



**PENGARUH PEMBERIAN INHALASI PEPPERMINT TERHADAP INTENSITAS  
MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER 1 DI PMB NELI KUSRIYANTI  
KOTABUMI LAMPUNG UTARA  
TAHUN 2021**

***THE EFFECT OF GIVING PEPPERMINT INHALATION ON THE INTENSITY OF  
NAUSEA AND VOMITING IN PREGNANT WOMEN TRIMESTER 1 AT PMB NELI  
KUSRIYANTI KOTABUMI LAMPUNG UTARA YEAR 2021***

Nisa Septiana<sup>1</sup>, Yona Desni Sagita<sup>2</sup>, Linda Puspita<sup>3</sup>, Riona Sanjaya<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Kebidanaan Program Sarjana Terapan

Fakultas Kesehatan Universitas Aisyah Pringsewu

Jl. A. Yani No. 1 A Tambahrejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung 35372

e-mail : [nisaseptiana2@gmail.com](mailto:nisaseptiana2@gmail.com)

**ABSTRAK**

Angka Kejadian mual muntah pada tahun Provinsi Lampung tahun 2017 tingginya angka kejadian emesis gravidarum pada wanita hamil yaitu 50- 90%, sedangkan *hiperemesis gravidarum* mencapai 10 - 15% di Provinsi Lampung dari jumlah ibu hamil yang ada yaitu sebanyak 182.815 orang Tahun 2018 dari 450 ibu hamil, sebanyak 94 (20,8%) ibu mengalami *hipermesis gravidarum* dan ibu dengan keluhan mual muntah sebanyak 102 (22,6%). Tujuan diketahui Pengaruh Pemberian Inhalasi Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan rancangan penelitian *quasi eksperiment* atau eksperiment semu. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil dengan objek ibu hamil TM I yang mengalami mual muntah. Tempat penelitian akan dilakukan di Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara. Penelitian telah di lakukan pada bulan Mei – Juni 2021. Penelitian ini di lakukan pada 15 responden di PMB Neli Kusriyanti dengan cara pengambilan acidental sampling, pada ibu mual muntah. Pengukuran di lakukan secara observasi menggunakan PUQE dan di berikan inhalasi papermint sesuai dengan SOP. Analisa data di lakukan menggunakan SPSS.

Hasil penelitian diketahui rata-rata mual muntah sebelum diberikan terapi adalah 8,80 dengan nilai *standar deviation* 1,935, nilai minimal 6 dan nilai maksimal 12. Diketahui rata-rata mual muntah setelah diberikan terapi adalah 6,67 dengan nilai *standar deviation* 1,496 nilai minimal 4 dan nilai maksimal 9. Pengaruh pemberian inhalasi peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara tahun 2021 dengan p-value 0,000. Saran bagi tenaga kesehatan untuk dapat memberikan terapi papermint pada ibu hamil dengan keluhan mual muntah atau melakukan sosialisasi dan KIE pada ibu hamil dengan keluhan mual muntah agar dapat melakukan penanganan mandiri dirumah.

Kata Kunci : Inhalasi Peppermint, mual muntah, ibu hamil

**ABSTRACK**

*The incidence rate of nausea and vomiting in Lampung Province in 2017, the high incidence of emesis gravidarum in pregnant women was 50- 90%, while hyperemesis gravidarum reached 10-15% in Lampung Province from the number of pregnant women who were 182,815 people in 2018*

out of 450 mothers. pregnant, as many as 94 (20.8%) women experienced hyperemesis gravidarum and mothers with complaints of nausea and vomiting as many as 102 (22.6%). The objective is to know the effect of Peppermint inhalation on the intensity of nausea and vomiting in trimester I pregnant women at PMB Neli Kusriyanti, Kotabumi, North Lampung in 2021.

This research is a quantitative research, with a quasi-experimental research design or quasi-experimental research. The subjects in this study were all pregnant women with the object of TM I pregnant women experiencing nausea and vomiting. The research site will be conducted at PMB Neli Kusriyanti Kotabumi, North Lampung. The research is planned to be carried out in May - June 2021.

The results showed that the average nausea and vomiting before being given therapy was 8.80 with a standard deviation value of 1.935, a minimum value of 6 and a maximum value of 12. It is known that the average nausea and vomiting after being given therapy is 6.67 with a standard deviation value of 1.496 with a minimum value of 4. and maximum value 9. Effect of peppermint inhalation on the intensity of nausea and vomiting in pregnant women in trimester I at PMB Neli Kusriyanti Kotabumi, North Lampung in 2021 with a p-value of 0.000. Suggestions for this study can add insight for respondents to deal with complaints of nausea and vomiting.

