

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Peneliti ini dilakukan di Puskesmas Mlati II Sleman. Puskesmas Mlati II merupakan salah satu Puskesmas di Kecamatan Mlati, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Puskesmas Mlati II terletak di Pedukuhan Cabakan, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah istimewa Yogyakarta. Puskesmas Mlati II menyediakan pelayanan rawat jalan dan rawat inap yang juga dilengkapi dengan pelayanan 24 Jam terbatas, mengemban predikat terakreditasi madya pada 2015, Puskesmas Mlati II berkomitmen menjadi penyedia pelayanan kesehatan yang bermutu dalam mewujudkan masyarakat sehat. Hal ini sesuai dengan motto Puskesmas SEHATI: Sehat Bersama Puskesmas Mlati II'.

Pelayanan yang disediakan oleh Puskesmas dan jaringannya perlu diketahui oleh masyarakat sebagai pengguna layanan, lintas program dan sektor terkait untuk meningkatkan kerja sama dan saling memberi dukungan dalam penyelenggaraan upaya kesehatan dan upaya lain yang terkait dengan kesehatan dan untuk mengupayakan pembangunan berwawasan Kesehatan. Capaian asi eksklusif 82 % ditahun 2022 merupakan angka capaian bayi usia 5 bulan 29 hari mendapat ASI eksklusif, indeks kepuasan masyarakat semester I 91% tahun 2023, penanganan gizi buruk 100% tahun 2022 jumlah balita gizi buruk yang ditangani dengan melakukan KIE, diagnostic dan PMT masyarakat ber- PHBS 5 % tahun 2022 mencakup masyarakat dalam berperilaku hidup bersih dan sehat yang meliputi 10 indikator.

Proses penelitian DiPuskesmas Mlati II Sleman saat penelitian ini pasien berkunjung ke Puskemas Mlati II Sleman untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, setelah itu melakukan wawancara kepada ibu hamil untuk memastikan apakah ibu hamil tersebut dapat dijadikan responden atau tidak, setelah mendapatkan responden melakukan penjelasan penelitian dan tujuan penelitian, setelah itu mengisi surat persetujuan responden dan akan

dilakukan penelitian selanjutnya berkunjung pada masing masing rumah responden saat penelitian sebelum dilakukan intervensi dilakukan pengisian pretest setelah itu diberikan intervensi dan setelah intervensi melakukan posttest dan didapatkan hasil, jumlah responden yang didapatkan dari Puskesmas ibu hamil yang melakukan pemeriksaan sebanyak 23 ibu hamil sesuai kriteria, dalam minggu pertama mendapatkan 16 responden dan didapatkan 5 sesi pemberian aromaterapi, pada minggu kedua didapatkan 7 responden 4 sesi.

2. Analisis Univariat

Penelitian ini melibatkan jumlah responden sebanyak 23 responden ibu hamil trimester 1 di Puskesmas 2 Mlati Sleman. Gambaran karakteristik responden terdapat pada Tabel berikut :

Tabel 4.1 karakteristik responden berdasarkan usia kehamilan, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan, paritas.

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Usia ibu		
	<20	0	0
	20 - 35	23	100,0
	>35	0	0
	Total	23	100
2.	Pendidikan		
	Pendidikan dasar	0	0
	Pendidikan menengah	20	87,0
	Pendidikan tinggi	3	13,0
	Total	23	100
3.	Pekerjaan		
	Tidak bekerja	15	65,2
	Bekerja	8	34,8
	Total	23	100
4.	Usia Kehamilan		
	0 – 14 minggu	23	100,0
	Total	23	100
5.	Paritas		
	Pripara	18	78,3
	Multipara	5	21,7
	Total	23	100

