Jurnal Peduli Masyarakat
Volume 7 Nomor 2, Maret 2025
e-ISSN 2721-9747; p-ISSN 2715-6524
http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM

EDUKASI KESEHATAN DENGAN PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN MINT UNTUK MENGATASI EMESIS GRAVIDARUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATUJAI

Riwayati Malika*, Ida Hariyati, Novia Apriani
Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Turmudzi, Jl. H. Badruddin, Bagu, Praya, Lombok Tengah, Nusa Tenggara Bar. 83371, Indonesia
*riwayatimalika14@gmail.com

ABSTRAK

WHO atau World Health organization memperkirakan bahwa sekitar 15% dari seluruh wanita yang hamil akan berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta dapat mengancam jiwanya. Kegiatan pengabdian masyarkat ini dilakukan di dusun wage desa batujai lombok tengah pada hari kamis 13 februari 2024. Kegiatan ini berorientasi untuk melaksanakan kegiatan yang bersifat promotif dan preventif pada kesehatan masyarakat. Responden dari kelompok ibu hamil, yang terlibat pada kegiatan ini ibu hamil sebanyak 10 responden. Dapat diketahui bahwa dari 10 responden, sebelum diberikan air rebusan daun mint mayoritas ibu hamil mengalami muntah berjumlah 9 responden (90%), kemudian setelah di berikan air rebusan daun mint mayoritas responden mengalami tidak mual berjumlah 10 responden (100%). Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan didapatkan bahwa rata-rata ibu hamil kurang memahami tentang emesis gravidarum. Emesis gravidarum merupakan salah satu program pemberdayaan ibu hamil yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan dapat mengatasi emesis secara mandiri dengan mengolah daun mint untuk mengurangi emesis.

Kata kunci: edukasi; air rebusan; daun mint; emesis; gravidarum

HEALTH EDUCATION BY GIVING MINT LEAF BOILED WATER TO OVERCOME EMESIS GRAVIDARUM IN THE WORKING AREA OF THE BATUJAI PUSKESMAS

ABSTRACT

WHO or the World Health Organization estimates that around 15% of all pregnant women will develop complications related to their pregnancy and can be life-threatening. This community service activity was carried out in Wage Hamlet, Batujai Village, Central Lombok on Thursday 13 February 2024. This activity was oriented towards carrying out promotive and preventive activities for public health. Respondents from the group of pregnant women, who were involved in this activity were 10 pregnant women. It can be seen that of the 10 respondents, before being given water boiled with mint leaves, the majority of pregnant women experienced vomiting, numbering 9 respondents (90%), then after being given water boiled with mint leaves, the majority of respondents experienced no nausea, numbering 10 respondents (100%). Based on the results of the studies that have been carried out, it was found that on average pregnant women do not understand about emesis gravidarum. Emesis gravidarum is one of the empowerment programs for pregnant women which aims to increase pregnant women's knowledge and be able to deal with emesis independently by processing mint leaves to reduce emesis.

Keywords: boiled water; education; mint leaves; emesis; gravidarum

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu proses yang terjadi antara pertemuan sel sperma dan ovum didalam indung telur (ovarium) atau yang disebut dengan konsepsi hingga tumbuh menjadi zigot lalu menempel didinding rahim, pembentukan plasenta, hingga hasil konsepsi tumbuh dan

berkembang sampai lahirnya janin. Lamanya kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari), dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dapat menjadi masalah atau komplikasi setiap saat. Sekarang ini secara umum telah diterima bahwa setiap saat kehamilan membawa risiko bagi ibu. *WHO* atau *World Health organization* memperkirakan bahwa sekitar 15% dari seluruh wanita yang hamil akan berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta dapat mengancam jiwanya. (Endang Wahyuningsih, 2023).

