



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 17%

Date: Monday, November 20, 2023

Statistics: 548 words Plagiarized / 3305 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

MODEL PENANGGULANGAN MUAL MUNTAH IBU HAMIL TM I DENGAN ACUYOGA DAN AROMA TERAPI KAPULAGA Sedy Firza Novilia Tono1, Intiyaswati2 1,2 Prodi D3 Kebidanan, STIKes William Booth Surabaya, Jl.Cimanuk No 20 Surabaya Email : sendyfirza@gmail.com ABSTRAK Mual muntah merupakan suatu tanda kehamilan yang sering di alami oleh ibu hamil trimester 1 dimana 70-85% wanita mengalami mual muntah.1

Sebagian besar ibu hamil mengalami mual muntah dengan mulai derajat ringan hingga berat dan 13 % berkembang menjadi HEG (Hiper Emesis Gravidarum) hal ini berdampak buruk bagi kualitas hidup ibu hamil, deficit nutrisi yang dihantarkan ke janin yang akan menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam rahim dan mengakibatkan bayi terlahir dengan berat badan rendah hingga meninggal.

Upaya non farmakologi yang dapat diberikan adalah Acuyoga dan Aromaterapi kapulaga yang merupakan kombinasi sistem latihan yang mengintegrasikan gerakan antara yoga dan tekanan titik-titik meridian serta aromatic yang mampu mengurangi gas dalam perut yang menimbulkan efek mual hingga muntah selain itu aromatic kapulaga mampu menimbulkan efek rileks dan memfokuskan pikiran yang bisa menghilangkan kelelahan, ketegangan pikiran.

Desain penelitian yang digunakan adalah quasy experiment (two group pre-post test design) dan teknik purposive sampling sebanyak 40 responden yang dibagi menjadi 2 group perlakuan dan kontrol. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner PQUE SCORE. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan yang bermakna antara sebelum dan setelah dilakukan intervensi Acuyoga aromaterapi essential oil kapulaga (cardamom) dalam

mengatasi intensitas mual muntah pada ibu hamil TM I dengan nilai pvalue 0,001 dan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol p value 0,000.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu pengobatan alternatif bagi ibu hamil yang mengalami mual muntah untuk menurunkan sensasi mual dengan acuyoga dan aromaterapi kapulaga. Kata Kunci : Acuyoga ; Aromaterapi kapulaga ; Mual Muntah TM I ABSTRACT Nausea and vomiting is a sign of pregnancy that is often experienced by pregnant women in the first trimester where 70-85% of women experience nausea and vomiting.

1 Most pregnant women experience nausea and vomiting ranging from mild to severe degrees and 13% develop into HEG (Hyper Emesis Gravidarum). this has a negative impact on the quality of life of pregnant women, nutritional deficits are delivered to the fetus which will hamper the process of growth and development of the fetus in the womb and result in babies being born with low weight until they die.

Non-pharmacological efforts that can be given are Acuyoga and Cardamom Aromatherapy which is a combination of exercise systems that integrate movements between yoga and pressure on meridian and aromatic points which can reduce gas in the stomach which causes nausea and vomiting effects besides that aromatic cardamom can cause a relaxing and relaxing effect. focusing the mind that can eliminate fatigue, tension of the mind.

The research design used was a quasy experiment (two group pre-post test design) and a purposive sampling technique of 40 respondents which were divided into 2 treatment and control groups. The research instrument used the PQUE SCORE questionnaire sheet. Data analysis used the Wilcoxon and Mann Whitney tests. The results showed that there was a significant difference between before and after the intervention of Acuyoga aromatherapy cardamom essential oil (cardamom) in overcoming the intensity of nausea and vomiting in TM I pregnant women with a p-value of 0.001 and there was a significant difference between the intervention and control groups with a p-value of 0.000.

It is hoped that the results of this study can be used as an alternative treatment for pregnant women who experience nausea and vomiting to reduce the sensation of nausea with acuyoga and cardamom aromatherapy. Keywords: Acuyoga; Cardamom aromatherapy; Nausea Vomiting TM I

PENDAHULUAN

Mual muntah merupakan suatu tanda kehamilan yang sering di alami oleh ibu hamil trimester 1 dimana 70-85% wanita mengalami mual muntah.

7,8 Mual dan muntah pada ibu hamil biasanya di mulai pada usia kehamilan 2 -4 minggu yang puncaknya terjadi pada usia kehamilan mencapai 16 minggu dan menghilang pada usia kehamilan 20 minggu. Sebagian besar ibu hamil mengalami mual muntah dengan mulai dari derajat ringan hingga berat dan 13 % berkembang menjadi HEG (Hiper Emesis Gravidarum).

1 WHO menyatakan kejadian mual muntah mencapai 70-80% atau 7000-8000 dari seluruh jumlah ibu hamil di dunia dari ringan menjadi berat. Indonesia mencatat 543 ibu hamil yang mengalami mual muntah ringan dan menjadi berat ketika menjadi HEG mencapai 10%-15% dari 183.645. Berdasarkan beberapa penelitian, dari 367 wanita hamil, 78,47% mual muntah terjadi pada trimester pertama, dengan derajat mual muntah yaitu 52,2% mengalami mual muntah ringan, 45,3% mengalami mual muntah sedang dan 2,5% mengalami mual muntah berat.^{9,10} Penyebab terjadinya mual muntah secara umum adalah adanya teori faktor hormonal, system vestibular, pencernaan, psikologis, genetic dan faktor evolusi.

Mual muntah juga berhubungan dengan HCG yang menstimulasi produksi estrogen yang akan memancing keasaman lambung yang membuat ibu merasa mual. ¹¹ Mual muntah juga disebabkan oleh faktor psikologis, seperti kehamilan yang tidak direncanakan, tidak nyaman, beban pekerjaan. Perasaan bersalah, ketakutan, dan cemas dapat menambah tingkat keparahan mual dan muntah.^{8,12} Kondisi mual dan muntah pada ibu hamil akan berdampak buruk bagi kualitas hidup ibu hamil antara lain kehilangan waktu bekerja, kehilangan intake atau asupan kebutuhan nutrisi yang juga dihantarkan ke janin yang membantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam rahim yang akan mengakibatkan bayi terlahir premature, BBLR, hingga janin meninggal yang akan berdampak buruk juga bagi negara karena akan menambah jumlah angka kematian dan angka kesakitan bagi ibu dan bayi.

^{12,13} Berbagai macam pengobatan medis maupaun non medis dapat dilakukan dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil. Pengobatan secara medis menggunakan antiemetic pyrodixin dan antthtstamin. Upaya lain dalam mengatasi mual muntah yang sering dilakukan yaitu penggunaan terapi CAM (complementary and Alternatif Medicine) adalah terapi diluar terapi konvensional.

^{2,14} Terapi Komplementer merupakan terapi yang aman yang dapat di aplikasikan pada ibu hamil salah satunya adalah acuyoga dan aromaterpi kapulaga. Acu-yoga adalah kombinasi antara akupresur dan yoga yang merupakan sistem latihan yang

mengintegrasikan gerakan antara yoga dan tekanan titik-titik meridian organ untuk meningkatkan energi vital (qi).

15,16 Kombinasi ini mengatur aliran energi vital dalam meridian energi organ yang berfungsi untuk mengatur dan menyeimbangkan sistem pernapasan, pencernaan, endokrin, vascular, limfatik, urogenital dan sistem saraf. Dengan acu-yoga bekerja secara efektif menyebabkan kesejahteraan, sehat dan Bahagia. 2,4 Aromaterapi kapulaga merupakan salah satu bahan aromatic yang mampu mengurangi gas dalam perut yang menimbulkan efek mual hingga muntah selain itu kandungan karminatif dalam aromatic kapulaga mampu menimbulkan efek rileks dan memfokuskan pikiran yang bisa menghilangkan kelelahan, ketegangan pikiran akibat kondisi kehamilannya. 17,18 Oleh sebab itu terapi komplementer AcuYoga dan aromatherapy kapulaga perlu dilakukan dalam menanggulangi **mual muntah pada ibu hamil trimester 1** untuk mengurangi pengobatan secara medis mengingat pemberian obat pada ibu hamil sangat beresiko dalam pertumbuhan janin.

