

PENGARUH KOMBINASI AKUPRESUR TITIK P6 DAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP MUAL MUNTAH PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER 1

Sumiati¹, Lita Ripiani², Tuti Meihartati^{3*}

¹ Dosen Program Studi Kebidanan ITKES Wiyata Husada Samarinda

²: Mahasiswi Program Studi S1 Kebidanan ITKES Wiyata Husada Samarinda

³ Dosen Program Studi Kebidanan ITKES Wiyata Husada Samarinda

Korespondensi: tuti@itkeswhs.ac.id

ABSTRACT

Background: Pregnancy nausea vomiting are among the most common pregnancy disorders, particularly during the first trimester. There are 90% of women who experience nausea and vomiting at some point during their pregnancy. Nausea and vomiting can have an impact on the mother's health as well as the fetus's growth and development. Acupressure point P6 and lemon aromatherapy can treat nausea and vomiting without pharmaceuticals. Purpose: To determine the combination of acupressure at the Pericardium 6 (P6) and lemon aromatherapy on nausea and vomiting in primigravida mothers in the first trimester. Method: This type of research a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest design. PUQE instrument observation sheet measuring instrument. Result: Nausea and vomiting before the intervention, all 15 respondents (88.2%) experienced moderate nausea and vomiting, and two respondents (11.8%) experienced severe nausea and vomiting. Following the intervention, 13 respondents (76.5%) experienced mild nausea and vomiting, four (23.5%) experienced moderate nausea and vomiting, and none experienced severe nausea and vomiting. There was an effect of a combination of Pericardium 6 (P6) point acupressure and lemon aromatherapy on nausea and vomiting in first-trimester primigravida mothers at the Obstetrics Clinic of Pertamina Hospital Balikpapan with a p-value of 0.000. Conclusion: Pericardium 6-point acupressure (P6) combined with lemon aromatherapy is effective. To aid in the reduction of nausea and vomiting in first-trimester pregnant women.

Keywords: Acupressure, Pericardial Point 6 (P6), Lemon Aromatherapy, Nausea Vomiting

PENDAHULUAN

Mual dan muntah pada kehamilan merupakan salah satu gangguan kehamilan yang paling umum dan terjadi terutama selama trimester pertama serta dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita hamil. Mual muntah pada kehamilan merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stress yang dikaitkan dengan kehamilan selama masa kehamilan. Mual muntah merupakan keluhan umum dalam kehamilan akibat dari perubahan sistem endokrin khususnya peningkatan hormon hCG dalam kehamilan (Rofifah, 2017 dalam Tanjung & Nasution, 2020).

Di dunia sebanyak 90% wanita mengalami beberapa bentuk mual dan muntah (Tiran dalam Kundarti et al., 2017). Mual muntah terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian beragam mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan dan 1,9% di Turki dan 0,5%-2% di Amerika Serikat (Oktavia, 2016).

Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia Tahun 2018, di Indonesia terdapat 50-90 % kasus mual muntah yang di alami oleh ibu hamil dan komplikasi kehamilan dengan mual muntah terjadi sekitar 3%. Data di Indonesia, perbandingan insidensi mual muntah yang mengarah pada patologis 4 : 1000 kehamilan. Diduga 50% sampai 80% ibu hamil mengalami mual muntah dan kira-kira 5% dari ibu hamil membutuhkan penanganan untuk penggantian cairan dan koreksi ketidakseimbangan elektrolit (Kartikasari, 2017). Rumah Sakit Pertamina Balikpapan tahun 2020 berdasarkan Data Rekam Medis di Poli Kebidanan tahun 2020 sebanyak 93 orang (61,2%) ibu hamil memiliki keluhan mual muntah dan sebanyak 25% orang dirawat dengan kasus mual muntah yang

membutuhkan penanganan untuk penggantian cairan dan koreksi ketidakseimbangan elektrolit.

Salah satu terapi non farmakologi untuk mengatasi mual muntah adalah akupresur pada titik Perikardium 6 (P6) yang merupakan pengobatan Cina titik Perikardium 6 selanjutnya ditulis titik P6. Pada "*Accupunctur in Clinical Practice*" dinyatakan bahwa stimulus pada titik P6 merupakan titik penting yang diberikan akupresur pada klien dengan mual muntah. Efek stimulasi pada titik tersebut mampu meningkatkan pelepasan beta-endorphin di hipofise dan *adrenocortikotropic* (ACTH) sepanjang *chemoreceptor trigger zone* (CTZ) yang dapat menghambat pusat muntah (Farhat et al, 2016). Menurut Oktaviani (2013) dalam Renityas (2019) pemijatan pada PC 6 (*Nei guan*) dapat menurunkan mual muntah.

