

**PENGARUH AROMATERAPI LEMON DALAM MENGATASI MUAL
MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1
DI PUSKESMAS GATTARENG
KABUPATEN BULUKUMBA
TAHUN 2023**

Rosnaeni¹Ratna Prahesti²

RINGKASAN

Latar Belakang: Mual muntah atau dalam bahasa medis disebut emesis gravidarum atau morning sickness merupakan suatu keadaan mual yang terkadang disertai muntah (frekuensi kurang dari 5x). Muntah dan mual selama kehamilan sebagian besar diakibatkan oleh peningkatan fluktuasi kadar HCG, yang diakibatkan oleh perubahan sistem endokrin. Populasi Mual Muntah di Indonesia pada ibu hamil di awal kehamilan berkisar antara 50% hingga 70%. Pada tahun 2018, laporan Risesdas Nasional menunjukkan bahwa 20% komplikasi yang dirasakannya ialah muntah. **Tujuan :** Untuk mengetahui bagaimana aromaterapi lemon dapat membantu ibu hamil trimester pertama mengatasi mual muntah. **Metode :** Riset ini melibatkan desain pra-eksperimental, yang menggabungkan pretest dan posttest. **Waktu :** Data dikumpulkan sebelum dan setelah intervensi tanggal 12-9 januari 2024, penelitian ini melibatkan kelompok intervensi yang menerima aromaterapi lemon. Populasi penelitian terdiri dari 38 ibu hamil trimester I merasakan muntah dan mual di Puskesmas Gattareng, Penelitian ini memakai strategi *non-probability sampling*, khususnya memakai metode *purposive sampling*. Penelitian ini melibatkan sampel 26 wanita hamil yang melaporkan mual dan muntah sepanjang trimester pertama. Instrumen penelitian menggunakan menggunakan kuisioner. Analisis data menggunakan uji Wilxoson. **Hasil :** Hasil uji menunjukan nilai p value 0,000(<0,05). Nilai rata-rata sebelum aromaterapi lemon diberikan, 16 orang (61,5 %) mengalami muntah sedang, dan 10 orang (38,8%) mengalami muntah yang berat. Setelah aromaterapi lemon diberikan, 15 orang, atau sekitar 57,7 persen, mengalami muntah ringan, dan 11 orang, atau 42,3 persen, mengalami muntah yang sedang di Puskesmas Gattareng Kabupaten Bulukumba. **Kesimpulan :** Aromaterapi lemon memberikan pengaruh yang signifikan dalam menurunkan muntah dan mual pada ibu hamil trimester pertama.

Kata Kunci : *Mual Muntah, kuesioner, Aromaterapi lemon*

¹Mahasiswa Kebidanan (S1) Falkultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Prodi Kebidanan (S1) Falkultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE EFFECT OF LEMON AROMATHERAPY IN OVERCOMING
NAUSEA, VOMITING IN 1ST TRIMESTER PREGNANT WOMEN
AT GATTARENG HEALTH CENTER
BULUKUMBA DISTRICT
YEAR 2023**

Rosnaeni¹Ratna Prahesti²

ABSTRACT

Background: Nausea, vomiting or in medical language called emesis gravidarum or morning sickness is a condition of nausea which is sometimes accompanied by vomiting (frequency less than 5x). Vomiting and nausea during pregnancy are mostly caused by increased fluctuations in HCG levels, which are caused by changes in the endocrine system. The population of Nausea and Vomiting in Indonesia among pregnant women in early pregnancy ranges from 50% to 70%. In 2018, the National Riskesdas report showed that 20% of the complications experienced were vomiting. **Objective:** To find out how lemon aromatherapy can help pregnant women in the first trimester overcome nausea and vomiting. **Method:** This research involved a pre-experimental design, which combined pretest and posttest. **Time:** Data was collected before and after the intervention on 12-9 January 2024, this study involved an intervention group who received lemon aromatherapy. The research population consisted of 38 pregnant women in the first trimester experiencing vomiting and nausea at the Gattareng Community Health Center. This research used a non-probability sampling strategy, specifically using the purposive sampling method. This research involved a sample of 26 pregnant women who reported nausea and vomiting throughout the first trimester. The research instrument used a questionnaire. Data analysis used the Wilcoxon test. **Results:** The test results show a p value of 0.000 (<0.05). The average value before lemon aromatherapy was given, 16 people (61.5%) experienced moderate vomiting, and 10 people (38.8%) experienced severe vomiting. After lemon aromatherapy was given, 15 people, or around 57.7 percent, experienced mild vomiting, and 11 people, or 42.3 percent, experienced moderate vomiting at the Gattareng Community Health Center, Bulukumba Regency. **Conclusion:** Lemon aromatherapy had a significant effect in reducing vomiting, and nausea in first trimester pregnant women.

Keywords: *Nausea, Vomiting, questionnaire, lemon aromatherapy*

¹Midwifery Students (S1) Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

²Lecturer in the Midwifery Study Program (S1) Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta