PENGARUH INHALASI AROMATERAPI LEMON TERHADAP PENURUNAN KELUHAN *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS PAJANG

Fatimah Tu Zahra[1], Istiqomah Risa Wahyuningsih[2]
202216015@students.unisa-surakarta.ac.id
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Emesis gravidarum merupakan keluhan yang dialami sekitar 85% wanita hamil di seluruh dunia. Di Indonesia, prevalensinya mencapai 50-75% pada trimester pertama, dengan angka lebih tinggi pada primigravida. Penanganan yang selama ini dilakukan di Puskesmas Pajang berupa pemberian vitamin B6 oral kurang optimal karena sering dimuntahkan kembali oleh ibu hamil. Aromaterapi lemon merupakan terapi non-farmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan terbukti efektif mengurangi keluhan emesis gravidarum. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan keluhan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pajang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel berjumlah 31 ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum, dipilih menggunakan teknik total sampling. Intervensi berupa inhalasi 3 tetes minyak esensial lemon murni pada tisu/kapas selama 5 menit, dilakukan 2 kali sehari selama 7 hari berturut-turut. Pengukuran derajat emesis gravidarum menggunakan instrumen PUQE-24 (Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea). Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. **Hasil:** Sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami emesis gravidarum sedang sebanyak 28 responden (90,3%) dengan rerata skor PUQE-24 sebesar 8,48 ± 1,805. Setelah intervensi, distribusi berubah menjadi ringan 18 responden (58,1%), tidak emesis 6 responden (19,4%), dan sedang 7 responden (22,6%) dengan rerata skor PUQE-24 sebesar 5,32 ± 1,720. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai Z = -4,925 dengan p = 0,000 (p < 0,05). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh yang signifikan inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan keluhan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pajang.

Kata Kunci: Aromaterapi Lemon, Emesis Gravidarum, Ibu Hamil Trimester I, PUQE-24.