

ABSTRAK

Morning sickness terjadi 60-80% pada *primigravida* serta terjadi 40-60% pada *multigravida*. *Morning sickness* disebabkan oleh hormone kehamilan yaitu HCG yang dimana akan berdampak secara fisiologis dan psikologis *morning sickness* dapat diatasi dengan penanganan nonfarmakologis yaitu dengan menggunakan aromaterapi lemon dan jahe. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh aromaterapi lemon dan jahe terhadap *morning sickness* pada ibu hamil trimester I berdasarkan *literature review*.

Metode penelitian menggunakan *sistematik literature review*, populasi diperoleh dari *Google Scholar*, *Pubmed*, dan Portal Garuda sebanyak 91 artikel dengan teknik *purposive sampling* didapatkan sampel sebanyak 9 artikel dengan menggunakan analisis *critical appraisal Joanna briggs institute* (JBI).

Hasil penelitian aromaterapi lemon dan jahe terhadap *morning sickness* pada ibu hamil dengan pemberi aromaterapi lemon dengan penurunan sesudah diberikan intervensi dengan rentang 1,4 – 8,00 diperoleh *p-value* $0.000 < 0,05$ dan pemberian aromaterapi jahe sesudah diberikan intervensi dengan rentan 0,3 – 6,67 dengan hasil uji *statistic* diperoleh *p-value* $0.000-0.041 < 0,05$ yang dapat di simpulkan adanya pengaruh aromaterapi lemon dan jahe terhadap *morning sickness* pada ibu hamil trimester I.

Aromaterpi lemon dan jahe memiliki pengaruh terhadap penurunan frekuensi *morning sickness* pada ibu hamil trimester I. Di harapkan bisa melakukan penelitian kombinasi antara lemon dan jahe dan daun mint dan lavender untuk menurun frekuensi *morning sickness* pada ibu hamil trimester I.

Kata Kunci : Aromaterapi, lemon, jahe, *morning sickness*, trimester I

Daftar Pustaka : 8 Buku (2009-2020)

5 Website (2016-2016)

28 jurnal (2011-2021)

ABSTRACT

Morning sickness occurs 60-80% in primigravida and occurs 40-60% in multigravida. Morning sickness is caused by the pregnancy hormone HCG which will have a physiological and psychological impact on morning sickness can be overcome by non-pharmacological treatment, namely by using lemon and ginger aromatherapy. The purpose of this study was to identify the effect of lemon and ginger aromatherapy on morning sickness in first trimester pregnant women based on a literature review.

The research method uses a systematic literature review, the population is obtained from Google Scholar, Pubmed, and Garuda Portal as many as 91 articles with purposive sampling technique obtained a sample of 9 articles using the Joanna Briggs Institute (JBI) critical appraisal analysis.

The results of the study of lemon and ginger aromatherapy on morning sickness in pregnant women by giving lemon aromatherapy with reducing after intervention with a range of 1.4 - 8.00 obtained p-value 0.000 0.03 <0.05 and giving ginger aromatherapy after intervention was susceptible to 0.3 - 6.67 with statistical test results obtained p-value 0.000-0.041 <0.05 which can be concluded that there is an effect of lemon and ginger aromatherapy on morning sickness in pregnant women in the first trimester.

Lemon and ginger aromatherapy has an effect on decreasing the frequency of morning sickness. sickness in first trimester pregnant women. It is hoped that research on the combination of lemon and ginger and mint and lavender leaves can reduce the frequency of morning sickness in first trimester pregnant women.

Keyword : aromatherapy lemon, ginger oil, morning sickness

Bibliography : 8 book (2009-2020)

5 website (2016-2021)

29 journals (2011-2021)