Hasil penelitian Robert (2017) dengan judul *Reduction of Nausea, vomiting and dry retches with P6 acupresure during pregnancy* menemukan bahwa Akupresur perikardium 6 berguna untuk mengurangi mual dan muntah. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Renityas (2019) dengan judul pengaruh titik nei guan (P6) terhadap pengurangan keluhan morning sickness pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Sananwetan Blitar menemukan bahwa wanita hamil trimester I yang mengalami muntah mual setelah diberikan akupresur mengalami penurunan mual muntah. Dari hasil uji diperoleh p-value 0,000.

Selain melalui terapi akupresure, usaha untuk mengurangi gejala mual muntah bisa dengan aromaterapi. Aromaterapi merupakan suatu metode pengobatan alternatif yang berasal dari bahan tanaman mudah menguap, dikenal pertama kali dalam bentuk minyak esensial. Aromaterapi memberikan ragam efek bagi penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran, bahkan bisa membantu ibu

hamil mengatasi mual salah satunya menggunakan aromaterapi lemon (Rahayu & Sugita, 2018). Aromaterapi lemon memiliki kandungan yang dapat membunuh bakteri meningokokus (*meningococcus*), bakteri tipus, memiliki efek anti jamur dan efektif untuk menetralsir bau yang tidak menyenangkan, serta menghasikan efek anti cemas, anti depresi, anti stres, dan untuk mengangkat dan memfokuskan pikiran. Adapun penelitian lain yang meneliti pengaruh aromaterapi lemon terhadap rasa mual pada ibu hamil trimester satu, hasil penelitian ini menyatakan ada pengaruh terhadap berkurangnya frekuensi mual setelah diberikan terapi (Santi, 2018 dalam Dewi & Safitri, 2018).

Penelitian Safajou, F. Shahnazi, M. dan Nazemiyeh (2017) yang menunjukkan bahwa aroma terapi lemon berpengaruh dalam menangani mual muntah kehamilan dengan nilai $p < 0,001$. Minyak esensial lemon (citrus lemon) adalah salah satu minyak herbal yang paling banyak digunakan pada kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan (Damarasri, 2017) karena mengandung senyawa limonene yang dikelompokkan sebagai komponen GRAS (*Generally Recognized as Safe*), artinya aman untuk dikonsumsi. Limonene juga tidak membawa gen yang bersifat alergi (Astawan, 2008 dalam Sidauruk, 2018). Menurut penelitian Kia et al. (2014) menyebutkan 40% wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan 26,5% dari mereka telah melaporkannya sebagai cara yang efektif untuk mengendalikan gejala mual muntah.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh kombinasi akupresur pada titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon

terhadap mual muntah pada ibu primigravida trimester 1 di Poli Kebidanan Rumah Sakit Pertamina Balikpapan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen*, dengan pendekatan rancangan desain *one group pretest - posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil primigravida trimester I di Poli Kebidanan Rumah Sakit Pertamina Balikpapan periode Juli – Agustus 2021. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *accidental sampling* yaitu sampel yang ditemui pada saat penelitian dilakukan dengan jumlah sampel 17 orang. Intervensi yang dilakukan adalah kombinasi akupresure titik P6 dan aromaterapi lemon yang dilakukan 10-15 menit. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan Instrumen Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis / Nausea (PUQE).). Teknik analisa data dengan menggunakan uji *paired t-test*.

HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik

Tabel 4.1 Karakteristik Responden DI Ruang Poli Kebidanan Rumah Sakit Pertamina Balikpapan

Karakteristik		F	Persentase(%)
Umur Responden	< 20 Tahun	1	5,9
	20-35 tahun	16	94,1
	>35 tahun	0	0
Pendidikan	Rendah (SD/SMP)	0	0
	Menengah (SMA)	10	58,8
	Tinggi (Diploma/PT)	7	41,2
Pekerjaan	Tidak Bekerja/RT	12	70,6
	Pegawai Swasta	5	29,4
Jumlah		17	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa hampir seluruh responden ibu hamil trimester I

berumur antara 20-35 tahun yaitu sebanyak 16 orang (94,1%), latar belakang pendidikan sebagian besar pendidikan menengah yaitu SMA sebanyak 10 orang (58,8%) dan latar belakang pekerjaan sebagian besar adalah IRT sebanyak 12 orang (70,6%)

1. Analisa Univariat

a. Distribusi frekuensi mual muntah sebelum diberikan kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon

Mual Muntah	F	Persentase
Ringan	0	0
Sedang	15	88,2
Berat	2	11,8
Jumlah	17	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan intervensi, mual muntah pada ibu hamil trimester I dari 17 responden hampir seluruh responden sebanyak 15 orang (88,2%) mengalami mual muntah sedang dan sangat sedikit responden yaitu 2 orang (11,8%) mengalami mual muntah berat dan tidak ada yang mengalami mual muntah ringan.

b. Distribusi frekuensi mual muntah sesudah diberikan kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon

Mual Muntah	F	Persentase
Ringan	13	76,5
Sedang	4	23,5
Berat	0	0
Jumlah	17	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sesudah dilakukan intervensi, mual muntah pada ibu hamil trimester I dari 17 responden hampir seluruh responden sebanyak 11 orang (76,5%) mengalami mual muntah ringan dan sangat sedikit responden yaitu 4 orang (23,5%) mengalami mual muntah sedang dan tidak ada yang mengalami mual muntah berat.

2. Analisa Bivariat

Perbedaan Rerata Skor Mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah diberikan kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon

Variabel	Pengukuran	Mean±SD	Beda Mean	95% CI	P-Value
Mual Muntah	Pre	10,53±1,908	5,294	4,788	0,000
	Post	5,24±2,047		5,801	

Pada *P value* didapatkan nilai sebesar $0,000 < 0,005$ dan perhitungan uji *t dependent* didapatkan nilai *t* hitung pada pengukuran mual muntah ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah adalah 22,156, sedangkan *t* tabel dengan derajat bebas $n-1 = 17-1 = 16$ dan $\frac{1}{2} \alpha = 2.5\%$ sebesar 2,119 sehingga $t_{hitung} 22,156 > t_{tabel} 2,119$, karena *t* hitung lebih besar daripada *t* tabel, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat di simpulkan bahwa ada perbedaan skor rata-rata mual muntah sebelum dan sesudah kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon yang artinya ada pengaruh pemberian kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon terhadap mual muntah ibu hamil trimester I di Poli Kebidanan Rumah Sakit Pertamina Balikpapan.

PEMBAHASAN

1. Mual muntah Sebelum dan Sesudah Dilakukan kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi berupa kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon hampir seluruh responden yaitu 88,2% mengalami mual muntah sedang dengan rata-rata mual muntah adalah 10,53 termasuk dalam katagori sedang dengan variasi mual muntah terendah adalah 8 masuk dalam katagori sedang dan mual muntah tertinggi adalah 15 termasuk dalam katagori mual muntah berat.

Penyebab mual dan muntah dianggap sebagai masalah multi faktoral. Teori yang berkaitan adalah faktor hormonal, pencernaan dan psikologis. Berdasarkan suatu studi prospektif pada 9000 wanita hamil yang mengalami mual muntah, didapatkan hasil risiko mual muntah meningkat pada primigravida, wanita yang berpendidikan kurang, merokok, kelebihan berat badan atau obesitas, memiliki riwayat mual muntah pada kehamilan sebelumnya. Mual muntah berhubungan dengan level hCG. hCG menstimulasi produksi esterogen pada ovarium. Esterogen diketahui meningkatkan mual dan muntah. Peningkatan esterogen dapat memancing peningkatan keasaman lambung yang membuat ibu merasa mual. Teori lain mengatakan bahwa sel-sel plasenta (villi kariolis) yang menempel pada dinding rahim awalnya ditolak oleh tubuh karena dianggap benda asing (Tiran, 2008 dalam Lestari, 2019).

