



The Effect of Herbal Therapy on Emesis Gravidarum

Assa Aprin Tania^{1*}, Ika Yudianti², Eny Sendra³, Ririn Indriani⁴.
Poltekkes Kemenkes Malang

Corresponding Author: Assa Aprin Tania assatania@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Pregnancy, Herbal Therapy, Emesis Gravidarum

Received : 02 October

Revised : 03 November

Accepted: 04 December

©2022 Tania, Yudianti, Sendra, Indriani : This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

Handling emesis gravidarum using conventional drugs has a teratogenic risk, so another effort is to provide subscriptions using herbal therapy. This study was conducted to determine the effect of herbal therapy in reducing the frequency of emesis gravidarum. Method: This type of research is a literature review using the Pubmed, Research Gate, SINTA database. Literature collection strategy using the PICO framework was then analyzed until there were 16 literature that could be used. The review method used is to compare and contrast to find similarities in the types of herbal therapy and the dissimilarities of the most effective herbs. There are differences in the frequency of emesis gravidarum in the use of ginger, mint, lemon, quince, lavender, orange herbs which are provided in the form of extracts and aromatherapy. Giving herbal therapy in the form of ginger, mint, lemon, quince, lavender, orange with aromatherapy and extract preparations can reduce the frequency of emesis gravidarum.

Pengaruh Terapi Herbal terhadap Emesis Gravidarum

Assa Aprin Tania^{1*}, Ika Yudianti², Eny Sendra³, Ririn Indriani⁴

Poltekkes Kemenkes Malang

Corresponding Author: Assa Aprin Tania assatania@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Kehamilan, Terapi Herbal, Emesis Gravidarum

Received : 02 October

Revised : 03 November

Accepted: 04 December

©2022 Tania, Yudianti, Sendra, Indriani : This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Penanganan emesis gravidarum menggunakan obat konvensional memiliki resiko teratogenik sehingga salah satu upaya lain yaitu memberikan penanggulangan menggunakan terapi herbal. Studi ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi herbal dalam mengurangi frekuensi emesis gravidarum Metode: Jenis penelitian ini adalah literature review dengan menggunakan database Pubmed, Research Gate, SINTA. Strategi pengumpulan literature menggunakan PICO framework kemudian dianalisis hingga terdapat 16 literature yang dapat digunakan. Metode review yang digunakan yaitu membandingkan dan mengontraskan untuk mencari kesamaan pada jenis terapi herbal dan ketidaksamaan herbal yang paling efektif. Terdapat perbedaan frekuensi emesis gravidarum pada penggunaan herbal jahe, mint, lemon, quince, lavender, jeruk yang disediakan dalam bentuk ekstrak dan aromaterapi. Pemberian terapi herbal berupa jahe, mint, lemon, quince, lavender, jeruk dengan sediaan aromaterapi dan ekstrak dapat menurunkan frekuensi emesis gravidarum.

PENDAHULUAN

Wanita mengalami perubahan fisiologi pada masa kehamilan yang terjadi dimulai pada masa konsepsi sampai dengan melahirkan dengan lama masa kehamilan antara 38 □ 40 minggu atau 226-280 hari (Ahmadi, 2019). Perubahan pada masa kehamilan pada ibu berupa perubahan dari segi fisik dan segi psikis. Dalam masa kehamilan terdapat perubahan metabolisme yang cukup besar dan berhubungan dengan perubahan hormonal. Perubahan tersebut disebabkan karena adanya kebutuhan janin, suplai zat gizi pada ibu, dan perilaku gaya hidup ibu sebelum dan selama masa kehamilan (Anggraeny & Ariestiningsih, 2017). Pertumbuhan janin dan perubahan hormon pada masa kehamilan sering menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu. Salah satu persoalan umum yang dirasakan ibu hamil adalah mual muntah (Novieastari et al., 2019). Menurut American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG), pada umumnya mual muntah dialami oleh ibu hamil pada saat awal kehamilan dan sering disebut sebagai morning sickness. Meski sering disebut morning sickness, kondisi ini tidak hanya terjadi pada pagi hari tetapi bisa terjadi kapan saja (ACOG, 2020). Terjadinya mual muntah sebagai gejala emesis gravidarum disebabkan oleh perubahan hormonal karena adanya peningkatan hormone estrogen, progesteron, dan dikeluarkannya human Chorionic (Pulungan et al., 2020).

Di negara Amerika, prevalensi mual muntah pada setiap trimester terdapat perbedaan. Pada trimester 1 prevalensi mual sebesar 63,5%, trimester 2 sebesar 33,8%, dan pada trimester 3 sebesar 26,2%. Sedangkan prevalensi muntah pada tiap trimester sebesar 29,3%, 22,1%, 14,1%, (Coronado et al., 2014). Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur pada tahun 2016 menyatakan bahwa terdapat kejadian emesis gravidarum di Provinsi Jawa Timur sebesar 10-15% dari jumlah ibu hamil pada tahun 2016 yaitu 183.645 (Mudlikah et al., 2019). Komplikasi kehamilan tersebut menjadi penyebab Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup dan di Jawa Timur sebesar 89,81 per 100.000 per kelahiran hidup dengan kedudukan perdarahan sebagai penyebab tertinggi kematian ibu pada posisi kedua yang menyumbang sebesar 24,23% (Dinkes Jatim, 2020). Tanaman herbal mudah didapatkan dan dapat digunakan seperti jahe, daun peppermint, lemon, dan lain - lain (Afriyanti, 2017). Mual muntah pada masa kehamilan dapat disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar Human Chorionic Gondotrophin (HCG) sehingga ketika diberikan obat herbal dapat meredakan frekuensi mual muntah karena obat herbal tersebut memiliki kandungan anti mual dan membuat rileks (Somoyani, 2018).

