



BHAMADA
 Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan
<http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik>
 email: jitkbhamada@gmail.com



LITERATURE REVIEW: PENGOBATAN BAGI IBU HAMIL UNTUK MEREDAKAN MUAL MUNTAH TREATMENT FOR PREGNANT MOTHERS TO RELIEVE NAUSEA, VOMITING

Indah Putri Ani¹, Machfudloh²
^{1,2} Universitas Islam Sultan Agung
 putriani000@gmail.com, machfudloh@unissula.ac.id

Info Artikel	ABSTRAK
Sejarah artikel, Diterima: Agustus 2021 Disetujui: September 2021 Dipublikasi: Oktober 2021	Mual muntah adalah kelainan umum ibu hamil pada trimester pertama kehamilan. Upaya untuk mengurangi gejalanya bisa menggunakan aromaterapi peppermint, aroma terapi citrus lemon, minuman jahe, akupresure pada titik pericardium 6 dan kontrol stimulus dan teknik pencitraan. Tujuan literature review ini untuk mengetahui efektivitas aromaterapi peppermint, aroma terapi citrus lemon, minuman jahe, akupresure pada titik pericardium 6 dan kontrol stimulus dan teknik pencitraan dalam meredakan keluhan. literature review menggunakan delapan jurnal yaitu lima jurnal internasional dan tiga jurnal nasional.
Kata kunci: Kehamilan, Muntah, Mual, Terapi Komplementer.	
Keywords: <i>Pregnancy, Vomiting, Nausea, Complementary Therapies.</i>	ABSTRACT <i>Nausea and vomiting are common disorders that occur pregnant women in early pregnancy. An attempt to relieve the disorder by using peppermint aromatherapy, lemon orange aromatherapy, ginger drink, acupressure at the pericardial point 6 as well as stimulus control and imaging techniques. The goal of this literature review is to determine the effectiveness peppermint aromatherapy, lemon orange aromatherapy, ginger drink, acupressure at the pericardial point 6 and stimulus control and imaging techniques in relieving complaints. The literature review uses eight journals, namely five international journals and three national journals.</i>
Alamat Korespondensi: Universitas Islam Sultan Agung	

PENDAHULUAN

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan diartikan bagaikan pembenihan atau penyatuan dari ovum dengan spermatozoa dan diteruskan dengan implantasi. Jika dilihat dari fase pembenihan sampai kelahiran,

menurut kalender internasional kehamilan normal membutuhkan waktu 40 minggu atau 9 bulan. Ada tiga trimester dalam kehamilan, trimester 1 berlangsung dalam 0-13 minggu, trimester kedua 14-27 minggu dan trimester ketiga 27-40 minggu (Astuti 2012).

Kehamilan adalah sesuatu yang biasa dialami oleh seorang wanita, ketika hamil melakukan pemeriksaan beberapa ibu hamil akan mengadu mengenai keluhan selama hamil. Ibu hamil biasanya mengeluh atas ketidaknyamanan berupa mual dan muntah pada kehamilan awal (Santi 2013). Pada awal bulan kehamilan atau trimester pertama kehamilan mual dan muntah terjadi sekitar 60% - 70%. Jika kasus ini tidak segera ditangani akan menjadi hiperemesis gravidarum yang memiliki akibat buruk bagi ibu hamil dan kandungannya. Hal ini bisa ditangani dengan terapi nutrisi yaitu makan sedikit tapi sering dan pengobatan herbal yaitu dengan menggunakan teh spearmint atau teh jahe, dan menggunakan aroma terapi jeruk, peppermint dan spearmint (Onggo 2012).

Keluhan yang menjadikan ibu tidak nyaman saat hamil adalah mual dan muntah yang diakibatkan oleh berubahnya saluran cerna serta meningkatnya kadar Human Chorionic gonadotropin (HCG) dalam darah (Betz & Fane, 2020). Pemberian pengobatan atau terapi pada ibu hamil harus mempertimbangkan kemungkinan resiko komplikasi yang bisa terjadi pada ibu dan janinnya (Mattison, 2013).

METODE PENELITIAN

Metode yang dipakai dalam penulisan jurnal ini adalah dengan menggunakan hasil-hasil dari kajian jurnal penelitian yang terkait dengan pengobatan atau terapi dalam mengurangi atau meredakan mual muntah pada masa kehamilan. Kajian literatur yaitu penelitian yang meninjau secara kritis gagasan, pengetahuan atau temuan yang ada dalam tubuh literatur berorientasi akademik, serta merumuskan kontribusi teoritis dan metodologisnya untuk topik tertentu. Data sekunder adalah data yang dipakai dalam penelitian ini, melalui beberapa jurnal yang berkaitan dengan pengobatan atau terapi untuk meredakan mual dan muntah pada masa kehamilan. Dalam pencarian jurnal menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris yang relevan dengan topic. Pencarian dilakukan dengan menggunakan Google Scholar. Keyword yang digunakan adalah “ mual muntah pada ibu hamil”, “aromaterapi yang di gunakan untuk mual muntah” Didapatkan 3 jurnal nasional

dan 5 jurnal internasional yang selanjutnya akan dikaji.

Penelitian yang dilakukan Nora Veri, Dkk (2020) di Aceh. Untuk mengetahui perbandingan efektifitas pemberian peppermint dan Jeruk Pomelo terhadap intensitas mual dan muntah. Hasil Pemberian Peppermint dan pomelo efektif dalam menurunkan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Penelitian yang dilakukan Kundarti, Dkk (2015) di Kediri. Hasil pengujian diperoleh nilai $p = 0,033 < 0,05$ maka H_0 ditolak sehingga terdapat perbedaan menurunkan rasa mual dan muntah pada ibu hamil yang tidak hamil 0-16 minggu diberi jahe dan jahe. Kesimpulannya pemberian bubuk jahe efektif untuk menurunkan mual dan muntah pada wanita hamil usia 0-16 minggu. hamil.

Penelitian yang dilakukan Rosalina (2019) di wilayah puskesmas Jambu Kulon. Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan muntah mual pada ibu hamil trimester pertama karena akan mempengaruhi saraf-saraf pada hipotalamus untuk meredakan mual dan muntah. Hasil dari pemberian aromaterapi lavender lebih signifikan dibandingkan pemberian konseling pengurangan mual muntah.

Penelitian yang dilakukan Yavari P et al (2014) Penelitian ini dilakukan di Iran. Untuk mengetahui pengaruh aromaterapi inhalasi lemon terhadap mual dan muntah selama kehamilan. Hasilnya Terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kedua kelompok Jadi Kesimpulannya Aroma lemon efektif dalam mengurangi mual dan muntah saat hamil.

Penelitian yang dilakukan oleh Pasha H et al. (2012) Penelitian ini dilakukan di Iran. Untuk mengevaluasi pengaruh daun mint terhadap mual dan muntah selama kehamilannya hasilnya tidak ada hubungan bermakna yang terdeteksi selama dan setelah intervensi untuk intensitas muntah. Jadi Kesimpulannya hasil penelitian menunjukkan bahwa minyak esensial peppermint tidak berpengaruh terhadap mual.

Penelitian yang dilakukan oleh Joulaeerad N, et al. (2018) Penelitian ini dilakukan di Iran. perbedaan minyak peppermint dan placebo dengan cara penghirupan aromaterapi dilakukan selama empat hari dan di penghujung setiap hari. Hasil

yang didapatkan aromaterapi dengan minyak peppermint dan plasebo adalah memiliki efektifitas untuk menurunkan mual muntah.

Penelitian yang dilakukan oleh Maha M. Mady, et al. (2019) Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kafr-Ashma. Dengan menggunakan P6 akupresur sebagai alter metode asli dalam pengobatan mual dan muntah. Hasil penelitian menunjukkan penurunan signifikan frekuensi mual dan muntah yang pada penelitian kelompok setelah 7 hari pengobatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari beberapa jurnal yang telah dikajian menjelaskan hasil penelitian tentang pengobatan atau terapi untuk mengurangi mual dan muntah pada masa kehamilan. Dari semua jurnal yang telah dikaji mendapatkan hasil tidak semua mengatakan terapi ini memiliki pengaruh dalam penurunan intensitas mual muntah pada ibu hamil.

Mual muntah yaitu keluhan yang sering dialami ibu hamil, muali biasanya ringan saat bangun tidur hingga muntah terus menerus. Salah satu penyebabnya adalah perut kosong. Morning sickness biasanya dimulai pada bulan pertama kehamilan dan berlanjut sampai minggu ke-14 sampai ke-16 (Matthews A, 2010). Mual muntah yang terjadi pada kehamilan yang disebabkan oleh perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar Human Chorionic Gonadotropin (hCG), kebanyakan perempuan yang mengalami gejala mual dan muntah pada usia kehamilan 8-12 minggu dan semakin berkurang secara bertahap hingga akhirnya berhenti pada usia kehamilan 16 minggu kehamilan (Tiran, 2009). Frekuensi terjadinya mual muntah tidak hanya dipagi hari melainkan bisa siang hari bahkan malam hari dan selain itu karena mencium aroma suatu masakan (Suwarni, 2007; Santi, 2013; Sherwood, 2013)

Pada umumnya ibu yang mengalami mual muntah tidak merasa nyaman dan ingin segera melewati masa ini. Salah satu penatalaksanaan untuk mengatasi ketidaknyamanan mual muntah pada kehamilan dengan terapi nonfarmakologis yang salah satunya bisa dilakukan dengan dukungan emosional, akupresur dan pemberian aromaterapi (Hidayati, 2009; Wiknjosastro, 2010).

Aromaterapi merupakan tindakan teraupetik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi seseorang menjadi lebih baik. Beberapa minyak esensial memiliki efek farmakologi yang unik seperti anti bakteri, anti virus, diuretik, vasodilator, penenang, dan perangsang adrenalin. Molekul dalam minyak esensial tersebut ketika dihirup melalui rongga hidung dapat merangsang saraf otak di area yang memengaruhi emosi dan memori (Runiari, 2010).

Artikel Pertama

Aromaterapi Peppermint dan Jeruk Pomelo untuk menurunkan mual muntah pada ibu hamil

1. Pengaruh Peppermint Terhadap Penurunan Mual Muntah

Dalam Kehamilan Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas mual muntah yang menyatakan adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian Essensial Oil Peppermint dengan kejadian mual dan muntah pada ibu hamil trimester I (Yantina, Susilawati, & Yuviska, 2016). Hasil penelitian yang sama juga ditunjukkan pada pemberian rutin Infused Water daun peppermint dapat berpengaruh (Parwitasari, Utami, & Rahmalia, 2014). Penelitian lain juga membuktikan seduhan daun peppermint menurunkan frekuensi emesis gravidarum (Istiqomah, Yani, & Suyati, 2017). Penelitian lain juga menyatakan secara inhalasi mampu menurunkan mual muntah pada ibu hamil (Lubis, Evita, & Siregar, 2019) (Nuryanti, Rusmiyati, & Elisa, 2016).

2. Pengaruh Pomelo Terhadap Penurunan Mual Muntah Dalam Kehamilan

Hasil penelitian menyatakan bahwa pomelo mampu menurunkan emesis gravidarum. Pemberian pomelo yang diolah menjadi jus mampu menurunkan mual muntah dalam kehamilan (Nugrahani, 2015). Penelitian ini menggunakan buah Pomelo varietas daging merah. Komponen bioaktif lainnya dalam buah Pamelo adalah phenolics, flavonoids, naringin and carotenoids (Reshmi, Sudha, & MN, 2017). Pomelo mampu mengurangi intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I diduga

karena kandungan polifenol yang terdapat didalamnya. (Ahmed, Hasan, Ahmed, Mahmood, Azhar, & Habtemariam, 2013).

Artikel ke Dua

Pemberian Serbuk Jahe (*Zingiber Officinale*)

1. Pemberian Serbuk Jahe pada kelompok perlakuan

Penurunan derajat mual muntah pada ibu hamil usia 0-16 minggu pada kelompok perlakuan dapat dijelaskan bahwa dari 12 responden pada kelompok yang diberi serbuk jahe mengalami penurunan mual muntah yakni terjadi peningkatan jumlah responden pada mual muntah ringan sebanyak 1 orang (8,3%) menjadi 5 orang (41,7%), terjadi penurunan mual muntah sedang dan berat yaitu pada mual muntah sedang dari 9 responden (75%) menjadi 7 responden (58,3%) dan mual muntah berat dari 2 responden (16,7%) menjadi 0 responden.

2. Pemberian Serbuk Jahe pada kelompok perlakuan

Penurunan derajat mual muntah pada ibu hamil usia 0-16 minggu pada kelompok kontrol Berdasarkan data dari tabel diatas dapat dijelaskan bahwa dari 12 responden pada kelompok kontrol dari 3 responden (25%) yang mengalami mual muntah ringan menjadi 2 responden (16,7%). Dari 8 responden (66,7 %) yang mengalami mual muntah sedang menjadi 9 responden (75 %) dan 1 responden (8,3 %) yang mengalami mual muntah berat tetap 1 responden (8,3 %).

3. Pengaruh derajat mual muntah pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri.

Berdasarkan tabel diatas untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan sebelum dan sesudah diberi serbuk jahe diuji dengan menggunakan Wilcoxon Matched Pairs Test yaitu diperoleh P value $0,33 < 0,05$. Kesimpulannya ada pengaruh pemberian serbuk jahe terhadap penurunan mual muntah.

Artikel ke Tiga

Aromaterapi Lavender

• Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Mual Muntah

Berdasarkan dari hasil analisis dari 15 responden kelompok eksperimen yaitu pemberian aromaterapi lavender selama 3 hari, diperoleh hasil penurunan sebanyak -5,27. Hasil penelitian menunjukkan nilai skor kuesioner mengalami penurunan dari skor sebelum diberikan aromaterapi lavender. Setelah itu diambil nilai rata-rata selama 3 hari dan hasilnya tidak melebihi dari nilai sebelum diberikan aromaterapi lavender. Berdasarkan hasil analisis 15 responden kelompok kontrol yaitu pemberian konseling tentang pengurangan mual muntah diperoleh hasil -0,53 (1,55) mengalami rentang penurunan mual muntah tetapi masih dalam kategori yang sama.

Hasil dari analisis mendapatkan nilai signifikan pada kelompok eksperimen sebesar $p (< \alpha (0,05))$. Sedangkan pada kelompok kontrol sebesar $p (0,205) > \alpha (0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender lebih signifikan dibandingkan pemberian konseling pengurangan mual muntah. Hasil analisis menggunakan uji T Independent terdapat perbedaan yang bermakna terhadap penurunan mual muntah pada kedua kelompok ($p = < 0,001$). Aromaterapi lavender bekerja dengan cara mempengaruhi kerja otak, saraf-saraf penciuman yang terangsang dengan adanya aroma tertentu, secara langsung berhubungan dengan Hipotalamus. Hipotalamus adalah bagian otak yang mengendalikan sistem kelenjar, mengatur hormon-hormon, dan mempengaruhi pertumbuhan dan aktivitas tubuh lainnya, seperti detak jantung, fungsi pernapasan, pencernaan. Durasi optimal untuk menghilangkan mual muntah adalah 20 menit (Setryaningsih, 2011).