Salah satu risiko bagi ibu hamil adalah bentuk ketidaknyamanan yang umum dialami ialah mengalami mual dan muntah dalam kehamilan (*emesis gravidarum*) yang dijumpai pada 45% - 90 % di trimester pertama kehamilan (usia kandungan 0-12 minggu) dan menurun secara signifikan pada akhir trimester pertama (minggu ke 13) (Ariyanti et al., 2022). *Emesis gravidarum* umum dikenal dengan nama morning sickness karena sering terjadi pada pagi hari, namun nyatanya *emesis gravidarum* daat terjadi setiapp saat bahkan sepanjang hari (Aryasih et al., 2022).

Menurut *word healt* organization angka kejadian *emesis gravidarum* sedikitnya 15% dari semua wanita hamil. Angka kejadian mual muntah atau morning sickness didunia 70-80% dari jumlah ibu hamil. *Emesis gravidarum* terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di indonesia 0,9% di swedia 0,5% di california 1,9% di turki, dan di amerika serikat prevalensi emesis gravidarum sebanyak 0,5%-2%. Angka kejadian *emesis gravidarum* di indonesia yang didapatkan dari 2.203kehamilan yang dapat di observasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang terkena *emesis gravidarum*. Di indonesia sekitar 10% wanita hamil yang terkena *emesis gravidarum* (Andi 2023).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 proporsi ibu hamil yang mengalami mual muntah di wilayah NTB pada wilayah bagian perkotaan tercatat 32,21% dan di bagian pedesaan mencapai 30,50% (Riskesdas NTB 2018) . Berdasarkan data yang diperoleh dari cakupan pelayanan kesehatan pada ibu hamil di NTB pada tahun 2020, diperoleh banyaknya jumlah ibu hamil di wilayah kawasan Lombok Barat mencapai 15.029 jiwa, Lombok Tengah tercatat 21.060 jiwa, Lombok Timur 27.116 jiwa, kota Mataram 9.726 jiwa, Lombok Utara 4.887 jiwa, Sumbawa 9.957 jiwa, Dompu 6339 jiwa, Bima 11.092 jiwa, Sumbawa Besar 3.845 jiwa, Kota bima 3.673 jiwa (Anon 2020).

Emesis Gravidarum dapat dipicu oleh beberapa faktor, diantaranya fakotr usia, pekerjaan, gizi, psikologis, paritas, dan faktor hormonal yaitu peningkatan hormon *estrogen* dan *progesteoron* yang dihasilkan oleh hormon kehamilan yaitu *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG), dan faktor keturunan (Kasmiati et al., 2023). Gejala *emesis gravidarum* dapat ditangani dengan beberapa cara meliputi pengaturan pola makan, pengobatan herba/alamiah seperti mengkonsumsi jahe/peppermint, istirahat dan tidur, dukungan psikologis, pola hidup, serta obat-obatan seperti vitamin B6, antihistamin. Oleh karena itu calon ibu diharapkan memiliki pengetahuan yang cukup mengenai mual agar ibu dapat menentukan sikap untuk mengatasi masalahnya, sehingga tidak terjadi komplikasi kehamilan yang dapat mengganggu kehamilan selanjutnya (Tiran, 2019). Sehingga ibu hamil sangat penting untuk terus memeriksa dan menjaga kesehatannya dengan melakukan antenatal care sebanyak enam kali selama kehamilan mereka. Oleh karena itu, ibu hamil harus diawasi untuk menjaga kesehatannya dan mengatasi ketidaknyamanan yang timbul selama kehamilan. (Sumiati 2025).

Penanganan *emesis gravidarum* bisa dilakukan dengan beberapa cara. Ketersediaan obat-obatan sebagai upaya penanganan juga bisa didapatkan dengan mudah. Namun obat-obatan tersebut berpotensi untuk memberikan efek teratogenik selama masa pertumbuhan janin pada awal kehamilan. Oleh karena itu, banyak dari wanita hamil mulai mencari alternatif penanganan yang lain salah satunya melalui pengobatan alternatif ataupun tradisional. Literatur menyebutkan bahwa tanaman herbal yang bisa mengurangi mual muntah adalah jahe, pappermint, dan sari jeruk nipis. (Taufik hidayat,dkk 2023)