19,20 Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian yang diambil adalah "Apakah terdapat pengaruh **Acuyoga dan aromaterapi kapulaga** terhadap **mual muntah ibu hamil TM I** ?" METODE PENELITIAN **Desain penelitian yang digunakan adalah quasy** experiment (two group pre-post test design) dan teknik purposive sampling sebanyak 40 responden yang dibagi menjadi 2 group yaitu kelompok perlakuan yang akan diberikan **acuyoga dan aromaterapi kapulaga** dan kelompok **kontrol yang** hanya menggunakan terapi konvensional mual muntah. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner PQUE SCORE yang akan dinilai sebelum dan sesudah.

Analisis data menggunakan uji Wilcoxon untuk menilai sebelum dan sesudah perlakuan dan uji Mann Whitney untuk menilai perbedaan diantara kedua kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Tabel 1 menunjukkan bahwa rentang usia terbanyak Ibu hamil TM I adalah pada usia 20-30 tahun dengan jumlah 33 responden (82,5%) dan paling sedikit pada rentang usia 31-40 tahun dengan jumlah 7 responden (17,5%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Gravidita Ibu Hamil TM I Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol. _Kelompok _Total __ _Perlakuan _Kontrol _
__ _Frekuensi _% _Frekuensi _% _Frekuensi _% __ _Gravida (Kehamilan Ke) _Primigravida _
_11 _55 _11 _55 _22 _55 __ _Multi gravida _9 _45 _9 _45 _18 _45 __ _Total _20 _100 _20
_100 _40 _100 __

Tabel 2 menunjukkan bahwa kehamilan ke-1 (Primigravida) terbanyak 22 responden (55%) dan paling sedikit adalah Kehamilan ke-2 jumlah 18 responden (45%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia Kehamilan Ibu Hamil TM I Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Kelompok	Total	Perlakuan	Kontrol	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Usia Kehamilan
	12	60	10	50	22	55				4-6 minggu
										7-9 minggu
				5	25	8	40	13	32,5	10-12 minggu
				3	15	2	10	5	12,5	
										Total
	20	100	20	100	40	100				

Tabel 3 menunjukkan bahwa Usia Kehamilan terbanyak Ibu hamil TM I adalah 4-6 minggu dengan jumlah 22 responden (55 %) dan paling sedikit adalah 10-12 minggu dengan jumlah 5 responden (12,5 %)

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pendidikan Ibu Hamil TM I Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Kelompok	Total	Perlakuan	Kontrol
Frekuensi	%	Frekuensi	%
Frekuensi	%	Frekuensi	%
Pendidikan	SD	1	5
	0	0	1
	2,5		
SMP	3	15	2
	10	5	12,5
SMA	14	70	17
	85	31	77,5
PT	2	10	1
	5	3	7,5
Total	20	100	20
	100	40	100

Tabel 4 menunjukkan pendidikan terakhir terbanyak adalah SMA 31 responden (77,5%) dan paling sedikit adalah SD 1 responden (2,5%).

Analisis BIVARIAT Tabel 5 Data Khusus Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh **AcuYoga dan aromaterapi Kapulaga** setelah diberikan perlakuan. Kelompok **Pengetahuan** **N** %
_Mean+SD_P __Perlakuan_Pre_Ringan_0_0_2,80+0,410_0,001 ___Sedang_4_20_
_____Berat_16_80 _____Total_20_100 _____Post_Ringan_1_5_2,10+0,447 _____
_Sedang_16_80 _____Berat_3_15 _____Total_20_100 ___Kontrol_Pre_Ringan
_0_0_2,75+0,444_1,000 ___Sedang_5_25 _____Berat_15_75 _____Total_20
_100 _____Post_Ringan_0_0_2,75+0,444 _____Sedang_5_25 _____Berat_15_75
_____Total_20_100 ___Wilcoxon sig rank Test

Tabel 5 Uji Wilcoxon pada tabel di atas menunjukkan bahwa kelompok perlakuan nilai p value $0,001 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak H_1 diterima sehingga dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah pemberian acuyoga dan aromaterapi kapulaga terhadap ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah sedangkan pada kelompok Kontrol nilai p value $1,000 > 0,05$ yang berarti H_0 ditrima H_1 ditolak sehingga dapat di simpulkan bahwa tidak ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan acuyoga dan aromaterapi kapulaga terhadap mual muntah pada ibu hamil TM I.

