Healthy Journal
e-ISSN: 2829-4769/p-ISSN: 2339-1383
Vol. 15 No 2. (2026)
Doi: https://doi.org/10.55222/hbr62w50

PENGARUH AROMATERAPI JAHE TERHADAP MUAL DAN MUNTAH *(EMESIS GRAVIDARUM)* PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI DESA SAMUDERAJAYA

Mega Evani*, Tri Nugroho Wismadi [2], Erin Rika Herwina[3]
[1]Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bale Bandung, Indonesia
[2]Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bale Bandung, Indonesia
[13]Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bale Bandung, Indonesia

Abstrak

Mual dan muntah *(emesis gravidarum)* merupakan keluhan yang sering dialami ibu hamil, terutama pada trimester I. Meskipun umumnya bersifat fisiologis, keluhan ini dapat mengganggu aktivitas, kenyamanan, dan asupan nutrisi ibu apabila tidak ditangani dengan baik. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi keluhan tersebut adalah aromaterapi jahe. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi jahe terhadap mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Desa Samuderajaya, Kecamatan Caringin, Kabupaten Garut. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi experimental*, *nonequivalent control group design*. Sampel berjumlah 28 responden (14 kelompok intervensi, 14 kelompok kontrol) dipilih secara *purposive sampling*. Tingkat mual dan muntah diukur menggunakan instrumen *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE-24) sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil uji *Paired Sample T-Test* pada kelompok intervensi menunjukkan penurunan skor rata-rata dari 9,50 menjadi 5,29 (p=0,000), sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan bermakna (dari 8,71 menjadi 9,00; p=0,391). Uji *Independent Sample T-Test* menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok (p=0,000). Disimpulkan bahwa aromaterapi jahe berpengaruh signifikan terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I dan dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan.

Kata Kunci: Aromaterapi jahe; *emesis gravidarum*; mual muntah; ibu hamil trimester I; PUQE-24.

Abstract

Nausea and vomiting (emesis gravidarum) are common complaints among pregnant women, particularly during the first trimester. Although generally physiological, these symptoms can interfere with daily activities, comfort, and nutritional intake if not properly managed. One non-pharmacological approach used to alleviate these symptoms is ginger aromatherapy. This study aimed to determine the effect of ginger aromatherapy on nausea and vomiting among first-trimester pregnant women in Samuderajaya Village, Caringin District, Garut Regency. A quantitative method with a quasi-experimental, nonequivalent control group design was used. The sample consisted of 28 respondents (14 intervention, 14 control) selected through purposive sampling. Nausea and vomiting levels were measured using the Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE-24) instrument before and after treatment. The Paired Sample T-Test showed a decrease in the intervention group's mean score from 9.50 to 5.29 (p=0.000), while the control group showed no significant change (from 8.71 to 9.00; p=0.391). The Independent Sample T-Test showed a significant difference between the two groups (p=0.000). It is concluded that ginger aromatherapy has a significant effect on reducing nausea and vomiting in first-
Keywords: *Ginger aromatherapy; emesis gravidarum; nausea and vomiting; first-trimester pregnant women; PUQE-24.*

* Corresponding Author
Email Address: erinrika@gmail.com

Healthy Journal is licensed under:
Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Informasi Artikel ***Submitted****: 12*-10-2026 ***Accepted****: 30*-10-2026 ***Online Publish****: 31*-10-2026

Pendahuluan

Kehamilan merupakan proses alami yang dialami wanita sejak terjadinya fertilisasi hingga persalinan. Selama kehamilan, ibu mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan hormonal yang dapat memengaruhi kondisi kesehatannya (Kasmiati et al., 2023; Sari et al., 2023). Salah satu keluhan yang umum terjadi pada trimester pertama adalah mual dan muntah atau *emesis gravidarum* (Barbara & Impuh, 2023). Kondisi ini berkaitan dengan perubahan hormon selama kehamilan, terutama peningkatan hormon human chorionic gonadotropin (HCG), estrogen, dan progesteron yang dapat memengaruhi sistem pencernaan (Uar et al., 2023). Secara global, sekitar 70% ibu hamil mengalami mual dan muntah, dengan gejala yang umumnya muncul pada usia kehamilan 4–7 minggu dan mencapai puncaknya pada minggu ke-9 hingga ke-16 (Jansen et al., 2024).

