

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluhan muntah atau *emesis gravidarum* pada kehamilan merupakan salah satu perubahan fisiologis yang terjadi selama masa kehamilan. *Emesis gravidarum* terjadi karena adanya peningkatan kadar hormon HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*) yang dihasilkan oleh plasenta. Sekitar ibu hamil mengalami mual dan muntah, serta merasa sakit kepala, perut kembung, dan lemas (Ayubbana, 2021). Hal ini terjadi karena meningkatnya hormon HCG, naiknya bilirubin karena peningkatan enzim hati, kenaikan esterogen dalam tubuh, serta kadar gula darah yang rendah. Hampir 50 sampai 90 persen ibu hamil merasa mual di trimester pertama kehamilan (Handayani, 2021; Prawirohardjo & Wiknojosastro, 2016).

Mual sering terjadi di pagi hari, tetapi bisa terjadi juga di siang hari atau malam hari. Gejala-gejala tersebut mulai muncul pada saat trimester pertama berakhir, yaitu sekitar minggu ke tiga belas dan gejala tersebut biasanya berkurang secara nyata (Vitrissia, 2020). *Emesis gravidarum* terjadi karena dipengaruhi seperti jumlah kali melahirkan, usia ibu, jenis pekerjaan, kondisi nutrisi, kondisi mental, dukungan dari keluarga, serta berat badan berlebih (Retnowati, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, *hiperemesis gravidarum* terjadi pada 12,5% kehamilan. Angka ini bervariasi di berbagai negara, mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Kanada, 0,8%

di Tiongkok, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki. Angka kejadian *hiperemesis gravidarum* (Usila *et al.*, 2022). WHO pada tahun 2019 mengatakan bahwa setidaknya 15% dari semua wanita yang hamil mengalami *emesis gravidarum*. Di Indonesia, sekitar 10% wanita yang hamil mengalami *emesis gravidarum*. Kondisi ini terjadi pada 60-80% wanita yang sedang memasuki kehamilan pertama, sedangkan pada wanita yang sudah pernah hamil sebelumnya, persentasenya berkisar antara 40-60% (Mariyah *et al.*, 2022).

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya pada Tahun 2025 Sistem Informasi Komunikasi Kesehatan Keluarga Kota Tasikmalaya Tahun 2025 pada K1 di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu sebanyak 614 ibu hamil. Berdasarkan data pengambilan data sekunder pada bulan Desember 2025 di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu. Berdasarkan fakta hasil data dari WHO 2019 (WHO, 2019) dan dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2025 bahwa ibu hamil yang berada di Kota Taikmalaya yaitu sebanyak 75% , dan Puskesmas Purbaratu menjadi 5 terbesar ibu hamil yang masih banyak mengeluhkan mual dan muntah dan belum bisa mengatasinya secara mandiri.

Menurut Data Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), pada tahun 2018 terdapat 1.864 orang ibu hamil yang mengalami muntah selama kehamilan, yaitu sebanyak 5,31% dari total 21.581 ibu hamil. Pada tahun 2019, jumlahnya meningkat menjadi 1.904 orang atau 5,42% dari 25.234 ibu hamil yang memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan (drg. Oscar Primadi *et al.*, 2019).

Penelitian Lestari (2019) menyebutkan bahwa pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah, dapat terasa pusing, perut kembung, tubuh terasa

lemas, serta muncul gejala muntah dengan frekuensi kurang dari lima kali sehari. Mual dan muntah yang tidak ditangani dengan baik bisa menyebabkan gejala yang lebih parah dan berlangsung terus-menerus sejak awal kehamilan. Hal ini dapat berujung pada dehidrasi, gangguan keseimbangan elektrolit, atau kekurangan nutrisi yang disebut dengan *hiperemesis gravidarum*. Mual dan muntah yang sangat parah (*hiperemesis gravidarum*) bisa menyebabkan ibu hamil kehilangan banyak cairan tubuh, sehingga mengalami dehidrasi, kurangnya pemasukan nutrisi pada saat ibu hamil mengalami mual muntah. Sedangkan dampak yang mungkin terjadi pada janin antara lain, yaitu *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR) terhambatnya perkembangan janin, kelainan konginetal yang terjadi sebelum masa janin berkembang dengan baik, seperti hidrocephalus, anencephalus, omfalokel, dan berbagai jenis lainnya, *Intrauterine Fetal Death* (IUFD) kematian janin didalam kandungan maupun setelah dilahirkan (Shanty & Keswara, 2025).

