MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

PENGARUH AROMA TERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN FREKUENSI *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI BIDAN DARA PANGKALPINANG TAHUN 2024

THE EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON REDUCING THE FREQUENCY OF EMESIS GRAVIDARUM IN FIRST TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT BIDAN DARA PANGKALPINANG IN 2024

Salma Nazar Rintani[1], Sri Hastini Jaelani[2], Siti Patimah[3]
[1,2,3]Program Studi Kebidanan Fakultas Kebidanan Institut Citra Internasional
[1]Salmanazarrintani03@gmail.com

Abstrak

Kehamilan sering disertai ketidaknyamanan fisik, termasuk mual dan muntah (*Emesis Gravidarum*), terutama pada trimester pertama, yang diduga disebabkan oleh peningkatan hormon HCG. Jika tidak ditangani, kondisi ini bisa berkembang menjadi hiperemesis gravidarum, berisiko bagi ibu dan janin. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi pengaruh aroma terapi lavender dalam mengatasi Emesis Gravidarum pada ibu hamil trimester pertama di Bidan Dara Pangkalpinang. Aroma terapi lavender, yang memiliki efek relaksasi melalui stimulasi saraf penciuman, dapat membantu mengurangi mual dan muntah. Hasil penelitian diharapkan memberikan solusi bagi ibu hamil dalam mengatasi mual muntah selama kehamilan.

Penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang mengunjungi bidan dara pada tahun 2024, dengan sampel sebanyak 33 responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada penurunan signifikan dalam frekuensi Emesis Gravidarum setelah intervensi, dari rata-rata 10.7 sebelum intervensi menjadi 6.6 setelah intervensi. Uji T menghasilkan nilai p (0.000) <α (0.05), dan uji Wilcoxon juga menunjukkan nilai p (0.000) <α (0.05), menunjukkan bahwa aroma terapi lavender secara signifikan efektif dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemberian aroma terapi lavender secara signifikan mengurangi frekuensi Emesis Gravidarum pada ibu hamil trimester pertama di Bidan Dara Pangkalpinang. Hal ini mengindikasikan bahwa aroma terapi lavender efektif dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Kata Kunci: Emesis Gravidarum, Aroma terapi Lavender, Trimester pertama

Article History:
Received: September 2025
Reviewed: September 2025
Published: September 2025

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Abstract

Pregnancy is often accompanied by physical discomfort, including nausea and vomiting (Emesis Gravidarum), particularly during the first trimester, which is believed to be caused by increased levels of HCG hormone. If not properly managed, this condition can progress to hyperemesis gravidarum, posing risks to both mother and fetus. This study aims to evaluate the effect of lavender aromatherapy in managing Emesis Gravidarum among first-trimester pregnant women at Bidan Dara Pangkalpinang. Lavender aromatherapy, known for its relaxing effects through olfactory stimulation, may help alleviate nausea and vomiting. The study is expected to provide a beneficial solution for pregnant women dealing with nausea during pregnancy.

This research employs a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The population includes first-trimester pregnant women visiting Bidan Dara in 2024, with a sample size of 33 respondents.

The results indicate a significant reduction in the frequency of Emesis Gravidarum following the intervention, from an average of 10.7 before the intervention to 6.6 after. Both T-test and Wilcoxon test results showed a p-value of (0.000) < a (0.05), demonstrating that lavender aromatherapy is significantly effective in reducing nausea and vomiting in first-trimester pregnant women.

The study concludes that lavender aromatherapy significantly reduces the frequency of Emesis Gravidarum among first-trimester pregnant women at Bidan Dara Pangkalpinang, indicating its effectiveness in alleviating nausea and vomiting during early pregnancy.

Keywords: *Emesis Gravidarum, Lavender Aromatherapy, First Trimester*

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah peristiwa yang terjadi pada seorang wanita, dimulai dari proses fertilisasi (konsepsi) sampai kelahiran bayi, yang menyebabkan perubahan fisik, mental, dan sosial. Beberapa komponen fisik, psikologis, lingkungan, sosial, dan ekonomi. Ketidaknyamanan yang sering terjadi dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama adalah kehamilan adalah mual dan muntah (*Emesis Gravidarum)* (Sarwinanti dan Istiqomah AN, 2019).