Menurut peneliti mual muntah yang dialami ibu hamil trimester I sebagian besar berada pada katagori sedang dan hanya sedikit yang mengalami mual muntah berat, hal ini karena responden memiliki latar belakang umur reproduksi sehat dengan latar belakang pendidikan menengah dan rendah selain itu ibu juga memiliki status ekonomi tinggi karena ibu yang berkunjung dan melakukan ANC di Poli RSPB rata-rata adalah istri dari karyawan Pertamina dengan tingkat ekonomi tinggi. Menurut Suririnah (2016) Kesiapan ibu dilihat dari segi ekonomi menjadi salah satu penentu dalam proses kehamilan yang sehat. Keluarga dengan ekonomi yang cukup dapat memeriksakan kehamilannya secara rutin dan bisa merencanakan segala sesuatunya dengan baik sejak awal. Kejadian mual muntah berat banyak terjadi pada ibu hamil dengan ekonomi rendah.

2. Mual muntah Sesudah Dilakukan kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sesudah dilakukan intervensi berupa kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon hampir seluruh responden yaitu 76,5% mengalami mual muntah ringan dengan rata-rata mual muntah adalah 2,24 termasuk dalam katagori ringan dengan variasi mual muntah terendah adalah 2 masuk dalam katagori ringan dan mual muntah tertinggi adalah 8 termasuk dalam katagori mual muntah sedang.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 17 responden diperoleh nilai rata-rata kecemasan sebelum dilakukan kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon sebagian besar responden mengalami mual muntah ringan yaitu 76,5% dan 23,5% mengalami mual muntah sedang .

Penelitian menunjukkan bahwa ada penurunan skor mual muntah pada ibu hamil yang berarti keluhan mual muntah berkurang dimana yang awalnya mual muntah masuk katagori berat turun menjadi sedang dan mual muntah yang awalnya sedang setelah intervensi turun menjadi ringan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden yaitu ibu hamil trimester I mengalami penurunan keluhan mual muntah dan tidak ada yang tetap keluhan mual muntahnya setelah dilakukan intervensi. Hal ini disebabkan kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon memberikan dampak terhadap kejadian mual muntah karena akupresur dapat menurunkan skor total RINVR ibu yang cukup signifikan. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terapi komplementer atau non farmakologi juga dapat menjadi terapi alternatif terutama bagi

ibu hamil yang tidak dapat mengkonsumsi obat karena takut akan memperparah kondisi mual muntahnya.

Menurut peneliti setelah dilakukan intervensi menurunnya mual muntah setelah dilakukan intervensi dimana setelah dilakukan intervensi tidak ada lagi ibu yang mengalami mual muntah berat dan sebagian besar responden sudah mengalami skala mual muntah dari sedang menjadi ringan, hal ini disebabkan karena ibu hamil trimester III melakukan kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon dengan sungguh-sungguh dan mengikuti instruksi sehingga memberikan hasil yang optimal.

3. Pengaruh kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kombinasi akupresur titik perikardium (P6) dan aromaterapi lemon terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan nilai p value 0,000. hal ini menjelaskan bahwa dengan diberikan intervensi berupa kombinasi akupresur titik perikardium (P6) dan aromaterapi lemon akan menurunkan gejala mual muntah pada ibu hamil trimester I dan kesehatan ibu hamil semakin membaik.

Pada penelitian ini, untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I diberikan terapi akupresur, dan dari hasil penelitian menunjukan bahwa akupresur pada titik Nei Guan efektif dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I. Sebab akupresur pada titik Nei Guan, dapat merangsang keluarnya hormon kortisol yang dapat meningkatkan metabolisme tubuh sehingga mual dan muntah yang dirasakan dapat berkurang. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang

bermakna antara hasil post-test dengan hasil pre-test. Dimana hal ini berarti tindakan akupresur dapat menurunkan skor total RINVR ibu yang cukup signifikan. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terapi komplementer atau non farmakologi juga dapat menjadi terapi alternatif terutama bagi ibu hamil yang tidak dapat mengkonsumsi obat karena takut akan memperparah kondisi mual muntahnya.

