

**BAB IV**  
**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**A. Analisis Univariat**

**1. Karakteristik Responden**

Responden dicirikan oleh fakta bahwa responden sendiri memiliki latar belakang yang berbeda. Fitur ini dirancang untuk melihat seperti apa latar belakang responden, dan dalam penelitian ini latar belakang responden berfokus pada usia, paritas, pendidikan, dan pekerjaan. Hasil yang didapatkan adalah :

**Tabel 4.1**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik**  
**Responden Pada Kelompok Peppermint dan Kontrol**

Karakteristik	Kelompok Peppermint		Kelompok Kontrol	
	F	%	F	%
<b>Usia</b>				
<20 tahun	0	0	1	6,3
20-35 tahun	16	100,0	13	81,3
>35 tahun	0	0	2	12,5
<b>Paritas</b>				
Primigravida	4	25,0	8	50,0
Multigravida	12	75,0	8	50,0
<b>Pendidikan</b>				
SD	0	0	0	0
SMP	3	18,8	3	18,8
SMA	8	50,0	8	50,0
DI/D3/S1/S2 dst	5	31,3	5	31,3
<b>Pekerjaan</b>				
IRT	5	31,3	6	37,5
IRT Berpenghasilan	4	25,0	6	37,5
Bekerja	7	43,8	4	25,0

Dari Tabel 4.1 dapat dilihat bahwa pada kelompok peppermint karakteristik usia ibu adalah 16 (100%) dengan rata-rata usia antara 20 sampai 35 tahun. Pada karakteristik paritas sebagian besar responden yang paritas multigravida sebanyak 12 orang (75%). Dilihat dari karakteristik pendidikan, sebagian besar yang berpendidikan SMA sebanyak 8 orang (50%). Dari segi karakteristik pekerjaan, sebagian besar yang mempunyai pekerjaan yaitu 7 orang (43,8%).

Pada kelompok kontrol, karakteristik usia ibu sebagian besar berusia 20-35 tahun sebanyak 13 orang (81,3%). Pada karakteristik paritas sama besar responden yang paritas primigravida sebanyak 8 orang (50%) dan paritas multigravida sebanyak 8 orang (50%). Pada karakteristik pendidikan sebagian besar responden yang berpendidikan SMA sebanyak 8 orang (50%). Pada karakteristik pekerjaan sebagian kecil yang memiliki pekerjaan sebanyak 4 orang (25%).

## 2. Intensitas Morning Sickness

**Tabel 4.2**  
**Distribusi Frekuensi Morning Sickness Pretest**  
**dan Posttest Pada Kelompok Peppermint dan Kontrol**

Intensitas Morning Sickness	Kelompok Peppermint				Kelompok Kontrol			
	Pretest		Posttest		Pretest		Posttest	
	F	%	F	%	F	%	f	%
Tidak Muntah	0	0	4	25,0	0	0	0	0
Ringan	16	100,0	12	75,0	16	100,0	16	100,0
Sedang	0	0	0	0	0	0	0	0
Berat	0	0	0	0	0	0	0	0
Buruk	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Total</b>	16	100,0	16	100,0	16	100,0	16	100,0

Pada tabel 4.2 kelompok peppermint menunjukkan bahwa, pada prettest (sebelum perlakuan) pada kelompok aromaterapi peppermint sebagian besar yang mengalami intensitas morning sickness ringan sebanyak 16 orang (100%). Pada saat posttest (sesudah perlakuan) pada kelompok aromaterapi peppermint sebagian besar yang mengalami intensitas morning sickness ringan sebanyak 12 orang (75%) dan sebagian kecil mengalami intensitas tidak morning sickness sebanyak 4 orang (25%).

Pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa, pada prettest (sebelum perlakuan) pada kelompok kontrol sebagian besar yang mengalami intensitas morning sickness ringan sebanyak 16 orang (100%). Pada saat posttest (sesudah perlakuan) pada kelompok kontrol sebagian besar yang mengalami intensitas morning sickness ringan sebanyak 16 orang (100%).

