

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. HASIL PENELITIAN**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian berada di Puskesmas Mlati 1 Jalan Wijaya Kusuma, Kutu Tegal, Sinduadi, Kec mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Wilayah kerja Puskesmas Mlati 1 meliputi 2 desa (40% dari desa di Kecamatan Mlati), yaitu 1 desa terletak di perkotaan (Sinduadi), 1 desa terletak antara perkotaan dan pedesaan (Sendangadi). Luas wilayah keseluruhan puskesmas mlati 1 adalah 1.273 ha, dengan lahan :23,25% (295,98 ha) untuk pemukiman dan perdagangan. Secara administrasi wilayah UPT Puskesmas Mlati 1 yang terdiri dari 2 desa, 32 dusun, 99 RW dan 300 RT.

Wilayah UPT Puskesmas Mlati 1 mempunyai perbatasan sebagai berikut :

- Sebelah barat dengan Desa Tlogoadi
- Sebelah Selatan dengan kecamatan Gamping dan Kota Madya
- Seblah Timur dengan Kecamatan Depok
- Sebelah Utara dengan kecamatan Ngaglik dan Sleman

Puskesmas Mlati 1 berada dekat dengan pelayanan Kesehatan lainnya yaitu rumah sakit Sakina Idaman, Rumah sakit Khusus Bedah Sinduadi dan Rumah sakit umum Pusat Dr.Sardjito. Wilayah Puskesmas Mlati 1 terdiri dari beberapa praktik bidan mandiri yaitu BPS Suprapti, PMB Samaria, PMB Ida Ayu Ketut Wirathi, SST, PMB Nur Aida, PMB Dwi Astuti R. AMd.Keb dan PMB Sunarmi AMd.Keb. Pelayanan Puskesmas Mlati 1 terdiri dari pemeriksaan umum, pemeriksaan gigi, unit gawat darurat, pelayanan persalinan, Pelayanan KIA dan KB, konsultasi kesehatan, pelayanan khusus dan konsultasi psikologi. Pelayanan KIA hamil dilaksanakan pada hari senin, rabu, jumat dan sabtu.

## 2. Analisis Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, paritas Karakteristik Responden

**Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan usia, pekerjaan dan pendidikan pada ibu hamil trimester 1 dengan mual muntah di wilayah puskesmas mlati 1 Yogyakarta.**

No	Karakteristik	n	%
1	<b>Usia</b>		
	<20 Tahun	0	
	20-35 Tahun	20	100
	>35 Tahun	0	
2	<b>Pendidikan</b>		
	SD	0	
	SMP	0	
	SMA	10	50,0
	DIII	6	30,0
	DIV/S1	4	20,0
3	<b>Pekerjaan</b>		
	IRT	14	70,0
	Buruh	1	5,0
	Karyawan swasta	3	15,0
	Swasta	2	10,0
	PNS		
4.	<b>Paritas</b>		
	Primipara	15	75,0
	Multipara	5	25,0

**Data Primer,2023**

Pada tabel 4.1 karakteristik dapat dilihat pada usia dari 20 responden berusia 20-35 tahun (100%), Sebagian besar tingkat Pendidikan terakhir responden di Wilayah Puskesmas Mlati 1 yaitu SMA 10 responden (50,0%), Sebagian besar pekerjaan ibu hamil di Wilayah Puskesmas Mlati 1 sebagai ibu rumah tangga yaitu 14 responden (70,0%). Sedangkan yang terendah sebagai buruh yaitu 1 responden (5,0%) dan Sebagian besar ibu hamil yang berparitas primipara yang mengalami mual muntah diwilayah Puskesmas Mlati 1 sebanyak 15 responden (75,0%) dan ibu hamil multipara sebanyak 5 responden (25,0%)

a. Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sebelum Intervensi

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sebelum Intervensi Aromaterapi *Peppermint* pada Ibu Hamil Trimester1 di Puskesmas Mlati 1 Tahun 2023**

