

PENERAPAN AROMATERAPI *PEPPERMINT* DALAM ASUHAN KEPERAWATAN NAUSEA PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI RSUD BANGIL

Masruroh Fitriatul Arofah, Fitriana Kurniasari Solikhah
Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes
Malang

ABSTRAK

Hiperemesis gravidarum merupakan kondisi mual dan muntah berlebihan pada kehamilan yang umumnya terjadi pada trimester pertama akibat peningkatan hormon *human chorionic gonadotropin* (HCG). Kondisi ini dapat menyebabkan penurunan nafsu makan, dehidrasi, dan gangguan aktivitas sehari-hari. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi keluhan tersebut adalah aromaterapi *peppermint*. Karya ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester I dengan masalah keperawatan nausea serta mengevaluasi efektivitas pemberian aromaterapi *peppermint*. Data diperoleh melalui pengkajian langsung, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Intervensi yang diberikan berupa inhalasi aromaterapi *peppermint* menggunakan diffuser portable selama 10–15 menit setiap hari selama tiga hari disertai edukasi. Hasil evaluasi menunjukkan penurunan frekuensi mual dan muntah, peningkatan nafsu makan, berkurangnya tanda-tanda dehidrasi ringan, serta perbaikan kondisi umum pasien. Pasien juga tampak lebih nyaman dan kooperatif selama perawatan. Dengan demikian, aromaterapi *peppermint* dapat menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis yang aman, praktis, dan mudah diterapkan untuk membantu mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Kata Kunci: aromaterapi *peppermint*, *hiperemesis gravidarum*, nausea