TINJAUAN PUSTAKA

Masa kehamilan dikatakan cukup bulan rata □ rata memiliki usia kehamilan 38 sampai 40 minggu dengan dibagi menjadi tiga tahap. Tahapan tersebut dimulai dari terjadinya fertilisasi, 14 hari pertama disebut tahap pre-embriotik, dilanjutkan ke tahap embriotik yaitu berlangsung mulai dari hari ke 15 hingga usia 8 minggu (Novieastari et al., 2019). Perubahan fisiologis yang terjadi merupakan sebuah perlindungan terhadap fungsi fisiologis normal tubuh ibu hamil dalam rangka memenuhi kebutuhan metabolik sebagai penyedia kebutuhan perkembangan dan pertumbuhan pada (Deswani et al.,

2019). Mual muntah pada masa kehamilan biasanya dimulai sebelum 9 minggu kehamilan. Tetapi pada kebanyakan wanita, kondisi tersebut dapat hilang pada 14 minggu kehamilan. Bagi beberapa wanita, kondisi mual muntah dapat berlangsung selama beberapa minggu atau bulan atau bertahan lama selama kehamilan (ACOG, 2020).

Terjadinya mual muntah pada kehamilan adalah adanya efek progesteron pada 16 tonus otot polos lambung, terutama efek pada motilitas saluran gastrointestinal bagian atas, kepatenan sfingter esofagus pada bagian bawah. Selain dari hal tersebut, penyebab lain terjadinya mual muntah adalah adanya peran dari hormon steroid yang dapat menyebabkan perlambatan pengosongan lambung (Setyowati ER, 2018). Dampak yang dapat ditimbulkan oleh kejadian mual muntah selama kehamilan jika tidak segera diatasi adalah terjadinya hiperemesis gravidarum (mual dan muntah yang berlebihan) yang dapat mengakibatkan tubuh ibu hamil menjadi lemah, terjadinya dehidrasi, muka pucat, darah menjadi kental dikarenakan perlambatan peredaran darah sehingga oksigen dan makanan untuk jaringan berkurang. Kondisi tersebut dapat membahayakan ibu dan janin. Terapi Herbal Yang Paling Efektif Mengurangi Emesis Gravidarum. Efektivitas herbal memiliki jangka waktu untuk dapat memulihkan kondisi. Jangka waktu tersebut tergantung pada kondisi keluhan dan sifat herbal yang dikonsumsi. Dalam kasus yang ringan herbal dapat dikonsumsi dengan jangka waktu jam atau dapat dihentikan saat kondisi sudah pulih. Namun apabila dengan keadaan akut, herbal dapat dikonsumsi dalam waktu yang lebih lama (Yuliarti, 2018).

Secara keseluruhan, berdasarkan 16 jurnal dengan sediaan aromaterapi pada 8 jurnal dan ekstrak pada 8 jurnal yang telah dilakukan review ditemukan hasil yang signifikan bahwa dari beberapa jenis herbal yang digunakan terdapat jenis herbal yang paling efektif yaitu herbal yang menggunakan waktu intervensi yang lebih cepat dan mendapatkan hasil adanya penurunan emesis gravidarum. Terdapat 8 jurnal dengan sediaan aromaterapi dapat mengurangi mual muntah selama kehamilan. Menurut penggunaan waktunya intervensinya, herbal yang digunakan efektif mengalami penurunan frekuensi mual muntah secara bertahap. Jenis herbal tersebut dalam sediaan ini yaitu berupa mint, lemon, jahe, lavender. Menurut kelompok jenis herbalnya mint pada penelitian (Amzajerdi et al., 2019) membutuhkan waktu intervensi 7 hari dengan dosis 2-4 tetes yang digunakan dalam waktu 2x sehari pada saat istirahat siang dan sebelum tidur malam dan dihirup selama 20 menit melalui hidung) dapat menunjukkan hasil beda penurunan frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi sebesar 6,36. Pada herbal jahe pada penelitian (Dyna & Febriani, 2020) penggunaan jenis terapi herbal berupa jahe yang 75 diberikan kepada dua belas ibu hamil didapatkan nilai rata-rata skor indeks rhodes mual dan muntah sebelum dilakukan intervensi sebesar 11,08 edangkan setelah diberikan intervensi menjadi 8,33. Total waktu yang dilakukan dalam penelitian tersebut yaitu 10 menit dengan dosis yang diberikan 2 tetes ginger oil. Selain itu, herbal jahe dalam penelitian lainnya (Rahayu & Sugita, 2018) dan (Tamar et al., 2020) menunjukkan intervensi yang sama yaitu 4 hari.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian literature review dengan metode penelitian kualitatif dengan merangkum beberapa literatur yang telah dikumpulkan dan relevan sesuai tema penelitian yaitu terapi herbal terhadap mual muntah pada masa kehamilan. Selain itu, desain penelitian data sekunder dari artikel yang didapatkan menggunakan eksperimen studi. Sehingga tipe studi yang direview adalah semua literatur yang menggunakan studi eksperimen dan sesuai dengan topik penelitian yang telah dirumuskan. Dengan demikian sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data sekunder, yang didapatkan dari artikel atau jurnal penelitian terdahulu pada situs internet. Pencarian jurnal penelitian yang digunakan sebagai sumber data menggunakan protokol langkah-langkah pencarian jurnal yang sudah ditetapkan. Metode review yang digunakan dalam penelitian ini yaitu compare dan contrast dengan mengidentifikasi kesamaan jenis terapi herbal dan perbedaan pada hasil temuan herbal yang paling efektif. Berikan versi yang jelas dan singkat tentang metode Anda dalam melakukan penelitian, populasi dan sampel, dan alat analisis data.

Tabel 1. Hasil Pencarian Literature

No	Author/ Tahun Publikasi/ Url	Nama Jurnal	Judul Jurnal	Metode (Desain, Sampel/ Populasi, Variabel, Instrumen, Analisis)	Kesimpulan	Sediaan Dosis Waktu (Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol)
1	(Amzajerdi et al., 2019) http://10.4103/jfmmpc.jfmpc.480.19	Journal of Family Medicine and Primary Care Volume 8, nomor 8 DOI : 10.4103/jf mpc.jfmpc _480_19	Effect Of Mint Aroma On Nausea, Vomiting And Anxiety In Pregnant Women (Pengaruh Aroma Mint Pada Mual, Muntah Dan Kecemasan Pada Wanita Hamil)	D : <i>Quasi Experiment</i> S : 66 ibu hamil uk 6-16 minggu V independen : Aroma mint V Dependen : Mual muntah kehamilan I : Rhodes kuisisioner A : <i>Fisher test and Chi Square</i>	Analisis Statistik - Ada perbedaan yang signifikan dalam skor rata-rata keseluruhan indeks Rhodes ($P < 0,001$), pada tingkat keparahan mual dan muntah ($P < 0,016$) antara kedua kelompok - Rata- rata skor indeks Rhodes menurun secara signifikan setelah intervensi	Kelompok Perlakuan S : <i>Mint Oil</i> (Aromaterapi) D : 2-4 tetes W : 7hari (2xsehari istirahat siang dan sebelum tidur malam dihirup selama 20menit melalui hidung) Kelompok Kontrol S : <i>Sesame oil</i> (Aromaterapi) D : 2-4 tetes W : 7 hari (2xsehari istirahat siang dan sebelum tidur malam dihirup selama 20 menit melalui hidung)