Adaptasi pada Ibu Hamil diantaranya peningkatan vaskularisasi dan dilatasi pembuluh darah, hiperplasi dan hipertrofi, yang merupakan pembesaran serabut otot dan jaringan fibroelastis yang sudah ada, dan perkembangan desidua. Selain itu, pengaruh hormon esterogen dan progesteron yang tinggi menyebabkan uterus membesar pada trimester pertama. Mual muntah, juga dikenal sebagai *Emesis Gravidarum*, adalah salah satu ketidaknyamanan yang sering dialami ibu hamil, terutama selama trimester pertama kehamilan (Sarwinanti dan Istiqomah AN, 2019). Mual adalah rasa atau sensasi yang tidak menyenangkan di belakang tenggorokan dan epigastrium yang dapat atau tidak

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

menyebabkan muntah. Di sisi lain, muntah dapat didefinisikan sebagai perasaan subjektif dan keinginan untuk muntah (Metasari, 2019).

Pada trimester pertama kehamilan, ibu hamil sering mengalami mual dan muntah. Hal ini disebabkan tubuh wanita mengalami banyak perubahan. Ada peningkatan hormon HCG (*Human Corionik Gonodotropin*) dalam tubuh ibu hamil, yang menyebabkan mual dan muntah. Muntah dan mual adalah gangguan yang sering dialami wanita hamil sebanyak 50%, dan biasanya menjadi lebih parah selama trimester pertama kehamilan (Prawirohardjo, 2018). Tidak ada penyebab pasti untuk muntah pada kehamilan, tetapi peningkatan kadar HCG dianggap sebagai penyebabnya. Pada primigravida dan kehamilan kembar (Gemelli), gejala mual dan muntah akan meningkat. Namun, gejala ini dapat berlangsung selama 4 bulan, menyebabkan kesulitan pekerjaan sehari-hari dan kondisi umum menjadi lebih buruk.

Menurut *Word Health Organization* (WHO), *Emesis Gravidarum* mencapai 12,5% dari semua kehamilan di seluruh dunia. Sekitar 400.000 kasus di Amerika Serikat dan Kanada didiagnosis dengan penyakit ini.Secara umum, 350.000 wanita hamil mengalami mual dan muntah setiap tahunnya.Baik di Barat maupun di kota-kota. *Emesis Gravidarum* terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian 12,5% dari seluruh kehamilan. Angka kejadian *Emesis Gravidarum* yang terjadi di dunia sangat beragam yaitu 10,8% di China, 2,2% di Pakistan, 1-3% di Indonesia, 1,9% di Turki, 0,95 di Norwegia, 0,8% di Canada, 0,5% di California, dan 0,5-2% di Amerika (WHO, 2019).

Angka ibu hamil dengan kasus *Emesis Gravidarum* di wilayah Indonesia menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019 yakni terdapat 2.203 angka kehamilan ibu, didapati sebanyak 543 ibu hamil yang menderita *Emesis Gavidarum*, di periode awal masa kehamilan.

Sehingga, dapat dirata-ratakan angka kejadian kasus *Emesis Gravidarum* pada tahun 2019 yakni sebanyak 67,9%. Dimana, 60 hingga 80% angka kejadian ini terjadi pada ibu dengan primigravida, serta 40 hingga 60% angka kejadiannya pada ibu hamil dengan multigravida (Kemenkes RI, 2019).

Data di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2021, jumlah ibu hamil yang mengalami mual muntah saat masa kehamilan dengan kejadian sebanyak 97,7% dan *emesis gravidarum* sekitar 2,3% (Babel, 2021).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Pangkalpinang tahun 2020, jumlah ibu hamil yang mengalami mual muntah (*Emesis Gravidarum*) sebanyak 85,2% dan kejadian mual muntah saat masa kehamilan sebanyak 97,7% di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2021 (Babel, 2021). Angka Kematian Ibu hamil trimester awal yang disebabkan oleh Hiperemesis Gravidarum di Provinsi Bangka Belitung Tahun 2021 sejumlah 2,85% dari kematian Ibu di Provinsi Bangka Belitung. Di Kota Pangkalpinang pada tahun 2021, jumlah kematian ibu mencapai 9 orang, 1 orang diantaranya karena dehidrasi yang disebabkan oleh Hiperemesis Gravidarum trimester petama kehamilan.

