

KELOMPOK1

EVIDENCE BASED KEHAMILAN



dosen pengampu: Desi Nurlaela Mulyana,S.,ST.,M.KM

ANGGOTA KELOMPOK1

- ANISA FITRI 42024004
- DESPA AULIA PRATAMA 42024008
- JULY A.HUTASOIT 42024011
- NAZUWA ARIYANTI 42024015



ASUHAN KEBIDANAN BERKELANJUTAN DENGAN PEMBERIAN BUAH PEPAYA UNTUK MENCEGAH KONSTIPASI KEHAMILAN TRIMESTER III (STUDI KASUS PASIEN NY. "P" DI TPMB KUSWATININGSIH SLEMAN)

LATAR BELAKANG

Asuhan kebidanan berkelanjutan merupakan asuhan berkesinambungan dari masa hamil, persalinan, nifas dan BBL serta pemilihan kontrasepsi yang bertujuan untuk menekan dan menurunkan angka AKI dan AKB. Ibu hamil trimester III mengalami konstipasi akibat rahim yang semakin membesar yang akan menekan rectum dan usus bagian bawah. Pemberian buah pepaya dapat mencegah konstipasi pada ibu hamil trimester III karena mengandung beta karoten, Vitamin A, Vitamin B, Vitamin C dan Kalium yang dibutuhkan oleh tubuh sehingga mampu mengendalikan dan mencegah sembelit.

JKIMMY "JURNAL ILMU KESEHATAN MULIA MADANI YOGYAKARTA" Vol VI No 2 Oktober 2025
Print ISSN : 2721-2122, Online ISSN : 2808-7534

Jurnal Homepage : <https://jurnal.lppm-mmy.ac.id/index.php/jik>

ASUHAN KEBIDANAN BERKELANJUTAN DENGAN PEMBERIAN BUAH PEPAYA UNTUK MENCEGAH KONSTIPASI KEHAMILAN TRIMESTER III (Studi Kasus Pasien Ny. "P" di TPMB Kuswatiningsih Sleman)

CONTINUOUS MIDWIFERY CARE WITH GIVING PAPAYA TO PREVENT CONSTIPATION OF PREGNANCY IN THE THIRD TRIMESTER (Case Study of Patient Mrs. "P" at TPMB Kuswatiningsih Sleman)

Sherly Amaliyah, Nurul Ariningtyas, Sri Widarti, Riadinata Shinta Puspitasari
Third Diploma Midwifery Study Program, Mulia Islamic University of Yogyakarta
Sherly Amaliyah, Nurul Ariningtyas, Sri Widarti, Riadinata Shinta Puspitasari
Program Studi D3 Kebidanan Universitas Islam Mulia Yogyakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Asuhan kebidanan berkelanjutan merupakan asuhan berkesinambungan dari masa hamil, persalinan, nifas, dan BBL serta pemilihan kontrasepsi yang bertujuan untuk menekan dan menurunkan angka AKI dan AKB. Ibu hamil trimester III mengalami konstipasi akibat rahim yang semakin membesar yang akan menekan *rectum* dan usus bagian bawah. Pemberian buah pepaya dapat mencegah konstipasi pada ibu hamil trimester III karena mengandung beta karoten, Vitamin A, Vitamin B, Vitamin C dan kalium yang dibutuhkan oleh tubuh sehingga mampu mengendalikan dan mencegah sembelit.

Tujuan: Asuhan kebidanan berkelanjutan pada ibu hamil selama masa hamil sampai dengan KB.
Metode: Pelaksanaan asuhan Ny.P dari kehamilan trimester III sampai dengan KB. Pemberian buah pepaya sebanyak 30gram perhari dilakukan setiap pagi hari. Evaluasi pemberian buah pepaya di hari berikutnya. Keberhasilan pemberian buah pepaya dinilai apabila ibu hamil dapat buang air besar lebih dari 2 kali dalam seminggu atau secara rutin setiap hari.

Hasil: Setelah diberikan asuhan pada Ny.P di masa kehamilannya selama 7 hari, Ibu hamil tidak mengalami konstipasi, kemudian setelah diberikan asuhan ibu hamil dapat BAB 4 kali dalam seminggu.

