

Pengaruh Terapi Terhadap Intensitas Mual Muntah (Emesis Gravidarum) Pada Ibu Hamil Trimester Pertama

Erdea Dwi Ningtyas¹

¹S1 Keperawatan, STIKes Ngudia Husada Madura (penulis 1)

Email: erdeadwiningtyas@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Mual muntah merupakan gejala paling awal, paling umum dan dapat menyebabkan beban psikologis bagi ibu hamil yang terkait dengan kehamilannya. Mual muntah dalam kehamilan diakibatkan peningkatan hormone estrogen dan *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG) yang jika tidak segera ditangani akan berlanjut pada *hyperemesis gravidarum*. Mual muntah yang terus menerus dapat menyebabkan cairan tubuh berkurang, sehingga darah menjadi kental (hemokonsentrasi) dan sirkulasi darah ke jaringan terlambat. Penanganan secara non farmakologi atau terapi komplementer yang tidak mempunyai efek samping dan efektif untuk menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil. Tujuan dari literature review ini Pengaruh Terapi Lemon Terhadap Intensitas Mual Muntah (Emesis Gravidarum) Pada Ibu Hamil Trimester Pertama. **Metode:** Pencarian menggunakan PubMed, dan google scholar untuk menemukan artikel yang sesuai dengan kriteria kemudian dilakukan review, dengan memasukkan kata kunci “kehamilan, aromaterapi lemon, mual muntah dan ditemukan sebanyak 10 artikel . **Hasil:** 1) Mampu mengatasi keluhan fisik dan psikis yang berefek melalui penciuman dengan mencium minyak essensial 2) Baunya yang segar memperbaiki atau menjaga Kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan jiwa dan merangsang proses penyembuhan 3) dapat membunuh bakteri minkokus, anti jamur dan efektif menetralsir bau yang tidak menyenangkan 4) Memberikan rasa nyaman serta merasa rileks yang ibu hamil dapatkan **Diskusi:** Disarankan untuk kepada tenaga Kesehatan untuk aktif memberikan solusi kepada ibu hamil untuk melakukan aromaterapi lemon. **Kata kunci:** kehamilan, aromaterapi lemon, mual muantah.