## B. Analisa Bivariat

### 1. Uji T

**Tabel 4.3**  
**Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester I**

Kelompok	Pretest		Posttest		p-value
	Mean	Std. Deviation	Mean	Std. Deviation	
<b>Kel. Peppermint</b>	5.13	1.668	1.31	1.014	0.000
<b>Kel. Kontrol</b>	5.44	1.825	4.88	1.258	0.083

Pada Tabel 4.3 menunjukkan bahwa, hasil pretest dan juga posttest saat diberikan perlakuan Aromaterapi Peppermint, rata-rata intensitas morning sickness sebelum diberikan perlakuan adalah 5.13 dengan Std deviasi 1.668. Setelah diberikan perlakuan rata-rata intensitas morning sickness adalah 1.250 kali dengan Std deviasi 1.014 dengan memakai Paired T-Test maka mendapatkan hasil bahwa intensitas morning sickness saat trimester I pada ibu hamil, ketika dilakukan pretest dan posttest menghasilkan nilai P value :  $0,000 < 0,05$  Dapat disimpulkan bahwa aromaterapi peppermint memiliki efek yang dapat menurunkan intensitas morning sickness sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi peppermint pada ibu hamil trimester pertama.

Kemudian penilaian pada kelompok kontrol saat pretest dan posttest. Pretest adalah 5.44 dengan Std. deviasi 1.825, sedangkan pada posttest adalah 4.88 dengan Std.deviasi 1.258. Hasil uji statistic dengan menggunakan Paired T-Test didapatkan intensitas morning sickness pada ibu hamil trimester I pre dan post didapatkan nilai P value :  $0,083 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh pada kelompok kontrol dalam penurunan intensitas morning sicknees pada ibu hamil trimester I.

**Tabel 4.4**  
**Perbedaan Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester I**

Kelompok	Mean	Std. Deviation	P-Value
Kel. Peppermint	3.82	1.310	0,000
Kel. Kontrol	0.56	4.880	

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa, kelompok aromaterapi peppermint rata-rata intensitas mual muntah sebesar 3.82 dengan std. deviation sebesar 1.310 dan pada kelompok kontrol rata-rata intensitas morning sickness sebesar 0.56 dan std. deviation sebesar 4.880. Dengan menggunakan *Independent T Test* didapatkan intensitas morning sickness pada ibu hamil trimester I pada kelompok peppermint dan kontrol didapatkan nilai *P-Value* : 0,000 maka disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok peppermint dan kontrol dalam pengaruh penurunan morning sickness pada ibu hamil trimester I.

### C. Hasil dan Pembahasan

#### 1. Morning sickness sebelum dan sesudah pemberian aromatherapi peppermint

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 16 orang (100%) mengalami morning sickness ringan sebelum diberikan perlakuan pada kelompok aromaterapi peppermint, hal ini menunjukkan bahwa responden masuk dalam kategori morning sickness ringan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden mengalami mual muntah ringan karena responden mengalami perubahan anatomi dan fisiologi kehamilan yang menimbulkan rasa tidak nyaman pada kehamilan yaitu mual muntah yang terjadi pada pagi hari akibat peningkatan hCG dan terjadi peningkatan kadar estrogen. Ini akan memengaruhi bagian otak yang mengontrol muntah, yang biasanya terjadi pada kehamilan muda atau selama trimester pertama. Hal ini menunjukkan bahwa faktor fisiologis berkontribusi terhadap morning sickness yang terjadi selama trimester pertama kehamilan (Anggraini Fitria et al., 2021).