Mual Muntah	n	%
Tidak Mual Muntah: 0	0	
Ringan: 1-5	1	5,0
Sedang :6-11	19	95
Berat :12-15	0	
<b>Jumlah :</b>	20	100

**Data Primer, 2023**

Pada tabel 4.2 diketahui bahwa frekuensi mual muntah pada responden sebelum diberikan aromaterapi *peppermint* adalah sedang dengan frekuensi mual muntah 6-11 kali sebanyak 19 (95%) dan yang memiliki frekuensi mual muntah ringan 1 (5,0%)

b. Distribusi Frekuensi Sesudah intervensi

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sesudah Intervensi Aromaterapi *Peppermint* pada Ibu Hamil Trimester1 di Puskesmas Mlati 1 Tahun 2023**

Mual Muntah	n	%
Tidak Mual Muntah: 0	0	
Ringan: 1-5	12	60,0
Sedang :6-11	8	40
Berat :12-15	0	
<b>Jumlah :</b>	20	100

**Data Primer, 2023**

Pada tabel 4.3 diketahui frekuensi mual muntah pada responden sesudah intervensi menggunakan aromaterapi *peppermint* adalah ringan dengan frekuensi mual muntah 1-5 kali sebanyak 12 responden (60,0%) dan yang memiliki frekuensi mual muntah sedang 8 responden (40%).

### 3. Analisis Bivariat

#### a. Uji Normalitas

**Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas**

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest.	.202	20	.031	.918	20	.092
Posttest	.363	20	.000	.726	20	.000

Pada tabel 4.4 di atas menunjukkan analisis data menggunakan uji normalitas dengan *Shapiro Wilk* diperoleh hasil signifikansi pre test adalah 0.092 ( $\text{sig} > 0,05$ ) dan hasil signifikansi post test 0.000 ( $\text{sig} < 0,05$ ). Jika nilai signifikansi ( $\text{sig} < 0,05$ ) maka data penelitian tidak berdistribusi normal. Maka artinya data tidak berdistribusi normal.

#### b. Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Wilayah Puskesmas Mlati 1 Yogyakarta Tahun 2023.

**Tabel 4.5 Pengaruh Mual Muntah Sesudah Intervensi Aromaterapi *Peppermint* pada Ibu Hamil Trimester1 di Puskesmas Mlati 1 Tahun 2023.**

#### Uji Wilcoxon

Variabel	Aromaterapi Peppermnt			
	n	Mean	SD	<i>p-Value</i>
<b>Sebelum</b>	20	7.15	1.137	0.000
<b>Sesudah</b>	20	5.70	.979	

Pada tabel 4.5 hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai *p-value* = 0,000 yang berarti  $< 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di wilayah Puskesmas Mlati 1 Yogyakarta.

## B. PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Hasil analisis karakteristik responden sebagai berikut.

#### a. Usia

Berdasarkan hasil dari analisis menunjukan bahwa karakteristik seluruh responden berusia tidak beresiko yaitu 20-35 tahun. Umur reproduksi yang sehat dan aman adalah umur 20-35 tahun. Kehamilan diusia kurang 20 tahun dan diatas 35 tahun dapat menyebabkan hiperemesis karena pada kehamilan diusia kurang 20 secara biologis belum optimal emosinya, cenderung labil, mentalnya belum matang sehingga mudah mengalami keguncangan yang mengakibatkan kurangnya perhatian terhadap pemenuhan kebutuhan zat-zat gizi selama kehamilannya. Sedangkan pada usia 35 tahun terkait dengan kemunduran dan penurunan daya tahan tubuh serta berbagai penyakit yang sering menimpa di usia ini (Krisniyawati dkk., 2023).

Peneliti berasumsi usia reproduksi responden 20-35 sehat dan aman. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Munisah tahun 2022 yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang lemah antara usia dengan kejadian mual muntah yang dialami oleh ibu hamil trimester I sehingga faktor usia bukan merupakan suatu faktor yang paling berpengaruh dibandingkan faktor-faktor lain nya yang mempengaruhi kejadian mual muntah ibu hamil trimester I dikarenakan sebagian besar mayoritas responden yang ada pada penelitian yang dilakukan ialah responden dengan usia tidak beresiko.