Apabila *Emesis Gravidarum* tidak ditangani dengan baik, gejala mual muntah yang parah dapat berkembang menjadi *hiperemisis gravidarum*, yang merugikan ibu dan janin.Kondisi ini dapat memperlambat peredaran darah, mengurangi pasokan oksigen dan makanan kejaringan, sehingga menyebabkan kerusakan jaringan yang merugikan ibu dan janin (Sari, 2018). Penatalaksanaan *Emesis Gravidarum* selama kehamilan dapat berupa pengobatan farmakologi maupun non-farmakologi. Diberikan obat-obatanseperti vitamin B6, antihistamin, fenotiazin, metoklopramid, ondansentron, dan kortikosteroid. Ibu dapat disarankan untuk makan sering dalam porsi kecil, melakukan akupuntur, dan menggunakan aroma terapi sebagai tindakan non farmakologis (Yuliana, 2019).

Menurut penelitian (Rahayu RD dan Sugita 2019) menjelaskan aroma terapi adalah metode pengobatan alternatif yang menggunakan sari tumbuhan murni, yang terdiri dari cairan tanaman yang mudah menguap bersama dengan komponen tumbuhan aroma terapi lainnya. Aroma terapi memiliki banyak efek pada orang yang menghirupnya, seperti membuat mereka merasa lebih baik,

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

lebih segar, dan bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi muntah dan mual mereka. Lavender adalah salah satu aroma terapi yang digunakan untuk mengatasi muntah ibu hamil.

Penelitian sebelumnya pernah dilakukan oleh Putri (2022) menemukan bahwa ada pengaruh pemberian aroma terapi lemon dan aroma terapi lavender dalam mengurangi *Emesis Gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 dengan signifikansi 0.000. Sejalan dengan hal tersebut Choirrotunnisa (2021) juga menemukan bahwa ada pengaruh aroma terapi lemon terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama di puskesmas Balarejo Kabupaten Madiun.

Aroma terapi lavender bekerja dengan merangsang saraf penciuman dengan aroma tertentu, yang berhubungan langsung dengan hipotalamus. Hipotalamus berfungsi sebagai perantara dan pengendali, mengirimkan pesan ke bagian otak dan bagian tubuh lainnya. Selanjutnya, pesan yang diterima diubah menjadi tindakan melalui pelepasan senyawa elektrokimia, yang memiliki efek sedative atau relaksasi (Setryaningsih dalam Rosalinna, 2019).

Ada beberapa cara untuk menggunakan aroma terapi untuk mengurangi keluhan ibu hamil, seperti inhalasi, pijat, kompres, dan berendam. Teknik inhalasi adalah yang paling efektif karena memberikan efek seperti ketenangan, kesegaran, dan bahkan membantu ibu hamil mengatasi mual (Widyastuti., 2021).

Aroma terapi lavender adalah termasuk aroma terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi mual dan muntah (Widyastuti., 2021). Diketahui bahwa lavender dapat membantu ibu hamil yang muntah. Lavender memiliki sifat karminatif dan *antispasmodic* yang bekerja pada usus halus dan saluran gastrointestinal yang mampu mengatasi atau menghilangkan muntah dan memperlancar sistem pencernaan (Mursyida, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Bidan Dara pada bulan Juni 2024 menunjukkan bahwa 25 dari 30 ibu hamil trimester I mengalami mual muntah dan tidak mengetahui manfaat aroma terapi sebagai pengobatan untuk muntah.Berdasarkan masalah yang telah diuraikan peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Aroma terapi Lavender Untuk Menurunkan Frekuensi *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I di Bidan Dara Pangkalpinang" karena masih banyak ibu hamil yang mengalami mual muntah selama kehamilan dan tidak mengetahui manfaat aroma terapi yang dapat membantu menangani mual muntah selama kehamilan.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan penelitian kuantitatif dan desain penelitian yaitu metode *Pre – Post Test design* dengan rancang kelompok kontrol atau pembanding. Pada design ini tes yang dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah diberikan perlakuan eksperimen.