Di Indonesia, kejadian mual dan muntah pada ibu hamil masih menjadi masalah yang perlu diperhatikan. Berdasarkan penelitian yang dikutip Juwita dan Sofiah (2024), keluhan emesis gravidarum ditemukan pada sebagian ibu hamil yang diamati. Data Dinas Kesehatan Jawa Barat tahun 2021 menunjukkan sekitar 13% ibu hamil mengalami mual dan muntah, sedangkan di Kabupaten Garut angkanya mencapai sekitar 14,2% dari total 29.771 ibu hamil (Dinkes Jabar, 2021; Dinkes Garut, 2021). Mual dan muntah yang tidak ditangani dengan tepat dapat menyebabkan dehidrasi, penurunan berat badan, serta gangguan keseimbangan elektrolit. Pada kondisi yang lebih berat, komplikasi dapat memengaruhi kesehatan ibu dan pertumbuhan janin, termasuk meningkatkan risiko berat badan lahir rendah (BBLR), hambatan pertumbuhan janin, dan kelahiran prematur (Pebrianthy & Sitonga, 2021).

Penanganan mual dan muntah selama kehamilan dapat dilakukan melalui terapi farmakologi maupun nonfarmakologi. Salah satu alternatif yang dapat dipertimbangkan adalah terapi komplementer menggunakan aromaterapi jahe (*Zingiber officinale*). Jahe mengandung senyawa bioaktif, terutama gingerol

dan shogaol, yang memiliki potensi sebagai antiemetik untuk membantu mengurangi mual dan muntah (Syamsu et al., 2021; Munaeni et al., 2022; Tiani et al., 2024). Pemberian melalui inhalasi memungkinkan aroma jahe merangsang reseptor olfaktorius yang terhubung dengan sistem limbik di otak, sehingga berpotensi memengaruhi respons tubuh terhadap sensasi mual (Nassif et al., 2022). Penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa aromaterapi jahe berpotensi mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I (Putri et al., 2024). Meskipun demikian, penerapannya tetap perlu memperhatikan prosedur pemberian dan kondisi ibu hamil.

Perawat memiliki peran penting dalam memberikan edukasi, pendampingan, dan pelayanan yang menyeluruh kepada ibu hamil, termasuk memperkenalkan pilihan terapi komplementer yang sesuai (Mailani, 2023). Namun, keterbatasan pengetahuan dan informasi mengenai penanganan nonfarmakologi dapat menjadi hambatan dalam penerapan terapi tersebut di masyarakat (Azaria & Anjarwati, 2023). Berdasarkan informasi dari puskesmas setempat, keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama masih ditemukan di Desa Samuderajaya, Kecamatan Caringin, Kabupaten Garut. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kajian mengenai alternatif penanganan yang praktis dan dapat diterapkan dengan pendampingan tenaga kesehatan.

Penelitian terdahulu telah membahas penggunaan aromaterapi jahe untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil. Namun, efektivitas intervensi melalui metode inhalasi masih perlu dikaji berdasarkan karakteristik responden, prosedur pemberian, dan perbandingan hasil antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi jahe melalui metode inhalasi terhadap tingkat mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Desa Samuderajaya, Kecamatan Caringin, Kabupaten Garut. Pengukuran dilakukan menggunakan instrumen *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE-24) sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian diharapkan dapat menambah bukti mengenai penerapan aromaterapi jahe sebagai alternatif

pendamping dalam penanganan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di tingkat komunitas.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi experimental* menggunakan pendekatan *nonequivalent control group design*. Penelitian dilaksanakan di Desa Samuderajaya, Kecamatan Caringin, Kabupaten Garut, pada bulan Juni–Juli 2026. Populasi penelitian berjumlah 36 ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah, dengan sampel sebanyak 28 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, terdiri atas 14 responden kelompok intervensi dan 14 responden kelompok kontrol. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE-24), lembar observasi, dan Standar Prosedur Operasional (SPO). Kelompok intervensi diberikan aromaterapi jahe melalui inhalasi selama 10 menit, dua kali sehari selama empat hari, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi. Pengukuran *pretest* dan *posttest* dilakukan pada kedua kelompok. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan IBM SPSS Statistics versi 23, dengan uji normalitas *Shapiro-Wilk*, uji homogenitas *Levene*, serta uji *Paired Sample T-Test* dan *Independent Sample T-Test*. Hasil dinyatakan signifikan apabila nilai *p-value* kurang dari 0,05.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Tingkat mual dan muntah kelompok intervensi dan kelompok kontrol (*Pretest–Posttest*)