Tabel 6 Perbedaan Pengaruh Acuyoga dan Aromaterapi kapulaga Pada Ibu Hamil mual muntah TM I antar kelompok Perlakuan dan kelompok Kontrol. Variable _Kelompok _P value _ _ _Perlakuan Mean + SD _Kontrol Mean + SD _ _ _Mual Muntah Sebelum _2,80+0,410 _2,75+0,444 _0,708 _ _Sesudah _2,10+0,447 _2,75+0,444 _0,000 _? _ - 0,70+0,656 _0,00+0,458 _0,000 _ _Mann Whitney Test

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa hasil uji statistik sesudah diberikan intervensi dengan menggunakan uji mann whitney terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = < 0,05$.

Rerata selisih pada kelompok perlakuan memiliki nilai mean $-0,70$ dan pada kelompok kontrol $0,00$ dengan nilai $p = 0,00 (<0,05)$ Dapat disimpulkan bahwa Acuyoga dan aromaterapi kapulaga lebih efektif meredakan mual dan muntah pada ibu hamil TM I. PEMBAHASAN Pengaruh Acuyoga Dan Aromaterapi Kapulaga Sebelum dan sesudah Diberikan Perlakuan.

Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan acuyoga dan aromaterapi kapulaga menunjukkan bahwa rata-rata ibu hamil trimester pertama mengalami mual muntah sedang hingga berat baik pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol. Ibu hamil trimester pertama mengalami mual muntah berat pada kelompok intervensi sebelum perlakuan menjadi menjadi mual muntah sedang hingga ringan setelah diberikan perlakuan acuyoga dan aromaterapi kapulaga.

Jadi intensitas mual muntah ibu hamil TM I setelah pemberian intervensi Acuyoga dan aromaterapi essensial oil kapulaga (cardamom) lebih menurun dibandingkan dengan intensitas mual muntah ibu hamil sebelum pemberian intervensi. Hasil penelitian tersebut didukung oleh teori menurut (Ozgoli, Giti Naz, 2018)¹ terapi cara mengatasi mual muntah pada ibu hamil dapat menggunakan beberapa aromaterapi, salah satunya yaitu aromaterapi kapulaga dan didukung teori dari (Battaglia, 2019:2) bahwa kapulaga dikenal dapat meningkatkan sirkulasi darah di tubuh terutama ke paru- paru karena cineol bersifat hangat seperti eucalyptus memiliki aroma yang kuat, hangat dan pedas sehingga kapulaga bisa dijadikan salah satu alternatif ibu hamil untuk mengurangi kejadian emesis gravidarum/mual muntah agar dapat mencegah peningkatan asam lambung yang berlebihan.²

Beberapa faktor predisposisi terjadinya emesis gravidarum karena adanya peningkatan hormon HCG dan hormon estrogen. Faktor psikologis juga mempengaruhi terjadinya emesis gravidarum.^{3,4} Terjadinya mual juga terjadi karena perubahan hormonal, adaptasi psikologis dan faktor neurologis bisa menjadi faktor pencetus terjadinya emesis gravidarum.⁵

Kondisi psikologis yang terganggu dapat berhubungan dengan kejadian emesis gravidarum selama kehamilan. Syok dan adaptasi pada kehamilan kembar atau kehamilan dalam jangka waktu yang relative sebentar dapat menjadi faktor emosional yang membuat mual muntah menjadi lebih berat.⁶

