
EFFECTIVENESS OF LAVENDER AROMATHERAPY ON EMESIS GRAVIDARUM IN PREGNANT WOMEN IN TRIMESTER I

Siska Rosdiana, S.ST.,M.Keb,^{1*} Laily Rachmawati, MKM²

¹Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada Cirebon; ²Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada

chikabie16@gmail.com; lailyrachmawati83@gmail.com

Abstract

Nearly 50-90% of pregnant women experience nausea in the first trimester. Causes of nausea and vomiting vary, including changes in estrogen hormones and the release of human chorionic gonadotropin (hCG) in serum. The purpose of this study was to determine the effectiveness of lavender aromatherapy on emesis gravidarum in first-trimester pregnant women at the Pagerageng Community Health Center, Tasikmalaya Regency, in 2025.

The quantitative research design used a one-group pretest-posttest design. The population in this study was all first-trimester pregnant women experiencing emesis gravidarum. The research technique used probability sampling, with sampling using an experimental group and a control group, with 15 members in each group.

The results of the statistical test using the Wilcoxon test showed a p-value of $0.000 < \alpha = 0.05$, thus rejecting H_0 , which means that lavender aromatherapy is effective in reducing emesis gravidarum in pregnant women in the first trimester at the Pagerageng Community Health Center, Tasikmalaya Regency in 2025. It is hoped that therapy can be carried out to reduce nausea and vomiting during the first trimester of pregnancy using lavender aromatherapy.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Emesis Gravidarum

*Corresponding Author: Siska Rosdiana (email: chikabie16@gmail.com), Jl. Setrayasa VIII No.9, Sukapura, Kec. Kejaksaan, Kota Cirebon, Jawa Barat 45122.

Pendahuluan

Kehamilan merupakan proses fisiologis bagi wanita yang dimulai dengan proses fertilisasi kemudian janin berkembang di dalam uterus dan berakhir dengan kelahiran. Ketidaknyamanan yang dialami oleh ibu hamil pada trimester pertama kehamilan salah satunya adalah merasakan mual dan muntah sebagai salah satu gejala Emesis Gravidarum (Prihartini et al., 2024).

Mual (nause) dan muntah (morning sickness) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester pertama. Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual pada trimester pertama. Penyebab, mual muntah bermacam-macam antara lain adanya perubahan hormone estrogen, dan dikeluarkannya human chorionic gonodotrophine (hCG) dalam serum.

Keluhan ini merupakan merupakan hal yang fisiologis akan tetapi bila tidak segera diatasi akan menjadi hal yang patologis sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilan. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Seratus dari seribu kehamilan, gejala ini menjadi lebih berat.

Penanganan mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Terapi farmakologi seperti dengan pemberian antiemetik, antihistamin, antikolinergik, dan kortikosteroid. Menurut Rosalina bahwa mual dan muntah adalah ketidaknyamanan umum yang dialami oleh 50% wanita hamil umumnya terjadi pada trimester pertama.

Salah satu penatalaksanaan untuk mengurangi emesis gravidarum secara nonfarmakologis adalah pemberian aromaterapi lavender. Aromaterapi merupakan terapi modalitas atau pengobatan alternative dengan menggunakan sari tumbuhan aromaterapi murni berupa bahan cairan tanaman yang mudah menguap dan senyawa aroma terapi lain dari tumbuhan.

Lavender memiliki beberapa komponen utama yaitu linalool, linalylacetat, 1,8-cineole B-ocimene, terpinene-4-ol dan kamper (Prabowo, 2019). Zat sedative atau penenang yang terdapat dalam linaool akan mempengaruhi system neorendokrin tubuh yang berpengaruh terhadap pelepasan hormone neurotransmitter sehingga dapat menimbulkan rasa nyaman pada ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah.

Aromaterapi dapat digunakan sebagai solusi untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan *one group design* dengan pre dan posttest. Variabel bebas (*Independent*) dalam penelitian ini adalah Aromaterapi Lavender. Variabel terikat (*Dependent*) dalam penelitian ini adalah emesis gravidarum.