Artikel ke Empat.

Inhalasi Lemon pada Mual dan Muntah Kehamilan

• Inhalasi Lemon

Lemon lebih murah dan lebih mudah diakses oleh semua orang dan dapat menjadi alternatif. untuk obat-obatan saat ini yang digunakan untuk mengendalikan mual dan muntah kehamilan. Menurut temuan penelitian

ini, skor rata-rata NVP menurun selama empat hari menggunakan aromaterapi lemon inhalasi; namun, penurunan skor ini signifikan secara statistik hanya pada hari kedua dan keempat masa tindak lanjut dalam dua kelompok. Menggunakan pengobatan komprehensif dan alternatif (CAM) di Iran memiliki sejarah panjang dan bidan serta dokter tertarik untuk menggunakannya.

Aromaterapi merupakan metode yang selain memiliki efek fisik, memiliki efek psikologis (seperti relaksasi atau stimulasi) yang dapat kambuh dengan sangat cepat. Penciuman di tingkat dasar yang paling rendah, dapat merangsang tubuh untuk merespon secara fisik dan psikologis. Saat zat aromatik dalam haling seperti minyak herbal mengeluarkan molekul bau, sel reseptor di hidung mengirimkan impuls langsung ke daerah olfaktorius di otak. Wilayah tersebut terkait erat dengan sistem lain yang mengontrol memori, emosi, hormon, seks, dan detak jantung.

Denyut nadi segera bertindak dan hormon yang dilepaskan mampu menstimulasi, menenangkan, menenangkan, atau menggembirakan orang tersebut, yang mengarah pada penciptaan perubahan fisik dan mental. Aromaterapi lemon dapat memiliki efek menguntungkan pada NVP. Hasil penelitian Pretest-Posttest di Indonesia, pada 12 ibu hamil dengan NVP menunjukkan bahwa terapi aroma lemon menurunkan NVP. Jadi Kesimpulannya Aroma lemon efektif dalam mengurangi mual dan muntah saat hamil.

Artikel ke Lima

Pengaruh Minyak Mint pada Mual dan Muntah Selama Kehamilan

- Pengaruh Minyak Mint

Penelitian menunjukkan kesamaan antara kedua kelompok mengenai usia ibu, usia kehamilan, pendidikan, pekerjaan, tempat tinggal, dan IMT. Usia minimal dan maksimal masing-masing 14 dan 34 tahun, 45% partisipan berada pada rentang usia 20-25 tahun. Sebagian besar sampel (25%) berada dalam usia kehamilan 8 minggu. Hasil menunjukkan intensitas mual dan muntah yang serupa dari 7 hari sebelum intervensi. Rerata intensitas

muntahan nau sea $4,78 \pm 1,62$, $4,85 \pm 1,82$ dan $3,00 \pm 2,19$, $2,52 \pm 2,4$ pada kelompok mint dan saline (nilai $P = 0,865$; $0,389$). Pada hari pertama hingga keempat intervensi, tingkat keparahan mual menunjukkan tren penurunan (terutama pada malam keempat) pada mint dan kecenderungan meningkat pada kelompok kontrol.

Rata-rata intensitas mual pada mint dan saline kelompok $3,50 \pm 1,95$, $4,38 \pm 2,18$ (nilai $P = 0,140$). Rerata intensitas muntah dalam 4 hari intervensi pada kelompok mint dan saline adalah $2,23 \pm 1,88$, $2,55 \pm 2,55$ (nilai $P = 0,577$). dalam penelitian ini. Demikian pula, Anderson dan rekan (2004) telah melaporkan bahwa minyak peppermint telah efektif berguna untuk mengurangi keparahan mual setelah operasi, di mana mint dibandingkan dengan alkohol iso propil dan plasebo (saline), efek positif dari aromaterapi telah disarankan untuk lebih sering dikaitkan dengan pernapasan terkontrol daripada aromaterapi itu sendiri karena efek pengurangan saline mirip dengan peppermint dan alkohol.