Sumber : Data Primer 2024

Pada tabel 4.1 menunjukan dari keseluruhan responden, didapatkan hasil bahwa mayoritas responden menunjukan usia 20 – 35 tahun dengan jumlah 23 (100%) responden ibu hamil pada usia reproduksi normal. Pada hasil karakteristik pendidikan paling banyak menunjukan pendidikan menengah dengan jumlah responden sebanyak 20 (87,0%). Pada karakteristik pekerjaan menunjukan ibu hamil mayoritas tidak bekerja sebanyak 15 responden (65,2%) pada karakteristik usia kehamilan didapatkan hasil bahwa seluruh responden untuk usia kehamilan 0 – 14 minggu dengan jumlah responden 23 (100%). Pada hasil karakteristik paritas menunjukan dari 23 responden didapatkan hasil mayoritas kehamilan pripara di bandingkan dengan multipara dengan jumlah responden 18 (78,3%) kehamilan pripara.

Tabel 4.2 Skor emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah diberikan intervensi aromaterapi lemon

Skor	Pretest	Prsentase	Posttest	Presentase
Mual dan muntah	(f)	(%)	(f)	(%)
Tidak mual muntah	0	0	9	39,1
Ringan	9	39,1	14	60,9
Sedang	14	60,9	0	0
Berat	0	0	0	0
Total	23	100	23	100

Sumber : Data Primer 2024

Pada tabel 4.2 menunjukan bahwa tingkat mual dan muntah ibu hamil sebelum diberikan aromaterapi lemon menunjukan sebanyak 14 (60,9%) responden mengalami tingkat mual dan muntah dalam kategori sedang. Setelah diberikan aromaterapi lemon terjadi penurunan mual dan muntah menunjukan tingkat kategori ringan menjadi 14 (60,9 %) responden ibu hamil dan 9 (39,1) responden menunjukan tidak mengalami mual dan muntah.

Tabel 4.3 hasil Tabulasi Silang Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil

	Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I											
	Pretest						posttest					
	Ringan		Sedang		Total		Tidak mual muntah		Ringan		Total	
	f	%	f	%		f	%	f	%			
Usia ibu												
20 - 35	16	69,6	7	30,4	23	100	4	22,2	19	82,6	23	100
Total	16	69,6	7	30,4	23	100	4	22,2	19	82,6	23	100
Usia kehamilan												
0 - 14	16	69,6	7	30,4	23	100	4	17,4	19	82,6	23	100
Total	16	69,6	7	30,4	23	100	4	17,4	19	82,6	23	100
Pekerjaan												
Tidak bekerja	11	73,3	4	26,7	15	100	3	73,3	4	26,7	15	100
Wiraswasta	5	62,5	3	37,5	8	100	1	62,5	3	37,5	8	100
Total	16	69,6	7	30,4	23	100	4	69,6	7	30,4	23	100
Pendidikan												
Pendidikan menengah	4	20,0	16	80,0	20	100	11	73,3	4	26,7	15	100
Pendidikan tinggi	0	0,0	3	100	3	100	5	62,5	3	37,5	8	100
Total	4	17,4	19	82,6	23	100	16	69,6	7	30,4	23	100
Paritas												
Pripara	13	72,2	5	27,8	18	100	4	22,2	14	77,8	18	100
Multipara	3	60,0	2	40,0	5	100	0	0,0	5	100	5	100
Total	16	69,6	7	30,4	23	100	4	17,4	19	82,6	23	100

Sumber : Data Primer 2024

Didapatkan hasil sebelum di berikan aromaterapi lemon mayoritas seluruh ibu hamil usia 20– 35 sebanyak 16 (69,6) responden kategori ringan dan 7 (30,4) responden kategori sedang , setelah diberikan aromaterapi lemon mengalami penurunan mual dan muntah seluruh ibu hamil mayoritas usia 20 – 35 sebanyak 4 (22,2) responden kategori tidak mual dan muntah dan 19 (82,6) responden kategori ringan. Selanjutnya pada karakteristik usia

kehamilan sebelum diberikan aromaterapi didapatkan mayoritas seluruh ibu hamil usia kehamilan 0 – 14 minggu sebanyak 16 (69,6) responden dengan kategori ringan dan 7 (30,4) responden dengan mual muntah kategori sedang, setelah diberikan aromaterapi lemon terdapat penurunan mual dan muntah mayoritas mayoritas seluruh ibu hamil usia kehamilan 0 – 14 minggu sebanyak 4 (17,4) responden dengan kategori tidak mual muntah dan 19 (82,6) responden dengan mual muntah kategori ringan.