*Keywords: Peppermint inhalation, nausea and vomiting, pregnant women*

## I. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses berkesinambungan yang dimulai dari ovulasi, konsepsi, nidasi, implantasi dan perkembangan embrio di dalam uterus hingga aterm (Winkjosastro, 2016). Kehamilan mempengaruhi tubuh ibu secara keseluruhan dengan menimbulkan perubahan-perubahan fisiologi yang terjadi di seluruh sistem organ, sebagian besar perubahan pada tubuh ibu kebanyakan disebabkan oleh kerja hormonal (Manuaba, 2013). Perubahan ini terjadi akibat adanya ketidakseimbangan hormon *progesteron* dan *estrogen* yakni hormon kewanitaan yang ada di dalam tubuh ibu sejak terjadinya proses kehamilan (Sulistiyawati, 2012).

Angka Kejadian mual muntah pada tahun 2019 terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 0,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, 1,9% di Turki dan di Amerika Serikat prevalensi mual muntah pada ibu hamil adalah 0,5%-2%. Diduga 50% sampai 80% ibu hamil mengalami mual muntah. Kira-kira 5% dari ibu hamil membutuhkan penanganan untuk mengganti cairan dan koreksi ketidakseimbangan elektrolit (Khasanah, 2019) Dari hasil penelitian Herrel (2019) mengatakan bahwa sekitar 80% dari wanita melaporkan gejala mual muntah berlangsung sepanjang hari dan 1,8% melaporkan gejala mual muntah terjadi di pagi hari. Di Indonesia

sebanyak 50% - 75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester pertama atau awal-awal kehamilan (Harahap, 2020).

Jumlah kehamilan di Provinsi Lampung tahun 2019 sebanyak 118.241 ibu, dengan kehamilan tertinggi di Kabupaten Lampung tengah sebanyak 19.211 dan terendah di Kabupaten Pesisir Barat sebanyak 1.421 sedangkan Kabupaten Pesawaran sebanyak 11.121 berada di urutan 5 teratas (Dinkes Lampung, 2020).

*Emesis gravidarum* bila tidak segera ditangani akan bertambah menjadi hiperemesis dan dapat mengakibatkan pertumbuhan janin terganggu, janin mati dalam kandungan dan janin dapat mengalami kelainan koggenital (Tiran, 2012). Dampak *Hiperemesis Gravidarum* yaitu dehidrasi yang menimbulkan konsumsi O<sub>2</sub> menurun, gangguan fungsi *liver* dan terjadi *Ikterus*, terjadi perdarahan pada *Parenkim liver* sehingga menyebabkan gangguan fungsi umum alat-alat vital dan menimbulkan kematian. Hiperemesis gravidarum dalam kasus-kasus individual, mengancam kehidupan dan pengobatan harus dimulai segera. Dampaknya termasuk dehidrasi, asidosis karena nutrisi yang tidak memadai, alkalosis karena kehilangan hidroklorida dan hipokalemia (Manuaba, 2013)

Penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat Mual dan muntah yang umum pada kehamilan, terjadi pada 70 - 85% dari semua wanita yang mengalami kehamilan. *Hiperemesis gravidarum* terjadi pada 0,5 - 2% kehamilan, dengan variasi kejadian yang timbul dari kriteria diagnostik yang berbeda dan variasi

etnis, tingkat kejadian sebesar 0,8% untuk *hiperemesis gravidarum* dan rata-rata 1 pasien *hiperemesis* dirawat di rumah sakit rata-rata 2 - 4 hari (Ariyanti, 2020).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2016 tingginya angka kejadian emesis gravidarum pada wanita hamil yaitu 50- 90%, sedangkan *hiperemesis gravidarum* mencapai 10 - 15% di Provinsi Lampung dari jumlah ibu hamil yang ada yaitu sebanyak 182.815 orang (Dinkes Lampung, 2017).

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa dari tahun ke tahun terjadi peningkatan angka kejadian kasus. Tahun 2018 dari 450 ibu hamil, sebanyak 94 (20,8%) ibu mengalami *hiperemesis gravidarum* dan ibu dengan keluhan mual muntah sebanyak 102 (22,6%). Berdasarkan data pre survey yang dilakukan di PMB Neli Kusriyanti didapat data kunjungan *antenatal care* pada bulan Juli – Oktober 2020 terdapat 145 orang ibu hamil trimester I yang memeriksakan kehamilannya. Dan didapatkan ibu hamil trimester I yang mengalami kejadian mual muntah ada sejumlah 76 (52,4%) ibu hamil.