Kelompok	Fase	Mean	Median	SD	Min	Maks	n
Intervensi	Pretest	9,50	9,50	2,92	1	3	14
Intervensi	Posttest	5,29	5,50	1,72	1	2	14
Kontrol	Pretest	8,71	8,00	2,99	1	3	14
Kontrol	Posttest	9,00	9,00	2,93	1	3	14

Hasil analisis skor PUQE pada kelompok intervensi sebelum diberikan aromaterapi jahe (*pretest*) menunjukkan nilai rata-rata (mean) sebesar 9,50, yang berada pada kategori mual muntah sedang, dengan standar deviasi 2,92. Dari 14 responden, sebanyak 4 responden berada pada kategori ringan, 7 responden kategori sedang, dan 3 responden kategori berat. Setelah diberikan aromaterapi jahe selama empat hari, rata-rata skor menurun menjadi 5,29 (kategori ringan), dengan standar deviasi 1,72. Sebanyak 10 responden (71,43%) berada pada kategori ringan dan 4 responden (28,57%) kategori sedang, tanpa ada responden pada kategori berat. Terjadi penurunan rata-rata (*mean difference*) sebesar 4,214 dengan standar error 0,366. Penurunan rerata skor ini mengindikasikan bahwa aromaterapi jahe berpotensi memberikan efek dalam mengurangi keparahan emesis gravidarum pada kelompok intervensi.

Pada kelompok kontrol, hasil *pretest* menunjukkan rata-rata skor 8,71 (kategori sedang) dengan standar deviasi 2,99, terdiri dari 4 responden kategori ringan, 7 responden kategori sedang, dan 3 responden kategori berat. Hasil *posttest* menunjukkan rata-rata skor 9,00 (kategori sedang) dengan standar deviasi 2,93, terdiri dari 4 responden (28,6%) kategori ringan, 9 responden (50,0%) kategori sedang, dan 1 responden (21,4%) kategori berat—terjadi sedikit peningkatan (*mean difference* -0,286; SE 0,322), yang menunjukkan bahwa tanpa pemberian aromaterapi jahe, keluhan mual dan muntah pada kelompok kontrol cenderung tidak membaik, bahkan sedikit meningkat.

Tabel 2. Hasil uji *Paired Sample T-Test* dan *Independent Sample T-Test*

Uji	Kelompok	t	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Paired Sample T-Test	Intervensi (*pretest–posttest*)	11,520	13	0,000	Signifikan
Paired Sample T-Test	Kontrol (*pretest–posttest*)	-0,888	13	0,391	Tidak signifikan
Independent Sample T-Test	Intervensi vs Kontrol (*posttest*)	-4,080	26	0,000	Signifikan

Hasil *Paired Sample T-Test* pada kelompok intervensi diperoleh nilai t = 11,520, df = 13, dan Sig. (2-tailed) = 0,000 (p<0,05), yang berarti terdapat

perbedaan signifikan antara tingkat mual dan muntah sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi jahe. Dengan demikian, H0 ditolak dan Ha diterima, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Sebaliknya, pada kelompok kontrol diperoleh nilai t = -0,888, df = 13, dan Sig. (2-tailed) = 0,391 (p>0,05), sehingga H0 diterima dan Ha ditolak—tidak terdapat perubahan bermakna secara statistik pada kelompok yang tidak diberikan intervensi.

Uji *Independent Sample T-Test* pada data *posttest* kedua kelompok menunjukkan nilai *Levene's Test* F = 8,000 dengan Sig. = 0,009, serta nilai t = -4,080, df = 26, dan Sig. (2-tailed) = 0,000 (p<0,05). Nilai *mean difference* sebesar -3,714 dengan *confidence interval* 95% antara -5,586 sampai dengan -1,843 memperkuat adanya perbedaan signifikan antara kedua kelompok. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata tingkat mual dan muntah yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dengan kelompok intervensi yang diberikan aromaterapi jahe menunjukkan hasil yang lebih baik dalam menurunkan tingkat mual dan muntah dibandingkan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil penelitian pada 28 responden ibu hamil, rata-rata skor tingkat mual dan muntah sebelum diberikan aromaterapi jahe pada kelompok intervensi adalah 9,50 dan pada kelompok kontrol 8,71, menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada kedua kelompok berada pada kategori sedang. Temuan ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa faktor yang memengaruhi tingkat mual dan muntah antara lain adalah hormonal dan usia. Peningkatan hormon secara tiba-tiba di awal trimester I berkaitan erat dengan munculnya mual muntah, dan usia turut memengaruhi kemampuan ibu dalam beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi selama kehamilan ibu yang lebih dewasa umumnya memiliki kematangan berpikir yang lebih baik dalam menyesuaikan diri, meskipun berada pada rentang usia aman untuk hamil tidak

menjamin seorang wanita terhindar dari *emesis gravidarum* karena kondisi ini merupakan respons fisiologis yang umum terjadi (Hapsari et al., 2026).