Kata kunci: Asuhan, Kebidanan, Berkelanjutan, Konstipasi, Pepaya, Kehamilan.

ABSTRACT

ASUHAN KEBIDANAN BERKELANJUTAN DENGAN PEMBERIAN BUAH PEPAYA UNTUK MENCEGAH KONSTIPASI KEHAMILAN TRIMESTER III (STUDI KASUS PASIEN NY. "P" DI TPMB KUSWATININGSIH SLEMAN)

1. Tujuan penelitian

Mengetahui dan melaksanakan asuhan kebidanan berkelanjutan (Continuity of Care) pada ibu hamil trimester III yang mengalami konstipasi dengan pemberian buah pepaya, mulai dari masa kehamilan sampai pelayanan KB.

2. Metode penelitian

Menggunakan rancangan studi kasus (case study).
Asuhan dilakukan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi. Pemberian buah pepaya sebanyak 30 gram per hari setiap pagi selama 7 hari. Evaluasi dilakukan setiap hari untuk melihat perubahan frekuensi BAB. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Pendokumentasian menggunakan metode SOAP dan Varney.

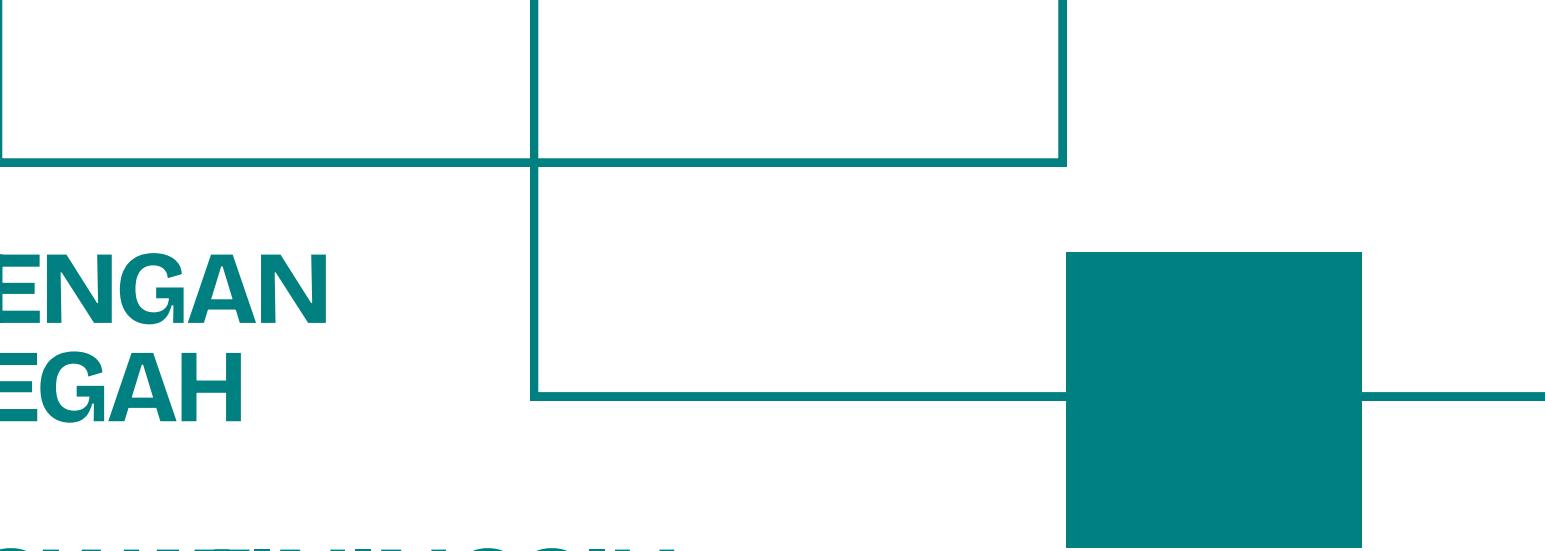
3. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah 1 orang ibu hamil trimester III dengan konstipasi, yaitu Ny. P.
Penelitian dilaksanakan di TPMB Kuswatiningsih Sleman dan rumah Ny. P pada Januari–April 2024.

4. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data yang digunakan:

- Wawancara langsung
- Observasi
- Studi dokumentasi
- Lembar observasi frekuensi BAB dan konsumsi buah pepaya
- Format pendokumentasian SOAP dan Varney.



ASUHAN KEBIDANAN BERKELANJUTAN DENGAN PEMBERIAN BUAH PEPAYA UNTUK MENCEGAH KONSTIPASI KEHAMILAN TRIMESTER III (STUDI KASUS PASIEN NY. "P" DI TPMB KUSWATININGSIH SLEMAN)

5. Hasil penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian buah pepaya sebanyak 30 gram per hari selama 7 hari efektif mengatasi konstipasi pada ibu hamil trimester III. Sebelum intervensi, responden mengalami BAB tidak teratur sekitar 3 kali dalam seminggu disertai perut terasa begah. Setelah mengonsumsi buah pepaya secara rutin, frekuensi BAB meningkat menjadi lebih teratur dengan konsistensi feses lembek. Selama periode observasi, responden mengalami BAB sebanyak 4 kali. Hasil tersebut menunjukkan bahwa konsumsi buah pepaya efektif dalam membantu mengurangi konstipasi pada ibu hamil trimester III.

6. Kesimpulan Penulis

Pemberian buah pepaya sebanyak 30 gram per hari selama 7 hari efektif untuk membantu mengatasi dan mencegah konstipasi pada ibu hamil trimester III. Selain itu, penerapan Continuity of Care (asuhan kebidanan berkelanjutan) memberikan dampak positif terhadap pemantauan kesehatan ibu dan bayi secara menyeluruh.

HUBUNGAN FREKUENSI KUNJUNGAN ANC DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL" OLEH ADRIANA (2022).

LATAR BELAKANG

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada ibu hamil dan dapat disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi serta asam folat selama kehamilan. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko berbagai komplikasi, seperti persalinan prematur, bayi berat lahir rendah, hingga kematian ibu dan bayi.

Salah satu upaya pencegahan anemia pada ibu hamil adalah melalui pemeriksaan Antenatal Care (ANC) secara teratur. Kunjungan ANC memungkinkan tenaga kesehatan mendeteksi masalah kehamilan lebih dini serta memberikan edukasi dan penanganan yang diperlukan. Namun, masih terdapat ibu hamil yang tidak melakukan kunjungan ANC sesuai anjuran.

AAUCENDIKIA: Journal of Nursing, Volume 01(1), Juli 2022, p.1-3
<https://doi.org/10.1234/aacendikiajon.v1i2>

Hubungan frekuensi kunjungan ANC dengan kejadian anemia pada ibu hamil

Relationship between the frequency of ANC visits and the incidence of anemia in pregnant women

Adriana

Puskesmas Batu-Batu, Soppeng, Indonesia

*Correspondence: Adriana. Address: Puskesmas Batu-Batu, Indonesia. Email: adriana@gmail.com

Responsible Editor: Marisna Eka Yulianita, S.Kep., Ns., M.Kep

Received: 8 Juni 2022 ◦ Revised: 14 Juli 2022 ◦ Accepted: 27 Juli 2022

ABSTRACT

Introduction: Anemia in pregnancy can be caused by a lack of consumption of foods that contain iron and folic acid during pregnancy. This study aims to determine the relationship between the frequency of antenatal care visits (ANC) and the incidence of anemia in pregnant women.

Methods: This type of research was carried out in the form of a quantitative analytic survey with a cross-sectional study approach. The population in this study were all pregnant women who came to check their pregnancies at the Batu-Batu Health Center in Soppeng Regency, totaling 40 pregnant women from January to June 2021. The sampling technique in this study used a total sampling of 40 samples.

Results: The results showed that the percentage of ANC visits to pregnant women at the Batu-Batu Health Center in Soppeng Regency in 2021 who met the requirements during pregnancy was 23 people (57.5%). There is a significant relationship between the frequency of ANC visits and the incidence of anemia in pregnant women at the Batu-Batu Health Center in Soppeng Regency in 2021 with a $p=0.049$.