Karakteristik pekerjaan sebelum diberikan aromaterapi lemon didapatkan hasil ibu hamil yang tidak bekerja atau sebagai IRT sebanyak 11(73,3) responden dengan kategori ringan dan 4 (26,7) dengan kategori sedang, setelah diberikan aromaterapi lemon terdapat penurunan mual dan muntah pada ibu yang tidak bekerja atau sebagai IRT sebanyak 3 (73,3) responden dengan kategori tidak mual dan muntah dan 4 (26,7) dengan kategori ringan. Didapatkan hasil karakteristik pendidikan sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lemon mayoritas pendidikan menengah sebanyak 4 (20,0) responden dengan kategori ringan dan 16 (80,0) dengan kategori sedang, setelah diberikan aromaterapi lemon terdapat penurunan mual dan muntah dengan pendidikan menengah sebanyak 11 (73,3) responden dengan kategori tidak mual muntah dan 4 (26,7) dengan kategori ringan, didapatkan hasil karakteristik sebelum diberikan aromaterapi lemon mayoritas pada ibu kehamilan primipara sebanyak 13 (72,2) responden dengan kategori mual muntah ringan dan 5 (27,8) dengan kategori sedang, setelah diberikan aromaterapi lemon terdapat penurunan mual muntah mayoritas ibu dengan kehamilan pirimipara sebanyak 4 (22,2) responden dengan kategori tidak mual muntah dan 14 (77,8) dengan kategori ringan.

3. Analisa Bivariat

Tabel 4.4 Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I.

Variable	N	Mean	Min	Max	Std.dev	p- value
Pengaruh						
Pretest	23	2.61	4	11	499	0,000
Posttest	23	1.61	3	7	499	

Tabel 4.4 menyajikan hasil analisis uji wiloxon pada pretest dan posttest. Hasil yang didapatkan pada pretest ialah rata – rata skor emesis gravidarum 2,61 dengan nilai terendah 4 termasuk kategori mual muntah ringan dan nilai tertinggi 11 dengan kategori mual muntah sedang , sehingga didapatkan standar deviasi dengan skor 499, pada nilai posttest dengan rata- rata skor emesis gravidarum paling rendah 3 dengan kategori tidak mual muntah, untuk hasil tertinggi didapatkan skor 7 dengan kategori mual muntah ringan, sehingga didapatkan standar devesiensi dengan skor 49. Dari hasil pretest dan posttest didapatkan hasil p- value 0,000, ($\alpha < 0,005$) sehingga pada hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa “H1 diterima “ yang artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lemon pada ibu hamil yang mengalami mual muntah di Puskesmas Mlati II Sleman.

Tabel 4. 5 Hasil Wilcoxon

	N	Mean Rank	Sum Of Ranks	Z	Asymp sig
Posttest- Pretest					
Negative ranks	23	12.00	276.00	-4.796	0000
Positive ranks	0	00	00		
Ties	0				
Total	23				

Tabel 4.5 menyajikan hasil analisis uji Wilcoxon pada kelompok posttest pretest, posttest pretest untuk sampel 23 responden , disini posttest pretest yang bernegative rank yang dimana artinya yaitu sampel dengan kelompok kedua lebih rendah dari nilai kelompok pertama, dan untuk rata rata rank 12,00 dan untuk jumlah dari peringkatnya yaitu 276,00. Hasil uji tersebut terdapat penurunan mual dan muntah pada ibu hamil sesudah diberikan aromaterapi lemon menunjukan nilai Z adalah -4.796 dengan hasil pVLUE =

0.000 ($\alpha < 0,005$) sehingga pada hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa “H1 diterima” yang artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lemon pada ibu hamil yang mengalami mual muntah di Puskesmas Mlati II Sleman.