Mual dan muntah pada kehamilan biasanya bersifat ringan dan merupakan kondisi yang dapat dikontrol sesuai dengan kondisi ibu hamil. Kondisi tersebut terkadang berhenti pada trimester pertama, namun pengaruhnya dapat menimbulkan gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, penurunan berat badan, serta ketidakseimbangan elektrolit. Mual dan muntah pada kehamilan berlebih atau *hiperemesis gravidarum* tidak hanya mengancam kehidupan ibu hamil, namun juga dapat menyebabkan efek samping pada janin seperti abortus, bayi lahir rendah, kelahiran prematur, serta malforasi pada bayi baru lahir.

Kejadian pertumbuhan janin terhambat (*Intrauterine growth retardation/IUGR*) meningkat pada wanita hamil dengan *hiperemesis gravidarum*. Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan non farmakologi yang biasa disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk relaksasi, dan aromaterapi (Putri, 2020).

*Etiologi* dan *patogenesis* emesis dan *hiperemesis gravidarum* berkaitan erat dengan etiologi dan patogenesis mual dan muntah pada kehamilan. Penyebab pasti mual dan muntah yang dirasakan ibu hamil belum

diketahui, tetapi terdapat beberapa teori yang mengajukan keterlibatan faktor-faktor biologis, sosial dan psikologis. Faktor biologis yang paling berperan adalah perubahan kadar hormon selama kehamilan. Menurut teori terbaru, peningkatan kadar *human chorionic gonadotropin* (hCG) akan menginduksi ovarium untuk memproduksi estrogen, yang dapat merangsang mual dan muntah (Gunawan, 2011).

Lebih baik jika ibu hamil mampu mengatasi masalah mual muntah pada awal kehamilan dengan menggunakan terapi pelengkap nonfarmakologis dan komplementer terlebih dahulu. Penggunaan terapi pelengkap nonfarmakologis bersifat noninstruktif, noninvasif, murah, sederhana, efektif dan tidak mempunyai efek samping yang merugikan bagi ibu hamil (Solehati, 2015). Untuk menghindari adanya efek samping yang ditimbulkan oleh obat-obatan tersebut, maka penatalaksanaan mual muntah juga dapat dilakukan dengan memberikan terapi non farmakologi seperti akupunktur, aromaterapi, pendekatan nutrisi, terapi manipulatif dan pendekatan psikologis (Tiran, 2012).

Penggunaan aromaterapi dapat diberikan melalui beberapa cara, antara lain inhalasi, berendam, pijat, dan kompres. Berdasarkan keempat cara tersebut, cara yang tertua, termudah, dan tercepat diaplikasikan adalah aromaterapi inhalasi. Mekanisme kerja perawatan aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua sistem fisiologis, yaitu sirkulasi tubuh dan sistem penciuman, serta dapat mempengaruhi kondisi psikis, daya ingat, dan emosi seseorang (Tiran, 2012).

Salah satu aromaterapi yang sering digunakan ialah peppermint (*mentha piperita*). Peppermint termasuk dalam marga labiate yang memiliki tingkat keharuman yang sangat tinggi, aroma yang dingin menyegarkan dan bau mentol yang mendalam. Peppermint mengandung khasiat anti kejang dan penyembuhan yang andal untuk kasus mual, salah cerna, susah membuang gas diperut, diare, sembelit, sakit kepala dan pingsan (Lubis, 2019).

Kata aromaterapi berarti terapi dengan menggunakan minyak esensial yang ekstrak atau unsur kimianya diambil dengan utuh. Aromaterapi adalah bagian dari ilmu herbal (Vitrianiingsi, 2019). Aromaterapi artinya pengobatan menggunakan wangi-wangian, merujuk pada penggunaan minyak esensial

dalam penyembuhan untuk memperbaiki kesehatan serta kenyamanan emosional dan dalam mengembalikan keseimbangan badan. Aromaterapi minyak esensial dapat mengatasi keluhan fisik dan psikis. Yang paling sederhana adalah melalui indra penciuman dengan mencium aroma dari minyak esensial. Indra penciuman merangsang daya ingat yang bersifat emosional dengan memberikan reaksi fisik berupa tingkah laku. Aroma yang sangat lembut dan menyenangkan dapat membangkitkan semangat maupun perasaan tenang dan santai (Sari, 2018).