Conclusions: It is expected that pregnant women will ask at every visit other than pregnancy and fetal health. However, it is deemed necessary to ask about nutritional intake that must be met, and reduced during pregnancy and carry out all the suggestions given.

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia pada kehamilan dapat disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi dan asam folat selama kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan frekuensi kunjungan antenatal care (ANC) dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

Metode: Jenis penelitian ini dilakukan adalah kuantitatif survey analitik dengan pendekatan crosssectional study. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang datang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Batu-Batu Kabupaten Soppeng sebanyak 40 ibu hamil pada bulan Januari sampai Juni 2021. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan total sampling jumlah sebanyak 40 sampel.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa presentase kunjungan ANC pada ibu hamil di Puskesmas Batu-Batu Kabupaten Soppeng tahun 2021 yang memenuhi syarat selama proses kehamilan yaitu sebanyak 23 orang (57,5%). Terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi kunjungan ANC dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Batu-Batu Kabupaten Soppeng Tahun 2021 dengan nilai $p=0,049$.

Kesimpulan: Diharapkan ibu hamil bertanya pada setiap kali kunjungan selain kehamilan dan kesehatan janin namun, dirasa perlu untuk menanyakan asupan gizi yang harus dipenuhi, dan dikurangi saat hamil dan melakukan semua saran yang diberikan.

Kata Kunci: frekuensi kunjungan ANC, kejadian anemia, ibu hamil

HUBUNGAN FREKUENSI KUNJUNGAN ANC DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL" OLEH ADRIANA (2022).



1. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan antara frekuensi kunjungan Antenatal Care (ANC) dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Batu-Batu Kabupaten Soppeng tahun 2021.

2. Metode Penelitian

- Menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain survei analitik.
- Pendekatan yang digunakan adalah cross-sectional study.
- Penelitian dilakukan di Puskesmas Batu-Batu Kabupaten Soppeng.
- Analisis data menggunakan uji statistik Chi-Square dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

3. Sampel Penelitian

- Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Batu-Batu Kabupaten Soppeng pada Januari–Juni 2021.
- Jumlah sampel sebanyak 40 ibu hamil.
- Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

4. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian meliputi:

- Data kunjungan ANC ibu hamil.
- Data kadar hemoglobin (Hb) untuk menentukan kejadian anemia.
- Lembar pengumpulan data responden.
- Analisis statistik menggunakan uji Chi-Square

HUBUNGAN FREKUENSI KUNJUNGAN ANC DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL" OLEH ADRIANA (2022).

5. Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa:

- Sebanyak 23 ibu hamil (57,5%) melakukan kunjungan ANC sesuai standar, sedangkan 17 ibu hamil (42,5%) tidak memenuhi standar kunjungan ANC.
- Sebanyak 9 ibu hamil (22,5%) tidak mengalami anemia, 27 ibu hamil (67,5%) mengalami anemia ringan, dan 4 ibu hamil (10%) mengalami anemia sedang.
- Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,049$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi kunjungan ANC dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

6. Kesimpulan Penulis

Frekuensi kunjungan ANC memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Ibu hamil yang melakukan kunjungan ANC secara teratur memiliki peluang lebih besar untuk mendeteksi dan mencegah anemia selama kehamilan. Oleh karena itu, ibu hamil dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan kehamilan sesuai jadwal serta aktif berkonsultasi mengenai kebutuhan gizi dan kesehatan selama kehamilan

PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG TERAPI KOMPLEMENTER DALAM KEHAMILAN

Latar Belakang

Terapi komplementer dalam pelayanan kesehatan merupakan pengobatan non konvensional yang ditujukan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Terapi tersebut meliputi upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang telah teruji kualitas kemanan, dan efektifitasnya berdasarkan penelitian dan keilmuan (*Evidence Based Medicine*). Dalam terapi komplementer terapis mengatasi berbagai penyakit atau keluhan dengan teknik tradisional dan tidak dilakukan dengan tindakan bedah dan obat atau produk farmasi, namun dengan memanfaatkan berbagai jenis terapi dan herbal. Pemanfaatan terapi komplementer dalam bidang kebidanan harus dibuktikan keamanannya dengan penelitian.