B. Pembahasan

1. Analisis unvariat

a. Usia ibu hamil

Berdasarkan tabel 4.1 hasil analisis menunjukan bahwa seluruh ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* yaitu ibu usia 20 – 35 tahun dengan jumlah 23 (100%) responden. hal ini menunjukkan bahwa usia reproduksi yang sehat dikenal dengan usia aman untuk kehamilan dan persalinan. Usia < 20 perkembangan organ-organ yang belum optimal, kematangan emosi dan kejiwaan dan fungsi fisiologis yang belum optimal, jika > 35 tahun organ reproduksi mengalami penurunan biasanya mengalami penyulit obstetric serta mobilitas dan mortalitas perinatal, maka akan beresiko tinggi untuk melahirkan (Suherman, 2019).

b. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan mayoritas berpendidikan menengah sebanyak 20 orang (87,0%). Pendidikan yaitu rangkaian belajar seseorang, makin tinggi pendidikan maka makin mudahnya dalam penerimaan informasi sehingga pengetahuan yang dipunyai juga makin banyak. Sementara kurangnya pendidikan dapat menghambat perkembangan sikap pada nilai-nilai pengenalan. Bahwa pendidikan sekolah menengah, hal ini kebanyakan ibu primigravida belum memiliki atau belum mengetahui dan belum memiliki pengalaman bagaimana penanganan pertama pada emesis gravidarum. Pada ibu primigravida faktor psikologis berperan penting, takut akan kehamilan, persalinan, tanggung jawab seorang ibu yang mengakibatkan konflik mental dan muncul emesis gravidarum sebagai respon atas ketidaksiapan terkait kehamilan (Wilanda et al., 2024)

Hasil penelitian yang dilaksanakan bahwa mayoritas responden mempunyai pendidikan tinggi (SMA, Sarjana) maka dari itu berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa walaupun ibu memiliki pendidikan tinggi, ibu tetap dapat mual muntah karena persepsi tiap ibu akan berbeda dalam penerimaan kehamilan. Hal tersebut nantinya berpengaruh dalam sikap ibu untuk mengatasi perubahan yang ada dalam diri ibu (Wilanda et al., 2024).

c. Pekerjaan

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 23 responden ibu hamil sebagian besar pekerjaan menunjukkan 15 responden (65,2%) tidak bekerja. Pekerjaan seorang ibu rumah tangga (IRT) sering beraktivitas di rumah dibandingkan pekerjaan lainnya, sehingga ibu akan mudah terasa bosan. Perempuan yang rentan stres akan mendukung ketidaknyamanan fisik hingga dapat memperberat mual muntah (Wilanda et al., 2024).

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa mayoritas responden sebagai IRT, bahwa ibu rumah tangga rentan terkena emesis karena permasalahan dengan distress emosional mendukung 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 (Wilanda et al., 2024).

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 menakibatkan stress. Hal ini akibat beban berat mengakibatkan konflik mental juga beban dan pikiran saat bekerja dapat mempengaruhi keseimbangan pengeluaran hormon yang dapat memunculkan dan memperberat emesis gravidarum. Dari hasil penelitian bahwa tidak terdapat pengaruh pekerjaan dengan kejadian mual muntah ibu hamil trimester I dikarenakan setiap ibu dapat mengalami stress yang bisa memicu mual muntah saat hamil (Wilanda et al., 2024).

d. Usia kehamilan

Pada hasil penelitian yang di dapatkan seluruh ibu hamil dengan usia kehamilan 0 - 14 minggu sejumlah 23 (100%) responden . Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, kehamilan trimester I dimulai dari 0 sampai 14 minggu, kehamilan trimester II mulai dari 14 sampai 28 minggu, dan Kehamilan trimester III mulai dari 28 sampai 42 minggu. Emesis gravidarum adalah gejala awal atau wajar yang terjadi pada wanita hamil khususnya trimester satu(Qonita Fauziah et al., 2019). Keadaan ini merupakan hal yang wajar dan sering terjadi pada kehamilan terutama pada trimester pertama.' Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Studi memperkirakan bahwa mual dan muntah terjadi pada 50-90% dari kehamilan (Dewi & Safitri, 2018). Gejala mual ini biasanya berlangsung selama sekitar 10 minggu dan dirasakan sekitar 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir (Aryasih et al., 2022).