Aromaterapi peppermint mengandung menthol (35-45%) dan menthone (10%-30%) sehingga dapat bermanfaat sebagai antiemetik dan antispasmodik pada lapisan lambung dan usus dengan menghambat kontraksi otot yang disebabkan oleh serotonin dan substansi lainnya (Yantina, 2016). Aromaterapi peppermint yang mengandung minyak atsiri menthol memiliki efek karnimatif dan antispasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran pencernaan sehingga mampu mengatasi ataupun menghilangkan mual muntah (Tiran, 2012).

Penelitian Yantina (2016) menyimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian essensial oil pepermint dengan kejadian mual dan muntah pada ibu hamil trimester I sehingga dapat di harapkan bagi ibu hamil dan masyarakat untuk menggunakan pengobatan nonfarmakologis yang tepat untuk mengurangi mual dan muntah karena tidak menimbulkan efek samping yang merugikan bagi kesehatan ibu dan janin.

Penatalaksanaan mual dan muntah pada kehamilan tergantung pada beratnya gejala. Pengobatan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun nonfarmakologi. Terapi farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian antiemetik, antihistamin, antikolinergik dan kortikosteroid. Terapi non farmakologi dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional, akupuntur. Rasa mual pada awal kehamilan dapat juga diatasi dengan menggunakan aromaterapi. Aromaterapi memberikan ragam efek bagi penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran, bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi mual.

## HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

### Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)

Berdasarkan hasil prasurvei yang dilakukan 19 – 25 November 2020, terdapat 13 orang ibu yang hamil TM 1, peneliti melakukan wawancara tidak terstruktur dimana peneliti menanyakan kondisi mual dan muntah selama ibu hamil, dan dari hasil wawancara tersebut diketahui bahwa seluruh ibu mengalami mual dan muntah terutama pada pagi hari. Dari 13 orang ibu tersebut terdapat 8 (61,5%) ibu yang juga mengalami mual muntah di malam hari, namun tidak lebih dari 10x dalam sehari, terdapat 1 (7,6%) orang ibu yang mengalami mual dan muntah lebih dari 10x. dan sebanyak 2 (15,3%) ibu hanya mengalami mual di pagi hari. Dari ke 13 orang ibu tersebut, ibu mengatasi mual dan muntah dengan obat yang diberikan oleh bidan selain itu ada ibu yang mengkonsumsi permen jahe namun tidak ada satupun ibu yang menggunakan inhalasi peppermint untuk mengurangi mual dan muntah yang dialami dengan alasan belum pernah mencoba dan belum mengetahui jika inhalasi peppermint dapat mengurangi mual dan muntah yang dirasakan. dari keseluruhan ibu yang mengalami mual muntah, mengungkapkan ketidaknyamanan atas kondisi yang dihadapi sehingga memerlukan suatu tindakan atau pengobatan yang dapat mengurangi mual dan muntah sehingga ibu dapat menjalani aktifitas sehari-hari dengan nyaman.

Berdasarkan dari latar belakang masalah tersebut, maka peneliti tertarik mengambil judul Pengaruh Pemberian Inhalasi Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan rancangan penelitian *quasi eksperiment* atau eksperiment semu. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil dengan objek ibu hamil TM I yang mengalami mual muntah. Tempat penelitian telah dilakukan di Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara. Penelitian pada bulan April 2021

**Tabel 1****Rata-Rata Mual Muntah Sebelum Diberikan Terapi Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021**

Mual Muntah	Mean	SD	Min	Max	N
Sebelum Intervensi	8,80	1,935	6	12	15

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui rata-rata mual muntah sebelum diberikan terapi adalah 8,80 dengan nilai *standar deviation* 1,935, nilai minimal 6 dan nilai maksimal 12.

**Tabel 2****Rata-Rata Mual Muntah Setelah Diberikan Terapi Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021**

Mual Muntah	Mean	SD	Min	Max	N
Sesudah Intervensi	6,67	1,496	4	9	15

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui rata-rata mual muntah setelah diberikan terapi adalah 6,67 dengan nilai *standar deviation* 1,496 nilai minimal 4 dan nilai maksimal 9.