Dalam penelitian ini memiliki dua variabel, yaitu variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*).Aroma terapi Lavender sebagai variabel independen serta *Emesis Gravidarum* sebagai variabel dependen.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahuhi "Apakah ada Pengaruh Pemberian Aroma terapi Lavender untuk Menurunkan Frekuensi *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I diBidan Dara Pangkalpinang Tahun 2024?". Sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu sampel yang memenuhi kriteria inklusi untuk dijadikan sampel, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 33 orang.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

HASIL

Analisis Univariat

a. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur

No.	Umur	f	%
1	23	1	3.0
2	24	2	6.1
3	25	6	18.2
4	26	5	15.2
5	27	4	12.1
6	28	3	9.1
7	29	4	12.1
8	30	2	6.1
9	32	1	3.0
10	33	1	3.0
11	34	2	6.1
12	35	2	6.1
Total		**33**	**100.0**

Berdasarkan tabel 1 distribusi jumlah responden berdasarkan umur menunjukkan bahwa umur 25 tahun paling banyak yakni 6 orang (18.2%).

b. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia Kehamilan

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia Kehamilan

No.	Umur Kehamilan	f	%
1.	5	1	3.0
2.	6	4	12.1
3.	7	4	12.1
4.	8	5	15.2
5.	9	5	15.2
6.	10	5	15.2
7.	11	4	12.1
18.	12	3	9.1
19.	13	2	6.1
Total		33	100.0

Berdasarkan tabel 2 distribusi jumlah responden berdasarkan usia kehamilanmenunjukkan bahwa usia kehamilan paling banyak pada usia 8, 9 dan 10 sebanyak 5 orang (15.2%).

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

c. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pendidikan

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pendidikan

No.	Tingkat Pendidikan		%
1.	Tidak tamat SD	2	6.1
2.	SD	2	6.1
3.	SMP	5	15.2
4.	SMA	9	27.3
5.	PT	15	45.5
	Total	**33**	**100.0**

Berdasarkan tabel 3 distribusi jumlah responden berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa pendidikan paling banyak pada tingkat pendidikan perguruan tinggi yakni 15 orang (45.5%).

d. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan

No.	Pekerjaan	f	%
1.	Bekerja	18	54.5
2.	Tidak Bekerja	15	45.5
	Total	**33**	**100.0**

Berdasarkan tabel 4 distribusi jumlah responden berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwayang bekerja lebih banyak sebanyak 18 orang (54.5%) dibandingkan dengan yang tidak bekerja sebanyak 15 orang (45.5%).

e. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kehamilan Sekarang

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kehamilan Sekarang

No.	Riwayat Kehamilan	f	%
1.	Kehamilan ke-1	22	66.7
2.	Kehamilan ke-2 dst	11	33.3
	Total	**33**	**100.0**

Berdasarkan tabel 5 distribusi jumlah responden berdasarkan riwayat kehamilan menunjukkan bahwayang sedang kehamilan ke-1 lebih banyak sebanyak 22 orang (66.7%) dibandingkan dengan yang sedang kehamilan ke-2 dan seterusnya sebanyak 11 orang (33.3%).

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

f. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Riwayat Merokok

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Riwayat Merokok

No.	Riwayat Merokok	f	%
1.	Ya	2	6.1
2.	Tidak	31	93.9
	Total	**33**	**100.0**

Berdasarkan tabel 6 distribusi jumlah responden berdasarkan riwayat merokok menunjukkan bahwayang tidak merokok lebih banyak sebanyak 31 orang (93.9%) dibandingkan dengan yang merokok sebanyak 2 orang (6.1%).

g. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Riwayat Mengonsumsi Obat-Obatan Mual

Tabel 7
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Riwayat Mengonsumsi Obat

No.	Riwayat Mengonsumsi Obat	F	%
1.	Tidak	33	100.0

Berdasarkan tabel 7 distribusi jumlah responden berdasarkan riwayat mengonsumsi obat-obatan menunjukkan bahwasemua responden sebanyak 33 orang (100.0%) tidak mengonsumsi obat-obatan mual.

h. Intervensi Aroma terapi Lavender

Tabel 8
Distribusi Frekuensi Responden Rata-Rata*Emesis Gravidarum* Ibu Hamil Trimester I di Bidan Dara Pangkalpinang Tahun 2024

No.	Intervensi Aroma terapi Lavender	f	Mean	SD	Min-Maks
1.	*Pretest*	33	10.7	1.480	8-14
2.	*Postest*	33	6.6	1.116	4-9