Hal ini menunjukkan bahwa usia tidak mempengaruhi mual muntah pada ibu hamil dikarenakan meskipun usia reproduktif 20-35 tahun jika ibu tidak siap dengan kehamilannya maka hal ini dapat mempengaruhi kehamilannya salah satu kejadian mual muntah selain itu juga adanya perubahan hormon dalam tubuh ibu selama kehamilan yaitu ada

peningkatan hormon HCG sehingga mengakibatkan mual dan muntah yang berbeda-beda setiap wanita (Retnowati, 2019).

b. Pendidikan

Hasil penelitian Fadhilah dkk (2022) mengatakan bahwa tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap pengetahuan, karena dengan pendidikan seseorang akan lebih mudah menerima dan lebih mudah memahami informasi yang lebih banyak dan beragam. Selain itu, pendidikan dapat mengubah pola pikir menjadi lebih terbuka, sehingga lebih mudah untuk mengembangkan diri terutama dalam mempertahankan dan meningkatkan kesehatan diri sendiri dan mampu memahami cara mengobati emesis gravidarum yang dialaminya (Fadhilah dkk, 2021).

Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti menunjukkan seluruh responden memiliki pendidikan terakhir yaitu SMK, SMA, DIII, DIV dan S1. Peneliti berasumsi meskipun responden memiliki pendidikan yang tinggi, ibu hamil tetap bisa mengalami mual muntah dikarenakan mual muntah disebabkan terjadinya perubahan peningkatan kadar hormon HCG (*Human Chorionic Gonadotrophin*) yang diproduksi oleh plasenta. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Munisah tahun 2022 yang mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang erat antara pendidikan dengan kejadian mual muntah yang dialami oleh ibu hamil trimester I.

c. Pekerjaan

Berdasarkan penelitian Sriandayani dkk (2022) bahwa pekerjaan dapat menyebabkan ibu mengalami *emesis*, hal ini berkaitan dengan kehamilan pada wanita bekerja karena wanita bekerja tidak dianjurkan untuk pekerjaan dengan beban fisik yang cukup berat karena dapat mengakibatkan stress. Hal ini akibat beban dan pikiran saat bekerja dapat mempengaruhi terhadap keseimbangan pengeluaran hormon, beban berat dapat menyebabkan konflik mental yang dapat menimbulkan dan memperberat *emesis gravidarum*.

Hasil penelitian Fauziah (2022), yang menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh pekerjaan dengan kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I karena setiap ibu bisa mengalami stress yang dapat memicu terjadinya mual dan muntah selama kehamilan. Penelitian Siti dkk (2020) bahwa pekerjaan seorang ibu rumah tangga (IRT) sering beraktifitas dirumah dibandingkan pekerjaan lainnya, sehingga ibu akan mudah terasa bosan. Wanita yang rentan terhadap masalah dengan distress emosional menambah ketidaknyamanan fisik hingga mual muntah menjadi lebih berat.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berkerja sebagai ibu rumah tangga yang dimana ibu rumah tangga rentan terjadi mual muntah . sejalan dengan penelitian Siti dkk (2020) bahwa ibu rumah tangga rentan terkena emesis karena masalah dengan distress emosional menambah ketidaknyamanan fisik hingga mual muntah menjadi lebih berat, tetapi masih dapat diatasi dengan melakukan kegiatan-kegiatan ringan seperti menonton, olahraga dan lain - lain yang dapat membuat ibu lebih nyaman dan relaks.