**Tabel 3****Uji Normalitas Data Penelitian**

Variabel	Skewness	Std. Error	Skewness : Std.Error	Ket
Sebelum Dilakukan Intervensi	-0,15	0,58	-0.26	Normal
Sesudah Dilakukan Intervensi	-0,67	0,58	-1.15	Normal

Berdasarkan tabel 4.3 diatas masing-masing variabel mempunyai nilai *skewness* dan *standar error*, bila nilai *skewness* di bagi standar erornya menghasilkan angka  $\leq 2$ , maka distribusi normal, bila data berdistribusi normal maka dapat dilanjutkan untuk uji (*t dependent*).

**Analisis Bivariat****Tabel 4****Pengaruh Pemberian Inhalasi Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Pmb Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021**

Mual Muntah	N	Beda Mean	SD	t-test	P- Value
Sebelum dan sesudah	15	2,133	1,060	7,794	0,000

Berdasarkan tabel 4 diatas, hasil uji statistik didapatkan  $t_{test} > t_{tabel}$ ,  $7,794 > 1,684$ ,  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p\text{-value} < \alpha = 0,05$ ) yang berarti ada Pengaruh Pemberian Inhalasi Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021.

**PEMBAHASAN****Pembahasan Univariat****Rata-Rata Mual Muntah Sebelum Diberikan Terapi**

Diketahui rata-rata mual muntah sebelum diberikan terapi adalah 8,80 dengan nilai *standar deviation* 1,935, nilai minimal 6 dan nilai maksimal 12.

Penelitian Yantina (2016) diketahui bahwa hasil pengukuran nilai rata-rata intensitas mual dan muntah sebelum diberikan Essensial Oil Peppermint pada 35 responden di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 yaitu 15,60 Berdasarkan penelitian Lubis (2019) jurnal

pemberian aromaterapi minyak *peppermint* secara inhalasi berpengaruh terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil di pmb linda silalahi pancur batu. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan aromaterapi minyak *peppermint* secara inhalasi mayoritas ibu hamil mengalami mual muntah sedang sebanyak 12 orang (80%).

Penelitian Andriani (2017) Dengan Judul Pengaruh Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta. Hasil Penelitian: Tingkat mual dan muntah sebelum diberikan aromaterapi *peppermint* pada ibu hamil trimester I di

Puskesmas Mlati II sebagian besar adalah kategori berat sebanyak 9 orang (60%).

Sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Winkjosastro (2016) Mual dan muntah selama kehamilan biasanya disebabkan oleh perubahan hormon-hormon kehamilan seperti hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG) yang dihasilkan dalam aliran darah untuk menjaga persediaan estrogen dan progesterone. *Human Chorionic Gonadotrophin* (HCG) ini akan mencapai kadar tertinggi pada usia kehamilan 12-16 minggu dan akan langsung mempengaruhi sistem pencernaan seperti menurunnya daya cerna dan peristaltik usus disertai dengan peningkatan asam lambung dan penurunan selara makan. Meningkatnya kadar hormon secara tiba-tiba dapat menimbulkan efek pedih di lambung dan efek ini berupa efek mual-mual. Hormon - hormon ini juga dapat menyebabkan hilangnya gula dalam darah yang dapat menimbulkan perasaan sangat lapar (Manuaba, 2013). Apabila lambung kosong ditambah lagi terjadinya peningkatan asam lambung, maka hal inilah yang memperberat keadaan mual muntah ibu (Tiran, 2012).

Menurut peneliti mual muntah seringkali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi normal diawal kehamilan tanpa mengakui dampak hebat yang ditimbulkannya pada wanita dan keluarga mereka. Bagi beberapa wanita, gejala dapat berlangsung sepanjang hari atau mungkin tidak terjadi sama sekali pada saat bangun tidur dipagi hari. Mual muntah selama kehamilan biasanya disebabkan oleh perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar HCG, khususnya karena periode mual muntah gestasional yang paling umum adalah pada 12-16 minggu pertama, yang pada saat itu HCG mencapai kadar tingginya.

Pada wanita hamil terjadi peningkatan kynurenic dan xanturenic acid di urin. Kedua asam ini diekskresi apabila jalur perubahan tryptophan menjadi niacin terhambat. Hal ini dapat juga terjadi karena defisiensi vitamin B6. Kadar hormon estrogen yang tinggi pada ibu hamil juga menghambat kerja enzim kynureninase yang merupakan katalisator perubahan tryptophan menjadi niacin, yang mana kekurangan niacin juga dapat mencetuskan mual dan muntah. Jahe mengandung dua enzim pencernaan yang

penting. Pertama, protease yang berfungsi memecah protein. Kedua, lipase yang berfungsi memecah lemak. Kedua enzim ini membantu tubuh mencerna dan menyerap makanan dan Menghambat serotonin sebagai senyawa kimia pembawa pesan yang menyebabkan perut berkontraksi dan menimbulkan rasa mual.