Upaya mengatasi mual muntah dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dengan menggunakan antiemetic, antihistamin dan vitamin B dan non farmakologis dapat menggunakan terapi herbal yang salah satunya aromaterapi peppermint, aromaterapi lavender, aromaterapi lemon, aromaterapi jahe, terapi relaksasi terapi akupressure dan akupunktur. Aromaterapi yang sering digunakan ini bersifat non-instruktif, noninvasif, ekonomis, dan tidak memiliki efek samping yang merugikan bagi ibu maupun janin (Husnulaini *et al.*, 2025).

Aromaterapi yang biasanya digunakan adalah peppermint, yaitu *mentha piperita* memiliki kandungan yang sangat efektif dalam menenangkan sistem pencernaan. Peppermint termasuk dalam keluarga tanaman *labiate*, memiliki aroma yang sangat wangi, serta bau yang dingin dan segar. Peppermint memiliki manfaat untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil karena mengandung senyawa aktif utama berupa menthol sebanyak 50% dan methone 10-30% yang bekerja secara sinergis sebagai agen antiemetic (anti mual) dan antispasmodik (peredam kejang otot). Menthol dalam peppermint secara khusus mampu menghambat kontraksi otot polos pada lambung dan usus, sehingga memberikan efek relaksasi langsung yang dapat meredakan rasa mual dengan cepat. Peppermint diidentifikasi sebagai terapi non-farmakologis yang aman dan menjadikannya alternatif terbaik bagi ibu hamil yang ingin membatasi konsumsi obat-obatan selama trimester 1. Kemudian aromaterapi peppermint juga sangat mudah untuk didapatkan, harga yang terjangkau, dan juga sangat mudah dilakukan secara mandiri oleh ibu hamil yang sedang mengalami mual dan muntah. Aroma segarnya yang khas juga memberikan sensasi dingin yang secara psikologis mampu meningkatkan kenyamanan dan mengurangi rasa tidak enak pada perut akibat mual muntah (Lubis *et al.*, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh (Hodijah *et al.*, 2021). Dengan judul "Pengaruh Inhalasi Peppermint terhadap Mual dan Muntah pada Ibu Hamil di Trimester I" menunjukkan bahwa intensitas mual dan muntah mengalami penurunan baik sebelum maupun setelah penggunaan peppermint. Terapi komplementer dengan menggunakan tanaman herbal yang dapat membantu

mengurangi mual dan muntah selama kehamilan adalah peppermint. Penelitian yang dilakukan oleh (Rizki *et al.*, 2022) dengan judul "Efektivitas Aromaterapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) dan Peppermint (*Mentha piperita L*) Terhadap Intensitas Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1" menunjukkan bahwa penggunaan aromaterapi lavender dan peppermint secara efektif membantu mengurangi intensitas mual muntah pada ibu. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Marlina, 2021) yang berjudul "Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dengan Aromaterapi Peppermint Dalam Mengurangi *Emesis gravidarum*" Menunjukkan ada pengaruh aromaterapi lemon dan peppermint dalam mengurangi *Emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1. Dan tidak ada perbedaan pemberian aromaterapi lemon dengan aromaterapi peppermint dalam mengurangi mual dan muntah trimester 1.

Studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Purbaratu, ditemukan fenomena bahwa mayoritas ibu hamil trimester I mengalami gangguan kenyamanan fisik berupa mual dan muntah yang intensitasnya meningkat pada pagi hari (*morning sickness*) dan ditemukan fenomena dimana ibu hamil masih banyak mengalami keluhan mual muntah namun belum optimal dalam memanfaatkan terapi herbal mandiri. Gejala yang sering dikeluhkan meliputi rasa mual yang terus-menerus, penurunan nafsu makan (*anoreksia*), hingga badan terasa lemas akibat asupan nutrisi yang tidak optimal. Keluhan utama yang dirasakan ibu adalah kekhawatiran jika kondisi mual muntah ini dapat mengganggu perkembangan janin dan menghambat aktivitas rumah tangga maupun pekerjaan sehari-hari. Selain itu, beberapa ibu

mengungkapkan rasa tertekan ketika aroma makanan tertentu memicu mual yang hebat, yang jika tidak tertangani dengan baik dikhawatirkan akan berkembang menjadi kondisi medis yang lebih berat atau (*hiperemesis gravidarum*) (Turiyani1 *et al.*, 2025).