Dampak accupresure titik perikardium (P6) terhadap mual muntah pada ibu hamil adalah setelah terjadi kehamilan, aliran chi xue (energy dan darah) dalam meridian yang merawat organ rahim yaitu Ren dan Chong menjadi sangat aktif untuk memelihara janin yang tumbuh dalam rahim. Gerakan chi ke atas yang kuat ini bisa menghambat aliran chi lambung yang bergerak ke bawah, sehingga timbul rasa penuh di epigastrium, bahkan sampai mual dan bila tekanan ke atas lebih kuat dari aliran ke bawah dapat terjadi muntah. Accupresure bekerja dengan cara meregulasi aliran chi ke atas dan chi ke bawah selaras, membantu kerja lambung, menenangkan emosi ibu hamil sehingga keluhan mual muntah berkurang sampai hilang dan penderita dapat makan dengan nyaman (Warianto, M, 2018). Terapi akupresur yang digunakan ini dapat menstimulasi sistem regulasi juga dapat mengaktifkan mekanisme neurologi dan endokrin yang merupakan mekanisme fisiologi dalam mempertahankan kondisi ibu.

Pada penelitian ini, peneliti mengkombinasikan accupresure titik perikardium (P6) dengan aromaterapi lemon dimana pada saat dilakukannya akupresur pericardium juga diberikan inhalasi aromaterapi lemon. Adanya aromaterapi lemon (*citrus lemon*) dan rasa nyaman serta merasa rileks yang ibu dapatkan setelah ibu hamil mendapatkan aromaterapi lemon (*citrus*

lemon) bisa mengurangi mual muntah yang mereka alami. Pemberian aromaterapi lemon (*citrus lemon*) membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman selama kehamilan. Sebuah studi mengevaluasi bagaimana aromaterapi lemon essential oil mempengaruhi wanita hamil yang biasanya sering mengeluh mual dan muntah.

Penelitian ini didukung oleh penelitian Wiwi Wardani Tanjung *et al.* (2019) meneliti tentang “ *Pengaruh akupresur pada titik perikardium 6 terhadap intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I*”. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat perubahan intensitas mual muntah yang dirasakan oleh ibu hamil Trimester I setelah dilakukan akupresur pada titik perikardium p6. sementara penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2017) yaitu pengaruh lemon inhalasi aromaterapi untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan trisemester I di BPM Istianatul Kebumen. Hasil penelitian diketahui bahwa aromaterapi lemon dapat menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trisemester I dengan pemberian 2-3 tetes aromaterapi lemon pada tisu sebanyak 3x hirupan dan diulangi lagi 5 menit jika ibu masih merasa mual muntah.

Menurut asumsi peneliti, kombinasi akupresure titik parikardium dan aromaterapi lemon responden menyatakan merasa lebih tenang dan nyaman serta sensasi mual yang dirasakan ibu tidak lagi seperti sebelum intervensi. Setelah intervensi responden juga menyatakan bahwa frekuensi mual muntah mulai berkurang, dimana ibu mengalami mual muntah terutama pada pagi hari tidak seperti biasanya dan pada waktu-waktu berikutnya yaitu siang dan malam hari frekuensi mual muntah yang dialami ibu sudah semakin sedikit, Kondisi ini mengindikasikan bahwa dengan pemberian kombinasi akupresure titik

parikardium dan aromaterapi lemon dapat menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil yang mengalami mual muntah.

SIMPULAN

Ada pengaruh kombinasi akupresur titik Perikardium 6 (P6) dan aromaterapi lemon terhadap mual muntah pada ibu primigravida trimester 1 di Poli Kebidanan Rumah Sakit Pertamina Balikpapan dengan nilai p value 0,000.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih disampaikan kepada ITKES Wiyata Husada Samarinda, dan pimpinan Rumah Sakit Pertamina Balikpapan, serta seluruh pihak yang telah membantu pelaksanaan.

REFERENSI

- Alfira, N, 2017, *Efek Akupresur Pada Titik P6 Dan St36 Untuk Mencegah Post Operative Nausea and Vomiting Pada Pasien Laparatomi Dengan Spinal Anestesi*. 42–51.
- Anastasia, S., Bayhakki, & Nauli, F, 2015, *Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lavender terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis*, *Journal of Medicine (JOM)*, 2(2), 1511–1512.
- Cholifah, S., & Nuriyanah, T. E, 2019, *Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I*. *Jurnal Kebidanan Midwifery*, 4(1), 36. <https://doi.org/10.21070/mid.v4i1.1844>
- Damarasri, N, D, 2017, *Penerapan Pemberian Aromaterapi Lemon dan Minuman Jahe untuk Mengurangi Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di BPM Sri Jumiyati Kabupaten Kebumen*. STIKES Muhammadiyah Gombong.
- Deni Eka Widyastuti, Eny rumiati, Desy widyastuti, 2019. *Terapi komplementer akupresur untuk mengatasi emesis*