Secara keseluruhan peneliti menilai bahwa mual dan muntah pada ibu hamil trimester I merupakan respons fisiologis akibat perubahan hormonal, dengan variasi tingkat keparahan mulai dari ringan hingga berat. Ibu hamil dengan kategori sedang hingga berat umumnya mengalami penurunan nafsu makan, ketidaknyamanan dalam beraktivitas, serta gangguan pemenuhan kebutuhan nutrisi, yang apabila tidak ditangani dengan baik dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin, bahkan meningkatkan risiko *hiperemesis gravidarum.* Kondisi ini mendasari perlunya intervensi yang efektif, salah satunya melalui aromaterapi jahe, untuk membantu mengurangi intensitas mual dan muntah sehingga ibu hamil dapat menjalani kehamilan dengan lebih nyaman.

Setelah diberikan aromaterapi jahe, rata-rata skor tingkat mual dan muntah pada kelompok intervensi menurun menjadi 5,29, dengan mayoritas responden berada pada kategori ringan (71,43%). Sebaliknya, kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi justru menunjukkan sedikit peningkatan rata-rata skor menjadi 9,00, dengan proporsi responden kategori sedang dan berat yang lebih besar. Perbedaan ini menegaskan adanya efek nyata dari pemberian aromaterapi jahe. Penurunan intensitas mual dan muntah pada kelompok intervensi tidak terlepas dari mekanisme kerja aromaterapi jahe: minyak atsiri jahe mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang, ketika dihirup, molekul aromanya merangsang reseptor penciuman dan diteruskan ke sistem limbik di otak yang berperan mengatur emosi dan respons fisiologis. Selain itu, kandungan minyak atsiri jahe diketahui mampu menghambat pelepasan serotonin pada saluran pencernaan sehingga mengurangi rangsangan pusat muntah, yang pada akhirnya menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I (Adrianto & Shifa, 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang melaporkan bahwa aromaterapi jahe berpengaruh signifikan terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil, dengan nilai rata-rata skor menurun dari 9,00 sebelum intervensi menjadi 4,44 setelahnya (p=0,000). Penelitian lain yang menggunakan uji *Wilcoxon* juga melaporkan penurunan skor mual dan muntah dari 14,15 menjadi 7,70 setelah pemberian aromaterapi jahe (p=0,000), yang menegaskan bahwa aromaterapi jahe secara bermakna mampu menurunkan intensitas *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di berbagai lokasi penelitian dengan karakteristik responden yang berbeda-beda (Azaria & Anjarwati, 2023). Konsistensi temuan pada beberapa penelitian menunjukkan bahwa efektivitas aromaterapi jahe relatif stabil pada berbagai karakteristik ibu hamil trimester I.

Selain faktor intervensi, penurunan mual dan muntah dalam penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik ibu hamil, seperti usia kehamilan trimester pertama, paritas, tingkat pengetahuan, kepatuhan mengikuti terapi, serta dukungan keluarga selama kehamilan. Faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan keberhasilan terapi nonfarmakologis sehingga memperkuat efektivitas aromaterapi jahe dalam mengurangi gejala *emesis gravidarum.* Tingkat penurunan mual dan muntah pada setiap responden juga tidak selalu sama, ibu *primigravida* cenderung mengalami mual dan muntah lebih berat dibandingkan *multigravida* karena belum memiliki pengalaman beradaptasi terhadap perubahan hormonal, sementara kondisi psikologis, beban pekerjaan, serta dukungan suami dan keluarga turut berperan dalam mengurangi beban psikologis ibu selama kehamilan (Azaria & Anjarwati, 2023).