					<p>pemberian aroma mint ($P < 0,001$)</p> <p>Makna Kualitatif</p> <p>- Artinya adalah indeks Rhodes yang digunakan untuk mengukur rerata mual muntah penurunan frekuensi rata-rata mual muntah sesudah diberi intervensi yang paling besar yaitu di kelompok intervensi mint dari frekuensi rerata mual muntah 12,48 menjadi 6,12 (penurunan sebesar 6,36) dibandingkan dengan kontrol dengan frekuensi rerata mual muntah 11,87 menjadi 9,58 (penurunan 2,29)</p>	
2.	<p>(Jafari-Dehkordi et al., 2017)</p> <p>https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/01443615.2017.13220</p>	<p>The Journal of Obstetric and gynaecology Volume 37, nomor 8</p> <p>DOI : 10.1080/01443615.2017.13220</p>	<p>Comparison Of Quince With Vitamin B6 For Treatment Of Nausea And Vomiting In Pregnancy (Perbandingan Quince</p>	<p>D : <i>Randomised Clinical Trial</i></p> <p>S : 76 ibu hamil uk 6-14 minggu</p> <p>V Independen : Quince dan vitamin B6</p> <p>V Deependen : Mual muntah kehamilan</p>	<p>Analisa statistik</p> <p>- Perubahan gejala mual muntah lebih terlihat pada kelompok quince dibandingkan vitamin B6 ($p < .001$).</p> <p>- Skor PUQE</p>	<p>Kelompok Perlakuan</p> <p>S : Syrup Quince (Ekstrak)</p> <p>D : 1 sendok makan</p> <p>W : 7 hari (dan dievaluasi tindak lanjut selama 7 hari)</p> <p>Kelompok</p>

	<u>17.1322046</u>	46 ISSN : 0144-3615	Dengan Vitamin B6 Untuk Pengobatan Mual Dan Muntah Pada Kehamilan)	I : PUQE Kuisioner A : <i>Chi square</i>	menurun dari 9,5 (\pm 2) pada awal menjadi 5,2 (\pm 2,3) pada hari ke-7 dan 5,3 (\pm 2,6) pada hari ke-14 ($p < .001$) pada kelompok quince. Di kelompok lain, skornya adalah 8,4 (\pm 1,8), 7,3 (\pm 2,4) dan 7,7 (\pm 3,8), masing-masing ($p < .001$). Makna Kualitatif - Artinya adalah skor PUQE yang digunakan untuk mengukur frekuensi rerata mual muntah	Kontrol S : Vit B6 D : 20 mg W : 7 hari (dan menunjukkan penurunan frekuensi mual muntah paling banyak atau signifikan terjadi kepada kelompok intervensi dari frekuensi rerata mual muntah 9,5 menjadi 5,2 (penurunan 4,3) sedangkan dalam kelompok kontrol frekuensi rerata mual muntah dari 8,4 menjadi 7,3 (penurunan 1,1)
3	(Sharifzadeh et al., 2018) https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14767058.2017.1344965	The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine, Volume 31, nomor 19 DOI : 10.1080/14767058.2017.1344965 Kehamilan Trimester Pertama (NVP))	A Comparison Between The Effects Of Ginger, Pyridoxine (Vitamin B6) And Placebo For The Treatment Of The First Trimester Nausea And Vomiting Of Pregnancy (NVP) (Perbandingan Antara Efek Jahe, Piridoksin (Vitamin B6) Dan Placebo	D : <i>Triple Blind clinical trial</i> S : 77 ibu hamil uk 6-16 minggu V Independen : Jahe Vitamin B6 Placebo V Dependen : Mual muntah kehamilan I : Rhodes kuisioner A : ANOVA	Analisa Statistik - Jahe dan vitamin B6 lebih efektif daripada plasebo(herbal botanical teheran iran) (masing-masing P = 0,039 dan P = 0,007) - Jahe lebih efektif untuk mual (intensitas dan kesusahan) dan gangguan muntah. Makna Kualitatif	Kelompok Perlakuan S : Kapsul Jahe (Ekstrak) D : 500mg W : 4hari (2x sehari) 2 Kelompok Kontrol S : Vit B6 D : 40mg W : 4hari (2x sehari) S : Placebo herbal D : 40mg W : 4hari (2x sehari)

			<p>Untuk Pengobatan Mual Dan Muntah</p>		<p>- Artinya adalah indeks Rhodes yang digunakan untuk mengukur rerata mual muntah menunjukkan penurunan frekuensi rata-rata mual muntah sesudah diberi intervensi yang paling besar yaitu di kelompok intervensi jahe dengan frekuensi mual muntah sebelum intervensi 19,7 menjadi 8,4 (penurunan 11,3) dibandingkan dengan kelompok kontrol lainnya yang lebih rendah penurunan rerata mual muntah seperti vit B6 dengan rerata sebelum intervensi 16,7 menjadi 7,2 (penurunan 9,5) dan kelompok placebo rerata</p>	
--	--	--	---	--	---	--