### **Rata-Rata Mual Muntah Setelah Diberikan Terapi**

Diketahui rata-rata mual muntah setelah diberikan terapi adalah 6,67 dengan nilai *standar deviation* 1,496 nilai minimal 4 dan nilai maksimal 9.

Berdasarkan penelitian Lubis (2019) hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi mayoritas ibu hamil mengalami mual muntah sedang sebanyak 12 orang (80%) dan setelah diberikan aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi mayoritas ibu hamil tidak mengalami mual muntah sebanyak 12 orang (80%). Penelitian Yantina (2016) diketahui bahwa hasil pengukuran intensitas mual dan muntah setelah diberikan Essensial Oil Peppermint pada 35 responden di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 yaitu 11,66. Sejalan dengan penelitian Andriani (2017) dengan hasil Tingkat mual dan muntah sebelum diberikan aromaterapi *peppermint* pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Mlati II sebagian besar adalah kategori berat sebanyak 9 orang (60%). Tingkat mual dan muntah setelah diberikan aromaterapi *peppermint* pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Mlati II sebagian besar adalah kategori ringan sebanyak 8 orang (53,3%).

Menurut teori, mual muntah masa kehamilan adalah gangguan sistem pencernaan pada masa kehamilan yang biasanya timbul pada pagi hari yang disebabkan oleh peningkatan hormon kehamilan seperti hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG), estrogen dan progesteron. Teori juga mendukung fakta bahwa kadar puncak hCG terjadi pada kehamilan minggu ke 6 sampai 12, bersamaan dengan umumnya terjadi hiperemesis. Faktor-faktor lain yang berhubungan dengan hiperemesis adalah disfungsi autonom, pengosongan lambung abnormal, dan faktor psikologis (Tiran, 2012).

Estrogen dan progesteron, keduanya mempunyai efek relaksasi terhadap otot polos

gastrointestinal. Hormon-hormon steroid, terutama progesteron menyebabkan waktu pengosongan lambung (*gastric emptying*) dan waktu transit intestinal (*intestinal transit time*) memanjang, sehingga merupakan faktor predisposisi terjadinya mual dan muntah. Perempuan hamil dengan mual dan muntah mempunyai distimia gelombang lambat (*slow wave dysrhythmias*) seperti *tachygastria* dan *bradygastria* serta aktivitas elektrik puasa yang tidak stabil dan gangguan respons elektrik pada pencernaan makanan.

Menurut asumsi peneliti setelah melakukan pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi, skor mual muntah pada ibu hamil akan semakin menurun karena peppermint mengandung menthol dan menthone yang dapat bermanfaat sebagai antiemetik dan antispasmodik pada lapisan lambung dan usus sehingga mampu mengatasi ataupun menghilangkan mual muntah pada ibu hamil. Ibu hamil yang tidak menggunakan aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi akan lebih sering mengalami mual muntah. Dimana mual muntah disebabkan oleh perubahan pada sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar HCG, khususnya pada periode mual muntah gestasional yang paling umum terjadi adalah pada 12-16 minggu pertama.

### **Pembahasan Bivariat**

#### **Pengaruh Pemberian Inhalasi Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021**

Hasil uji statistik didapatkan  $t_{-test} > t_{tabel}$ ,  $7,794 > 1,684$ ,  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p\text{-value} < \alpha = 0,05$ ) yang berarti ada Pengaruh Pemberian Inhalasi Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021.

Penelitian Lubis (2019) dimana hasil uji wilcoxon sign rank test diperoleh nilai  $p\text{ value}$  0,001 yang artinya ada pengaruh pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil di pmb linda silalahi pancur batu. Penelitian Andriani (2017) didapatkan hasil uji Wilcoxon Sign Rank Test diperoleh  $p\text{-value}$  0,001. Sedangkan penelitian Yantina (2016) dimana hasil uji statistik

menyimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian Essensial Oil Peppermint dengan kejadian mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 dengan  $p\text{-value}$  0,000 ( $p = 0,05$ ).

