik, anestesi, antiseptic, karminatif, dekongestan, ekspektoran, perut, penyakit inflamasi, ulkus dan masalah perut seperti mual dan muntah. (23).

### **Pengaruh aromaterapi peppermint terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum di PMB Bidan Iis Rosmalia Blanakan Subang**

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Uji Paired Samples Test, dengan bantuan SPSS versi 24 dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$  diperoleh hasil p value = 0,000 yang berarti  $p < 0,05$  yaitu H1 diterima yang artinya Ada Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum Di PMB Bidan Iis Rosmalia Blanakan Subang.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yantina (24) dimana pemberian essential oil peppermint berpengaruh signifikan terhadap mual muntah yang berlebih pada ibu hamil dengan nilai p value = 0,000. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah berlebih diberikan seduhan peppermint mengalami penurunan frekuensi mual dan muntah (25).

Pemberian aromaterapi peppermint dilakukan dengan menghirup sehingga memberikan rasa nyaman diperut. Dosis

pemberian aromaterapi peppermint di pagi dan sore hari untuk sebelum dilakukan pemberian sebanyak 5-10 kali per hari. Dan setelah dilakukan pemberian aromaterapi peppermint menjadi 2-4 kali per hari. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ratih (7) yang menyatakan sebelum diberikan intervensi rata-rata responden diberikan sebanyak 6-8 kali per hari. Namun ketika setelah dilakukan pemberian selama seminggu, intervensi rata-rata pemberian menjadi 2-4 kali perhari.

Hal ini sesuai juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Dermawan (26) tentang waktu pemberian yang dilakukan untuk menghirup aromaterapi peppermint lamanya 5-10 menit, 4 kali sehari. Manfaat yang didapat setelah menggunakan aromaterapi peppermint adalah penyembuhan yang handal untuk kasus mual, salah cerna, susah membuang gas di perut diare, sembelit, sakit kepala dan pingsan bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi mual muntah (27)

Hal ini sejalan dengan teori dari Rika Mursyida (28) dan Safinatuljadilah yang mengatakan bahwa aromaterapi peppermint mengandung khasiat anti kejang, mual, salah cerna, susah membuang gas di perut, diare, sembelit, sakit kepala dan pingsan. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi menjadi lebih baik. Selain itu essential oil peppermint juga mengandung 50 % bahan aktif menthol yang berguna sebagai bahan antiseptic dan penyegar mulut serta pelega tenggorokan yang mampu meningkatkan kenyamanan ibu hamil serta melegakan pernafasan dan meningkatkan pasokan oksigen ke paru-paru sehingga tubuh dapat lebih relaks.

## V. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Aromaterapi Peppermint terhadap Hiperemesis Gravidarum pada Ibu hamil Trimester 1 Di PMB Bidan IIs Rosmalia dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kejadian hiperemesis gravidarum sebelum diberikan aromaterapi peppermint, menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami Hiperemesis Gravidarum dengan tingkat sedang, sebanyak 10 orang (66,7%) pada Praktek Mandiri Bidan Iis Rosmalia
2. hyperemesis gravidarum sesudah diberikan aromaterapi peppermint, sebagian besar yang mengalami Hiperemesis Gravidarum menurun menjadi Tidak Muntah dan tingkat sedang sebanyak masing masing 7 orang (46,7%) pada Praktek Mandiri Bidan Iis Rosmalia
3. Dari hasil penelitian didapat karakteristik responden yaitu berumur antara 21-25 tahun sebanyak 6 orang (40%), sedangkan yang berumur antara 26 - 30 tahun sebanyak 9 orang (60%). Dengan pendidikan SMA sebanyak 9 orang (60%), sedangkan untuk SMP dan Perguruan Tinggi masing masing sebanyak 3 orang (20%). Sedangkan pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak 10 orang (66,7%), Karyawan Swasta 3 orang (20%), dan paling sedikit bekerja sebagai Guru yakni sebanyak 2 orang (13,3%). Dan usia kehamilan 4 – 8 Minggu sebanyak 8 orang (53,3%), usia kehamilan 1 – 3 Minggu sebanyak 5 orang (33,3%), sedangkan untuk usia kehamilan 9 – 12 Minggu sebanyak 2 orang (13,3%).
4. Dari hasil penelitian diatas menggunakan Uji Paired Samples Test, dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$  diperoleh hasil p value = 0,000 yang berarti  $p < 0,05$  yaitu H1

diterima yang artinya Ada Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum Di PMB Bidan Iis Rosmalia.