					sebelum intervensi 18,2 menjadi 12,7 (penurunan 5,5).	
4	(Kaur et al., 2017) https://dx.doi.org/10.18535/jmscr/v5i8.109	Journal of Medical Science and Clinical Research Volume 5 nomor 8 DOI : 10.18535/jmscr/v5i8.109 ISSN : 2455-0450 Kehamilan)	Prospective Comparative Study of Ginger versus Combination of Doxylamine plus Pyridoxine in Alleviating Nausea and Vomiting of Pregnancy (Studi Banding Prospektif Jahe versus Kombinasi Doxylamine plus Pyridoxine dalam Mengurangi Mual dan Muntah	D : <i>Prospektif comparative study</i> S : 250 ibu hamil uk 0-12mgg V Independen : Jahe,doxylamine pyridoxine V Dependen : Mual muntah kehamilan I : Kuisisioner Rhodes A : <i>Chi square</i>	Analisa Statistik - Jahe lebih efektif dibandingkan dengan kelompok kontrol (kelompok yang tidak diberikan apa-apa). Nilai P pada gp mual ringan, sedang dan berat adalah 0,01 (S), <0,001 (HS), <0,038 (S) dan muntah <0,0001 (HS), <0,0001 (HS) dan 0,008 (S) masing-masing. Makna Kualitatif - Kuisisioner rhodes menunjukkan frekuensi rerata mual muntah paling banyak mengalami perubahan pada kelompok jahe dimana 90,9 sampai dengan 100% jahe dapat mengurangi mual muntah dibandingkan dengan kelompok	Kelompok Perlakuan S : Ekstrak jahe dalam bentuk cair (Ekstrak) D : ½ sendok makan (500mg) W : 4hari (2x sehari) 2 Kelompok Kontrol S : Doxylamine dan pyridoxine D : 10mg dan 10mg W : 4 hari (2x sehari pagi dan sore) S : Tidak diberikan Antiemetik D : - W : -

					control yang tidak diberikan antiemetik tetapi sama efektifnya dengan kelompok kedua	
5	(Safajou et al., 2020) http://www.ijnmrjournal.net/text.asp?2020/25/5/401/294111	Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research Volume 25, no 5 DOI : 10.4103/ijnmr.IJNM R_11_19	The Effect of Combined Inhalation Aromatherapy with Lemon and Peppermint on Nausea and Vomiting of Pregnancy (Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Gabungan dengan Lemon dan Peppermint untuk Mual dan Muntah Kehamilan)	D : <i>Parallel Randomized Clinical Trial</i> S : 90 ibu hamil uk 6-16 minggu V Independen : Lemon dan <i>peppermint</i> V Dependen : Mual muntah kehamilan I : PUQE kuisisioner A : Anova	Analisa Statistik - Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh waktu terhadap rerata intensitas mual muntah adalah signifikan pada kelompok aromaterapi ($F_{2,84} = 22,92, p < 0,001$) tetapi tidak signifikan pada kelompok plasebo kelompok ($F_{2,78} = 0,26, p = 0,836$). Makna Kualitatif - Artinya penurunan frekuensi rerata mual muntah yang paling besar adalah dikelompok intervensi aromaterapi dimana pada hasil kuisisioner PUQE menunjukkan frekuensi rerata mual muntah sebelum intervensi yaitu	Kelompok Perlakuan S : Lemon dan mint essential oil (Aromaterapi) D : 10 cc W : 4hari (3x nafas panjang dan diulangi setelah 5 menit) Kelompok Kontrol S : Plasebo (propylene glycol) D : - W : 4 hari

					7,91 menjadi 5,66 (penurunan 2,25) sedangkan di kelompok kontrol frekuensi mual muntah 6 sebelumnya adalah 7,46 menjadi 7,34 (penurunan 0,12)	
6.	(Biyik & Keskin, 2019) http://www.gorm.com.tr/index.php/GORM/article/view/973	Maternal-Fetal Medicine and Perinatology Volume 26, no 1 DOI : 10.21613/GORM.2019.973	The Lollipop with Lemon Aroma May Be Promising in Nausea and Vomiting in Pregnancy (Lollipop dengan Aroma Lemon Mungkin Menjanjikan untuk Mual dan Muntah pada Kehamilan)	D : <i>Case control study</i> S : 67 ibu hamil uk 6-14 minggu V independen : Lolipop lemon V Dependen : Mual muntah kehamilan I : PUQE kuisioner A : <i>Chi-square Independent t tes</i>	Analisa Statistik -Skor PUQE dihitung sehari setelahnya masuk rumah sakit serupa dalam kelompok ($p > 0,005$). Nilai rata-rata perbedaan PUQE skor PUQE dihitung satu hari setelah rawat inap dari nilai PUQE saat masuk lebih tinggi di study grup ($p = 0,0046$) Makna Kualitatif - Artinya adalah penurunan frekuensi mual muntah yang paling besar atau signifikan yaitu di kelompok intervensi dimana frekuensi sebelum intervensi yaitu 11,65 menjadi 5,25 (penurunan	Kelompok Perlakuan S : Lollipop atau permen (Ekstrak) D : 11gram W : 1hari (2x sehari) Kelompok Kontrol S : Tidak menerima permen D : - W : -

					6,4) sedangkan kelompok kontrol frekuensi rerata mual muntah sebelumnya 19,17 menjadi 5 (penurunan 5,17)	
7.	(Cholifah & Nuriyanah, 2019) http://ojs.umsida.ac.id/index.php/midwiferia/article/view/1844	Jurnal Kebidanan Midwiferi Volume 4, nomor 1 DOI : 10.21070/mid.v4i1.1844 ISSN : 2548-2246	Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I	D : <i>Pre Eksperimental</i> S : 36 ibu hamil uk ≤ 12 minggu V Independen : Aromaterapi lemon V Dependen : Mual muntah ibu hamil I : Kuisisioner Rhodes A : <i>Wilcoxon Sign Rank Test</i>	Analisa Statistik - Hasil Penelitian menunjukkan bahwa skala mual muntah ibu hamil trimester I sebelum pemberian aromaterapi Mean+ SD 23,33+ 3,913 sedangkan setelah pemberian aromaterapi Mean+ SD 13,67 + 4.071. - Hasil <i>Wilcoxon Sign Rank Test</i> dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ didapatkan $p= 0,0001$ ($P < \alpha 0,05$) maka H1 diterima dan H0 ditolak.) Makna Kualitatif - Artiya aromaterapi dapat mengurangi frekuensi mual muntah dengan hasil kuisinoer rhodes yang menunjukkan bahwa frekuensi	Kelompok Perlakuan S : Essential oil lemon (Aromaterapi) D : 0,1ml W : 12 jam (bernapas panjang selama 5 menit dan diulang jika merasa mual) Kelompok Kontrol S : Tidak ada kelompok pembanding (<i>one group pre post test design</i>)