Berdasarkan tabel 8 menggambarkan tentang *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 sebelum dan sesudah intervensi aroma terapi lavender. Pada hasil tersebut didapatkan rata-rata *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 sebelum intervensi aroma terapi lavender adalah 10.7 dengan standar deviasi 1.480 sedangkan rata-rata *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 sesudah intervensi aroma terapi lavender adalah 6.6 dengan standar deviasi 1.116.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Analisis Bivariat

a. Uji Normalitas

Tabel 9
Uji Normalitas Menggunakan *Saphiro-Wilk*pada *Emesis Gravidarum*
Ibu Hamil trimester I Sebelum dan Sesudah Intervensi Aroma terapi Lavender
di Bidan Dara Pangkalpinang Tahun 2024

Intervensi Aroma terapi Lavender	*Saphiro-Wilk*			Taraf Signifikan
	Statistic	*df*	*Sig.*	
Pretest	0.211	33	.060	*p* > 0.05 (Berdistribusi normal)
postest	0.214	33	.019	*p* < 0.05 (Berdistribusi tidak normal)

Berdasarkan tabel 4.9 hasil uji normalitas dengan menggunakan uji *Saphiro-Wilk* menunjukkan bahwa data *emesis gravidarum* ibu hamil trimester 1 sebelum intervensi adalah *p value* (0.060) > α (0.05) maka Ho gagal tolak, disimpulan data berdistribusi normal. Sedangkan hasil uji normalitas dengan menggunakan uji *Saphiro-Wilk* menunjukkan bahwa data *emesis gravidarum* ibu hamil trimester 1 sesudah intervensi adalah *p value* (0.019) < α (0.05) maka Ho ditolak disimpulan data berdistribusi tidak normal.

b. Uji T

Tabel10.
Uji T

	Mean	SD	5% Confidence Interval of the Difference		df	Sig. (2-tailed)
			Lower	Upper		
Pretest dan Postets	-4.152	1.679	3.556	4.747	33	0.000

Berdasarkan tabel 10 hasil uji t dapat diketahuibahwa hasilnya nilai Sig. (2-tailed) *p* 0.000 < taraf signifikasi sebesar 0.05 maka hipotesis nol (H0) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Sehingga dengan diterimanya hipotesis alternatif (Ha), dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap penurunan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Bidan Dara Pangkalpinang Tahun 2024.

Tabel 11
Uji Wilcoxon

	Test Statistic Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Emesis gravidarum Ibu Hamil TM I	-4.968	0.000
Taraf Signifikasi α	0.05	

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Berdasarkan tabel 11 hasil uji wilcoxon dapat diketahui bahwa hasilnya nilai Sig. (2-tailed) *p* 0.000 < taraf signifikasi sebesar 0.05 maka hipotesis nol (H0) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Sehingga dengan diterimanya hipotesis alternatif (Ha), dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap penurunan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Bidan Dara Pangkalpinang Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Gejala mual biasanya disertai dengan muntah yang muncul pada awal kehamilan, biasanya pada trimester pertama, disebut *Emesis Gravidarum*.Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat terjadi setiap saat pada malam hari. Setelah enam minggu dari hari pertama haid, gejala ini muncul dan bertahan selama kurang lebih sepuluh minggu (Sari, 2023).

Kecenderungan untuk memuntahkan sesuatu, atau sensasi yang terjadi pada daerah kerongkongan atau epigastrik tanpa diikuti dengan muntah disebut emesesi gravidarum, sedangkan muntah adalah pengeluaran isi lambung melalui mulut dan biasanya disertai dengan dorongan yang kuat yang terjadi selama kehamilan (Sari, 2023).

Menurut Zuraida (2020), aroma terapi lavender adalah salah satu cara non-farmakologis untuk mengurangi muntah dengan minyak essensial yang mengandung linanool dan linali asetat, yang dapat memberikan efek nyaman dan menenangkan. Ada 25-30 spesies lavender, beberapa di antaranya adalah Lavundula angustifolia, lavundula Lattifola, dan lavindula stoechas (keluarga Lamiaceace).Bunga kecil berwarna ungu kebiruan ini tingginya 72 sentimeter. Berasal dari lingkungan berbatu di sekitar Mediterania.