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Maret – Agustus 2025 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pagerageng Kabupaten Tasikmalaya.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Pagerageng Kabupaten Tasikmalaya bulan Juni Tahun 2025, berjumlah 70 orang. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah sebanyak 30 ibu hamil. Metode Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan jenis Non probability sampling dengan teknik Purposive sampling.

Kriteria Inklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum
2. Ibu hamil yang bersedia menjadi responden
3. Sehat secara fisik dan mental

Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Ibu hamil trimester I yang mengalami hiperemesis gravidarum
- 2) Ibu hamil yang memiliki komplikasi dalam kehamilan
- 3) Ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden

Data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui observasi emesis gravidarum sebelum dan setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender. Pengumpulan data dilakukan secara bertahap mulai dari memilih responden yang memenuhi kriteria inklusi. Penggunaan pengumpulan data menggunakan lembar cek list sebanyak 30 orang yang mendapatkan intervensi aromaterapi lavender. Sedangkan Data sekunder yang dipakai pada penelitian ini yaitu buku register bidan di Wilayah Puskesmas Pagerageng Kabupaten Tasikmalaya.

Instrumen atau alat pengukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Formulir pemeriksaan dan lembar observasi emesis gravidarum

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	F	%
1	Paritas		
	- Primigravida	9	30
	- Multigravida	21	70
	- grandemultigravida	0	0
2	Umur		
	- Usia tidak berisiko	24	80
	- Usia berisiko	6	20
3	Pekerjaan		
	- Tidak bekerja	18	60
	- Bekerja	12	40
4	Pendidikan		
	- Dasar	0	0
	- Menengah	18	60
	- Tinggi	12	40

Berdasarkan tabel 1, didapatkan hasil karakteristik responden penelitian yaitu sebagian besar dalam kategori multigravida sebanyak 21 responden (70%) dan 9 responden (30%) kategori primigravida, usia yang tidak berisiko yaitu 24 responden (80%) dan 6 responden (20%) kategori usia berisiko dengan usia terendah responden pada usia 17 tahun dan usia tertua yaitu 40 tahun. Sebagian besar responden pendidikan menengah (SMP-SMA) sebanyak 18 responden (80%).

2. Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I sebelum diberikan aromaterapi lavender

Tabel 2 distribusi frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I sebelum diberikan aromaterapi lavender

No	Emesis	F	%
1	Tidak emesis	0	0
2	Emesis ringan	0	0
3	Emesis sedang	0	0
4	Emesis berat	26	86,7
5	Emesis buruk	4	13,3
TOTAL		30	100
Mean		4.13	
Median		4.00	
Min-Max		4-5	

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan aromaterapi lavender didapatkan data sebagian besar responden mengalami nyeri besar sebanyak 26 responden (86,7%) dan 4 responden (13,3%) mengalami emesis buruk.

3. Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I setelah diberikan aromaterapi lavender

Tabel 3 distribusi frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I setelah diberikan aromaterapi lavender

No	Emesis	F	%
1	Tidak emesis	0	0
2	Emesis ringan	22	73,3
3	Emesis sedang	8	26,7
4	Emesis berat	0	0
5	Emesis buruk	0	0
TOTAL		30	100
Mean		2.27	
Median		2.00	
Min-Max		2-3	

Setelah diberikan terapi menggunakan aromaterapi lavender selama 7 hari dalam waktu 10-15 menit proses inhalasi, didapatkan hasil penurunan tingkat emesis gravidarum pada responden yakni menjadi emesis ringan sebanyak 22 responden (73,3%) dan emesis sedang sebanyak 8 responden (26,7%).

4. Efektifitas Aromaterapi Lavender Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Emesis gravidarum sebelum	0,404	30	0,000
Emesis gravidarum sesudah	0,554	30	0,000

Dari hasil uji normalitas Emesis gravidarum sebelum dan Emesis gravidarum sesudah didapatkan nilai p value =0,000 $<\alpha=0,05$, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal sehingga analisa bivariat menggunakan uji statistik non parametrik dengan uji *Wilcoxon* menggunakan SPSS 24.