					<p>rerata mual muntah sebelum intervensi yaitu 23,33 menjadi 13,67 sehingga didapatkan hasil rerata frekuensi rerarta mual muntah yang berhasil diturunkan adalah 9,53</p>	
8	<p>(Tamar et al., 2020) http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/join/article/view/10395</p>	<p>Journal Of Islamic Nursing Volume 5 Nomor 1 DOI : 10.24252/join.v5i1.10395 ISSN : 2549-5127</p>	<p>Efek Inhalasi Aromaterapi Lemon, Jahe Dan Kombinasi Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I</p>	<p>D : <i>Quasi experiment</i> S : 30 ibu hamil trimester I (uk ≤ 12 minggu) V Independen : Aromaterapi lemon, jahe V Dependen : Mual muntah ibu hamil I : Kuisisioner rhodes A : <i>Wilcoxon, kruskal wallis</i></p>	<p>Analisa Statistik - Hasil penelitian terbukti bahwa perbedaan dari ketiga intervensi adalah intervensi kombinasi lebih efektif. Pada tabel 3, mean sebelum dan sesudah intervensi inhalasi kombinasi yaitu inhalasi aromaterapi lemon dan inhalasi aromaterapi jahe adalah 17,60 dan 18,20, artinya bahwa mean mual dan muntah paling tinggi adalah inhalasi aromaterapi kombinasi Makna kualitatif - Artinya adalah frekuensi mual muntah yang</p>	<p>Kelompok Perlakuan 3Kelompok Perlakuan Jahe S : Essential oil (Aromaterapi) D : 2-3 tetes W : 4hari (3x pernapasan selama 5 menit) Lemon S : Essential oil (Aromaterapi) D : 2-3 tetes W : 4hari (3x pernapasan selama 5 menit) Kombinasi S : Essential oil (Aromaterapi) D : 2-3 tetes W : 4hari (3x pernapasan selama 5 menit) Kelompok Kontrol S : Tidak ada kelompok kontrol</p>

					<p>dapat ditangani dengan herbal kombinasi yang lebih besar daripada herbal lainnya. Dilihat dari perbedaan dan sebelum intervensi dapat diketahui bahwa kelompok aromaterapi kombinasi memiliki skor tertinggi sesudah intervensi yaitu 6 dibandingkan s = dengan lemon skor sesudah intervensi 5 dan jahe dengan skor sesudah intervensi 3</p>	
9.	<p>(Rahayu & Sugita, 2018)</p> <p>http://jurnalbidankestrad.com/index.php/jkk/arti cle/view/62</p>	<p>Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional Volume 3 Nomor 1 DOI : 10.37341/jkkt.v3i1.62</p>	<p>Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Dan Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Trucuk Klaten</p>	<p>D : <i>Quasi eksperimen</i> S : 32 ibu hamil trimester I (≤ 12 minggu) V independen : Aromaterapi lavender dan jahe V Dependen : Mual muntah pada ibu hamil I : Lembar observasi A : <i>Paired t-test dan independent t-test.</i></p>	<p>Analisa Statistik</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ada perbedaan yang signifikan antara mean intensitas derajat mual muntah sebelum dan sesudah pemberian aroma terapi jahe dengan nilai p value = 0,000 ($\alpha < 0,05$). - Ada perbedaan yang signifikan antara mean intensitas derajat mual 	<p>Kelompok Perlakuan S : 3 kelompok perlakuan yaitu dengan Aromaterapi Jahe, Lavender, kombinasi D : - W : 4 hari Kelompok Kontrol S : Tidak ada kelompok kontrol</p>

					<p>muntah sebelum dan setelah pemberian aroma terapi lavender dengan nilai p value + 0,000 ($\alpha < 0,05$).</p> <p>- Aroma terapi lavender lebih efektif terhadap mual muntah (8,50) dibandingkan dengan kelompok aroma terapi jahe (6,50),</p> <p>Makna Kualitatif</p> <p>- Artinya adalah aromaterapi lavender menunjukkan penurunan rerata mual muntah yang lebih besar. Didapatkan rerata frekuensi mual muntah yang diberikan lavender sebekum intervensi adalah 3,31 menjadi 0,87 (penurunan 2,44) sedangkan aromaterapi jahe menunjukkan penurunan yang lebih kecil yaitu sebelum intervensi 3,39 dan sesudah intervensi</p>	
--	--	--	--	--	---	--

					menjadi 2,06 (1,33). Kombinasi juga menunjukkan penurunan yang lebih kecil yaitu (penurunan 0,91)	
10	(Maesaroh & Putri, 2019) http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/IJKM/article/view/1741	Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai Volume 12 No 1 DOI : 10.26630/jkm.v12i1.1741	Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil	D : <i>Pra experimental</i> S : 30 orang trimester I (≤ 12 minggu) V Independen : Aromaterapi lemon V Dependen : Mual muntah ibu hamil I : Kuisisioner Rhodes A : <i>T-test</i>	Analisa Statistik - Ada pengaruh inhalasi aroma terapi lemon terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I (p value 0,000). - Penelitian memperoleh hasil rerata frekuensi mual muntah sebelum intervensi 17.37 kali, sedangkan setelah intervensi turun menjadi 12.43 kali. Makna Kualitatif - Artinya aromaterapi lemon dapat mengurangi frekuensi mual muntah dengan hasil kuisisioner rhodes yang menunjukkan bahwa frekuensi rerata mual muntah sebelum intervensi yaitu 17,37 menjadi 12,43 sehingga didapatkan hasil frekuensi	Kelompok Perlakuan S : Aromaterapi D : 5 tetes W : 3 hari (3x pernapasan dan diulangi 5-10 kali) Kelompok Kontrol S : Tidak terdapat kelompok kontrol

					rerata mual muntah yang berhasil diturunkan adalah 4,86	
11.	(D. A. Wulandari Et al., 2019) http://stikes.yahoedsmg.ac.id/ojs/index.php/sjkb/article/view/246	Jurnal SMART Kebidanan Volume 6 No 1 DOI : 10.34310/sjkb.v6i1.246 ISSN : 2503-0388	Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Nalumsari Jepara	D : <i>Quasy Eksperiment</i> S : 50 ibu hamil trimester I (≤ 12 minggu) V Independen : Jahe V Dependen : <i>Emesis gravidarum</i> I : Lembar observasi A : <i>Wilcoxon dan Mann Whitney</i>	Analisa Statistik - Ada pengaruh pemberian minuman jahe hangat terhadap emesis gravidarum pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Nalumsari Jepara dengan Uji Mann Whitney mendapatkan nilai p 0.000 Makna Kualitatif - Artinya jahe dapat mengurangi frekuensi rerata mual muntah dimana hasil rerata frekuensi mual muntah yang berhasil diturunkan lebih besar daripada kelompok kontrol. Jahe sebelum intervensi rerata mual muntah yaitu 13,0 menjadi 7,56 (penurunan 5,44) sedangkan kontrol sebelum intervensi	Kelompok Perlakuan S : Minuman (ekstrak) D : 700mg W : 7hari (2x sehari) Kelompok Kontrol S : Inhalasi lemon D : - W : 7hari (2x sehari)