Peppermint dapat sebagai perasa dingin, *peppermint* memiliki kandungan *menthol* dengan rasa dingin yang mampu memberikan rasa sejuk pada permukaan kulit yang dioleskan maupun dihirup. Hal ini karena *peppermint* mengandung anti mual yang dapat memberikan sensai rileks, tenang dan menyegarkan hingga dapat menurunkan rangsangan otonom sehingga berkurangnya produksi saliva serta tidak akan berlanjut ke muntah. Daun mint mengandung minyak atsiri yaitu *mentol* yang berpotensi dapat memperlancar sistem pencernaan dan meringankan kram pada perut karena memiliki efek anastesi ringan serta *peppermint* juga mengandung *karminatuf* dan *anti spamodik* yang bekerja pada usus halus pada saluran *gastrointestinal* sehingga mampu mengurangi mual dan muntah. Penggunaan *aromaterapi peppermint* ini sesuai dosis secara teratur akan berintraksi dengan senyawa yang ada di *peppermint* dengan sistem pencernaan ibu hamil. Kandungan yang ada di *peppermint* yaitu 50% terdiri dari *mentol*, 10-30% *menton*, 10% *mentil asetat* dan *derivate mentoterpen* lain seperti *pulgeon, piperiton* dan *mentafuran*. Penggunaan aromaterapi *peppermint* sangat mudah, sederhana, efektif dan tanpa efek samping yang dapat merungikan kondisi ibu dan calon bayi (Sunaeni, 2022). Dari uraian di atas maka peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul pemberdayaan kepada masyarakat dengan hiperemesis gravidarum.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan edukasi kepada ibu hamil melalui penyuluhan menggunakan leaflet tentang emesis gravidarum dengan peberian air rebusan daun mint. Peserta adalah ibu hamil di Dusun Wage desa batujai, dengan jumlah yang hadir sebanyak 10 orang ibu hamil. Tahapan pengabdian ini, antara lain:

A. Tahap Persiapan

1. Melakukan identifikasi masalah pada Kamis, 13 Februari, 2025 di dusun wage dengan melibatkan perwakilan kader posyandu dan merumuskan masalah utama berdasarkan tingkat kegawatan, keseriusan dan besarnya masalah sehingga diputuskan masalah yaitu masih kurangnya pemahaman ibu hamil tentang pencegahan emesis gravidarum.
2. Tim pengabdian kepada masyarakat dan mitra menetapkan solusi terhadap masalah sesuai dengan kearifan budaya dan kemampuan desa setempat berupa edukasi tentang pencegahan emesis gravidarum melalui penyuluhan.
3. Melakuakan identifikasi /mendata ibu hamil yang ada di dusun wage, Jumlah ibu hamil trimester I, II, dan III : 11 orang.

B. Tahap Pelaksanaan dalam kegiatan ini adalah:

1. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan satu hari secara langsung pada Kamis, 13 Februari, 2025 di dusun wage, oleh dosen dan mahasiswa dalam memberikan penyuluhan tentang pencegahan emesis gravidarum.
2. Mempersiapkan Ruangan/tempat penyuluhan yang berkoordinasi dengan pihak Puskesmas
3. Mempersiapkan para ibu hamil di dusun wage
4. Melakukan identifikasi/mendata semua ibu hamil yang datang, sebanyak 10 orang.

5. Memberikan edukasi
6. Membuat Pendokumentasian Kegiatan

C. Tahap Evaluasi

1. Tidak semua ibu hamil di dusun wage hadir dalam kegiatan ini dikarenakan ada ibu hamil berhalangan hadir pada saat kegiatan diselenggarakan. Setelah dilakukan pendataan diketahui bahwa ibu hamil yang hadir sebanyak 10 orang.
2. Peserta yang hadir sebelumnya diberikan pertanyaan seputar emesis gravidarum, untuk mengetahui pemahaman ibu. Kemudian dilakukan penyuluhan oleh tim pelaksana menggunakan bahasa dan komunikasi yang komunikatif secara dua arah serta dibantu menggunakan leaflet. Setelah dilakukan penyuluhan peserta diberikan pertanyaan yang sama untuk dapat mengukur peningkatan pemahaman ibu
3. Proses pelaksanaan kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini berlangsung selama 1 hari pada Kamis, 13 Februari, 2025, sesuai jadwal yang telah direncanakan sebelumnya.