Dengan menggabungkan seni menekan pada titik akupresur sambil mempertahankan peregangan yoga pada saat yang sama dapat meningkatkan aliran sirkulasi darah dan chi, dan meningkatkan fleksibilitas, mengurangi stres dan trauma, mengendurkan ketegangan otot, memperbaiki postur tubuh, meningkatkan kesadaran tubuh dan membangkitkan spiritualitas dan ketenangan pikiran.⁷

Menekan titik akupresur pada titik pericardium 6 (PC 6) dan mempertahankan peregangan yoga menggunakan pernafasan sitkari dalam pengaturan pernafasan sambil menghirup aroma esensial kapulaga dapat meredakan mual muntah pada ibu hamil TM I.^{8,9} Setelah diberikan intervensi pada Ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah, Ibu merasa lebih rileks, nyaman, tidurnya nyaman sehingga menekan produksi hormon estrogen, progesteron, HCG (Human Chorionic Gonadotropin) yang berlebihan. Hal ini menyebabkan menurunnya rangsangan terjadinya mual muntah.¹⁰ Pemberian intervensi dilakukan selama 5 hari setiap responden yang kemudian dievaluasi pada hari kelima.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Manek,2019) yang melakukan penelitian berjudul "Pengaruh Pemberian Akupresur SP-3 Dengan Aromaterapi Kapulaga Terhadap Status Emetogenik Dan Emesis Gravidarum Ibu Hamil TM I" mendapatkan hasil uji statistik p value <0,005.¹¹ Sehingga dapat dikatakan bahwa antara kombinasi akupresur, yoga dan aromaterapi kapulaga memiliki pengaruh terhadap status emetogenik dan emesis gravidarum ibu hamil TM I. Perbedaan Pengaruh Acuyoga Dan Aromaterapi Kapulaga antara kelompok intervensi dan kontrol Berdasarkan tabel 2.2

Hasil uji statistik pada kelompok perlakuan hasil analisis menggunakan uji Mann Whitney dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dengan hasil p value = 0,000, Hasil dari rata-rata selisih -0,70 yakni terdapat 80% responden yang mengalami penurunan mual muntah setelah melakukan acuyoga dan aroma terapi kapulaga dan tidak ada peningkatan mual muntah pada kelompok intervensi.

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa acuyoga dan Aromaterapi esensial oil kapulaga (cardamom) efektif dalam mengatasi intensitas mual muntah pada ibu hamil TM I. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Manek,2019) yang melakukan penelitian berjudul "Pengaruh Pemberian Akupresur SP-3 Dengan Aromaterapi Kapulaga Terhadap Status Emetogenik Dan Emesis Gravidarum Ibu Hamil TM I" mendapatkan hasil uji statistik sebesar pvalue <0,005.

Sehingga dapat dikatakan bahwa antara kombinasi akupresur dan aromaterapi kapulaga memiliki pengaruh terhadap status **emesis gravidarum ibu hamil** TM I.10 Beberapa **faktor predisposisi terjadinya emesis gravidarum** karena adanya peningkatan hormon HCG dan hormon estrogen. Penyebab lainnya, yaitu karena terdesaknya bagian saluran pencernaan.

Hal itu terjadi karena semakin membesarnya pertumbuhan janin sehingga saluran cerna semakin terdesak dan mengakibatkan refluks pada asam lambung yang memicu terjadinya mual. Saluran cerna di dalam tubuh ibu akan semakin lama untuk memproses penyerapan nutrisi. Faktor psikologis juga mempengaruhi terjadinya emesis gravidarum.¹¹ Terjadinya mual juga terjadi karena perubahan hormonal, adaptasi psikologis dan faktor neurologis bisa menjadi faktor pencetus terjadinya emesis gravidarum.⁵

Kondisi psikologis yang terganggu dapat berhubungan dengan kejadian emesis gravidarum selama kehamilan. Syok dan adaptasi pada **kehamilan kembar atau kehamilan** dalam jangka waktu yang relative sebentar **dapat menjadi faktor emosional yang membuat mual** muntah menjadi lebih berat.^{13,14} Pada ibu yang mengalami mual muntah terus-menerus, dapat mengakibatkan cadangan lemak dan karbohidrat yang ada ditubuh ibu hamil dapat terpakai.