Hasil penelitian diketahui bahwa karakteristik usia ibu yang mengalami morning sickness rata-rata berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 16 orang (100%). Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian dari Fitriyani, (2020) menunjukkan bahwa mual dan muntah biasanya terjadi pada ibu hamil antara usia 20 dan 35 tahun. Usia <20 >35 tahun juga dihitung sebagai usia berisiko karena wanita di atas 35 tahun memiliki fungsi rahim dan bagian tubuh yang melemah dan tidak sebaik saat mereka

hamil. adalah 20-35 tahun. Oleh karena itu, antara usia 20 dan 35 tahun, mereka lebih mungkin mengalami mual dan muntah saat hamil (Fitriyani, 2020).

Hasil penelitian pada karakteristik paritas sebagian besar responden multigravida yaitu sebanyak 12 orang (75%). Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya dari Salindri, (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami emesis gravidarum dengan paritas multigravida, 32 orang (68,08%) faktor psikologis yaitu ketakutan akan tanggung jawab ibu ketika ibu tidak lagi mampu mengasuh anaknya dapat menimbulkan tekanan emosional yang dapat memperparah mual. dan muntah (Salindri, 2020).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa mayoritas morning sickness pada ibu multigravida pada kehamilan trimester pertama di wilayah kerja Puskesmas Langsa Barat dari total 15 responden, Ibu primigravida yang mengalami mual muntah ringan ada 6 responden 40%, dan ibu multigravida yang mengalami mual muntah ringan ada 9 responden 60% (Rizki et al., 2022).

Hasil penelitian pada karakteristik pekerjaan ibu menunjukan bahwa dari 16 responden sebagian besar yang memiliki pekerjaan sebanyak 7 orang (43,8%). Hal ini didukung oleh penelitian dari Rudiyanti & Rosmadewi, (2019) Berkaitan dengan kehamilan pada wanita pekerja, tidak dianjurkan jika stres fisik sangat tinggi dan efek stress akibat beban kerja juga tidak dianjurkan. Kehamilan adalah peristiwa fisiologis di mana hormon berperan dalam perkembangan bayi dan ibu. Hormon yang berperan adalah estrogen dan progesteron. Pelepasan hormon ini diatur oleh hipotalamus di otak manusia. Ketika jiwa ibu cukup stres selama kehamilan, keseimbangan hormonal ini terganggu, menyebabkan mual dan muntah.

Hasil ini juga sesuai dengan teori bahwa faktor fisiologis pada bulan-bulan awal kehamilan adalah karena peningkatan produksi hormon estrogen yang menyebabkan asam lambung meningkat. Jika mual dan

muntah lebih sering terjadi pada pagi hari, hal ini dikarenakan jarak antara makan malam dan sarapan yang cukup lama serta perut yang kosong mengeluarkan asam lambung sehingga membuat ibu semakin mual. Sel-sel plasenta (villi) yang menempel pada dinding rahim awalnya diangkat karena dianggap benda asing. Reaksi imunologi ini memicu mual dan muntah (Miranti, 2021).

Hasil penelitian sesudah pemberian aromaterapi peppermint sebagian besar yang mengalami intensitas morning sickness ringan sebanyak 12 orang (75%) dan sebagian kecil mengalami intensitas tidak morning sickness sebanyak 4 orang (25%). Hasil penelitian juga menunjukkan adanya perbedaan pada 4 orang ibu hamil yang tidak mengalami morning sickness setelah diberikan aromaterapi peppermint yaitu responden paritas berdasarkan golongan paritas multigravida sebanyak 3 orang dan primigravida sebanyak 1 orang.

Studi ini menunjukkan bahwa ibu hamil mengalami morning sickness ringan dan tidak mengalami morning sickness setelah aromaterapi peppermint. Hal ini dikarenakan sang ibu mendapatkan aromaterapi untuk mengurangi morning sickness selama kehamilan. Peppermint merupakan salah satu jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi mual dan muntah karena aromanya yang menyengat dan menenangkan (Hasibuan et al., 2021).

Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan morning sickness setelah mendapatkan aromaterapi peppermint. Sebanyak 12 orang (80%) mengalami mual muntah ringan dan tanpa mual muntah sebanyak 3 orang (20%) (Rizki et al., 2022).