D. Hasil

Berdasakan hasil pre dan post-test pada tahap evaluasi, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang anemia pada peserta. Hal ini didasarkan pada hasil pre dan post-test yang diberikan selama kegiatan. Hasil pre-test dapat diketahui bahwa dari 10 responden, sebelum diberikan air rebusan daun mint mayoritas ibu hamil mengalami muntah berjumlah 9 responden (90%), Hasil post-test kemudian setelah di berikan air rebusan daun mint mayoritas responden mengalami tidak mual berjumlah 10 responden (100%) Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemaham ibu tentang pencegahan emesis gravidarum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Tabel distribusi frekuensi sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun mint

	Sebelum		Setelah	
Katagori	f	%	f	%
Mual	9	90%	0	0%
Tidak Mual	1	10%	10	100%

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 10 responden, sebelum diberikan air rebusan daun mint mayoritas ibu hamil mengalami muntah berjumlah 9 responden (90%), kemudian setelah di berikan air rebusan daun mint mayoritas responden mengalami tidak mual berjumlah 10 responden (100%). Dari tabel tersebut didapatkan bahwa sebelum diberikan edukasi dan pemberian air rebusan daun mint responden kebanyakan mengalami mual muntah dan setelah setelah diberikan air rebusan daun mint responden kurang mengalami mual muntah terutama dipagi hari sehingga para ibu hamil di anjurkan untuk mengkonsumsi air rebusan daun mint untuk mencegah terjadinya *hiperemesis gravidarum*.

Mual dan muntah dalam kehamilan atau *emesis gravidarum* merupakan salah satu ketidaknyamanan yang umum dialami oleh ibu trimester 1 (0-12 minggu) dan dapat berisiko lebih buruk bila tidak ditangani dan menjadi mual muntah berlebih (*hypermesis gravidarum*). Ketidaknyamanan ini dipicu karena adanya peningkatan *hormon estrogen* dan progesteorin yang dihasilkan oleh *hormon* HCG (*human chorionic gonadotropin*) dalam serum plasenta. Setiap orang akan memberikan respon yang berbeda-beda terhadap perubahan ini, sehingga tidak semua ibu mengalami keluhan mual dan muntah selama menjalani kehamilannya (Anita et al., 2020).

Didalam Alqur'an dijelaskan pada surah al-Ahqaf ayat:15 selama masa kehamilan ibu perlu melakukan perawatan kehamilan, ibu hamil sering merasakan ketidak nyaman yang mengganggu aktivitas sampai ibu hamil berkurang nafsu makan. Salah satunya mual dan muntah. Mual muntah (*emesis gravidarum*) adalah hal yang paling umum terjadi pada awal kehamilan (trimester I). Mual muntah biasanya terjadi di pagi hari, atau sering juga disebut morning sickness, namun tidak menutup kemungkinan juga terjadi pada siang dan malam hari (Kristiana & Listyaningrum 2021). Kasus seperti *Emesis Gravidarum* ini tidak menyebabkan kematian pada ibu hamil karena *Emesis Gravidarum* hanya kekurangan nutrisi dan cairan. *Emesis Gravidarum* yang berkelanjutan bisa berakibat Hyperemesis Gravidarum. Pada *Hyperemesis Gravidarum* berakibat buruk bagi kesehatan ibu dan bayinya. Oleh karena itu ibu hamil dengan *Hyperemesis Gravidarum* harus segera dirawat dirumah sakit agar mendapatkan penanganan segera (Wardani, 2020).