Kontribusi penelitian ini terletak pada penerapan aromaterapi jahe melalui metode inhalasi dengan prosedur intervensi yang terstruktur pada ibu hamil trimester I di tingkat komunitas. Intervensi dilakukan dua kali sehari selama empat hari dengan durasi sekitar 10 menit pada setiap sesi. Berdasarkan hasil penelitian, kelompok intervensi mengalami penurunan rata-rata skor mual dan muntah dari 9,50 menjadi 5,29, sedangkan kelompok kontrol mengalami

peningkatan rata-rata skor dari 8,71 menjadi 9,00. Temuan ini menunjukkan adanya penurunan skor mual dan muntah pada kelompok yang menerima aromaterapi jahe selama periode penelitian. Dengan demikian, penelitian ini dapat menambah bukti mengenai penerapan aromaterapi jahe melalui metode inhalasi sebagai salah satu pendekatan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Namun, hasil penelitian perlu ditafsirkan dengan mempertimbangkan jumlah responden yang terbatas dan desain penelitian kuasi-eksperimental, sehingga temuan ini belum dapat digeneralisasikan secara luas.

Keunggulan penelitian ini terletak pada penggunaan instrumen PUQE-24 yang tervalidasi untuk mengukur perubahan tingkat mual dan muntah serta penerapan intervensi aromaterapi jahe yang relatif mudah dilakukan di tingkat komunitas. Temuan ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi mengenai pendekatan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Kesimpulan

Pemberian aromaterapi jahe melalui metode inhalasi selama empat hari menunjukkan penurunan rata-rata skor mual dan muntah pada ibu hamil trimester I dari 9,50 menjadi 5,29. Sementara itu, kelompok kontrol mengalami peningkatan rata-rata skor dari 8,71 menjadi 9,00. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah perlakuan ($p < 0,001$). Dengan demikian, aromaterapi jahe berpotensi menjadi salah satu pendekatan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Bibliografi

Adrianto, M. H. D., & Shifa, N. A. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB A Klapanunggal Bogor Tahun 2022. *NAJ Nursing Applied Journal*, *2*(1), 33–41. https://doi.org/10.57213/na Adrianto, M. H. D., & Shifa, N. A. (2024). Pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB A Klapanunggal Bogor tahun 2022. *NAJ Nursing Applied Journal, 2*(1), 33–41. https://doi.org/10.57213/naj.v2i1.101

Azaria, K. N., & Anjarwati, A. (2023). Pengaruh aromaterapi jahe untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil. *Jurnal Promotif Preventif, 6*(4), 644–650. https://doi.org/10.47650/jpp.v6i4.926

Barbara, M. A. D., & Impuh, R. S. (2023). Perbedaan efektivitas aromaterapi lemon dan jahe untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Batujajar tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Rajawali, 13*(1), 30–33. https://doi.org/10.54350/jkr.v13i1.172

Dinkes Garut. (2021). *Profil kesehatan Kabupaten Garut tahun 2021*. Dinas Kesehatan Kabupaten Garut.

Dinkes Jabar. (2021). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Barat 2021*. Dinas Kesehatan Jawa Barat.

Hada, A., Minatani, M., Wakamatsu, M., Koren, G., & Kitamura, T. (2021). The pregnancy-unique quantification of emesis and nausea (PUQE-24): Configural, measurement, and structural invariance between nulliparas and multiparas and across two measurement time points. *Healthcare, 9*(11), 1553. https://doi.org/10.3390/healthcare9111553

Hapsari, N. F., Sumanto, D., & Noviasari, N. A. (2026). Analisis usia kehamilan, pola makan dan dukungan sosial terhadap keluhan emesis gravidarum pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Amanah, 10*(1), 209–219. https://doi.org/10.57214/jka.v10i1.1077

Jansen, L. A. W., Shaw, V., Grooten, I. J., Koot, M. H., Dean, C. R., & Painter, R. C. (2024). Diagnosis and treatment of hyperemesis gravidarum. *Canadian Medical Association Journal, 196*(14), E477–E485. https://doi.org/10.1503/cmaj.221502

Juwita, D., & Sofiah, K. S. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Sunarti, SST tahun 2024. *Midwife Care Journal, 1*(2), 42–49.

Kasmiati, Purnamasari, D., Ernawati, Juwita, Salina, Puspita, W. D., Ernawati, Rikhaniarti, T., Syahriana, Asmirati, Oka, I. A., & Makmun, K. S. (2023). *Asuhan kehamilan*. PT Literasi Nusantara Abadi Group.