Ibu hamil akan menjadi lemas dan lesu dan kehilangan energi. Dampak lainnya dapat mengakibatkan kurangnya gizi pada ibu hamil yang memicu terjadinya kejadian kurang energi kronis (KEK), ketidaknormalan peningkatan berat badan pada ibu hamil, perdarahan dan anemia. Selain itu juga dapat menghambat pertumbuhan janin, anemia dan terjadinya BBLR.¹⁵ Penelitian ini menunjukkan perbaikan intensitas emesis gravidarum setelah dilakukannya acuyoga dan aromaterapi essential oil kapulaga (cardamom), sehingga dapat digunakan sebagai terapi yang aman pada ibu hamil untuk mengatasi mual muntah selama kehamilan agar tidak terdampak komplikasi akibat terjadinya mual muntah yang terus-menerus dan memberikan rasa yang lebih nyaman akibat mual muntah selama kehamilan.

KESIMPULAN DAN SARAN KESIMPULAN Terdapat pengaruh Acuyoga dan aroma terapi kapulaga terhadap penurunan **intensitas mual dan muntah ibu hamil TM I** Terdapat **perbedaan yang signifikan** **penurunan intensitas mual muntah ibu hamil** sebelum dan sesudah perlakuan nilai $p = 0,001 < 0,005$ Terdapat perbedaan yang signifikan **penurunan intensitas mual muntah ibu hamil TM I** pada kelompok intervensi dan **kelompok kontrol** nilai $p = 0,000 < 0,005$ **SARAN** Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai terapi alternatif ibu hamil **dengan mual muntah pada** TM I dan diharapkan adanya pengembangan teknologi bagi peneliti lanjutan. DAFTAR PUSTAKA

Ozgoli, Giti Naz, M. S. G. (2018).

Effects of Complementary Medicine on Nausea and Vomiting in Pregnancy: A Systematic Review. *International Journal of Preventive Medicine*, 9, 75.

https://doi.org/10.4103/IJPVM_430_16 Battaglia, S. (2019). Essential Oil Monograph: Cardamom. *Quintessential Aromatic*, 1, 1–4. www.perfectpotion.com.au Ambarwati, D., Meitawati, Y., & Rizky, A. et al. (2015). *Superbook for Supermom Kupas Tuntas Masalah Kehamilan, ASI, MP-ASI, Kesehatan Anak, Psikologi ibu dan Anak*. (pp. 5–7). FMedia. https://doi.org/ISBN_979-006-539-6 Arianti N, Setiowati W. Arianti, N. Setiowati, W. (2019).

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon (citrus lemon) Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *J Darul Azhar [Internet]*. 2019;1:1–7. Available from: <https://jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/article/view/132> Khairoh, M., Rosyariah, A., & Ummah, K. (2019). *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (B. Dazz, F. A. Rahmayani, & D. Wandana (Eds.); 1st ed.). CV. Jakad Publishing Tiran D. Nausea and vomiting in pregnancy: An 'alternative' approach to care. *Br J Midwifery*.

2014;8:554–550. Fitriana. Perbandingan Efektivitas akupresure pericardium dengan Aromaterapi Terhadap Penurunan Mual Muntah pada Ibu Hamil di Pulau Lombok. *J Imiah Ilmu Kesehat*. 2017; Forouhari S, Ghaemi S, Roshandel A, Moshfegh Z, Rostambeigy P, Mohaghegh Z. The effect of acupresure on nausea and vomiting during pregnancy. *Researcher*. 2014;6:27–34. Choi H, Bae Y, Choi J. Choi HJ, Bae YJ, Choi JS, et al.

Evaluation of nausea and vomiting in pregnancy using the Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea scale in Korea. *Obstet Gynecol Sci*. 2018;1:30–7. Manek B. Pengaruh Pemberian Akupresur Sp-3 Dengan Aromaterapi Kapulaga Terhadap Status Emetogenik Dan Emesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I. *Potltekkes Kemenkes Semarang*; 2019. Dupuis L, Kelly K, Krischer J.