- gravidarum pada ibu hamil trimester 1 tahun 2018. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, Vol 10
- Dewi, W. S., & Safitri, E. Y, 2018. Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan Wanti Mardiwati. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(3), 4–8. <https://doi.org/10.33221/jikes.v17i3.173>
- Farhat et al, 2016. The effectiveness of dry-cupping in preventing post-operative nausea and vomiting. *P6 Acupoint Stimulation A Randomized Controlled Trial. Clinical Trial/ Experimental Study; Medicine*.
- Fatimah, O. R, 2018. PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON ESSENTIAL OIL TERHADAP MUAL MUNTAH PASCA OPERASI SECTIO CAESAREA DENGAN SPINAL ANESTESI DI RSKIA SADEWA YOGYAKARTA. *Skripsi Thesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Goodwin T.M et al, 2012. Change 52 in Paternity and Recurrence of Hyperemesis Gravidarum. *National Institutes of Health*, 25(8), 1241–1245.
- Hafid, M. F, 2017. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Hasil Tes Potensi Akademik Siswa Kelas XII SMA Negeri 21 Makassar Tahun Pelajaran 2017/2018. *Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, Makassar*, 2(1), 1–13.
- Hartono, W, 2012. *Akupresur untuk Berbagai Penyakit*. Rapha Publishing. <https://media.neliti.com/media/publications/114343-IDhubungan-peran-orang-tua-dalam-pencegaha.pdf>
- Helena Laksmi Dewi dkk, 2017. *Pengelan Ilmu Pengobatan Timur Akupresur Level Ii KKNi Dan Akupresur Aplikatif Untuk Mengurangi Keluhan Pada Kasus-Kasus Kebidanan*.
- Irianti Bayu dkk, 2014. *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti*. Sagung Seto.
- Kartikasari, R. I, 2017. *Aromaterapi pappermint untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil*. *Jurnal Kebidanan STIKes Muhammadiyah Lamongan*, 53(1), 59–65. <http://dx.doi.org/10.1016/j.encep.2012.03.001>
- Kia et al, 2014. *Research Methods for Business and Management* (Vol. 2, Issue 3). MacMillan Publishing Company.
- Kundarti, F. I., Rahayu, D. E., & Utami, R, 2017. *Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (Zingiber Officinale) Terhadap Tingkatan Mual Muntah Pada Ibu Hamil*. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 18.
- Lestari, V. 2019. *Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama di Puskesmas Margorejo Metro Selatan Kota Metro Tahun 2019*. Diploma Thesis, Poltekkes Tanjungkarang.
- Maesaroh, S., & Putri, M, 2019. *Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil*. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(1), 30.
- Manuaba, 2013. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan. Edisi kedua*. EGC
- Morgan, G, 2016. *Obstetri dan genekologi panduan praktik*. EGC.
- Nevy Norma Renityas, 2019. *Pengaruh titik Nei Guan P6 terhadap pengurangan morning sickness pada ibu hamil trimester 1 di puskesmas Sanawetan Blitar*. *Jurnal kesehatan no.1 tahun 2019*.
- Notoatmodjo, 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S, 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Nursalam, 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan Edisi 2*. Salemba Medika.
- Oktavia, L, 2016. Kejadian Hiperemesis Gravidarum Ditinjau dari Jarak Kehamilan dan Paritas. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 41–46. <https://doi.org/10.30604/jika.v1i2.19>
- Purwoastuti & Walyani, 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Putri, A. K, 2016. *Pengaruh Corporate Social Responsibility terhadap Nilai Perusahaan dengan Ukuran Perusahaan dan Jumlah*