Tabel 5 Hasil Uji *Wilcoxon*

Kecemasan	Mean	Beda mean	Min - Max	<i>P value</i>
Sebelum	4,13	1,86	4-5	0,000
Sesudah	2,27		2-3	

Dari tabel 5 didapatkan hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon* yaitu nilai *p value* =0,000 < $\alpha=0,05$, maka H_0 ditolak yang berarti Aromaterapi Lavender efektif terhadap penurunan emesis gravidarum Pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pagerageng Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2025, dengan penurunan rerata emesis gravidarum sebesar 1,86.

Pembahasan

1. Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I sebelum diberikan aromaterapi lavender

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan aromaterapi lavender didapatkan data sebagian besar responden mengalami nyeri besar sebanyak 26 responden (86,7%) dan 4 responden (13,3%) mengalami emesis buruk.

Gejala yang sering terjadi pada awal kehamilan dan paling umum dirasakan ibu hamil yaitu mual muntah, mual muntah juga dapat menyebabkan stres. Ketidaknyamanan mual muntah ini umumnya dialami oleh 50% wanita hamil. Kejadian mual muntah parah umumnya terjadi pada trimester pertama kehamilan (Rosalinna, 2019).

Rasa mual dan muntah tanpa penyebab yang jelas termasuk gejala awal kehamilan bisa disebut juga dengan emesis gravidarum. Emesis gravidarum adalah gejala yang wajar dan umum terjadi pada kehamilan trimester I atau awal. Mual biasanya terjadi pada pagi hari atau morning sickness, tetapi ada juga timbul setiap saat dan malam hari. Penyebab emesis gravidarum karena meningkatnya hormon estrogen, progesteron, dan dikeluarkannya Human Chorionic Gonadotropin (HCG) menurut Manuaba (2013).

Zuraida (2018) mengatakan bahwa dampak mual muntah apabila tidak segera diobati menyebabkan gejala mual muntah

yang lebih berat (intractable) dan apabila terjadi terus-menerus saat awal kehamilan (Trimester 1) dapat menyebabkan dehidrasi atau kekurangan cairan elektrolit, defisiensi nutrisi atau malnutrisi yang disebut dengan hiperemesis gravidarum. Masruroh & Retnosari (2016) mengatakan kejadian hiperemesis gravidarum di Indonesia mulai dari 1-3% dari seluruh kehamilan.

Salah satu faktor resiko mual muntah yaitu hyperemesis gravidarum (HEG). Hiperemesis gravidarum adalah suatu kondisi yang sangat tidak menyenangkan dan penderita dapat mengalami depresi dan putus asa sehingga tahap awal kehamilan membuat mereka merasa begitu tidak sehat (Medforth, 2014). Hiperemesis merupakan kondisi yang berpotensi mengancam jiwa terutama jika keseimbangan elektrolit terganggu (Medforth, 2014).

Perasaan pusing, perut kembung dan badan terasa lemas disertai keluarnya isi perut melalui mulut dengan frekuensi kurang dari 5 kali sehari pada ibu hamil trimester 1 (Kesehatan RI, 2013). Studi prospektif pada 160 wanita oleh Lacroix et al (2000) menemukan bahwa 74% melaporkan mual walau hanya terjadi di pagi hari; pada 80% penderita, mual dapat berlangsung sepanjang hari.

Hasil karakteristik responden pada penelitian ini yaitu sebagian besar dalam kategori multigravida sebanyak 21 responden (70%) dan 9 responden (30%) kategori primigravida, usia yang tidak berisiko yaitu 24 responden (80%) dan 6 responden (20%) kategori usia berisiko dengan usia terendah responden pada usia 17 tahun dan usia tertua yaitu 40 tahun. Sebagian besar responden pendidikan menengah (SMP-SMA) sebanyak 18 responden (80%). Menurut Setiawati & Ramadhian (2016) dalam Rofi'ah, Sri & Arfiana (2019) prinsip penatalaksanaan hiperemesis gravidarum meliputi pencegahan, mengurangi mual muntah, koreksi dehidrasi dan ketidakseimbangan elektrolit, pemberian vitamin dan kalori yang adekuat untuk mempertahankan nutrisi.

Penatalaksanaan mual dan muntah pada kehamilan tergantung pada beratnya gejala, salah satunya yaitu 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 (Rahayu, RD. & Sugita, 2018).

2. Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I setelah diberikan aromaterapi lavender

Setelah diberikan terapi menggunakan aromaterapi lavender selama 7 hari dalam waktu 10-15 menit proses inhalasi, didapatkan hasil penurunan tingkat emesis gravidarum pada responden yakni menjadi emesis ringan sebanyak 22 responden (73,3%) dan emesis sedang sebanyak 8 responden (26,7%).

Cara kerja bahan aroma terapi, termasuk lavender yaitu melalui sistem sirkulasi tubuh dan sistem penciuman. Ketika minyak esensial lavender dihirup, molekul yang mudah menguap (volatile) dari minyak tersebut dibawa oleh arus udara ke "atap" hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Ketika molekul-molekul itu menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektrokimia akan ditransmisikan melalui bola dan saluran olfactory ke dalam sistem limbic. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional. Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulator, memunculkan pesan-pesan yang harus disampaikan ke bagian-bagian otak serta bagian badan yang lain melalui sistem sirkulasi. Pesan yang diterima itu kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euphoria, relaks dan sedative. Sistem limbic ini terutama digunakan dalam ekspresi emosi 6.

Berdasarkan kategori mual muntah yang dirasakan oleh masing-masing responden pada penelitian ini bervariasi meliputi mual muntah ringan dan sedang. Menurut Niebyl dan Briggs (2017) menyatakan bahwa mual muntah dipengaruhi oleh faktor psikologis meliputi kehamilan yang tidak diinginkan, perasaan marah, bersalah, cemas, ketakutan yang akan

menambah keparahan mual muntah. Setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender responden mengatakan perasaannya tenang dan nyaman. Mereka juga mengatakan sudah bisa mencium aroma masakan yang sebelumnya menyebabkan rasa mual dan ingin muntah. Beberapa dari responden mengatakan bahwa frekuensi mual muntah yang dialami sudah banyak berkurang pada pagi, siang, maupun malam hari.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikannya aromaterapi lavender ada beberapa responden mengalami penurunan tingkat mual muntah dari 4 responden dengan emesis gravidarum buruk menjadi ringan sebanyak 1 responden, menjadi sedang sebanyak 3 responden, dari 26 responden dengan emesis berat menjadi emesis ringan sebanyak 22 responden dan 4 responden menjadi emesis ringan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan frekuensi mual muntah yang dialami oleh responden.

Penelitian sejenis yang dilakukan oleh Paramitha (2016) mengenai pengaruh aromaterapi lavender pada ibu hamil trimester I terhadap penurunan mual dan muntah di puskesmas Dangung, Kabupaten Lima Puluh Kota. Dengan melakukan pengukuran tiga kali yaitu sebelum perlakuan, hari keempat setelah perlakuan dan hari ketujuh perlakuan, hasil penelitian Paramitha menunjukkan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi Lavender terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester dengan nilai $p = 0,000 (p < 0,05)$.

3. Efektifitas Aromaterapi Lavender Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I

Dari hasil uji normalitas Emesis gravidarum sebelum dan Emesis gravidarum sesudah didapatkan nilai $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal sehingga analisa bivariat menggunakan uji statistik non parametrik dengan uji *Wilcoxon* menggunakan SPSS 24.

Dari tabel 4.5 didapatkan hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon* yaitu nilai $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak yang

berarti Aromaterapi Lavender efektif terhadap penurunan emesis gravidarum Pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pagerageng Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2025, dengan penurunan rerata emesis gravidarum sebesar 1,86.

