

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT  
TERHADAP INTENSITAS MUAL DAN MUNTAH PADA  
IBU HAMIL TRIMESTER I DI TEMPAT PRAKTIK  
MANDIRI BIDAN NI NENGAH MUSLIANI**



**SKRIPSI**

**Oleh :**

**MELLYTA AGUSTIN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI**

**2025**

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT  
TERHADAP INTENSITAS MUAL DAN MUNTAH PADA  
IBU HAMIL TRIMESTER I DI TEMPAT PRAKTIK  
MANDIRI BIDAN NI NENGAH MUSLIANI**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Oleh:**

**MELLYTA AGUSTIN**

**NIM.A1224037**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2025**

## SURAT PERNYATAAN BABAS PLAGIARISM

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mellyta Agustin  
Nim : A1224037  
Program Studi : S1 Kebidanan  
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint*  
Terhadap Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil  
Trimester I di Tempat Praktik Mandiri Bidan Ni  
Nengah Musliani

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 07 Juli 2025

  
(Mellyta Agustin)

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT  
TERHADAP INTENSITAS MUAL DAN MUNTAH PADA  
IBU HAMIL TRIMESTER I DI TEMPAT PRAKTIK  
MANDIRI BIDAN NI NENGAH MUSLIANI**

**Diajukan Oleh :**

**MELLYTA AGUSTIN  
A.1224037**


**Badung, 07 Juli 2025**

**Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing**

Pembimbing I

  
**Bdn. Rutu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb,M.Keb**  
**NIDN.0822059601**

Pembimbing II

  
**Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST.,M.Kes**  
**NIDN.0825068901**

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua



  
**Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST.,M.Keb**  
**NIDN. 0808068701**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DIDEPAN  
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI**

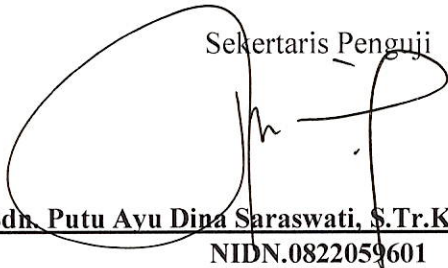
Yang terdiri dari :

Ketua Penguji



**Dr. Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M.Kep**  
NIDN.0807068702

Sekretaris Penguji



**Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb,M.Keb**  
NIDN.0822059601

Anggota Penguji



**Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M.Kes**  
NIDN.0825068901

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



**Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb**  
NIDN. 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI PROGRAM  
STUDI S1 KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN**

**Skripsi, 07 Juli 2025**

**Mellyta Agustin**

**Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I**

**(xix+67 Halaman) + 8 Tabel + 4 Gambar + 11 Lampiran**

**ABSTRAK**

Mual dan muntah yang terjadi pada trimester pertama kehamilan, yang dikenal sebagai *emesis gravidarum*. Mual dan muntah selama kehamilan dapat berkembang menjadi gejala yang sangat parah dan berkepanjangan pada trimester pertama, yang disebut *hiperemesis gravidarum*. Kondisi ini berpotensi menyebabkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, serta kekurangan nutrisi yang dapat membahayakan ibu hamil dan janinnya. Salah satu langkah untuk mengatasinya dapat menggunakan terapi non farmakologis seperti pengobatan herbal seperti teh jahe atau spearmint, akupresur, serta aromaterapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester di TPMB Ni Nengah Musliani.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *pre-experiment design* dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Pengambilan sampel menggunakan rancangan *one group pre-posttest design*. Instrumen yang digunakan yaitu kuisioner *Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea (PUQE)* dan SOP pemberian aromaterapi *peppermint* dengan analisis menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil analisis uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai  $p < 0,000 < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi *peppermint* terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester di TPMB Ni Nengah Musliani. Oleh sebab itu, bidan diharapkan dapat memberikan penyuluhan pemberian aromaterapi *peppermint* bagi ibu hamil trimester I untuk mengurangi mual dan muntah.

Kata Kunci : ibu hamil trimester I, mual dan muntah, pemberian aromaterapi *peppermint*

Daftar Pustaka : 64 (2015-2023)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI PROGRAM  
STUDI S1 KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN**

*Thesis Summary*

*Title: The Influence of Peppermint Aromatherapy on Nausea and Vomiting Intensity in Pregnant Women during the First Trimester*

*Author: Mellyta Agustin*

*Date: June 1, 2025*

*Pages: 67 + 8 Tables + 4 Figures + 11 Appendices*

**ABSTRACT**

*Nausea and vomiting during the first trimester of pregnancy, known as emesis gravidarum, can escalate into a severe and prolonged condition called hyperemesis gravidarum. This condition poses risks such as dehydration, electrolyte imbalance, and nutritional deficiencies, which can endanger both the mother and the fetus. One approach to managing these symptoms is through non-pharmacological therapies, including herbal remedies like ginger tea or spearmint, acupressure, and aromatherapy. This study aims to determine the effect of peppermint aromatherapy on the intensity of nausea and vomiting in pregnant women during their first trimester at PMB Ni Nengah Musliani.*

*This research employs a quantitative approach with a pre-experimental design, involving 30 participants. Sampling was conducted using a one-group pre-posttest design. The instruments used included the Pregnancy-Unique Quantification of Emesis/Nausea (PUQE) questionnaire and a Standard Operating Procedure (SOP) for administering peppermint aromatherapy, with analysis performed using the Wilcoxon test.*

*The results from the Wilcoxon test indicated a p-value of 0.000 ( $< 0.05$ ), leading to the conclusion that peppermint aromatherapy significantly influences the intensity of nausea and vomiting in pregnant women during the first trimester at PMB Ni Nengah Musliani. Consequently, it is recommended that midwives provide education on the use of peppermint aromatherapy to reduce nausea and vomiting in pregnant women during their first trimester.*

*Keywords: Pregnant women in the first trimester, nausea and vomiting, peppermint aromatherapy*

*References: 64 (2015-2023)*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I” tepat pada waktunya.

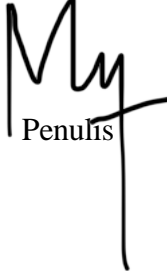
Penelitian ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui pengantar ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan Program Studi S1 Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan STIKES Bina Usada Bali atas kesempatan yang diberikan, sehingga penulis dapat mengikuti penelitian ini.
3. Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb,M.Keb selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan motivasi dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah banyak turut membantu penulis dalam memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan dukungan penuh, doa dan materil dalam proses penyusunan penelitian ini.

6. Semua ibu hamil yang telah bersedia menjadi responden yang telah meluangkan waktunya untuk mendukung penelitian ini. Dan seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap skripsi ini nantinya mampu menjadi tambahan referensi dalam meningkatkan kualitas ilmu kebidanan profesional. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Badung, 07 Juli 2025

  
Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>.xiii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori	
1. Kehamilan Trimester I	
a. Pengertian Kehamilan.....	8
b. Proses terjadinya kehamilan.....	9
c. Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester I .....	12
2. Mual dan Muntah pada Ibu Hamil	
a. Definisi Mual dan Muntah .....	14
b. Etiologi Mual dan Muntah .....	15
c. Faktor yang Mempengaruhi Mual dan Muntah .....	16
d. Tanda dan Gejala Mual dan Muntah.....	18
e. Dampak Mual dan muntah.....	19

f. Klasifikasi Mual dan Muntah .....	20
g. Manifestasi Klinis Mual dan Muntah .....	21
h. Pengukuran Intensitas Mual dan Muntah .....	22
i. Penatalaksanaan Mual dan Muntah .....	24
3. Aromaterapi Peppermint	
a. Pengertian Aromaterapi .....	25
b. Manfaat Aromaterapi .....	26
c. Cara Kerja Penyembuhan Aromaterapi .....	26
d. Metode Penggunaan Aromaterapi .....	27
B. Pengaruh Aromaterapi <i>Peppermint</i> Terhadap Intensitas Mual dan Muntah .....	29
C. Kajian Empiris .....	31
D. Kerangka Teori .....	33
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL</b>	
A. Kerangka Konsep .....	34
B. Hipotesis .....	34
C. Definisi Operasional .....	35
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Rencana Penelitian .....	37
B. Populasi dan Sampel .....	37
C. Tempat Penelitian .....	40
D. Waktu Penelitian .....	40
E. Etika Penelitian .....	40
F. Alat Pengumpulan Data .....	44
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	45
H. Analisis Data .....	47
<b>BAB V HASIL PENELITIAN</b>	
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	50
B. Analisis Univariat .....	51
C. Analisis Bivariat .....	54
<b>BAB VI PEMBAHASAN</b>	
A. Interpretasi Penelitian .....	55

1. Karakteristik Responden.....	55
2. Intensitas Mual Muntah Sebelum diberikan Aromaterapi <i>Peppermint</i> .....	57
3. Intensitas Mual Muntah Setelah diberikan Aromaterapi <i>Peppermint</i> .....	59
4. Pengaruh Pemberian Aromaterapi <i>Peppermint</i> terhadap Intensitas Mual Muntah .....	61
B. Keterbatasan Penelitian .....	63
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian .....	64

## **BAB VII PENUTUP**

A. Simpulan .....	65
B. Saran .....	66

## **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi operasional Pengaruh Pemberian Aromaterapi <i>peppermint</i> terhadap Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I.....	36
Table 5.1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur, Pendidikan dan Pekerjaan.....	51
Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Total Skor pada Ibu Hamil Trimester I intensitas mual dan muntah sebelum diberikan aromaterapi <i>peppermint</i> .....	52
Tabel 5.5 Distribusi frekuensi Responden berdasarkan Total Skor pada Ibu Hamil Trimester I Intensitas Mual dan Muntah Setelah diberikan Aromaterapi <i>Peppermintt</i> .....	53
Tabel 5.6 Uji Normalitas Data .....	53
Tabel 5.7 Analisis Data Sebelum dan Sesudah diberikan Aromaterapi <i>peppermint</i> pada Ibu Hamil Trimester I Uji <i>Wilcoxon Signed Tets</i> .....	54

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Intensitas Mual dan Muntah PUQE-24.....	23
Gambar 2.1 Kerangka Teori Pengaruh Aromaterapi <i>Peppermint</i> Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I .....	33
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Pengaruh Aromaterapi <i>Peppermint</i> Terhadap Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I.....	34
Gambar 4.1 Desain Penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> .....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Studi Pendahuluan

Lampiran 2 Ijin Penelitian

Lampiran 3 Surat Balasan

Lampiran 4 Lolos Etik

Lampiran 5 Format Pengumpulan Data

Lampiran 6 Pengantar Kuesioner

Lampiran 7 Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 8 Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 9 SOP Pemberian Aromaterapi *Peppermint*

Lampiran 10 Tabulasi Data

Lampiran 11 Format Pengumpulan Data

Lampiran 12 Dokumentasi

Lampiran 13 Lembar Bimbingan

## DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA/SMK	: Sekolah Menengah Atas/Kejuruan
PSP	: Persetujuan Setelah Penjelasan
IC	: <i>Informed Consent</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
SD	: Sekolah Dasar
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
SOP	: <i>Standard Operating Procedure</i>
PUQE	: <i>Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea</i>
HCG	: <i>Human Chorionic Gonadotropin</i>
NVP	: <i>Nausea and Vomiting Pregnancy</i>
FSH	: <i>Follicle-Stimulating Hormone</i>
LH	: <i>Luteinizing hormone</i>
PMB	: Praktik Mandiri Bidan
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

## DAFTAR PUSTAKA

- Adnyani, N. W. S. (2021). Adnyani, N.W.S. (2021) 'Karakteristik Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum Di Praktik Mandiri Bidan "PS"', *Nuevos sistemas de comunicación e información*, 1, pp. 2013–2015.
- American College of Obstetricians and Gynecologists. (2018). *Morning Sickness: A Common Discomfort in Pregnancy*. [Diakses pada 17 Desember 2024].
- American College of Obstetricians and Gynecologists. (2023). *Guidelines for the Management of Nausea and Vomiting in Pregnancy*. [Diakses pada 17 Desember 2024].
- Azizah, N., *et al.* (2023). Pengaruh Kombinasi Akupresur dan Aromaterapi Peppermint terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 55-61.
- Bhatia, A. *et al.* (2020). "Role of Human Chorionic Gonadotropin in Pregnancy: A Review of Current Understanding". *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 40(2), 180-187.
- Bustos, S., *et al.* (2017). *Etiology and Pathogenesis of Hyperemesis Gravidarum*. *Journal of Obstetrics & Gynecology*, 34(2), 101-108.
- Carolin, B. T., Syamsiah, S., & Yuniati, R. (2020). *The Effect of Citrus lemon Aromatherapy on Emesis Gravidarum Patient*. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 599–604.
- Creswell, J. W. & Creswell, J. D. (2020). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications.
- Dewi, N., & Safitri, R. (2018). Emesis Gravidarum pada Kehamilan Muda. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 45-50.
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Habek, D., *et al.* (2019). *Aromatherapy for Nausea and Vomiting in Pregnancy: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 25(7), 661-670.