Menurut teori yang, mual muntah masa kehamilan adalah gangguan sistem pencernaan pada masa kehamilan yang biasanya timbul pada pagi hari yang disebabkan oleh peningkatan hormon kehamilan seperti hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG), estrogen dan progesteron. Teori juga mendukung fakta bahwa kadar puncak hCG terjadi pada kehamilan minggu ke 6 sampai 12, bersamaan dengan umumnya terjadi hiperemesis. Faktor-faktor lain yang berhubungan dengan hiperemesis adalah disfungsi autonom, pengosongan lambung abnormal, dan faktor psikologis (Tiran, 2012). Estrogen dan progesteron, keduanya mempunyai efek relaksasi terhadap otot polos gastrointestinal. Hormon-hormon steroid, terutama progesteron menyebabkan waktu pengosongan lambung (*gastric emptying*) dan waktu transit intestinal (*intestinal transit time*) memanjang, sehingga merupakan faktor predisposisi terjadinya mual dan muntah. Perempuan hamil dengan mual dan muntah mempunyai distimia gelombang lambat (*slow wave dysrhythmias*) seperti *tachygastria* dan *bradygastria* serta aktivitas elektrik puasa yang tidak stabil dan gangguan respons elektrik pada pencernaan makanan.

Menurut peneliti Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas mual muntah sebelum dan sesudah diberikan peppermint. terapi komplementer dengan menggunakan tanaman herbal yang bisa digunakan untuk mengurangi mual muntah selama kehamilan yaitu peppermint. Peppermint juga diketahui bisa menjadi obat yang amandan efektif untuk mengobati mual muntah pada ibu hamil. Daun mint mengandung minyak atsiri yaitu menthol yang memiliki efek anastesi ringan untuk meringankan kejang perut atau kram. Daun mint juga memiliki efek karminatif dan antispasmodik yang bekerja diusus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu mengatasi atau menghilangkan mual muntah dan memperlancar sistem pencernaan. daun mint mengandung menthol yang dapat mempercepat sirkulasi, meringankan

kembung, mual dan kram. Daun mint mengandung minyak atsiri yaitu menthol yang berpotensi memperlancar sistem pencernaan dan meringankan kejang perut atau kram karena memiliki efek anastesi ringan serta mengandung efek karminatif dan antispasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu mengatasi atau menghilangkan mual muntah

## KESIMPULAN

Diketahui rata-rata mual muntah sebelum diberikan terapi adalah 8,80. Rata-rata mual muntah setelah diberikan terapi adalah 6,67. Ada pengaruh pemberian inhalasi peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Neli Kusriyanti Kotabumi Lampung Utara Tahun 2021 dengan p-value 0,000.

## SARAN

Bagi ibu hamil di harapkan untuk dapat melakukan diskusi pada tenaga kesehatan mengenai kesehatannya, khususnya bagi ibu hamil dengan keluhan seperti mual muntah berlebihan dan gejala lainnya, agar mendapatkan solusi lebih cepat dalam menangani keluhannya. Bagi ibu hamil di harapkan mengikuti kelas ibu hamil agar mendapatkan banyak ilmu mengenai perawatan kehamilan sehingga mampu melakukan pencegahan komplikasi dan menanganai masalah perubahan fisiologi yang di rasakan ibu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, D., & Rahendza, N. H. (2020). Pengaruh pemberian aroma terapi lemon elektrik terhadap mual dan muntah pada ibu hamil trimester i. *Maternal Child Health Care*, 2(1), 001-010.
- Andriani, A. W., & Purwati, Y. (2017). Pengaruh Aromaterapi Peppermint terhadap Kejadian Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta.
- Ariyanti, L., & Sari, R. F. (2020). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukarame Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 2(2), 326-335.