## 2. Pengaruh aromatherapy peppermint terhadap morning sickness pada ibu hamil

Hasil penelitian diketahui bahwa intensitas morning sickness sebelum diberikan perlakuan pada kelompok aromaterapi peppermint dimana nilai rata-rata sebesar 5.13 dengan Std. Deviasi 1.668, setelah

diberikan perlakuan adalah 1.31 kali dengan Std. deviasi 1.014. Adanya penurunan intensitas morning sickness sesudah diberikan peppermint. Sehingga dapat dikatakan Aromaterapi Peppermint berpengaruh dalam menurunkan intensitas morning sickness.

Kehamilan dipengaruhi oleh beberapa hormon seperti estrogen, progesteron, human chorionic gonadotropin (hCG), human somatomammotropin dan prolaktin. Namun, ketika kadar hCG dan estrogen meningkat, hal itu sangat memengaruhi bagian otak yang mengontrol muntah, yang biasanya terjadi pada kehamilan muda atau selama trimester pertama. Pada masa kehamilan terjadi perubahan anatomi dan fisiologi kehamilan yang menimbulkan rasa tidak nyaman pada masa kehamilan yaitu morning sickness dan muntah-muntah yang sering disebut morning sickness. (Anggraini Fitria et al., 2021).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Andriani, (2017) Pengaruh aromaterapi peppermint terhadap kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I menunjukkan bahwa peppermint efektif dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I. Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian di bidang tersebut Lubis et al., (2019) dan Fauziah et al., (2022) menunjukkan bahwa intensitas mual dan muntah menurun sebelum dan sesudah pemberian peppermint.

Hasil analisis peneliti setelah dilakukan penelitian aromaterapi pada mual muntah pada ibu hamil, dimana aromaterapi peppermint dapat mengurangi rasa mual dan muntah karena komponen utama dari minyak peppermint (*Mentha piperita* L.) adalah menthol, menthone dan methyl acetate paling tinggi menthol. konten (73,7-85,8%). Selain itu, monoterpen, menthofuran, 25 seskuiiterpen, triterpen, flavonoid, karotenoid, tanin dan beberapa mineral lainnya juga terdapat dalam minyak peppermint (*Mentha piperita* L.), yang dapat mencegah pelepasan serotonin, serotonin dapat mengaktifkan mual dan muntah (Yosali & Siswanti, 2018).

Sesuai teori dari penelitian Tori, (2018) menunjukkan bahwa aromaterapi peppermint merupakan salah satu aromaterapi yang dapat mengendurkan otot yang tegang, memperbaiki disfagia, memperbaiki gangguan pencernaan, meredakan mual dan muntah, serta mengatasi kembung secara farmakologis menurut penelitian Yosali & Siswanti, (2018) Aromaterapi bekerja dalam tubuh manusia melalui dua sistem yaitu sistem saraf dan sistem peredaran darah. Sistem saraf mengenali zat aromatik melalui jaringan saraf yang mentransmisikannya dan merangsang sistem saraf otonom, yaitu sistem saraf yang mengatur fungsi organ seperti detak jantung, pembuluh darah dan pergerakan jalan pencernaan. bahwa dengan menghirup minyak atsiri, molekul yang mudah menguap mengangkut zat aromatik yang terkandung dalam minyak ke bagian atas hidung. Getaran rambut di dalam, yang bertindak sebagai reseptor, mengirimkan pesan elektrokimia ke sistem saraf pusat. Pesan ini mengaktifkan pusat emosi dan memori seseorang, yang kemudian mengirim pesan kembali melalui sistem peredaran darah ke seluruh tubuh. Pesan yang ditransmisikan melalui tubuh diubah menjadi tindakan dengan pelepasan zat kimia saraf menjadi perasaan senang, rileks, tenang, atau gembira. Pernapasan membawa beberapa molekul ke dalam paru-paru (Yosali & Siswanti, 2018).