d. Paritas

Penelitian yang telah dilakukan peneliti menunjukkan ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah di Puskesmas mlati 1 terdapat pada ibu primipara yaitu 15 responden (75,0%) dan ibu hamil berparitas multipara yaitu 5 responden (25,0%). Dari hasil penelitian diatas disimpulkan bahwa faktor paritas memiliki peluang tertinggi untuk terjadinya kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di wilayah kerja Puskesmas Mlati 1. Paritas merupakan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya mual muntah pada ibu hamil primigravida dibandingkan dengan multigravida karena belum memiliki pengalaman dalam menghadapi perubahan psikologis dan fisiologis selama kehamilan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Kartika (2019) menunjukkan bahwa dari 65 orang ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum, 40 orang ibu berstatus primigravida dan 25 orang ibu adalah multigravida dengan nilai p sebesar 0,005. Sebagian kecil primi

gravida belum mampu beradaptasi dengan hormone estrogen dan chorionic gonadotropin sehingga lebih sering terjadi emesis gravidarum. Hal itu disebabkan karena terlalu tingginya hormone estrogendan korionik gonadotropin yang dikeluarkan.

Paritas dua sampai tiga merupakan paritas paling aman ditinjau dari sudut kematian meternal. Paritas tinggi mempunyai angka kematian maternal yang tinggi. Kejadian mual muntah terjadi sekitar 60%-80% pada primigravida dan 40-60% terjadi pada multigravida, dan penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara paritas dengan kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I. Pada sebagian besar primigravida belum mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan chorionik gonadotropin sehingga lebih sering terjadi mual muntah dibandingkan multigravida (kehamilan kedua atau selanjutnya) yang sudah memiliki pengalaman dalam kehamilan sehingga mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan chorionic gonadotropin. (Ibrahim dkk, 2021)

## **2. Frekuensi Mual Muntah Sebelum Intervensi Aromaterapi Peppermint**

Hasil penelitian, mual muntah pada responden sebelum diberikan aromaterapi *peppermint* sebagian besar ibu hamil trimester 1 mengalami mual muntah sedang dengan frekuensi mual muntah sebanyak 6-11 kali sebanyak 19 (95%). Hasil penelitian sebgaaian besar ibu hamil yang mengalami mual muntah pada usia kehamilan 5-11 minggu dan sebagian besar ibu hamil hamil berparitas primipara yaitu 15 responden (75,0%).

Mual muntah disebabkan oleh meningkatnya kadar hormon estrogen dan HCG (Human Choronic Gonadotropin) dalam serum, selain itu progesteron juga diduga menjadi faktor penyebab mual dan muntah. Pada seorang wanita yang hamil pertama kali biasanya kadar progesteron dan estrogen lebih tinggi dibandingkan pada kehamilan berikutnya, sehingga mual dan muntah lebih banyak terjadi pada primigravida dibandingkan dengan multigravida. Produksi hormon estrogen dan metabolisme berubah pada kehamilan pertama seorang wanita sehingga banyaknya oestriol bebas (rasa mual dan muntah sebagai

akibatnya) dan akan lebih rendah pada kehamilan-kehamilan berikutnya. Sebagian besar primigravida belum mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan chorionic gonadotropin. Peningkatan hormon ini membuat kadar asam lambung meningkat, hingga muncul keluhan rasa mual. Keluhan ini biasanya muncul di pagi hari saat perut ibu dalam keadaan kosong dan terjadi peningkatan asam lambung (Prawirohardjo, 2018).

Penyebab mual muntah ini tidak diketahui secara pasti, tetapi tampaknya berkaitan dengan tingginya kadar hormon HCG. Hormon HCG yang meningkat pada kehamilan diduga menjadi penyebab mual muntah yang bekerja pada pusat muntah di otak yaitu medulla. Produksinya sudah dimulai pada awal kehamilan, kira-kira pada hari implantasi. Setelah itu, kadar HCG dalam plasma dan urin ibu meningkat sangat pesat. Selama kehamilan terjadi perubahan pada sistem gastrointestinal ibu hamil. Tingginya kadar progesteron mengganggu keseimbangan cairan tubuh, meningkatkan kolesterol darah. Selain itu sekresi saliva menjadi lebih asam, lebih banyak dan asam lambung menurun. Muntah secara umum disebabkan oleh motilitas lambung yang abnormal, muntah tidak ditimbulkan oleh peristaltic terbalik tetapi karena adanya gaya yang mendorong keluar isi lambung. Muntah juga dapat dipengaruhi oleh serabut aferen sistem gastrointestinal (Pratami, 2016)