Pendidikan Kesehatan tentang Terapi Komplementer dalam Kehamilan

Fatihatul Hayati
Program Studi DIII Kebidanan, STIKes Baiturrahim Jambi
email: fatihatulhayatianam@gmail.com

Submitted : 11/12/2020

Accepted: 21/06/2021

Published: 28/06/2021

Abstract

Complementary therapy in health care is a non-conventional treatment aimed at increasing the degree of public health. The terpi includes promotional, preventive, curative, and rehabilitative efforts that have proven their quality of safety, and effectiveness based on research and science (Evidence Based Medicine). In complementary therapy, the therapist treats various diseases or complaints using traditional techniques and is not done by surgery and drugs or pharmaceutical products, but by utilizing various types of therapy and herbs. The use of complementary therapies in the field of midwifery must be proven safe by research. Pregnant women are a group that is recommended to take advantage of complementary therapy or medicine in dealing with perceived complaints, because complementary therapy can avoid the side effects of conventional medicine and have great control over their own health. Although traditional / complementary medicine is relatively safer, it does not mean that it does not pose a risk, therefore pregnant women must have adequate knowledge about the use of safe complementary therapies during pregnancy. Health education on complementary therapies in pregnancy is provided by extension methods when pregnant women carry out motherhood classes in the working area of Puskesmas Putri Ayu, Jambi City. This activity was carried out in conjunction with the clinical practice of students of D III Midwifery Stikes Baiturrahim Jambi.

Keywords: complementary therapies, knowledge, pregnant mother

Abstrak

Terapi komplementer dalam pelayanan kesehatan merupakan pengobatan non konvensional yang ditujukan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Terpi tersebut meliputi upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang telah teruji kualitas kemanan, dan efektifitasnya berdasarkan penelitian dan keilmuan (*Evidence Based Medicine*). Dalam terapi komplementer terapis mengatasi berbagai penyakit atau keluhan dengan teknik tradisional dan tidak dilakukan dengan tindakan bedah dan obat atau produk farmasi, namun dengan memanfaatkan berbagai jenis terapi dan herbal. Pemanfaatan terapi komplementer dalam bidang kebidanan harus dibuktikan keamanannya dengan penelitian. Ibu hamil merupakan kelompok yang dianjurkan memanfaatkan terapi atau pengobatan komplementer dalam mengatasi keluhan yang dirasakan, karena dengan terapi komplementer dapat menghindari efek samping pengobatan konvensional dan memiliki kontrol yang besar terhadap kesehatan sendiri. Meskipun pengobatan tradisional/ komplementer relatif lebih aman namun bukan berarti tidak menimbulkan risiko, untuk itu ibu hamil harus memiliki pengetahuan yang mumpuni tentang pemanfaatan terapi komplementer yang aman selama kehamilan. Pendidikan kesehatan tentang terapi komplementer dalam kehamilan diberikan dengan metode penyuluhan saat ibu hamil melaksanakan kelas ibu di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. Kegiatan ini dilaksanakan bersamaan dengan praktik klinik mahasiswa D III Kebidanan Stikes Baiturrahim Jambi.

Kata Kunci: ibu hamil, pengetahuan, terapi komplementer

PENDAHULUAN

meningkatkan

derajat

kesehatan

PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG TERAPI KOMPLEMENTER DALAM KEHAMILAN



1. Tujuan Penelitian

Memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil mengenai terapi komplementer yang aman selama kehamilan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam memanfaatkan terapi komplementer untuk mengatasi keluhan selama kehamilan.



2. Metode Penelitian

Jurnal ini merupakan kegiatan pengabdian masyarakat (penyuluhan kesehatan), bukan penelitian eksperimen atau survei analitik.

Metode yang digunakan adalah:

- Penyuluhan/edukasi kesehatan (health education).
- Dilaksanakan saat kegiatan kelas ibu hamil.
- Menggunakan metode ceramah dan diskusi mengenai terapi komplementer dalam kehamilan.
- Kegiatan dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu, Kota Jambi.

PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG TERAPI KOMPLEMENTER DALAM KEHAMILAN

3. Sampel Penelitian

Sasaran kegiatan adalah:

- Ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi.
- Jumlah sampel atau peserta tidak dijelaskan secara spesifik dalam abstrak jurnal yang tersedia.

4. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini berupa:

- Materi penyuluhan kesehatan tentang terapi komplementer dalam kehamilan.
- Media edukasi/penyuluhan.
- Diskusi dan tanya jawab untuk mengukur pemahaman peserta.
- Pada abstrak jurnal tidak dijelaskan adanya penggunaan kuesioner atau instrumen penelitian khusus.

PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG TERAPI KOMPLEMENTER DALAM KEHAMILAN

5. Hasil Penelitian/Kegiatan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa:

- Ibu hamil memperoleh informasi yang benar mengenai terapi komplementer.
- Pengetahuan ibu hamil tentang penggunaan terapi komplementer yang aman selama kehamilan meningkat.
- Ibu hamil lebih memahami manfaat dan risiko penggunaan terapi komplementer sehingga dapat memilih terapi yang tepat dan aman.

6. Kesimpulan Penulis

- Terapi komplementer dapat menjadi pilihan bagi ibu hamil untuk mengatasi berbagai keluhan selama kehamilan.
- Meskipun relatif aman, terapi komplementer tetap memiliki risiko jika digunakan tanpa pengetahuan yang memadai.
- Pendidikan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai terapi komplementer yang aman dan berbasis bukti ilmiah.
- Ibu hamil perlu mendapatkan informasi yang benar agar dapat memanfaatkan terapi komplementer secara tepat selama kehamilan.

TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA MASA KEHAMILAN

LATAR BELAKANG

Mual dan muntah merupakan keluhan yang sering dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama akibat perubahan hormon kehamilan. Kondisi ini dapat mengganggu kesehatan ibu dan pertumbuhan janin apabila tidak ditangani dengan baik. Penanganan dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu metode nonfarmakologis yang banyak digunakan adalah terapi komplementer seperti aromaterapi peppermint, aromaterapi lemon, dan akupresur titik P6 karena dinilai aman dan efektif dalam mengurangi mual muntah pada kehamilan.



LITERATURE REVIEW: TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA MASA KEHAMILAN

Ni Ketut Somoyani
Dosen Jurusan Kebidanan, Email : ketut_somoyani@yahoo.co.id

Abstract

Nausea and vomiting during the first of pregnancy is one of the most common complaints from women. Nearly 50-90% of pregnant women experience nausea, vomiting in the early pregnancy. The purpose of this paper is to find out some evidence-based complementary therapies that can be done to reduce nausea and vomiting during pregnancy. The method used in this paper is to review the results of research related to complementary therapy in reducing nausea and vomiting during pregnancy. Based on the results of literature review on three journal articles, it can be explained that the intervention in the form of complementary therapy with peppermint aromatherapy is effective in reducing nausea and vomiting during pregnancy. From the results of the Pared Sample T-Test, the value of $t = 11,000$ and $p = 0,000$, where $p < 0,05$, H_0 is accepted, means that there is an influence of pappermint aromatherapy to reduce vomiting in pregnant women.

The administration of lemon aromatherapy (Citrus Lemon) can reduce nausea and vomiting during pregnancy, from 70% who experience moderate nausea and vomiting, down to 30% who experience moderate nausea and vomiting. For acupressure application at PC6 point, it shows that there is an effect of acupressure at PC 6 point on emisis gravidarum with p-value = 0,000. The results of this study can be used as reference material in providing non-pharmacological therapy to mothers who experience nausea and vomiting during pregnancy. **Keywords:** Pregnancy, Vomiting; Nausea; Peppermint; Citrus Lemon; Nei-guan Point (P6)

TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA MASA KEHAMILAN

1. Tujuan Penelitian

Mengetahui beberapa terapi komplementer berbasis evidence based yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual muntah pada masa kehamilan.

2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan adalah literature review atau kajian literatur terhadap hasil-hasil penelitian yang berkaitan dengan terapi komplementer untuk mengurangi mual muntah pada masa kehamilan. Data yang digunakan berupa data sekunder dari beberapa artikel penelitian. Analisis data menggunakan analisis anotasi bibliografi.