e. Kehamilan primipara dan multipara

Umumnya wanita hamil mengalami mual dan muntah selama beberapa bulan pertama kehamilan, walaupun ada juga beberapa wanita hamil yang tidak mengalami mual selama kehamilan pertama mereka, tetapi merasa mual dengan kehamilan berikutnya. Mual (nausea) dan muntah (emesis) merupakan gangguan yang paling sering kita jumpai pada kehamilan muda yaitu 50 - 70% wanita hamil dalam 16 minggu pertama. Kurang lebih 66% wanita hamil trimester pertama mengalami mual- mual dan 44% mengalami muntah muntah. Mual (nausea) dan muntah (emesis gravidarum) adalah gejala yang sering terjadi pada 60 - 80% primigravida dan 40 - 60% multigravida. Rasa mual biasanya terjadi pada pagi hari (disebut morning sickness), tetapi dapat pula timbul setiap saat pada malam hari (Safitri, 2023).

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kehamilan pripara lebih banyak mengalami mual dan muntah dengan jumlah 18 (78,3%) responden. Peristiwa kehamilan juga dikenal istilah Primigravida dan multigravida dimana primipara adalah wanita yang hamil pertama kali, sedangkan

multipara merupakan ibu hamil pernah mengalami kehamilan sebelumnya (Qonita Fauziah et al., 2019).

Pada sebagian besar primigravida belum mampu beradaptasi dengan hormone estrogen dan chorionic gonadotropin sehingga lebih berpengaruh terhadap emesis gravidarum sedangkan pada multigravida sudah mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan chorionic gonadotropin karena sudah mempunyai pengalaman terhadap kehamilan dan persalinan (Martines, 2023).

2. Analisis Bivariat

Intesitas mual dan muntah ibu hamil trimester I sebelum diberikan aromaterapi lemon

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil sebelum diberikan aromaterapi lemon sebanyak 9 (39,1) responden mengalami mual muntah ringan ,dan 14 (60,9) responden mengalami mual muntah kategori sedang. Menurut (Tono & Intiyaswati, 2023) mual muntah merupakan suatu tanda khamilan yang sering di alami oleh ibu hamil trimester 1 dimana 70-85% wanita mengalami mual muntah.

Pada awal kehamilan mual dan muntah biasa terjadi karena produksi hormon yang meningkat secara tiba-tiba. Mual (nausea) dan muntah (vomiting), pening, perut kembung, dan badan terasa lemah dapat terjadi hampir pada 50% kasus ibu hamil dan terbanyak pada usia kehamilan 6 - 12 minggu (trimester 1) Namun tidak menutup kemungkinan juga mual muntah (Emeses Gravidarum) terjadi trimester ke-2 pada pada kehamilan. Mual muntah pada sebagian ibu hamil tidak hanya dalam jangka waktu panjang tetapi dapat terjadi secara berlebihan (Pramesti et al., 2020)

Keadaan emesis gravidarum saja dapat mengakibatkan ibu sulit mendapatkan pemenuhan nutrisi karena mual dan muntah yang terjadi dapat menghilangkan nafsu makan dari ibu hamil. Kurangnya asupan makanan yang sehat dapat berdampak buruk karena masa ini merupakan masa yang penting

bagi janin. Status gizi ibu hamil sangat mempengaruhi pertumbuhan janin yang sedang dikandung (Pramesti et al., 2020).