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, menunjukkan bahwa pemberian aroma terapi lavender dapat menurunkan rasa mual dan muntah pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum. Hal ini dikarenakan kandungan utama pada Lavender yaitu linalool, linalylacetat, 1,8-cineole B-ocimene, terpinen-4-ol, dan kamper. Linalool adalah kandungan Lavender yang mempunyai efek penenang (zat sedatif) dan digunakan aromaterapi yang dapat pengaruhisystem neuroendokrin yang berpengaruh dalam pelepasan hormon dan neurotransmitter. Kondisi keadaan ini meningkatkan rasa nyaman pada ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah. Aromaterapi Lavender digunakan dalam mengurangi rasa mual dan muntah dalam kehamilan sebab mempengaruhi saraf pada hipotalamus yang meminimalisakan rasa tersebut.(Aromatherapy et al., 2019).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosalina (2019) yaitu menunjukkan adanya pengaruh pemberian aromaterapi Lavender untuk menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Selain itu pada jurnal Erni Hernawati (2022) Pada kelompok eksperimen diperoleh nilai rata-rata mual muntah sebelum dilakukan intervensi yaitu sebesar 12,60 sedangkan setelah diberikan intervensi menurun menjadi 5,05. Setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil rata-rata penurunan mual muntah pada kelompok kontrol 10.45 sedangkan pada kelompok intervensi 5,05 dengan nilai $p = 0,000$. Ini berarti $p\text{-value} < \alpha (0,05)$ maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara skala mual dan muntah kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pemberian aroma terapi.

Hasil tersebut pada 30 responden yang diberikan aromaterapi lavender terjadi penurunan mual dan muntah sebelum pemberian aromaterapi dan setelah pemberian

aromaterapi. Jadi terdapat penurunan yang signifikan 30 responden telah diberikan aromaterapi lavender dimana aromaterapi lavender dapat menurunkan mual dan muntah, karena setelah menghirup aromaterapi lavender responden merasakan kenyamanan dan mual muntah yang sebelumnya mereka alami sekarang berkurang.

Saat dihirup molekul aromatik masuk melalui selaput rongga hidung sampai ada bagian olfactory. Olfactory merupakan saraf yang membawa impuls ke indera penciuman dari hidung ke pusat kontrol otak. Olfactory terletak di bagian dalam sebelah atas hidung. Setelah impuls sampai ke otak, maka reaksi kompleks pun dimulai. Seluruh bagian otak ikut ambil bagian dalam menerjemahkan reaksi ini, tidak terkecuali sistem limbik. Sistem limbik merupakan nama kolektif secara fungsional dan anatomis struktur otak manusia yang melibatkan emosi, motivasi, memori dan hormon, gairah seksual, denyut jantung, dan umumnya merupakan sistem yang menghubungkan memori dengan stimulus fisik (Lyth, 2010). Setelah diterjemahkan oleh seluruh bagian otak, maka respon baik secara hormonal (endokrin) dan saraf dilaksanakan untuk mengatasi penyembuhan.

Kesimpulan

Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual pada trimester pertama. Penyebab, mual muntah bermacam-macam antara lain adanya perubahan hormone estrogen, dan dikeluarkannya human chorionic gonodotrophine (hCG) dalam serum. Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, menunjukkan bahwa pemberian aroma terapi lavender dapat menurunkan rasa mual dan muntah pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum. Hal ini dikarenakan kandungan utama pada Lavender yaitu linalool, linalylacetat, 1,8-cineole B-ocimene, terpinen-4-ol, dan kamper. Linalool adalah kandungan Lavender yang mempunyai efek penenang (zat sedatif) dan digunakan aromaterapi yang dapat pengaruhisystem neuroendokrin yang berpengaruh dalam pelepasan hormon dan neurotransmitter. Kondisi keadaan ini meningkatkan rasa nyaman pada ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah. Aromaterapi

Lavender digunakan dalam mengurangi rasa mual dan muntah dalam kehamilan sebab

mempengaruhi saraf pada hipotalamus yang meminimalisakan rasa tersebut.