Acupresure bands do not improve chemotherapy- induced nausea control in pediatric patients receiving highly emetogenic chemotherapy: A single-blinded, randomized controlled trial. *Cancer*. 2018;6:1188–96. . Ayudia F, Ramadhani I. Pengaruh Aromaterapy Lemon Terhadap Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Kota Padang. *J Kesehat Med Saintika*. 2020;2:1–6.

Hilman HFH, Novia NR, Putri PDW. Pengaruh Penambahan Infusa Kapulaga (Amomum Cardamomum) Pada Kefir Susu Sapi Terhadap Nilai Ph, Kadar Air, Total Padatan dan Properti Fisik. *Baar [Internet]*. 2021;3(1):17–22. Sukeksi, N. T., Kostania, G., & Suryani, E.

(2018). Pengaruh Teknik Akupressure Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Jogonalan I Klaten.

Kebidanan, 3(1). Resmi, D. C., Hadisaputro, S., & Runjati, R. (2017). Effect Of Yoga And Acupressure On Pain And Functional Capability Of Lower Back In Pregnant Mothers During The Third Trimester Of Pregnancy. Belitung Nursing Journal, 3(6), 722-728.

INTERNET SOURCES:

<1% -

<https://penerbitmadza.com/product/model-penanggulangan-mual-muntah-ibu-hamil-tm-i-dengan-acuyoga-dan-aromaterapi-kapulaga/>

<1% - <https://stikeswilliambooth.ac.id/cetak.php?id=39>

<1% - http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/9096/3/BAB_II_Tinjauan_Pustaka.pdf

<1% - <https://hellosehat.com/kehamilan/kandungan/prenatal/kualitas-tidur-ibu-hamil/>

<1% -

<https://news.unair.ac.id/2021/12/27/faktor-determinan-berat-badan-lahir-rendah-di-indonesia/?lang=id>

<1% - <https://stikes-nhm.e-journal.id/PGM/article/download/525/476/>

<1% -

<https://repository.unair.ac.id/96817/7/7%20BAB%204%20METODE%20PENELITIAN%20.pdf>

<1% - <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/download/6514/pdf>

<1% - <http://ejournal.univbatam.ac.id/index.php/zonabidan/article/view/758>

<1% - <https://www.medicalnewstoday.com/articles/112063>

<1% - <https://bmcmmedicine.biomedcentral.com/articles/10.1186/1741-7015-8-46>

<1% -

<https://www.msmanuals.com/home/women-s-health-issues/normal-pregnancy/stages-of-development-of-the-fetus>

<1% - <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26825756/>

<1% -

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/MANR/article/download/8344/2531>

<1% -

<https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-020-08895-z>

<1% -

<https://www.klikdokter.com/penyakit/masalah-kehamilan/mual-dan-muntah-pada-kehamilan>

1% - <https://www.haibunda.com/perkembangan-janin-minggu-ke-20>

<1% -

<https://siat.ung.ac.id/files/wisuda/2018-1-1-14201-841414109-bab1-30072018073735.pdf>

<1% - <https://ojs.rajawali.ac.id/index.php/JKR/article/download/121/61>

<1% - <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/378/5/5.%20BAB%20I.pdf>

1% -

https://www.researchgate.net/publication/339471978_PENGARUH_PEMANFAATAN_APLIKASI_M-HEALTH_TERHADAP_PENGURANGAN_KELUHAN_MUAL_MUNTAH_PADA_IBU_HAMIL

<1% -

<https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIK/article/download/1843/848>

1% -

<http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7464/3/BAB%20II%20Tinjauan%20Pustaka.pdf>

<1% -

<https://www.ayahbunda.co.id/kehamilan-gizi-kesehatan/gangguan-mual-dan-muntah-kehamilan>

<1% -

https://www.academia.edu/98546702/Analisis_Kesiapan_Bidan_dalam_Pelaksanaan_Pelayanan_Kebidanan_Komplementer

<1% -

https://www.academia.edu/104012263/Strategi_Penanganan_Mual_Muntah_Ibu_Hamil_Melalui_Kombinasi_Intervensi_Non_Farmakologi_Tinjauan_Literatur