### **3. Frekuensi Mual Muntah Sesudah Intervensi Aromaterapi Peppermint**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mual muntah pada responden sesudah diberikan aromaterapi *peppermint* sebagian besar mengalami mual muntah ringan dengan frekuensi mual muntah sebanyak 1-5 kali sebanyak 12 (60,0%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 yang diberikan aromaterapi. Ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah menyukai aromaterapi *peppermint*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Fauziah dkk., 2023) Hasil penelitian menunjukkan mual muntah sebelum diberikan aromaterapi *peppermint* memiliki rata – rata 9,00. Rata – rata pada saat sebelum diberikan aromaterapi *peppermint* adalah 9 yang artinya dapat dikategorikan kebanyakan ibu hamil

masih mengalami mual muntah sedang dengan ciri – ciri ibu terlihat lemah, nafsu makan sedikit berkurang dan aktifitasnya sedikit terganggu. Kemudian hasil penelitian menunjukkan mual muntah setelah diberikan aromaterapi peppermint memiliki rata – rata 6,00, dengan frekuensi mual muntah terendah 5, frekuensi mual muntah tertinggi 7 dan standar deviasi  $\pm 0,676$ . Rata – rata pada saat sesudah diberikan aromaterapi peppermint adalah 6 yang artinya dapat dikategorikan kebanyakan ibu hamil mengalami mual muntah ringan dengan ciri – ciri ibu terlihat lemah dan lidah mengering, namun nafsu makan sudah seperti normal kembali dan frekuensi mual muntah menurun.

Peppermint mempunyai khasiat untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil, hal ini dikarenakan kandungan menthol (50%) dan methone (10-30%) yang tinggi. Selain itu Peppermint telah lama dikenal memberi efek karminatif dan antispasmodik, yang secara khusus bekerja di otot halus saluran gastrointestinal dan saluran empedu. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika minyak esensial dihirup, maka molekul akan masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan (Yantina dkk., 2016).

Berdasarkan penelitian Sunaeni dan Diana (2022) *Peppermint* sebagai perasa dingin, memiliki kandungan menthol dengan rasa dingin mampu memberikan rasa dingin sejuk sejak pada permukaan kulit yang dioleskan maupun diuapkan dalam bentuk aromaterapi. Aroma terapi pappermint banyak digunakan untuk mengatasi morning sickness atau mual muntah dalam kehamilan. Dengan menghirup 2-3 tetes aromaterapi pappermint saat rasa mual muncul, dapat memberikan pertolongan pertama. Kandungan anti mual yang ada pada aromaterapi pappermint dapat memberikan sensasi rileks, tenang, dan menyegarkan sehingga mampu menurunkan rangsangan otonom dengan

berkurangnya produksi saliva serta tidak berlanjut menjadi muntah. Daun mint mengandung minyak atsiri yaitu menthol yang berpotensi memperlancar sistem pencernaan dan meringankan kejang perut atau kram karena memiliki efek anaestesi ringan serta mengandung efek karminatif dan anti spasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu mengurangi atau mengatasi mual muntah

Peppermint juga diketahui bisa menjadi obat yang aman dan efektif untuk mengobati mual muntah pada ibu hamil. Daun mint mengandung minyak atsiri yaitu menthol yang memiliki efek anestesi ringan untuk meringankan kejang perut atau kram. Daun mint juga memiliki efek karminatif dan antispasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu mengatasi atau menghilangkan mual muntah dan memperlancar sistem pencernaan. Peppermint bisa dikombinasikan dengan berbagai macam olahan seperti seduhan teh mint, aromaterapi ataupun dalam bentuk permen mint. (Very.N dkk, 2020).