Karakteristik responden penelitian ini yaitu responden umur 25 tahun paling banyak yakni sebanyak 6 orang (18.2%). Karakteristik responden untuk usia kehamilan menunjukkan bahwa usia kehamilan paling banyak pada usia 8, 9 dan 10 sebanyak 5 orang (15.2%). Karakteristik responden untuk pendidikan menunjukkan bahwa pendidikan paling banyak pada tingkat pendidikan perguruan tinggi yakni 15 orang (45.5%). Karakteristik responden untuk pekerjaan menunjukkan bahwa yang bekerja lebih banyak sebanyak 18 orang (54.5%) dibandingkan dengan yang tidak bekerja sebanyak 15 orang (45.5%).

Karakteristik responden untuk riwayat kehamilan menunjukkan bahwa yang sedang kehamilan ke-1 lebih banyak sebanyak 22 orang (66.7%) dibandingkan dengan yang sedang kehamilan ke-2 dan seterusnya sebanyak 11 orang (33.3%). Karakteristik responden untuk riwayat merokok menunjukkan bahwa yang tidak merokok lebih banyak sebanyak 31 orang (93.9%) dibandingkan dengan yang merokok sebanyak 2 orang (6.1%). Sedangkan untuk karakteristik responden untuk riwayat mengonsumsi obat-obatan menunjukkan bahwa semua responden sebanyak 33 orang (100.0%) tidak mengonsumsi obat-obatan mual.

Sebelum menggunakan analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh aroma terapi lavender pada ibu hamil trimester yang emesis gravidarum, akan terlebih dahulu harus melakukan uji normalitas dengan *Saphiro-Wilk* karena n < 50. Hasil yang didapat yaitu menunjukkan bahwa data *emesis gravidarum* ibu hamil trimester 1 sebelum intervensi adalah *p value* (0.060) > α (0.05) maka Ho gagal tolak, disimpulan data berdistribusi normal maka menggunakan Uji T. Sedangkan hasil uji normalitas dengan menggunakan uji *Saphiro-Wilk* menunjukkan bahwa data *emesis gravidarum* ibu hamil trimester 1 sesudah intervensi adalah *p value* (0.019) < α (0.05) maka Ho ditolak disimpulan data berdistribusi tidak normal maka menggunakan Uji Wilcoxon.

Hasil penelitian untuk sebelum intervensi menggunakan uji T dan didapatkan hasilnya nilai Sig. (2-tailed) *p* 0.000 < taraf signifikasi sebesar 0.05 maka hipotesis nol (H0) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Sehingga dengan diterimanya hipotesis alternatif (Ha), dapat disimpulkan

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

bahwa terdapat pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap penurunan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Bidan Dara Pangkalpinang Tahun 2024.

Hasil penelitian untuk sesudah intervensi menggunakan Uji Wilcoxon dan didapatkan hasilnya nilai Sig. (2-tailed) *p* 0.000 < taraf signifikasi sebesar 0.05 maka hipotesis nol (H0) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Sehingga dengan diterimanya hipotesis alternatif (Ha), dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap penurunan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Bidan Dara Pangkalpinang Tahun 2024.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmi Hardiyanti (2021) berjudul "Pengaruh Pemberian Aroma terapi Lavender terhadap Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil TM 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2021". Dalam studi tersebut, Hardiyanti menggunakan uji T dependen untuk menganalisis perbedaan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan aroma terapi lavender. Hasil uji menunjukkan penurunan yang signifikan dalam frekuensi mual dan muntah setelah intervensi aroma terapi, dengan nilai p yang signifikan secara statistik (p=0.000 < 0,05). Kesimpulan dari penelitian tersebut adalah bahwa aroma terapi lavender efektif dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Penelitian ini juga sama hasilnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosalina (2019) yang berjudul "Aroma terapi Lavender terhadap Pengurangan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil TM 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Jambu Kulon Surakarta Tahun 2019," penelitian ini menggunakan uji t independen untuk menganalisis perbedaan frekuensi mual dan muntah sebelum dan setelah pemberian aroma terapi lavender dengan nilai p yang signifikan secara statistik (p=0.001 < 0,05). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan dalam frekuensi mual dan muntah pada kelompok yang menerima aroma terapi lavender dibandingkan dengan kelompok kontrol. Kesimpulannya, aroma terapi lavender efektif dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama, yang sejalan dengan temuan penelitian Anda yang juga menunjukkan penurunan frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1.