<1% - <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/4950/6/Lampiran-Lampiran.pdf>

<1% - <https://bemj.e-journal.id/BEMJ/article/download/74/64/>

<1% - <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/mj/article/download/6873/4439>

<1% -

<https://dewey.petra.ac.id/repository/jiunkpe/jiunkpe/s1/masa/2014/jiunkpe-is-s1-2014-36410076-28805-promosi-chapter4.pdf>

<1% - <https://bemj.e-journal.id/BEMJ/article/download/54/42/>

<1% - <http://repository.itsk-soepraoen.ac.id/790/>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/337441941_Aromaterapi_Lemon_Menurunkan_Mual_Muntah_pada_Ibu_Hamil_Trimester_I

<1% - <https://e-journal.unair.ac.id/CMSNJ/article/download/13277/pdf>

<1% - <http://ejournal.binausadabali.ac.id/index.php/caring/article/view/245>

<1% - <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkj/article/download/8186/pdf>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/356454063_Faktor_-_Faktor_Yang_Mempengaruhi_Terjadinya_Emesis_Gravidarum_Pada_Kehamilan_Trimester_I_Di_Puskesmas_Pantai

_Amal

<1% -

<http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/164/7/Artikel%20Analisis%20Faktor-faktor%20Psikologis%20yang%20Berhubungan%20dengan%20Kejadian%20Hiperemesis%20Gravidarum.pdf>

<1% - <http://scholar.unand.ac.id/101088/2/BAB%201%20Pendahuluan.pdf>

1% - <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2630/6/BAB%20II.pdf>

<1% -

<https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/88102/Keefektifan-Akupresur-Titik-Pericardium-6-Pc6-dan-Stomach-36-St36-pada-Manajemen-Mual-Muntah-Tipe-Akut-Tingkat-Kece-masan-dan-Kualitas-Hidup-Pasien-yang-Menjalani-Kemoterapi>

<1% - <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jsscr/article/download/15445/4725>

1% -

https://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php/component/content/article/8-menulai-n/reader/reader/index.php?p=show_detail&id=20257

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/335020885_EFEKTIFITAS_RELAKSASI_BENSON_TERHADAP_PENURUNAN_NYERI_DISMINORE_PADA_MAHASISWI_DI_STIKES_KARYA_H_USADA_SEMARANG

<1% - <https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/download/51471/32683>

<1% - <https://inhis.pubmedia.id/index.php/inhis/article/view/19>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/357471626_Terapi_Pijat_Tangan_dan_Minuman_Herbal_Jahe_Madu_untuk_Ibu_Hamil_dengan_Mual_Muntah

<1% - <https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/2016-11/124918-Hilman%20Syarif.pdf>

<1% -

<https://www.semanticscholar.org/paper/Effects-of-Complementary-Medicine-on-Nausea-and-in-Ozgoli-Naz/3522a6225db9b4313a94d1b35a25c0fe459d2fa7/figure/0>

<1% -

<https://www.grobmart.com/superbook-for-supermom-kupas-tuntas-masalah-kehamilan-asi-mpasi-kesehatan-anak-psikologi-ibu-dan-anak-9789790065390>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/367618072_PEMBERIAN_AROMATERAPI_LEMON_DAPAT_MEREDAKAN_KELUHAN_MUAL_DAN_MUNTAH_PADA_IBU_HAMIL_TRIMESTER_PERTAMA_DI_TEMPAT_PRAKTIK_MANDIRI_BIDAN_TPMB_SURABAYA

<1% - <https://jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/article/download/132/114/>

<1% - <http://www.mcrhjournal.or.id/index.php/jmcrh/article/download/205/pdf>

<1% - <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6177529/>

<1% - <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19941704/>

1% - <https://onesearch.id/Record/IOS4307.slims-19691/Details>

<1% - <http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonabidan/article/view/793>

1% - <https://repository.unja.ac.id/51279/6/DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>

<1% - <https://www.belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/article/download/297/pdf/867>

1% - <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/MyJM/article/view/14642>