					menunjukkan rerata frekuensi mual muntah sebesar 13,96 menjadi 12,88 (1,08)	
12.	(Dyna & Febriani, 2020) http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/689	Jurnal Keperawatan Volume 12 No 1 DOI : 10.32583/keperawatan.v12i1.689 ISSN : 2549-8118	Pemberian Aromaterapi Ginger Oil Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Morning Sickness	D : eksperimental S : 12 ibu hamil trimester I (≤ 12 minggu) V Independen : Aromaterapi jahe V Dependen : Mual muntah ibu hamil I : Lembar PUQE dan lembar SOP A : Distribusi frekuensi dan uji T test	Analisa Statistik - Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara aromaterapi ginger oil terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil morning sickness (p value 0,000 $\alpha = 0,05$). Makna Kualitatif - Artinya bahwa jahe dapat menurunkan frekuensi rerata mual muntah secara signifikan. Dimana dapat diketahui juga dalam hasil uji sebelum intervensi rerata frekuensi mual muntah menunjukkan 11,08 dan turun menjadi 8,33 setelah intervensi. Sehingga jahe berhasil menurunkan frekuensi rerata mual muntah sebesar 2,75	Kelompok Perlakuan S : Minyak (aromaterapi) D : 2 tetes W : 10 menit (2-3 kali tarikan nafas) Kelompok Kontrol S : Tidak terdapat kelompok kontrol (<i>one group pre- post test design</i>)

13.	(Maghfiroh & Astutti, 2017) http://stikes.yahoedsmg.ac.id/ojs/index.php/sjkb/article/view/65	Jurnal SMART Kebidanan Volume 1 Nomor 2 DOI : 10.34310/sjkb.v3i2.65 ISSN : 2503-0388	Pengaruh Permen Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kendal 2016	D : <i>Pre eksperimen</i> S : 38 ibu hamil uk 0-12 minggu V Independen: Jahe V Dependen : <i>Emesis gravidarum</i> I : Lembar observasi A : <i>Test mann whitney</i>	Analisa Statistik - Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh permen jahe terhadap emesis gravidarum pada ibuhamil trimester 1 dengan nilai p value ($p=0,022$, $\alpha = 0,05$). Makna Kualitatif - Artinya bahwa jahe dapat menurunkan frekuensi mual muntah. Di mana dapat diketahui bahwa terdapat 15 orang dari 19 orang yang berhasil tidak mengalami mual muntah lagi dan 4 orang lainnya masih mengalami mual muntah	Kelompok Perlakuan S : Permen (ekstrak) D : 3 permen sehari W : 6 hari (3x sehari) Kelompok Kontrol S : Tidak mendapatkan tambahan permen jahe D : - W : -
14.	(Soa et al., 2018) http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkebel/article/view/3745	Jurnal Kebidanan Volume 8 Nomor 2 DOI : 10.31983/jkb.v8i2.3745 ISSN : 2621-2870	Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Merah Dan Daun Mint Dengan Jeruk Nipis Dan Madu Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Waepana, Ngada, NTT.	D : <i>Quasi eksperimen</i> S : 22 ibu hamil trimester I (≤ 12 minggu) V Independen : Jahe merah dan daun mint dengan jeruk nipis dan madu V Dependen : Mual muntah ibu hamil I : Lembar observasi A : <i>Mann-</i>	Analisa Statistik - Pada perlakuan jeruk nipis dan madu , ada perbedaan tingkat intensitas muntah secara signifikan antara <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> ($p-value=0,002 > \alpha=0,05$) - Pada perlakuan jahe merah dan daun mint, ada	2 Kelompok Perlakuan Jeruk dan madu S : Minuman D : 30mg jeruk, 50gram madu W : 4 hari (1x sehari) Jahe dan mint S : Minuman D : 2,5 gram jahe, 3-5 lembar mint W : 4 hari (1x sehari) Kelompok kontrol S : Tidak

				<p><i>Whitney and Wilcoxon test.</i></p>	<p>perbedaan tingkat intensitas muntah secara signifikan antara <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> ($p\text{-value}=0,025 > \alpha=0,05$).</p> <p>- Hasil statistik didapatkan nilai $p = 0,004$. Dengan demikian nilai p lebih kecil dari α atau $0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, maka ada perbedaan antara rebusan jahe merah dan daun mint dengan jeruk nipis dan madu dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil</p> <p>Makna Kualitatif</p> <p>- Artinya pemberian jahe merah dan daun mint lebih efektif menurunkan rerata frekuensi mual muntah dibandingkan jeruk nipis dan madu berdasarkan mean rank yang lebih kecil maka hasil lebih berpengaruh</p>	<p>terdapat kelompok kontrol</p>
15.	(Sarwinanti &	Jurnal Kebidanan	Perbedaan Aromathe	D : <i>Quasy experiment</i>	Analisa Statistik - Pemberian	2 Kelompok Perlakuan

<p>Istiqomah, 2020)</p> <p>https://ejournal.unisayogya.ac.id/ejournal/index.php/jkk/article/view/1162</p>	<p>dan Keperawatan Aisyiyah Volume 15 No 2</p> <p>DOI : 10.31101/jkk.1162 </p> <p>ISSN : 2477-8184</p>	<p>rapi Lavender Dan Lemon Untuk Menurunkan Mual Muntah Ibu Hamil</p>	<p>S : 32 ibu hamil trimester I (≤ 12 minggu) V Independen : Lavender dan lemon V Dependen : Mual muntah ibu hamil I : Kuisisioner Rhodes A : Uji <i>t-test</i> <i>dependet</i></p>	<p>aromaterapi lemon menurunkan mual muntah ibu hamil trimester I dengan skor mual muntah sebelum diberikan aromaterapi lemon rata-rata sebesar 13,81, sedangkan setelah diberikan aromaterapi lemon rata- rata sebesar 5,81 dengan nilai $p=0,000$ ($<0,05$). - Ada perbedaan pemberian aromaterapi lavender dengan aromaterapi lemon terhadap mual muntah ibu hamil trimester I di Puskesmas X dengan nilai $p=0,009$ ($<0,05$). Makna kualitatif - Artinya bahwa aromaterapi lemon lebih efektif menurunkan frekuensi mual muntah dimana dapat dilihat dari rerata frekuensi mual muntah aromaterapi lemon lebih</p>	<p>S : Lavender (Aromaterapi) D : 3-10cc W : 6hari S : Lemon (Aromaterapi) D : 3-10cc W : 6hari Kelompok Kontrol S : Tidak terdapat kelompok kontrol</p>
--	---	---	---	---	--