- Dinas Kesehatan Lampung (2017). *Profil Kesehatan tahun 2016 Provinsi Lampung*. Lampung
- Dinas Kesehatan Lampung (2020). *Profil Kesehatan tahun 2019 Provinsi Lampung*. Lampung
- Faizah, U. (2019). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Umbulharjo I Kota Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Gunawan. (2011). *Diagnosis dan tata laksana hiperemesis gravidarum*. Jakarta. Fakultas kedokteran Universitas Indonesia
- Harahap, R. F., Alamanda, L. D. R., & Harefa, I. L. (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 84-95.
- Kartikasari, R. I., Ummah, F., & Taqiyah, L. B. (2017). Aromaterapi Pappermint untuk Menurunkan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil. *Stikes Muhammadiyah Lamongan. Program Studi Kebidanan Stikes Muhammadiyah Lamongan*, 9(02), 4-5.
- Khasanah, P.N. (2019). Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas I Cilongok Kabupaten Banyumas. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Purwokerto.
- Kurniawati, A., Widodo, W., Artama, W. T., & Yusiati, L. M. (2019). Amomum compactum Soland ex Maton addition as essential oil source and its effect on ruminal feed fermentation by in vitro analysis. *Biotropia*, 26(3), 272119.
- Latifah, L., & Setiawati, N. (2017). Efektifitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(1).
- Lubis, R., Evita, S., & Siregar, Y. (2019). Pemberian Aromaterapi Minyak Peppermint Secara Inhalasi Berpengaruh Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di PMB Linda Silalahi Pancur Batu Tahun 2019. *COLOSTRUM: Jurnal Kebidanan*, 1(1), 1-10.
- Maesaroh, S., & Putri, M. (2019). Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(1), 30-35.

- Manuaba, I. B. G., & Kebidanan, I. (2013). *Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana*. Jakarta: EGC.
- Maternity, D. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester Satu. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(3), 10-15.
- Nasution, R. E. P., Arief, H., & Putri, R. A. A. (2017). *Tatalaksana keluhan umum pada ibu hamil*. Syiah Kuala University Press & WhiteCoatHunter.
- Nuryanti, S. (2016). Efektifitas Aromaterapi Inhalasi Peppermint Dan Ingesti Lemon Terhadap Penurunan Mual Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di BPM Ny. Marminah Purwodadi. *Karya Ilmiah*.
- Putri, M. (2020). Hubungan Paritas dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil di RSUD Indrasari Rengat. *Jurnal Bidan Komunitas*, 3(1), 30-35.
- Putri, Y., & Situmorang, R. B. (2020). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Indra Iswari, Sst, Skm, Mm Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 8(1), 44-50.
- Rahmawati, N. A., Rosyidah, T., & Marharani, A. (2016). Hubungan pelaksanaan senam hamil dengan ketidaknyamanan ibu hamil trimester III di bidan praktek mandiri supadmi, kunden bulu, sukoharjo. *Involusi Jurnal Ilmu Kebidanan*, 7(12).
- Rihiantoro, T., Oktavia, C., & Udani, G. (2018). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Inhalasi terhadap Mual Muntah pada Pasien Post Operasi dengan Anestesi Umum. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 1-10.
- Safaah, S., Purnawan, I., & Sari, Y. (2019). Perbedaan Efektivitas Aromaterapi Lavender Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Rsud Ajibarang. *Journal of Bionursing*, 1(1), 47-65.
- Santi, D. R. (2013). Pengaruh Aromaterapi Blended Peppermint dan Ginger Oil terhadap Rasa Mual pada Ibu Hamil Trimester Satu di Puskesmas Rengel Kabupaten Tuban. *Jurnal Sain Med*, 5(2), 52-55.
- Sari, Z. E. D. (2018). Perbedaan Efektivitas Pemberian Essensial Oil Peppermint dan Aroma Terapi Lavender terhadap Intensitas Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam Tahun 2017. *Menara Ilmu*, 12(4).
- Solehati, T., & Kosasih, C. E. (2015). Konsep dan aplikasi relaksasi dalam keperawatan maternitas. *Bandung: PT. Refika Aditama*.
- Sulistiyawati, A. (2012). *Asuhan kebidanan pada masa kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika, 76-77.
- Supatmi, S., & Agustiningasih, A. (2016). Efek Aromatherapy Peppermint Inhalasi terhadap Mual dan Muntah pada Pasien dengan Pemberian Kemoterapi. *Jurnal Kesehatan Akes Karya Husada*.
- Tiran, D. (2012). Mual dan Muntah Kehamilan. Jakarta : ECG
- Vitrianingsih, V., & Khadijah, S. (2019). Efektivitas Aroma Terapi Lemon untuk Menangani Emesis Gravidarum. *Jurnal Keperawatan*, 11(4), 277-284.
- Wardani, P. K., Mukhlis, H., & Pratami, R. (2019). Pengaruh Essensial Lemon Terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Trimester I di Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(2), 131-138.
- Wardiyah, A. Rilyani.(2016). *Sistem Reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Winkjosastro, H. (2016). *Ilmu Kebidanan, Edisi ketiga, Cetakan Kesembilan*. Jakarta. YBP-SP.
- Yantina, Y. (2016). Pengaruh Pemberian Essensial Oil Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 2(4)