Sama halnya dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Aeni Rizah (2023), yang berjudul "Pengaruh Aroma terapi Lavender terhadap Penurunan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil TM 1 di PMB R Tahun 2023," penelitian ini menggunakan uji t paired untuk membandingkan perubahan frekuensi emesis gravidarum sebelum dan setelah intervensi aroma terapi lavender. Hasil penelitian menunjukkan penurunan yang signifikan dalam frekuensi emesis gravidarum setelah pemberian aroma terapi lavender, dengan nilai p yang signifikan secara statistik (p=0.011 < 0,05). Kesimpulannya, aroma terapi lavender berkontribusi signifikan dalam penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama, yang mendukung temuan Anda bahwa aroma terapi lavender dapat menjadi metode efektif dalam mengurangi gejala emesis gravidarum.

Menurut asumsi peneliti, aroma terapi lavender memiliki pengaruh signifikan dalam mengurangi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama. Peneliti mengasumsikan bahwa hasil pengukuran frekuensi emesis gravidarum sebelum dan setelah intervensi menunjukkan penurunan yang berarti, yang dapat dikaitkan langsung dengan penggunaan aroma terapi. Peneliti juga menganggap bahwa hasil yang diperoleh konsisten dengan literatur yang ada mengenai manfaat aroma terapi dalam mengatasi mual dan muntah.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan pada bab-bab sebelumnya dan menjawab rumusan masalah, tujuan penelitian serta mengacu pada proses dan hasil analisis data dalam penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Diketahui *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan aroma terapi lavender, yaitu didapatkan rata-rata tingkat *emesis gravidarum* responden sebelum dilakukan pemberian aroma terapi lavender adalah 10.7 dengan standar deviasi 1.480.
2. Diketahui *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I sesudah diberikan aroma terapi lavender, yaitu didapatkan rata-rata tingkat *emesis gravidarum* responden sesudah dilakukan pemberian aroma terapi lavender adalah 6.6 dengan standar deviasi 1.116.
3. Pada hasil Uji T dan Uji Wilcoxon untuk tingkat *emesis gravidarum* menunjukkan bahwa hasilnya sama-sama memiliki nilai Sig. (2-tailed) *p* (0.000) < taraf signifikasi sebesar 0.05 maka hipotesis nol (H0) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Sehingga dengan diterimanya hipotesis alternatif (Ha), dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap penurunan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Bidan Dara Pangkalpinang.

DAFTAR PUSTAKA

Agten, A. K., Xia, J., Servante, J. A., Thornton, J. G., & Jones, N. W. (2021). Routine ultrasound for fetal assessment before 24 weeks' gestation.Cochrane Database of Systematic Reviews, 8.

Babel, D. (2021). Data Profil Dinkes Babel. Basel, D. (2020). Buku Profil Dinkes Basel.

Boxer, J., Weddell, S., Broomhead, D., Hogg, C., & Johnson, S. (2019). Home pregnancy tests in the hands of the intended user. Journal of Immunoassay and Immunochemistry, 40(6), 642–652

Choirrotunnisa, Alfia E. 2021. Pengaruh aroma terapi terhadap frekuensi penurunan mual muntah pada ibu hamil Treimester pertama di Puskesmas Balerejo Kabupaten Madiun.

Elad, D., Jaffa, A. J., & Grisaru, D. (2020).Biomechanics of early life in the female reproductive tract. Physiology, 35(2), 134–143.

Ermawati, C., Ernita. P. Noviyani. 2023. Efektivitas Pemberian Aroma terapi Lemon Dan Pemberian Seduhan Jahe Merah Hangat Pada Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I di PMB Cahyani Tahun 2023.INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research Volume 4 Nomor 2.

Fijri, B. (2021). Pengantar Asuhan Kebidanan (B. Fijri, R. Nur M, & B. Putra W, Eds.; Edisi Pert). Bontang Pustaka Madani (CV.Bintang Surya Madani).

Fitriahadi, E. (2019). Buku Ajar Asuhan Kehamilan disertai Daftar Tilik (T. P. I. L. U. 'Aisyiyah Yogyakarta, Ed.; Cetakan 1).Universitas 'Aisyiyah Yogyakrta.