					<p>besar dibandingkan lavender yaitu rerata frekuensi mual muntah sebelum diintervensi 13,8 menjadi 5,8 (penurunan 8). Sedangkan kelompok lavender hanya mengalami penurunan sebelum intervensi yaitu 13,6 menjadi 9,3 (penurunan 4,3)</p>	
16.	<p>(Anita et al., 2018) http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/view/986</p>	<p>Jurnal Kesehatan Volume 9 Nomor 2 DOI : 10.26630/jk.v9i2.986 ISSN : 2548-5695</p>	<p>Perbedaan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I yang Diberikan Ekstrak Jahe dan Ekstrak Daun Mint</p>	<p>D : Eksperimen S : 102 ibu hamil trimester I (\leq 12 minggu) V Independen : Jahe degan mint V Dependen : Mual muntah ibu hamil I : Kuisisioner Rhodes A : uji <i>chi square</i>, uji t dependen dan independen</p>	<p>Analisa Statistik - Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,001$, maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengukuran nilai mual muntah sebelum dan setelah pemberian ekstrak jahe. - Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,0001$, maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengukuran nilai mual muntah sebelum dan setelah pemberian</p>	<p>Kelompok Perlakuan S : kapsul jahe (ekstrak) D : 250mg W : 4hari S : kapsul mint (ekstrak) D : 250mg W : 4hari Kelompok Kontrol S : obat standart puskesmas</p>

					<p>ekstrak mint.</p> <ul style="list-style-type: none">- Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,001$, maka dapat disimpulkan ada perbedaan pengukuran nilai mual muntah sebelum dan setelah pada kelompok kontrol (pengobatan standar puskesmas dengan vitamin B6).- Tidak terdapat perbedaan rerata mual muntah ibu hamil trimester I yang mendapat ekstrak jahe dan mint dengan nilai $p=0,548$, ekstrak jahe dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0,807$, ekstrak mint dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0,407$ Jahe dan mint dapat menjadi terapi alternatif mengurangi mual muntah ibu hamil trimester I <p>Makna Kualitatif</p> <ul style="list-style-type: none">- Artinya jahe dan mint dapat	
--	--	--	--	--	--	--

					<p>menurunkan frekuensi rerata muntah. Hal ini juga dapat dilihat dari hasil kuisioner rhodes yang menunjukkan frekuensi rerata muntah sebelum diintervensi jahe adalah 10,2 menjadi 6,5 (penurunan 3,7). Sedangkan mint sebelum diintervensi frekuensi muntah sebesar 10,6 menjadi 6,6 (penurunan 4)</p>	
--	--	--	--	--	---	--

HASIL PENELITIAN

Pada jurnal Internasional terdapat 4 jurnal yang berasal dari kota terbitan daerah Iran dan lainnya 1 jurnal berasal dari Turki dan 1 jurnal berasal dari India. Sedangkan pada jurnal Nasional sebagian besar berasal yaitu 8 jurnal berasal dari penelitian di daerah Pulau Jawa. Dalam rentang tahun terbit yang telah ditentukan, mayoritas tahun terbitan jurnal yang terkumpul yaitu pada tahun 2019 sejumlah 31%. Desain penelitian dalam beberapa jurnal yang telah dikumpulkan menggunakan quasy eksperimental memiliki jumlah yang paling banyak digunakan yaitu 38%.

Tabel 2. Karakteristik Studi Literatur

Kriteria		N	%
Jurnal Nasional		6	54,5
Jurnal Internasional		5	45,4
Total		11	100
Tahun Publikasi	2017	2	18,1
	2018	3	27,2
	2019	6	54,5
	2020	3	27,2
Total		11	100
Database	Google Scholar	6	54,5
	ScienceDirect	1	10,0
	Garuda	3	27,2
	Research Gate	1	10,0

	Total	11	100
Desain Penelitian	Deskriptif	9	81,2
	Cross Sectional	1	10,0
	Analitik	1	10,0
	Total	11	100

PEMBAHASAN

Secara keseluruhan, berdasarkan 16 jurnal yang telah dilakukan review ditemukan hasil yang signifikan bahwa jenis terapi herbal yang digunakan pada jurnal tersebut dapat menurunkan frekuensi emesis gravidarum. Jenis terapi herbal digolongkan kedalam dua jenis sediaan yaitu sediaan berupa aromaterapi dengan 8 jurnal yang mendukung dan sediaan berupa ekstrak dengan 8 jurnal yang mendukung. Terdapat 8 jurnal yang menggunakan sediaan aromaterapi memiliki keefektifan dalam menurunkan frekuensi emesis gravidarum. Jenis herbal tersebut berupa mint, lemon, jahe, lavender. Pada penggunaan herbal mint terdapat jurnal penelitian dari (Amzajerdi et al., 2019) yang menyatakan pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa dengan pemberian mint yang diberikan kepada 66 ibu hamil dengan melalui aromaterapi dapat menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil dengan tingkat signifikansi perbedaan mean dari skor rhodes menunjukkan hasil ($P < 0.001$). Selisih penurunan emesis gravidarum dengan menggunakan herbal lemon sebelum dan sesudah intervensi sebesar 9,63 dengan kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Penghirupan lemon dilakukan dengan jarak 2 cm dari hidung dan diulang saat ibu hamil merasakan mual. Ketika menghirup aromatik dari minyak essensial lemon maka akan memancarkan biomelekul, sel reseptor kemudian mengirim impuls ke otak atau sistem simbilik otak dimana pada sistem ini terdapat impuls yang merangsang pengeluaran hormon yang mampu menetralkan perasaan dan membuat perubahan fisik dan mental secara signifikan. Hal itu juga dapat merubah keadaan mual muntah menjadi lebih baik (Cholifah & Nuriyanah, 2019). Selain itu jahe juga dapat dikombinasikan dengan lavender seperti pada jurnal penelitian. Tetapi dalam penelitian tersebut lavender lebih efektif dibandingkan dengan kelompok kombinasi. Dimana hasil penelitiannya menunjukkan adanya perubahan frekuensi rerata mual muntah yang lebih besar pada kelompok lavender yaitu sebelum intervensi 3,31 menjadi 0,8 setelah intervensi. Lavender memiliki kandungan linalool dan linalyl acetate yang dapat memberikan efek analgesik serta kandungan atsiri dalam peningkatan kesehatan fisik dan emosi (Rahayu & Sugita, 2018).