References

- Atiqoh, Rasida Ning, (2020). *Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebihan dalam Kehamilan)*. Jakarta: One Peach Media
- Ayuningtyas,Fitria, Ika.2019.*Kebidanan Komplementer Terapi Komplementer Dalam Kebidanan*.Yogyakarta:Pustaka Baru Press
- Cahyanto, Erindra Budi. 2020. *Asuhan Kebidanan Komplementer*. Pati: Al-Qalam Media Lestari
- Farhadi, dkk. (2016). The effectiveness of dry-cupping in preventing postoperative nausea and vomiting by P6 acupoint stimulation A randomized controlled trial. *Clinical Trial/Experimental Study;Medicine* , 1-6.
- Fengge, A. 2012. *Terapi Akupresur Manfaat dan Teknik Pengobatan*. Yogyakarta: Crop Circle Corp
- Festi,W, P. (2018). *Buka ajar gizi dan diet*. Surabaya: UM Surabaya Publishing
- Firdaus dan Fakhry Zamzam. 2018. *Aplikasi Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: DEEPUBLISH.
- Hanretty, K. P. (2014) *Ilustrasi Obstetri*. Edited by B. I. Santoso and E. Muliawan. Singapura: Elsevier.p.224.
- Hartono, Y. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salembamedika
- Hollingworth, Tony. 2012. *Diagnosis Banding Obstetri dan Ginekologi A-Z (Differential Diagnosis in Obstetri and Gynaecology: An A-Z)*. Dialihbahasakan oleh Aryandhito Widhi Nugroho. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran
- Indiarti, M. dan Eka Sukaca Bertiani. 2015. *Nutrisi Janin dan Bayi*. Yogyakarta: Parama Ilmu
- Ismi, N. (2021). *Pengaruh Akupresur Titik PC 6 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Pandanwangi Malang* (Doctoral dissertation, ITSK RS dr. Soepraoen).
- Lestari, Vera. 2019. *Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama di Puskesmas Margorejo Metro Selatan Kota Metro Tahun 2019*.<http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/532/>. Diakses pada 26 Januari 2021.
- Maheswara, A. N., Wahyuni, E. S., & Kustiyati, S. (2020). Literature Review : Terapi Komplementer Akupresur Pada Titik Perikardium 6 Dalam Mengatasi Mual Dan Muntah Pada Kehamilan. 315–327.
- Manuaba, IAC., I Bagus, dan IB Gde. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Edisi kedua. Jakarta: EGC
- Mariza, A., & Ayuningtias, L. (2019). Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 218–224. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i3.1363>
- Martini, Anggraini, Y., Pupung, Cania, Erma, & Aqilla. (2021). Akupresur Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Poskeskel Rejomulyo. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian*, (2009), 919–922.
- Nugroho, T. (2012). *Obsgyn : Obstetri dan ginekologi*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Prihartini, A. R., Agustina, E. E., Sari, O. H., & Khaeriyah, H. N. (2024). Giving Lemon Aroma Therapy to the Frequency of Emesis Gravidarum in First- Trimester Pregnant Women. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 4(1).

<https://doi.org/10.53770/amhj.v4i1.279>

- Rahmanindar, N., Zulfiana, E., & Harnawati, R. A. (2021). Akupresur Dalam Mengurangi Hiperemesis Kehamilan. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1), 1-9.
- Rinata, E., & Ardillah, F. R. (2017). Penanganan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di BPM Nunik Kustantina Tulangan-Sidoarjo.
- Risa, H., & Ritawani, hasibuan evis. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Dengan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Payung Sekaki. III(1), 36–43.
- Runiari, 2010. Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Hiperemesis. Gravidarum. Jakarta: Salemba Medika
- Setyowati, Heni. (2018). Akupresur Untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian. Unimma Press
- Siauta, J. A. (2021). Analisis Susu Kedelai Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kertasari Bandung. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Kesehatan Politeknik Medica Farma Husada Mataram*, 7(2), 222-234.
- Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, penerbit. Alfabeta, Bandung
- Sulistiarini, U., W, M. N., & Rahayu, D. L. (2018). Studi Literatur: Acupressure Pericardium Dan Aromatherapy Citrus Untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 8(2).
- Swarjana, I Ketut. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan, Edisi Revisi. Yogyakarta: Andi Offset
- Syaiful, Y., & Fatmawati, L. (2019). Asuhan Keperawatan Kehamilan. Surabaya: CV Jakad Publishing.
- Widatiningsih & Dewi. (2017). Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan. Yogyakarta : Trans Medika
- Widyastuti, D. E., Rumiya, E., & Widyastutik, D. (2019). Terapi Komplementer Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Tahun 2018. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 96-104.
- Wiknjastro. 2010. Buku panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal, Edisi 1. Cet. 12. Jakarta : Bina Pustaka.