- Hodijah, S., *et al.* (2021). *Hormonal Changes in Pregnancy and Their Impact on Gastrointestinal Function*. Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology, 9(2), 100-105.
- Janssen, P. A., *et al.* (2019). Non-Pharmacological Management of Nausea and Vomiting in Pregnancy: An Evidence-Based Approach. Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine, 32(4), 648-654.
- Kharisma, A., *et al.* (2021). Pengaruh Aromaterapi terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan, 12(1), 20-25.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *InterViews: Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing*. Los Angeles: SAGE Publications.
- Lestari, D. *et al.* (2019). The Role of Aromatherapy in Reducing Nausea and Vomiting in Pregnancy: A Meta-Analysis. Complementary Therapies in Medicine, 44, 45-52.
- Lubis, R., Evita, S., & Siregar, Y. (2019). Pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi berpengaruh terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil di PMB Linda Silalahi Pancur Batu tahun 2019. Skripsi. Poltekkes Kemenkes Medan.
- Mardiana, L. (2020). Aromaterapi Peppermint untuk Mengatasi Mual pada Ibu Hamil: Tinjauan Pustaka. Jurnal Ilmiah Kebidanan, 8(2), 100-106.
- Mayo Clinic. (2023). Pregnancy Symptoms: What to Expect in Your First Trimester. [<https://www.mayoclinic.org>] [Diakses pada 17 Desember 2024].
- Mudlikah, S., & Fakultas. (2019). Prevalence of Morning Sickness in Pregnant Women: A Study in Indonesia. Health Science Journal, 11(1), 23-30.
- Murray, C. *et al.* (2019). "The Role of Human Chorionic Gonadotropin in Pregnancy and Its Influence on Trophoblast Invasion". Journal of Reproductive Immunology, 132, 101-108.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pallant, J. (2016). *SPSS Survival Manual: A Step by Step Guide to Data Analysis using SPSS*. Open University Press.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2017). *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. Philadelphia: Wolters Kluwer.

- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2017). *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Rahayuningsih, R. (2020). Prevalensi Emesis Gravidarum di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 6(2), 115-120.
- Rani, A., *et al.* (2021). Effectiveness of Peppermint Aroma on Nausea and Vomiting in Pregnancy: A Systematic Review. *International Journal of Nursing Sciences*, 8(3), 326-332.
- Rasida, A. (2020). Proses Terjadinya Kehamilan: Dari Konsepsi hingga Kelahiran. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 33-39.
- Setiawan, A. (2018). *Pengukuran dan Analisis Data dalam Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Setiawan, A., & Hidayati, D. (2020). The Efficacy of Non-Pharmacological Interventions in Managing Nausea and Vomiting during Pregnancy: A Review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 112-118.
- Sharma, S. *et al.* (2021). "Understanding Nausea and Vomiting: A Comprehensive Review". *Gastroenterology Research and Practice*, Article ID 123456.
- Smith, A., *et al.* (2018). Factors Influencing Nausea and Vomiting in Pregnancy. *Pregnancy and Child Health*, 15(3), 150-155.
- Sugita, R. (2018). Essential Oils in Pregnancy: The Role of Aromatherapy. *Journal of Complementary Medicine*, 10(4), 22-28.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wang, Y., *et al.* (2016). Effect of Peppermint Oil on Nausea and Vomiting in Pregnant Women: A Randomized Controlled Trial. *Clinical Obstetrics and Gynecology*, 59(2), 301-306.
- Widiastini, N., & Karuniadi, I. (2019). Prevalensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil di Kabupaten Badung, Bali. *Jurnal Kesehatan Bali*, 7(2), 78-85.
- Wilanda, F., Purnama Eka Sari, W., & Susanti, E. (2024). Pengaruh aromaterapi peppermint terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. *Journal of Midwifery*, 12(1), 81-90.

- Yuliana, S. *et al.* (2022). Effect of Inhalation of Peppermint Oil on Nausea in Pregnant Women: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Nursing Practice*, 4(1), 15-22.
- Zuraida, Z., & Desia, D. (2018). The Benefits of Peppermint Oil in Digestive Disorders. *Indonesian Journal of Herbal Medicine*, 14(3), 77-82