Artikel ke Enam

Aromaterapi dengan Minyak Peppermint pada Tingkat Keparahannya Mual dan Muntah dalam Kehamilan.

- Aromaterapi dengan Minyak *Peppermint*

Minyak atsiri peppermint yang digunakan dalam penelitian ini dibuat oleh Perusahaan Farmasi GiahEsanse dengan menggunakan destilasi air dari tanaman segar kemudian diencerkan dengan minyak sweet al mond yang diproduksi oleh Perusahaan Farmasi BarijEsanse dengan perbandingan 10% dan diberikan wanita dalam botol kuning tua dengan volume yang sesuai. Selain itu, minyak almond manis digunakan pada kelompok kontrol sebagai plasebo dengan volume yang sama dalam botol yang sama. Penelitian ini telah disetujui oleh komite etika dari Shahid Beheshti University of Medical Sciences.

Setelah mencatat informasi penelitian di Iranian Registry of Clinical Trials dengan nomor IRCT201412043860N9, dilakukan sampling dengan rujukan harian peneliti ke puskesmas terpilih menggunakan metode

convenience sampling. Awalnya, catatan kesehatan ibu hamil dipelajari dan dalam kasus kualifikasi utama untuk dimasukkan, mereka diminta untuk menjawab kuesioner PUQE untuk menentukan tingkat keparahan dasar NVP. Setelah menerima persetujuan tertulis, kuesioner demografi dan kebidanan diisi untuk setiap wanita dan mereka dimasukkan ke dalam salah satu dari dua kelompok intervensi atau kelompok plasebo menggunakan metode pengacakan blok permutasi. Aromaterapi inhalasi dilakukan selama empat hari pada kedua kelompok.

Pada setiap kelompok, botol amber tua dengan volume yang sama (diisi dengan minyak esensial peppermint konsentrasi 10% pada kelompok intervensi dan minyak almond manis pada kelompok plasebo) beserta pipet, ejumlah bola kapas secukupnya dan empat buah Kuesioner PUQE untuk menentukan tingkat keparahan NVP disediakan untuk wanita. Mereka diminta untuk menjatuhkan lima tetes isi botol pada bola kapas dan menyimpannya dalam satu cm di bawah hidung mereka, kemudian menarik napas dalam tiga kali melalui hidung pada saat mual merasa empat kali sehari. Juga, mereka diminta untuk menyelesaikan salah satu kuisisioner PUQE di akhir setiap hari. Pelacakan status subjek selama perawatan dilakukan oleh peneliti menggunakan telepon. Hasil Studi ini melibatkan 56 peserta dalam dua kelompok intervensi (minyak esensial peppermint, n = 28) dan plasebo (minyak almond manis, n = 28), pada kelompok minyak peppermint berkurang dari 7,36 pada pra-intervensi menjadi 5,18 pada akhir periode intervensi empat hari. Juga, skor rata-rata pada pra-intervensi dan pada akhir penelitian adalah 7,21 dan 5,82, masing-masing pada kelompok plasebo.

Artikel ke Tujuh

Akupresur terhadap Mual dan Muntah Selama Kehamilan.

Akupresur adalah modalitas tradisional Tiongkok pengobatandi mana tekanan diterapkan ke berbagai titik di tubuh untuk meredakan penyakit atau menyebabkan relaksasi

- Akupresur terhadap Mual dan Muntah

Mendorong penggunaan P 6 akupresur sebagaialter metode aslidalam pengobatan mual dan muntah kehamilan yang dapat mengurangi risiko obat anti-mual selama pertama trimester. Dianjurkan agar akupresur dapat diajarkan kepada personel asuhan maternitas sebagai kursus penyegaran dan diberikan kepada pasien yang mengeluh mual dan muntah dalam bentuk pamflet dan majalah kesehatan.

Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk: Menilai efek akupresur terhadap titik akupresur lainakupresur yang pada pengobatan mual dan muntah selama kehamilan dan membandingkan efek titik berbeda dalam mengurangi mual dan muntah saat hamil. Menggunakan ukuran sampel yang lebih besar dan data obyektif seperti perubahan berat badan, keton urin, dan elektrolit darah untuk mendukung efektivitas akupresur pada kasus mual dan muntah saat hamil. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi efek akupresur pada mual dan muntah seperti yang dirasakan oleh wanita hamil ketika akupresur diaplikasikan pada P6 Acupoint.

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada perbedaan statistik yang signifikan pada data dasar antara kelompok studi dan kelompok kontrol yang berkaitan dengan usia, pendidikan, pekerjaan, dan status perkawinan yang menunjukkan homogenitas sampel. Namun, mengenai frekuensi mual dan muntah, hasil penelitian menunjukkan penurunan signifikan frekuensi mual dan muntah yang pada penelitian kelompok setelah 7 hari pengobatan disbandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian ini menyimpulkan bahwa akupresur pada titik Neiguan (P6) efektif dalam mengurangi keparahan dan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil. Hal ini sesuai dengan keunggulan Akupresur sebagai sederhana dan non-invasif teknik tanpa efek samping padahamil wanita dan janinnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil *literature review* terhadap delapan jurnal, dapat dijelaskan bahwa intervensi dengan terapi komplementer untuk mengurangi mual muntah pada ibu kehamilan dapat dikategorikan sebagai intervensi yang aman dan cukup efektif

dalam mengurangi mual muntah pada masa kehamilan. Hasil-hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dalam memberikan terapi nonfarmakologis pada ibu yang mengalami mual muntah pada masa kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Evayanti, E. (2015). Hubungan Pengetahuan Ibu dan Dukungan Suami Pada Ibu Hamil Terhadap Keteraturan Kunjungan Antenatal Care (Anc) Di Puskesmas Wates Lampung Tengah Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan* Vol 1, No 2.
- Fattah., Dkk. (2019). The Effect of Aromatherapy on Nausea and Vomiting during Pregnancy: A Systematic Review and Meta Analysis. *International Journal of Pediatrics*, Vol 7, No 3.
- Joulaeerad, N., Dkk. (2018). Effect of Aromatherapy with Peppermint Oil on the Severity of Nausea and Vomiting in Pregnancy: A Single blind, Randomized, Placebo controlled trial. *Journal of Reproduction Infertility*. 19 (1): 32-38
- Kia, P. Y., Dkk. (2014). The Effect of Lemon Inhalation Aromatherapy on Nausea and Vomiting of Pregnancy: A Double-Blinded, Randomized, Controlled Clinical Trial. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. 16 (3): 14360.
- Kundarti, F. I. (2015). Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (Zingiber Officinale) Terhadap Tingkatan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. Vol 4, No 1.
- Maha, M., Dkk. (2019). Effect of Acupressure on Nausea and Vomiting during Pregnancy. *Medical Journal Cairo University*. Vol 87, No 3.
- Murdiana, H. E. (2016). Terapi Mual Muntah Pada Kehamilan Di Rawat Jalan Rumah Sakit Klas D. *Jurnal Ilmiah Farmasi* 12. Vol 12. No 2.
- Pasha, H., Dkk. (2012). Study of the Effect of Mint Oil on Nausea and Vomiting During Pregnancy. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. 14 (11).
- Rosalinna. (2019). Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jambura Health and Sport Journal*. Vol 1, No 2.
- Veri, N Dkk. 2020. Efektivitas Peppermint dan Pomelo Dalam Menurunkan Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan* Vol 6, No 4.
- Yantina Y Dkk. 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*. Vol 2, No 4.