3. Sampel Penelitian

Dalam artikel review ini digunakan tiga penelitian dengan sampel:

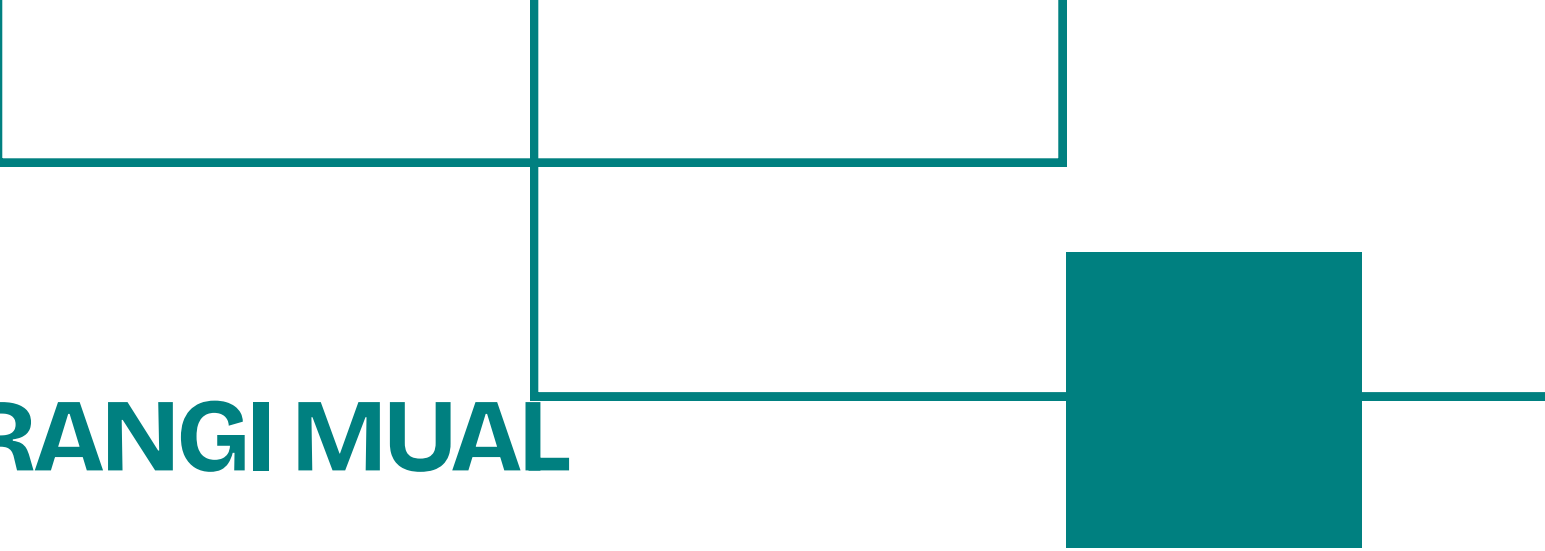
- Penelitian aromaterapi peppermint: 20 ibu hamil yang mengalami mual muntah.
- Penelitian aromaterapi lemon: 20 ibu hamil trimester I.
- Penelitian akupresur titik P6: 30 ibu hamil trimester I.
-

4. Instrumen Penelitian

Penelitian peppermint menggunakan Visual Analogue Scale (VAS) dan lembar observasi.

Penelitian akupresur menggunakan Kuesioner Indeks Rhodes dan lembar observasi.

•



TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA MASA KEHAMILAN

5. Hasil penelitian

Aromaterapi peppermint efektif menurunkan mual muntah pada ibu hamil. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan nilai $t = 11,000$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Aromaterapi lemon menurunkan mual muntah, dari 70% responden dengan mual muntah sedang menjadi sebagian besar mengalami mual muntah ringan setelah terapi.

Akupresur titik P6 juga efektif menurunkan emesis gravidarum dengan hasil uji statistik $p \text{ value} = 0,000$.

6. Kesimpulan Penulis

Pemberian aromaterapi peppermint, aromaterapi citrus lemon, dan akupresur pada titik pericardium 6 merupakan intervensi yang aman dan cukup efektif dalam mengurangi mual muntah pada masa kehamilan. Hasil penelitian dapat dijadikan referensi terapi nonfarmakologis bagi ibu hamil yang mengalami mual muntah.

TERIMA KASIH