Menurut analisa peneliti, di lihat dari hasil penelitian sebagian besar responden yang mengalami mual muntah adalah primigravida, hal ini disebabkan karena belum mampu beradaptasi terhadap perubahan hormone esterogen, progesterone dan HCG (Human Choronic Gonadotropin). Peningkatan hormone tersebut membuat Ibu hamil merasa kurang nyaman, kurang tentram, hingga mengalami stress. Ibu hamil yang baru pertama kali mengalami kehamilan atau Primigravida sangat rentan mempengaruhi terjadinya mual muntah di kehamilan trimester pertama, di usia kehamilan 4-6 minggu. Ibu hamil yang mengalami mual muntah paling banyak di temukan yang berusia 20-30 tahun, hal ini karena umur yang paling efektif mengalami perubahan fisiologis (Astuti et al., 2022).

Intesitas mual dan muntah ibu hamil trimester I sesudah diberikan aromaterapi lemon

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil terdapat penurunan mual muntah sesudah diberikan aromaterapi lemon sebanyak 9 (39,1) responden tidak mengalami mual muntah, dan 14 (60,9) responden mengalami penurunan mual muntah kategori ringan. Menurut (Aryasih et al., 2022) penanganan mual muntah pada kehamilan dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi dapat dengan memberikan obat-obatan seperti vitamin B6 atau Ondansentron. Sedangkan penanganan secara non farmakologi dapat dengan pengaturan pola makan, mengontrol stress, meminum air jahe hangat, dengan akupunture, refleksiologi, yoga kehamilan, hipnoterapi dan aromaterapi. .

Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan kondisi fisik dan mental seseorang. Efek dari minyak esensial sebagai antibakteri, antivirus, diuretik, vasodilator, obat penenang, dan stimulasi adrenalin sebagai terapi farmakologis yang mungkin dikaitkan dengan beberapa minyak esensial. Ketika menghirup molekul

minyak esensial ini melalui saluran hidung telah terbukti memicu sistem limbik otak, detak jantung, tekanan darah, stres, keseimbangan, dan pernapasan semuanya dikendalikan oleh sistem endokrin dan limbik (Rahmatika et al., 2023).

Pada penelitian ini menggunakan pengobatan non farmakologi menggunakan aromaterapi, salah satunya aromaterapi yang digunakan yaitu aromaterapi lemon . Aromaterapi lemon merupakan salah satu bentuk terapi dengan menggunakan minyak esensial yang di hasilkan dari ekstrak kulit jeruk (citrus lemon) yang banyak di gunakan sebagai minyak herbal yang aman pada kehamilan. Aromaterapi lemon mempunyai manfaat dalam membantu menghilangkan kelelahan, ketegangan pikiran akibat stress, memberi rasa nyaman dan segar, mengurangi rasa gelisah, cemas, terutama meredakan mual muntah. Perubahan intensitas mual muntah yang terjadi pada responden dapat menunjukkan bahwa penurunan intensitas mual muntah pada masing-masing responden sangat bervariasi, hal ini sangat terkait erat dengan faktor-faktor yang mempengaruhi mual muntah yang di bawa oleh responden baik dari diri sendiri maupun dari lingkungan luar, namun di lihat dari pengaruh aromaterapi lemon ini menunjukkan hasil perubahan yang efektif. Ketika aromaterapi lemon di hirup, molekul masuk ke rongga hidung dan merangsang system limbic di otak.(Rahmatika et al., 2023).

Pengaruh pemberian aromaterapi lemon untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I

Pada penelitian ini dapat dilihat pengaruh dari pemberian aromaterapi lemon dapat mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I. hasil penelitian didapatkan pada pretest ialah rata – rata skor emesis gravidarum 2,61 dengan nilai terendah 4 termasuk kategori mual muntah ringan dan nilai tertinggi 11 dengan kategori mual muntah sedang , sehingga didapatkan standar deviasi dengan skor 499, pada nilai posttest dengan rata- rata skor emesis gravidarum paling rendah 3 dengan kategori tidak mual muntah, untuk hasil tertinggi didapatkan skor 7 dengan kategori mual muntah ringan, sehingga

didapatkan standar deviasi dengan skor 49. Dari hasil pretest dan posttest didapatkan hasil p-value 0,000, ($\alpha < 0,005$) sehingga pada hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa “H1 diterima “ yang artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lemon pada ibu hamil yang mengalami mual muntah di Puskesmas Mlati II Sleman. Menurut (Aryasih et al., 2022) aromaterapi adalah teknik perawatan tubuh dengan menggunakan minyak atsiri (essential oil, yang digunakan dengan cara dihirup, diteteskan pada alat kompres, dioleskan pada kulit, untuk berendam ataupun pijat.