#### **4. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Trimester 1**

Pada tabel 4.2 diketahui bahwa responden sebelum dilakukan terapi aromaterapi peppermint memiliki tingkat mual sedang dengan frekuensi mual muntah 6-11 kali sebanyak 19 (95 %) dan yang memiliki frekuensi mual muntah ringan 1 (5,0%). Berdasarkan tabel 4.3 diketahui frekuensi mual muntah pada responden sesudah intervensi menggunakan aromaterapi *peppermint* adalah ringan dengan frekuensi mual muntah 1-5 kali sebanyak 12 (60,0%) dan yang memiliki frekuensi mual muntah sedang 8 (40%). Pada tabel 4.5 hasil penelitian dengan menggunakan Wilcoxon diperoleh *p-value* 0,000 berarti  $< 0,05$ . Hal ini berarti mual muntah berkurang setelah pemberian aromaterapi *peppermint*. Artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di wilayah Puskesmas Mlati Yogyakarta.

Hasil penelitian pada tabel 4.2 dan tabel 4.3 sebelum dan sesudah diberikan intervensi terdapat satu responden mengalami mual muntah ringan dengan frekuensi mual muntah 1-5 kali. Artinya ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi pemberian aromaterapi peppermint tidak terdapat perubahan dalam penurunan mual muntah. Hasil penelitian ini dikarenakan ibu dengan paritas primipara. Dimana paritas primipara merupakan faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya mual muntah dibandingkan dengan ibu multipara karena ibu hamil belum memiliki pengalaman dalam menghadapi perubahan psikologis dan fisiologis selama kehamilan. Penelitian ini sejalan dengan Ibrahim, dkk (2021) pada sebagian besar primigravida belum mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan chorionik gonadotropin sehingga lebih sering terjadi mual muntah dibandingkan multigravida (kehamilan kedua atau selanjutnya) yang sudah memiliki pengalaman dalam kehamilan sehingga mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan chorionic gonadotropin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Usila dkk., 2022) Berdasarkan bahwa frekuensi mual muntah responden sebelum pemberian aromaterapi minyak peppermint (daun mint) sebagian besar berada pada kategori sedang sebanyak 8 responden (53,3%), sedangkan sesudah pemberian aromaterapi minyak peppermint (daun mint) sebagian besar frekuensi mual muntah respond berada pada kategori ringan dan sedang sebanyak 7 responden (46,7%), menunjukkan terjadinya penurunan mual dan muntah pada responden sesudah di intervensi. Hasil analisis statistik menggunakan uji T-test sampel paired diperoleh nilai p-value  $0,011 \leq 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi minyak peppermint (daun mint) terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil.

Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak essensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Setiap minyak essensial memiliki efek farmakologis yang unik, seperti antibakteri, antivirus, diuretik, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal. Ketika minyak essensial 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, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan (Agnes, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan  $p\text{-value} = 0,000$  berarti  $< 0,05$  hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di wilayah Puskesmas Mlati 1 Yogyakarta. Hal ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan tissue yang telah diberikan 3 tetes minyak essensial aromaterapi *peppermint* dengan jarak 3cm dari hidung sambil bernafas panjang dengan diulangi selama 5 menit membuat ibu merasakan kesegaran tenang dan rileks yang membantu mengurangi mual muntah. Pemberian aromaterapi *peppermint* ini dilakukan selama 3 hari pagi dan sore.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Fauziah dkk (2023) menunjukkan bahwa nilai  $p\text{-value} 0,000$  yaitu nilai  $p\text{-value} \leq 0,05$  berarti secara statistik ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Bangetayu Kota Semarang. Aromaterapi *peppermint* diberikan selama 7 hari secara berturut-turut dengan minyak atsiri didalam aromaterapi *peppermint* memiliki kandungan menthol dan methanol serta cara pemberian aromaterapi *peppermint* menggunakan tissue yang diberikan 2-3 tetes minyak *peppermint* dan dihirup sebanyak 3 kali pernapasan diulangi sampai 5 menit(Fauziah dkk., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Juwita dkk., 2023)Ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap mual muntah pada ibu hamil dengan  $p\text{-value} < 0,05$ . Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi *peppermint* lebih efektif dan penggunaan secara rutin sangat bermanfaat bagi ibu hamil dalam mengatasi mual muntah. Pemberian aromaterapi *peppermint* menjadikan ibu merasa nyaman dan rileks, sehingga ibu tidak terfokus terhadap mual muntah yang dialaminya. Aromaterapi *peppermint* dapat menurunkan mual dan muntah dengan cara pemberian inhalasi, ada yang intervensi pemberian terapi ini selama 3 hari, dengan cara