Hanifa Zaini S, Elwitri Silvia, D. F. (2023).Pengaruh Pemberian Aroma terapi Peppermint terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil di Kota Pekabaru. Ensiklopedia of Journal, 5(2), 370–375.

Jackie, A., & Kenn R, G. (2022). Early Pregnancy Diagnosis.In StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK556135/

Kemenkes RI. (2020). Buku kesehatan ibu dan anak. Kemenkes RI.

Kemenkes, (2019). Profil Kesehatan Kemenkes Tahun 2019. Jakarta.

Kepley, J. M., Bates, K., & Mohiuddin, S. S. (2022). Physiology, maternal changes.In StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing.

Kesehatan, J., Kemenkes, P., Pangkalpinang, R. I., Puspita, R., Purba, K., Sari, L., Senam, P., Rheumatoid, M., Jahe, E., Ibu, M., Trimester, H., Kurniawati, Y., Widowati, R., Dahlan, F. M., Umanailo, R., Linda, S., Kerja, W., & Ciawi, P. (2023). Poltekkes kemenkes ri pangkalpinang

2025, Vol.21 no. 1
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Ku, C. W., Allen Jr, J. C., Lek, S. M., Chia, M. L., Tan, N. S., & Tan, T. C. (2021). Serum progesterone distribution in normal pregnancies compared to pregnancies complicated by threatened miscarriage from 5 to 13 weeks gestation: a prospective cohort study. BMC Pregnancy and Childbirth, 18(1), 1–6.

Lafleche, M., Parent, A., Conrad, E. K., & Bignucolo, A. (2020). P084: Substituting capillary blood for urine in point-of-care pregnancy tests. Canadian Journal of Emergency Medicine, 20(S1), S86–S86.

Metasari, D., B. K. S. 2019. Keperawatan maternitas.Elmarkazi.

Mursyida, R. (2022). Efektivitas Aroma terapi Peppermint Terhadap Penurunan Hiper*Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil di Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara Peppermint Aromatherapy Effectiveness Against Decline Hyper*Emesis Gravidarum* in Pregnant Women in Dewantara District , . 8(2), 1591–1600.

Nora.,Susilawati. 2021. Pengaruh Aroma terapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum Trimester I. Jurnal Bidan Cerdas, 3(3).

Notoatmodjo, 2018. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Cetakan 4 Jakarta : PT. Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2018). Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Pascual, Z. N., & Langaker, M. D. (2022a). Physiology, pregnancy.In StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559304/

Pfaller, B., Sathananthan, G., Grewal, J., Mason, J., D'Souza, R., Spears, D., Kiess, M., Siu, S. C., & Silversides, C. K. (2020).Preventing complications in pregnant women with cardiac disease. Journal of the American College of Cardiology, 75(12), 1443–1452.

Prawirohardjo, S. 2018. Ilmu Kebidanan (4th ed.). PT Bina Pustaka.

Putri, Risci. A. 2022. Pengaruh Aroma terapi Lemon Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Wilayah Kerja Puseksmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.Skripsi.Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.

Rosalinna.(2019). aroma terapi lavender terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil.jambura health and sport journal, 1(2).

Sarwinanti Dan Istiqomah, N. A. (2019). Perbedaan Aroma terapi Lavender Dan Lemon Untuk Menurunkan Mual Muntah Ibu Hamil. Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan 'Aisyiyah, 15(2), 185-195.

Shagana, J. A., Dhanraj, M., Jain, A. R., & Nirosa, T. (2019). Physiological changes in pregnancy. Drug Invention Today, 10(8), 1594–1597

Sugita, R. (2019). efektivitas pemberian aroma terapi lavender dan jahe terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Trucuk Klaten. jurnal kebidanan dan kesehatan tradisional, 3(1), 1-56.

Theofanakis, C., Drakakis, P., Besharat, A., & Loutradis, D. (2019). Human chorionic gonadotropin: the pregnancy hormone and more. International Journal of Molecular Sciences, 18(5), 1059.

WHO.(2020). Maternal Mortality. WHO diakses pada 10 Mei 2024 dari https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/maternal-mortality

Widyastuti, R. (2021). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Bandung: Media Sains Indonesia.

Yuliana (2019) "Pengaruh Essensial Lemon Terhadap *Emesis Gravidarum* pada pada Ibu Trimester I di Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan", Wellness and Healthy Magazine, 2(February):187–192. Availableat:https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i218wh.