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan literature review dari 16 jurnal terdapat 6 jenis herbal yang efektif dapat mengurangi emesis gravidarum yaitu jahe, mint, lemon, quince, lavender, jeruk. Jenis herbal tersebut dapat digunakan dalam sediaan aromaterapi maupun ekstrak. Herbal yang digunakan juga dapat dikombinasikan antara jenis herbal satu dengan lainnya. Dari beberapa jenis herbal tersebut, terdapat jenis

herbal yang paling efektif cepat dalam mengurangi emesis gravidarum yaitu herbal jenis jahe dan lemon. Jahe dengan sediaan aromaterapi dapat menurunkan frekuensi emesis gravidarum dengan waktu 10 menit dan dosis 2-3 tetes oil. Sedangkan herbal jenis lemon dengan sediaan ekstrak mampu menurunkan frekuensi emesis gravidarum dengan waktu 1 hari dan dosis 11 gram. Dengan observasi yang dilakukan pada 34 ibu hamil yang mengalami mual muntah, herbal mint mendapat signifikansi penurunan mual muntah dengan rerata sebelum diberikan intervensi yaitu 10,65 dan setelah dilakukan intervensi menjadi 5,015 Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa mint memiliki kandungan antispasmodic dan menthol yang berguna untuk memperlancar sistem pencernaan, membantu rileks dan mencegah produksi gas.

PENELITIAN LANJUTAN

Pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum* dengan terapi herbal dan pemanfaatan produk lokal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bapak Budi Susatia, S.Kp., M.Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Ibu Herawati Mansur, S.ST., M.Pd., M.Psi., selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Ibu Susanti Pratamaningtyas, M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi *literature review* ini. Pembimbing skripsi, kedua orang tua dan teman-teman semua semoga sehat dan diberikan kelancaran menyelesaikan study.

DAFTAR PUSTAKA

- ACOG. (2020). Morning Sickness: Nausea and Vomiting of Pregnancy. [https://www.acog.org/en/Womens Health/FAQs/Morning Sickness Nausea and Vomiting of Pregnancy](https://www.acog.org/en/Womens_Health/FAQs/Morning_Sickness_Nausea_and_Vomiting_of_Pregnancy)
- Afriyanti, D. (2017). Efektivitas Wedang Jahe Dan Daun Mint Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di PMB YF Kota Bukittinggi Tahun 2017. *Human Care Journal*, 2(3). <https://doi.org/10.32883/hcj.v2i3.642>
- Ahmadi, F. (2019). *Kehamilan, Janin, & Nutrisi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Amzajerdi, A., et all. (2019). Effect Of Mint Aroma On Nausea, Vomiting And Anxiety In Pregnant Women. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(8), 5. https://doi.org/10.4103/jfmprc.jfmprc_480_19
- Anggraeny, O., & Ariestiningsih, A. D. (2017). *Gizi Prakonsepsi, Ibu Hamil dan Menyusui*. Malang: Universitas Brawijaya Press.
- Anita, A., Aprina, A., & Aryani, R. (2018). Perbedaan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I yang Diberikan Ekstrak Jahe dan Ekstrak Daun Mint. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 253. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.986>
- Cholifah, S., & Nuriyanah, T. E. (2019). Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 4(1), 36. <https://doi.org/10.21070/mid.v4i1.1844>
- Coronado, P. J., Fasero, M., Álvarez-Sánchez, Á., & Rey, E. (2014). Prevalence and persistence of nausea and vomiting along the pregnancy. *Rev Esp Enferm Dig*, 106, 7.
- Deswani, Mulyanti, Y., & Desmarnita, U. (2019). *Asuhan Keperawatan Prenatal Dengan Pendekatan Neurosains*. Malang: Wineka Media.
- Dinkes Jatim. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2019*.
- Dyna, F., & Febriani, P. (2020). Pemberian Aromaterapi Ginger Oil Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Morning Sickness. 12(1), 6.
- Mudlikah, S., H, S. D., & Ningrum, N. I. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Mual Muntah Kehamilan dengan Waktu Mual Muntah Kehamilan di PUSKESMAS Sumobito Kota Jombang. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 5(1), 22. <https://doi.org/10.21070/mid.v5i1.2480>
- Novieastari, E., dkk (2019). *Fundamentals of Nursing Vol 1- 9th Indonesian Edition*. Singapore: Elsevier Health Sciences.

- Pulungan, P. W., dkk (2020). Ilmu Obstetri dan Ginekologi Untuk Kebidanan. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Rahayu, R., & Sugita, S. (2018). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Dan Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di BPM Trucuk Klaten. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 3(1). <https://doi.org/10.37341/jkkt.v3i1.62>
- Somoyani, N. K. (2018). Literature Review: Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Masa Kehamilan. 8(1), 8.
- Supriyatna, Febriyanti, R. M., Dewanto, Wijaya, I., & Ferdiansyah, F. (2015). Fitoterapi Sistem Organ: Pandangan Dunia Barat terhadap Obat Herbal Global. Yogyakarta: Deepublish.
- Tamar, M., Nursanti, I., & Nugroho, N. (2020). Efek Inhalasi Aromaterapi Lemon, Jahe Dan Kombinasi Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Journal of Islamic Nursing*, 5(1), 41. <https://doi.org/10.24252/join.v5i1.10395>
- Yuliarti, N. (2018). Sehat, Cantik, Bugar dengan Herbal dan Obat Tradisional (10th ed.). Yogyakarta: Penerbit Andi.