menggunakan media tissue yang akan ditetesi 1-5 tetes minyak esensial peppermint lalu tissue tersebut di hirup secara langsung selama sekitar 5-10 menit, lakukan pada saat ibu hamil mengalami mual muntah sebanyak 2 x sehari.

Pada penelitian Hanifah dkk (2023) bahwa responden diberikan aromaterapi *peppermint*, dengan cara ditetaskan diatas kapas sebanyak 2/3 tetes, lalu anjurkan ibu menghirup selama 15/20 detik. Dengan rata – rata sebelum diberikan aromaterapi sebesar 3,20 dan sesudah diberikannya aromaterapi sebesar 2,13 dengan selisih sebelum dan sesudah intervensi adalah sebesar 1,07 dan nilai p-value yang didapatkan 0,000 dengan tingkat kemaknaan  $\alpha < 0,05$ . Karena nilai p-value  $0,000 < 0,05$  maka “Hipotesis diterima”.

Aromaterapi *peppermint* (daun mint) adalah salah satu terapi komplementer yang menggunakan minyak esensial peppermint. Mekanisme cara kerja aromaterapi bermula dari absorsi molekul yang menguap melalui mukosa nasal. Molekul-molekul bau lalu ditransmisikan ke sinyal kimia yang bergerak melewati olfaktoris dan memicu reseptor di epitel hidung sehingga merangsang sistem thalamus untuk melepaskan endorphin dan serotonin, berinteraksi dengan neurospikologik untuk memproduksi karkteristik psikologis dan efek psikologi yang akhirnya menimbulkan persepsi yang segar dan nyaman. Aroma dari minyak esensial peppermint dapat mempengaruhi serotonin yang menyebabkan seseorang dalam keadaan rileks dan nyaman, dimana kondisi ini akan menekan stimulus stress yang menyebabkan tubuh merasa nyaman dan menekan mual muntah. Mekanisme kerja aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua sistem fisiologis yaitu melalui sistem sirkulasi dan sistem penciuman (Desi dkk 2022).

Berdasarkan penelitian Hanifa dkk (2023) bahwa aromaterapi peppermint terbukti efektif dapat menurunkan tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I dapat dilihat sebelum diberikan sebagian besar esponden memiliki tingkat mual muntah yang berat sedang setelah di berikan aromaterapi peppermint sebagian besar responden memiliki tingkat mual muntah yang

ringan (menurun). Dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan aromaterapi peppermint terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil.

Hasil penelitian (Rizki dkk., 2022) Perbandingan antara Aromaterapi Lavender dan Aromaterapi peppermint tidak terdapat perbandingan efektifitas. Maka dapat disimpulkan bahwa antara Lavender dan peppermint tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap intensitas mual muntah pada ibu hamil, karena kedua perlakuan tersebut sama-sama efektif dalam menurunkan intensitas mual muntah pada ibu hamil. Tetapi jika dilihat dari nilai mean, nilai mean aromaterapi peppermint lebih besar dibandingkan dengan lavender yaitu pada kelompok peppermint sebesar 6.60 dan peppermint sebesar 5.80, maka dapat disimpulkan bahwa aromaterapi peppermint lebih cepat dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

#### **5. Keterbatasan Pada Saat Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis menyadari masih banyak keterbatasan dalam membuat penulisan penelitian diantaranya :

- a. Pemantauan intervensi penelitian ini hanya menggunakan video call sehingga peneliti tidak dapat bertemu secara langsung pada setiap responden.

Peneliti menghubungi setiap responden menggunakan whatsapp, sehingga peneliti harus tepat waktu dalam mengingatkan setiap responden dalam memberikan intervensi.