Salah satu terapi non-farmakologi yang telah banyak dilakukan ialah dengan memanfaatkan tanaman herbal seperti jahe dan daun mint. Kedua tanaman tersebut sudah sejak lama digunakan oleh nenek moyang kita sebagai pengobatan untuk kesehatan. Tanaman jahe memiliki berapa kandungan yang berfungsi untuk mengatasi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I yaitu: *zingirona, zingiberol, bisabilena, kurkumen, gingerol, flandrene,* minyak astiri, vitamin A, dan resin pahit. Senyawa-senyawa tersebut Memberikan rasa nyaman, menyegarkan, dengan aroma yang khas yang dapat mengatasi rasa mual muntah. Sedangkan untuk daun mint mengandung *menthol*, mempelancar sistem pencernaan dan meringankan kejang perut atau kram. Daun mint memiliki efek anatesi ringan dan mengandung efek *antispasmodic* dan karminatif yang bekerja di saluran gastrointestinal sehinnga dapat mengatasi mual dan muntah (Yanuaringsih et al.,2020).

Daun mint (*Mentha piperita*) mengandung tanin dan *flavonoid* sebagai metabolit sekunder yang berkhasiat dalam mengencangkan kulit dan mengurangi pembengkakan (Sucianti et al., 2021). Pemberian aroma terapi *essensial oil peppermint* efektif terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I, dimana setelah 7 hari pemberian terapi menggunakan aroma *essensial oil peppermint* terjadi penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil. *Peppermint* dapat digunakan sebagai solusi untuk mengatasi mual dan muntah pada kehamilan, karena mengandung aromaterapi dan minyak esensial yang memiliki efek farmakologis. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunkan minyak essensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika minyak esensial dihirup, maka molekul akan masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar *hipofisis*, hipotalamus, bagianbagian bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, *stress*, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan. Selain itu *essensial oil peppermint* juga mengandung 50% bahan aktif menthol yang berguna sebagai bahan antiseptic dan penyegar mulut serta pelega tenggorokan yang mampu meningkatkan kenyamanan ibu serta melegakan pernafasan dan meningkatkan pasokan oksigen ke paruparu sehingga mampu meningkatkan proses relaksasi tubuh (Astri 2024).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh (Putri Et Al., 2025) didapatkan bahwa karakteristik responden Usia, Pekerjaan, Paritas sebagian besar ibu hamil berusia 20-35 tahun yang mengalami *emesis gravidarum*, sedangkan hampir seluruh ibu hamil tidak bekerjadan paritas dengan kehamilan *multigravida* yang mengalami *emesis gravidarum* pada ibu hamil. Ada penurunan rata-rata skor *emesis gravidarum* sebelum diberikan aromaterapi peppermint (4,95) dan sesudah diberikan aromaterapi *peppermint* (3,16) Di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru

Tahun 2023. Ada efektivitas pemberian aromaterapi *peppermint* dalam mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil.

Sejalan dengan penelitian (Astri 2024) Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil dengan kategori muntah sedang sebanyak 17 orang sebelum pemberian *essential oil* peppermint. Setelah pemberian *essential oil peppermint* menurun menjadi muntah ringan pada kelompok kontrol. Sedangkan kategori pada kelompok eksperimen didapatkan dengan kategori muntah sedang sebanyak 14 orang setelah pemberian essential oil peppermint mengalami penurun yaitu sebanyak 16 orang dengan kategori ringan. Berdasarkan hasil analisis tentang efektifitas pemberian essential oil peppermint dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil Trimester I menunjukkan p value 0,000.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan didapatkan bahwa rata-rata ibu hamil kurang memahami tentang *emesis gravidarum*. *Emesis gravidarum* merupakan salah satu program pemberdayaan ibu hamil yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan dapat mengatasi *emesis* secara mandiri dengan mengolah daun mint untuk mengurangi *emesis*. Dukungan dari berbagai pihak terutama partisipasi keluarga sangat diperlukan dalam keberhasilan program mengurangi *emesis* yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

Andi Nina Raudatu Fariha. 2023. Asuhan Kebidanan Antenata pada Ny. F dengan Emesis Gravidarum. s..: Window of Midwifery Journa Vo. 04No. 01.

Anita, N., Sartini, & Gemini Alam. (2020). Ginger Candy (Zingiber Officinale) Reduces The Frequency Of Vomiting Of First-Trimester Pregnant Women With Emesis Gravidarum. Enfermería Clínica, 30(4), 536–538.

Anon. n.d.-a. “Cakupan Pelayanan Kesehatan Pada Ibu Hamil, Ibu Bersalin Dan Ibu Nifas Di NTB Tahun 2020

Aryasih, I. G. A. P., Ni Putu Mirah, & Ni Made Risna Sumawati. (2022). Pemberian Aromaterapi Peppermint Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1. Jurnal Riset Kesehatan Nasional, 6(2), 139– 145. https://doi.org/https://doi.org/10.37294

Astri, B, Y. (2024). Kajian Pengaruh Pemberian Essential Oil Peppermint (Mentha Piperita) Untuk Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Mujur, Praya Timur. Jurnal Kesehatan (Nakes). Nakes 1 (2) (2024) : 01-08

Efrizal, W. (2021). Asuhan gizi pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum. Jurnal Gizi Prima (Frime Nutrition Journal, 6), 25

Endang Wahyuningsih.,2023. Pendampingan Ibu Hamil Tanda Bahaya Kehamilan Di Puskesmas Trucuk Klaten. P.ISSN 2962-0827 Vol01No 02 April 2023. WASATHON Jurnal Pengabdian Masyarakat.

Kasmiati, Dian Purnamasari, Ernawati, Juwita, Salina, Winda Dwi Puspita, Ernawati, Tri Rikhaniarti, Syahriana, Asmirati, Irmayanti, & Kartika Sari Makmun. (2023). Asuhan Kehamilan (Cetakan ke 1). PT Literasi Nusantara Abadi Grup.

Kristiana, D., & Listyaningrum, T. H (2021). P Penatalaksanaan emesis gravidarum di yogyakarta. JHeS (Journal of Health Studies, 5(1),124-130. https://doi.org/10.31101/jhes.2076.

Putri, D., Pitriani, R., & Damayanti, I. (2025). Efektivitas Aromaterapi Peppermint Terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Pmb Murtinawita Tahun 2023. Ensiklopedia of Journal. Vol. 7 No.2 Edisi 2 Januari 2025.

Sucianti, A., Yusa, N. M., & Sughita, I. M. (2021). 'Pengaruh Suhu Pengeringan Terhadap Aktivitas Antioksidan Dan Karakteristik Teh Celup Herbal Daun Mint (Mentha piperita L.)', Jurnal Ilmu Dan Teknologi Pangan (ITEPA), 10(3). https://doi.org/10.24843/itepa.2021.v10 .i03.p06

Sumiati., Simanullang, E., & Sari, F.(2025). Faktor yang Berhubungan dengan Hiperemesis Gravidarum di Puskesmas Puskesmas Birem Bayuem Aceh Timur Tahun 2024. novasi Kesehatan Global Volume. 2, Nomor. 1, Tahun 2025 e-ISSN : 3046-4625; dan p-ISSN : 3046-4706;

Sunaeni & sentuf. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum. Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Sorong.

Taufik hidayat, 2023 Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Emesis Gravidarum di puskesma, Jurnal Kebidanan Khatulistiwa Volume 9 Nomor 2 Juli 2023, hlm 80-86 PISSN 2460-1853, E-ISSN 2715

Tiran D. (2019). Mengatasi Mual-mual dan Gangguan Lain Selama Kehamilan. Jakarta: Disglossia

Wardani, D. (2020). Hubungan Tingkat Kebersihan Rongga Mulut dengan Status Gingiva pada Ibu Hamil. Jember.

Yanuaringsih, G.P., Nasution, A.S., & Aminah, S. (2020). Efek Seduhan Jahe Sebagai Anti Mual Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester I. Jurnal Kesehatan, 3, 151-158