Laelasari, I., & Syadza, N. Z. (2022). Pendampingan pemanfaatan jahe (*Zingiber officinale*) sebagai bahan rempah dalam pembuatan inovasi makanan herbal penambah imunitas. *Jurnal Bakti Saintek: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains dan Teknologi, 6*(2), 31–37. https://doi.org/10.14421/jbs.3483

Mailani, F. (2023). *Terapi komplementer dalam keperawatan*. CV Eureka Media Aksara.

Nassif, M. S., Costa, I. C. P., Ribeiro, P. M., Moura, C. de C., & Oliveira, P. E. de. (2022). Integrative and complementary practices to control nausea and vomiting in pregnant women: A systematic review. *Revista da Escola de Enfermagem da*

USP, 56, e20210515. https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0515en

Pebrianthy, L., & Sitonga, N. (2021). Efektivitas seduhan *Zingiber officinale* (jahe) dalam mengatasi mual muntah pada kehamilan trimester 1. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 10*(1), 176. https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.297

Putri, G. A. A. A. D. H., Nurtini, N. M., & Teja, N. M. A. Y. R. (2024). Efektivitas aromaterapi jahe terhadap penurunan mual muntah ibu hamil: Studi kuasi-eksperimental. *Bali Medika Jurnal, 11*(1), 54–64. https://doi.org/10.36376/bmj.v11i1.359

Romauli, S. (2023). Penyuluhan kesehatan melalui media video berbasis kearifan lokal terhadap pengetahuan ibu hamil tentang penyakit hepatitis B: Health counseling through video media based on local wisdom on pregnant women's knowledge about hepatitis B disease. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery), 9*(1), 12–22.

Sari, B. P., Yuniarti, Y., & Heryati, K. (2023). The effect of lavender aromatherapy in reducing emesis gravidarum (first trimester). *Jurnal Kebidanan, 13*(1), 27–33. https://doi.org/10.31983/jkb.v13i1.7551

Sari, P. I., Arna, Y. D., Sutanta, Anita, F., Ganut, F., Amin, S., Rahayu, S. M., Muslim, D. N. A., Katuuk, H. M., Suranata, F. M., Rahmadhani, D. Y., Tuegeh, J., Tangka, J. W., Dewi, W., & Kusmaryati, P. (2024). *Terapi non-farmakologis*. Perkumpulan Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.

Syamsu, R. F., Nuryanti, S., & Jamal, M. F. (2021). Herbal yang berpotensi sebagai antivirus pada COVID-19. *Molucca Medica*, 76–85.

Tiani, K. A., Arenaz, C. M., Spill, M. K., Foster, M. J., Davis, J. S., Bailey, R. L., Field, M. S., Stover, P. J., & MacFarlane, A. J. (2024). The use of ginger bioactive compounds in pregnancy: An evidence scan and umbrella review of existing meta-analyses. *Advances in Nutrition, 15*(11), 100308. https://doi.org/10.1016/j.advnut.2024.100308

Uar, A. Z., Sharief, S. A., & Sundari. (2023). Asuhan kebidanan antenatal pada Ny. D dengan emesis gravidarum. *Window of Midwifery Journal, 4*(1), 77–85. https://doi.org/10.33096/wom.vi.732

Wandari, A., & Palpialy, C. R. (2023). *Efektivitas pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil di Puskesmas Dahlia Makassar*. STIK Stella Maris Makassar.

j.v2i1.101

Azaria, K. N., & Anjarwati, A. (2023). Pengaruh Aromaterapi Jahe Untuk Mengurangi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Promotif Preventif*, *6*(4), 644–650. https://doi.org/10.47650/jpp.v6i4.926

Barbara, M. A. D., & Impuh, R. S. (2023). Perbedaan Efektivitas Aromaterapi Lemon dan Jahe Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Batujajar Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, *13*(1), 30–33. https://doi.org/10.54350/jkr.v13i1.172

Dinkes Garut. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Garut tahun 2021*. Dinas Kesehatan Kabupaten Garut.

Dinkes Jabar. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2021*. Dinas Kesehatan Jawa Barat.