Aromaterapi menggunakan minyak esensial dapat meningkatkan kesehatan baik fisik maupun psikologis, serta mengurangi kelelahan. Pada penelitian ini diberikan dengan cara dihirup yang dimana ketika aroma dari aromaterapi lemon dihirup, zat-zat mudah menguap dari minyak lemon tersebut dibawa oleh aliran udara ke bagian atas hidung di mana silia-silia halus menonjol dari sel-sel reseptor. Saat molekul-molekul tersebut menempel pada silia-silia tersebut, sinyal elektrokimia akan dikirimkan melalui membran mukosa dan kemudian bergerak ke arah lambung. Di lambung, molekul aroma lemon mengurangi kadar hormon HCG, dan selanjutnya molekul-molekul ini berpindah ke usus, di mana mereka mempengaruhi efek hormon progesteron, yang merupakan steroid yang memperlambat pengosongan lambung dan mengatur gerakan usus. Dampaknya, gejala mual dan muntah dapat berkurang (Rizki, 2024).

Aromaterapi dimanfaatkan untuk memengaruhi emosi dan membantu meredakan gejala penyakit dengan minyak esensial yang memiliki manfaat seperti mengurangi stres, meningkatkan peredaran darah, mengurangi nyeri, mengurangi pembengkakan, detoksifikasi tubuh, mengobati infeksi, luka bakar, menurunkan tekanan darah, mengatasi gangguan pernapasan, insomnia, masalah pencernaan, serta berbagai kondisi kesehatan. Penurunan tingkat kejadian mual dan muntah pada kehamilan disebabkan oleh efek aromaterapi yang mampu menurunkan intensitas gejala tersebut melalui aroma segar yang memberikan manfaat kesehatan, meningkatkan semangat, memberikan kesegaran, menenangkan pikiran, serta merangsang proses penyembuhan. Saat

minyak esensial dihirup, molekulnya masuk ke saluran hidung dan merangsang bagian otak yang mengatur emosi dan memori, yang juga terhubung dengan berbagai fungsi tubuh seperti adrenalin, kelenjar hipofisis, hipotalamus, serta bagian tubuh lain yang mengontrol detak jantung, tekanan darah, stres, memori, keseimbangan hormon, dan pernapasan. Oleh karena itu, aromaterapi lemon bermanfaat dalam mengurangi mual dan muntah (Rizki, 2024).

Ketika aroma dari aromaterapi lemon dihirup, zat-zat mudah menguap dari minyak lemon tersebut dibawa oleh aliran udara ke bagian atas hidung di mana silia-silia halus menonjol dari sel-sel reseptor. Saat molekul-molekul tersebut menempel pada silia-silia tersebut, sinyal elektrokimia akan dikirimkan melalui membran mukosa dan kemudian bergerak ke arah lambung. Di lambung, molekul aroma lemon mengurangi kadar hormon HCG, dan selanjutnya molekul-molekul ini berpindah ke usus, di mana mereka mempengaruhi efek hormon progesteron, yang merupakan steroid yang memperlambat pengosongan lambung dan mengatur gerakan usus. Dampaknya, gejala mual dan muntah dapat berkurang (Rizki, 2024).

3. Keterbatasan penelitian

keterbatasan penelitian ini hanya menggunakan kelompok intervensi yang dimana pada penelitian ini tidak ada perbandingan, pada kelompok ini hanya menggunakan satu jenis aromaterapi yang dimana tidak ada perbandingan untuk varian aromaterapi lain untuk mengetahui keefektifannya.