## REFERENCES

1. Rizkia A. Efektifitas Aromaterapi Peppermint Inhalasi Terhadap Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Yogyakarta. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta; 2019.
2. Agnes WA. Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Kejadian Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Melati II Sleman Yogyakarta. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta; 2017.
3. Khoriyatul DR. Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Intensitas Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Nikmatin Kabupaten Malang. Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang;2020.
4. Plantamor. Klasifikasi daun mint [Internet]. 2019. [21 Mei 2023]. Tersedia dari : <http://plantamor.com>
5. Prawirohardjo S. Ilmu Kebidanan [Internet]. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2017 [dikutip 20 Mei 2023]. Tersedia dari: <https://www.scribd.com/document/372075610/Ilmu-Kebidanan>
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Internet]. Kemkes.go.id. 2023 [dikutip 19 Mei 2023]. Tersedia dari: <https://www.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-profil-kesehatan.html>
7. Ratih I, Faizatul U, Lutfi BT. Aromaterapi Peppermint untuk Menurunkan Mual dan Muntah. J Keb. 2017 Agustus;9(2).
8. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2014
9. Tim KKN FMIPA. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Desa Krisik [Internet]. 2012 [dikutip 22 Mei 2023]. Universitas Brawijaya. Tersedia dari :<https://desakrisik.files.wordpress.com/2012/07/katalogtoga.pdf>
10. Icesmi S.K, Margareth Z.H. Kehamilan, Persalinan, dan Nifas. Yogyakarta : Nuha Medika; 2013.
11. Sugiyono. Metode Penelitian Kombinasi. Bandung: Alfabet; 2016.
12. Nengah R. Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Hiperemesis Gravidarum : Penerapan Konsep dan Teori Keperawatan. Jakarta : Penerbit Salemba Medika; 2010
13. Anila S. Pemberian Wedang Jahe Terhadap Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Klinik Mitra Siaga Cilamaya Girang Kabupaten Subang. Poltekkes BPH Cirebon; 2021
14. Mariyah, S, Hernawati, E, Liawati Perbedaan Tingkat Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I Hiperemesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah diberikan Rebusan Jahe di Klinik Sehat Medika. Jurnal Kesehatan Rajawali. 2022;12(1):12-15.
15. Lily Y. Buku Ajaran Asuhan Kebidanan Kehamilan. J Kimia Infor dan Model. 2019;53(9).
16. Sri W, Christi HTD. Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan [Internet]. Yogyakarta: Transmedika; 2017.
17. Komunikasi J. J Kom Kes. 2020;11(1):78-84.
18. Kendal DIK. Tingkat Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I 2020
19. Br Astria G. Pengaruh pemberian jahe Emprit dalam Mengurangi Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil di Klinik Nana Diana Kota Medan. 2019;6(4)



20. Legiati T, Widiawti I. Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui [Internet]. Praktik Klinik Kebidanan III; 2016 [dikutip 20 Mei 2023]. Tersedia dari: <http://library1.nida.ac.th/termpaper6/sd/2554/19755.pdf>
21. Widatiningsih S. J Rist Kes. 2019;8(1):41-52
22. Rudiyaniti N. Hubungan Usia, Paritas, Pekerjaan dan Stress Dengan Hiperemesis Gravidarum di Kota Bandar Lampung. Jurnal Ilmu dan Kep Sai bet 2019;15(1)
23. Alankar S. *A review On Peppermint Oil*. Asian Jur Pharmac and Resch Clinic 2019;2(2)
24. Deden D. Proses Keperawatan Penerapan Konsep dan Kerangka Kerja : Gosyeng Publisher; 2012
25. Gustipitasari, Dkk. *Essential oil Peppermint* untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil; 2020
26. Rika M, Safinatuljadilah. Efektivitas Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil di Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara. J of Healthcare Tech and Medic. 2022 Oktober;8(2) Universitas Ubudiyah Indonesia.
27. Runiari, N. Asuhan Kebidanan pada Ibu hamil Normal dan Patologi. Yogyakarta : Nuha Medika;2012.
28. Fera YS, Any I. Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. J Ilmiah: J-HESTECH. 2022 Juni;5(1):25-36 STIKES Insan Cendekia Medika Jombang.