Hada, A., Minatani, M., Wakamatsu, M., Koren, G., & Kitamura, T. (2021). The pregnancy-unique quantification of emesis and nausea (PUQE-24): Configural, measurement, and structural invariance between nulliparas and multiparas and across two measurement time points. *Healthcare*, *9*(11), 1553. https://doi.org/10.3390/healthcare9111553

Hapsari, N. F., Sumanto, D., & Noviasari, N. A. (2026). Analisis Usia Kehamilan, Pola Makan dan Dukungan Sosial terhadap Keluhan Emesis gravidarum pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Amanah*, *10*(1), 209–219. https://doi.org/10.57214/jka.v10i1.1077

Jansen, L. A. W., Shaw, V., Grooten, I. J., Koot, M. H., Dean, C. R., & Painter, R. C. (2024). Diagnosis and treatment of hyperemesis gravidarum. *Canadian Medical Association Journal*, *196*(14), E477–E4485. https://doi.org/10.1503/cmaj.221502

Juwita, D., & Sofiah, K. S. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester Idi Pmb Sunarti, Sst Tahun 2024. *Midwife Care Journal*, *1*(2), 42–49.

Kasmiati, Purnamasari, D., Ernawati, Juwita, Salina, Puspita, W. D., Ernawati, Rikhaniarti, T., Syahriana, Asmirati, Oka, I. A., & Makmun, K. S. (2023). *Asuhan Kehamilan*. PT. Literasi Nusantara Abadi Group.

Laelasari, I., & Syadza, N. Z. (2022). Pendampingan pemanfaatan jahe (Zingiber officinale) sebagai bahan rempah dalam pembuatan inovasi makanan herbal penambah immunitas. *Jurnal Bakti Saintek: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, *6*(2), 31–37. https://doi.org/10.14421/jbs.3483

Mailani, F. (2023). *Terapi Komplementer dalam keperawatan*. CV. Eureka Media Aksara.

Nassif, M. S., Costa, I. C. P., Ribeiro, P. M., Moura, C. de C., & Oliveira, P. E. de. (2022). Integrative and complementary practices to control nausea and vomiting in pregnant women: a systematic review. *Revista Da Escola de Enfermagem Da USP*, *56*, e20210515. https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0515en

Pebrianthy, L., & Sitonga, N. (2021). Efektivitas Seduhan Zingiber Offcinale (Jahe) Dalam Mengatasi Mual Muntah pada Kehamilan Trimester 1. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *10*(1), 176. https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.297

Putri, G. A. A. A. D. H., Nurtini, N. M., & Teja, N. M. A. Y. R. (2024). Efektivitas

Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil: Studi Kuasi-Eksperimental. *Bali Medika Jurnal*, *11*(1), 54–64. https://doi.org/10.36376/bmj.v11i1.359

Romauli, S. (2023). Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Video Berbasis Kearifan Lokal Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Penyakit Hepatitis B: Health Counseling Through Video Media Based On Local Wisdom On Pregnant Women's Knowledge About Hepatitis B Disease. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, *9*(1), 12–22.

Sari, B. P., Yuniarti, Y., & Heryati, K. (2023). The Effect of Lavender Aromatherapy in Reducing Emesis Gravidarum (First Trimester). *Jurnal Kebidanan*, *13*(1), 27–33. https://doi.org/10.31983/jkb.v13i1.7551

Sari, P. I., Arna, Y. D., Sutanta, Anita, F., Ganut, F., Amin, S., Rahayu, S. M., Muslim, D. N. A., Katuuk, H. M., Suranata, F. M., Rahmadhani, D. Y., Tuegeh, J., Tangka, J. W., Dewi, W., & Kusmaryati, P. (2024). *Terapi Non-Farmakologis*. Perkumpulan Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.

Syamsu, R. F., Nuryanti, S., & Jamal, M. F. (2021). Herbal yang berpotensi sebagai anti virus pada COVID-19. *Molucca Medica*, 76–85.

Tiani, K. A., Arenaz, C. M., Spill, M. K., Foster, M. J., Davis, J. S., Bailey, R. L., Field, M. S., Stover, P. J., & MacFarlane, A. J. (2024). The Use of Ginger Bioactive Compounds in Pregnancy: An Evidence Scan and Umbrella Review of Existing Meta-Analyses. *Advances in Nutrition*, *15*(11), 100308. https://doi.org/10.1016/j.advnut.2024.100308

Uar, A. Z., Sharief, S. A., & Sundari. (2023). Asuhan Kebidanan Antenatal pada Ny. D dengan Emesis Gravidarum. *Window of Midwifery Journal*, *4*(1), 77–85. https://doi.org/10.33096/wom.vi.732

Wandari, A., & Palpialy, C. R. (2023). *Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Dahlia Makassar*. STIK Stella Maris Makassar.