- Dewan Komisaris sebagai Variabel Pemoderasi (Studi pada Perusahaan Manufaktur yang terdaftar Bursa Efek Indonesia). Jurnal Aplikasi Manajemen, 14(2).*
- Rahayu & Sugita, 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), 1–56.*
- Renityas, N. N, 2019. *Pengaruh Titik Nei Guan (P6) Terhadap Pengurangan Keluhan Morning Sickness pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Sanwetan Blitar.* Jurnal Kesehatan, 3(1), 46–49.
- Rukiyah, Yeyen Ai; Yulianti, L. 2012. *Asuhan Kebidanan 4 (Patologi).* CV Trans Info Media.
- Safajou, F. Shahnazi, M. dan Nazemiyeh, H. J. I. J. C. M. J, 2014. *The Effect of Lemon Inhalation Aromatherapy on Nausea and Vomiting of Pregnancy: A Double-Blinded, Randomized, Controlled Clinical Trial.* Iranian Red Crescent Medical Journal, 16.
- Sari, A. R, 2020. *Hubungan Karakteristik Individu dengan Pengetahuan tentang Pencegahan Coronavirus Disease 2019 pada Masyarakat di Kalimantan Selatan.* Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 15(1), 42.
- SDKI, 2018. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017.* <https://doi.org/10.1111/j.1471-0528.2007.01580>.
- Setiawan, R. A, 2017. *Gambaran Identitas Diri Pada Pasangan Infertil di RSUD Dr. Moewardi.* Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Setyowati, H, 2018. *Akupresure Untuk Kesehatan Wanita.* Hasil Penelitian. Magelangan: Unimma Press.
- Sherly, Y, 2017. *Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Intensitas Mual Muntah pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialis di RSUD Ungaran dan RSUD Ambarawa.* Skripsi. Universitas Ngudi Waluyo.
- Sidauruk, I, 2018. *Stabilitas Vitamin C dan Aktivitas Antioksidan pada Infused Water Buah Lemon Menggunakan Kemasan Plastik dan Kemasan Kaca.* Semarang : Universitas Katolik Soegijapranata Jurusan Teknologi Pangan.
- Soekodjo Notoatmodjo, 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan (III).* Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2017). *Statistika Untuk Penelitian.* ALFABETA.
- Sukarni, I dan Margareth, Z. H, 2013. *Kehamilan, Persalinan dan Nifas.* Nuha Medika.
- Susanti, M, 2017. *Pengaruh Lemon Inhalasi Aromaterapy untuk Mengurangi Mual Muntah pada Kehamilan Trisemester I di BPM Istianatul Kebumen.* Journal Ilmu Kebidanan.
- Tanjung, W. W., & Nasution, E. Y, 2020. Akupresur Titik Perikardium 6 pada Ibu Hamil Trimester I Akademi Kebidanan Darmas Padangsidempuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA), 3(1), 100–103.*
- Tarsikah, Susanto, H. & Sastramihardja, H. . (2017). *Penurunan Nyeri Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif Pasca Penghirupan Aromaterapi Lavender di Rumah Bersalin Kasih Ibu Tuban.* [www.digilib.unpad.ac.id/ file=pdf/abtrak-124684.pdf](http://www.digilib.unpad.ac.id/file=pdf/abtrak-124684.pdf)
- Vitrianingsih, V., & Khadijah, S. (2019). Efektivitas Aroma Terapi Lemon untuk Menangani Emesis Gravidarum. *Jurnal Keperawatan, 11(4), 277–284.* <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v11i4.598>
- Wegrzyniak, L.J., Repke, J.T., Ural, S. H. (2012). Treatment of Hiperemesis Gravidarum. *Reviews in Obstetrics Dan Gynecology, 5(2), 78–84.* <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3410506>
- Wiwi wardani tanjung, Yanna wari, Adi antoni, 2019. *Pengaruh akupresur pada titik perikardium 6 terhadap intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I.* Jurnal Education and development Institut pendidikan Tapanuli Selatan

- Wiulin Setiowati, Noor aida ariyanti, 2019. *Pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I.*Jurnal Darul Ashar, 77 - 83
- Wisdyana Saridewi, Erni yulia safitri. 2018.*Pengaruh aromaterapi lemon terhadap emesis gravidarum di praktik mandiri Wanti Mardiwati kota Cimahi.*Jurnal Ilmiah Kesehatan.
- WHO Kemenkes, 2016. *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Ibu Di Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan.* WHO, et al.
- Wiknjosastro, 2017. *Ilmu kandungan dan Reproduksi.* EGC.
- Winarni, W, 2019. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea dengan Spinal Anastesi di RSUD Prof. DR. Margono Soekarjo. Diploma Thesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.*