Berdasarkan latar belakang tersebut di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu terdapat ibu hamil yang masih mengeluhkan mual muntah dan terdapat ibu hamil yang mengalami *hiperemesis gravidarum* dan ibu hamil belum pernah menggunakan aromaterapi peppermint untuk mengurangi mual dan muntah sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan *Emesis gravidarum* Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu”

B. Rumusan Masalah

Apakah pemberian aromaterapi peppermint *Mentha piperita* efektif dalam menurunkan intensitas *emesis gravidarium* ibu hamil trimester 1?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh pemberian peppermint *Mentha piperita* intensitas *emesis gravidarium* pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Purbaratu.

2. Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi intensitas mual dan muntah (*emesis gravidarium*) pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan intervensi aromaterapi

Peppermint.

- 2) Mengidentifikasi intensitas mual dan muntah (*emesis gravidarum*) pada ibu hamil trimester I setelah diberikan intervensi aromaterapi peppermint.
- 3) Menganalisis efektivitas aromaterapi peppermint dalam menurunkan skor dengan penggunaan metode PUQE-24 (*Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea*).

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti mengenai pengaruh aromaterapi peppermint terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1.

b. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar informasi bagi peneliti dimasa mendatang nanti, yang berhubungan dengan pengaruh aromaterapi peppermint terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1.

c. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah dalam kurikulum keperawatan dan kebidanan khususnya terkait terapi komplementer berbasis minyak essensial (*menthol*) dalam manajemen ketidaknyamanan kehamilan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelayanan Kesehatan

Memberikan bukti ilmiah (*evidence-based practice*) bagi tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan antenatal non-farmakologis yang aman, praktis, dan biaya rendah untuk mengurangi ketergantungan pada obat anti-emetik kimia.

b. Bagi Ibu Hamil

Meningkatkan pengetahuan dan kemandirian ibu hamil dalam mengelola gejala mual muntah di rumah secara aman, sehingga kualitas hidup dan asupan nutrisi selama kehamilan trimester pertama dapat terjaga dengan baik.

E. Keaslian Penelitian

Setelah dilakukan penelusuran literatur, terdapat beberapa penelitian yang serupa dengan penelitian pengaruh aromaterapi peppermint terhadap penurunan *emesis gravidarum* trimester 1, penelitian ini serupa tetapi ada perbedaan dari masing-masing penelitian berupa, populasi, sample, dan tempat penelitian yang dilakukan oleh masing-masing peneliti.

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Pengarang serta Judul Jurnal	Keterangan	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	(Usila <i>et al.</i> , 2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint (Daun Mint) Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya.	Jumlah Sample : 15 responden Variabel Bebas : Pemberian aromaterapi minyak peppermint (daun mint) Variabel Terikat : Penurunan mual muntah pada ibu hamil (<i>emesis gravidarum</i>). Metode Penelitian : Menggunakan desain pre-eksperimen dengan rancangan One Group <i>Pretest-Pretest</i> Design.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, mayoritas responden (53,3%) mengalami mual muntah dalam kategori sedang dengan nilai rata-rata frekuensi sebesar 10,0. Setelah diberikan aromaterapi minyak peppermint, terjadi penurunan di mana sebagian besar responden (46,7%) berada pada kategori ringan dan sedang dengan nilai rata-rata frekuensi mual muntah yang turun menjadi 8,47. Berdasarkan analisis uji T-test paired, ditemukan perbedaan yang signifikan dengan nilai p-value = 0,011 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi minyak peppermint berpengaruh secara efektif dalam	Perbedaan tersebut terletak pada aspek populasi dan sampel, di mana penelitian terdahulu melibatkan 15 responden di wilayah kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya. Selain itu, terdapat perbedaan pada waktu dan tempat penelitian, yang secara otomatis memberikan konteks lingkungan dan karakteristik subjek yang berbeda dibandingkan dengan studi ini. Meskipun sama-sama mengkaji pengaruh aromaterapi peppermint terhadap penurunan emesis gravidarum, variabel kontekstual tersebut menjadi pembeda spesifik dalam orisinalitas penelitian ini.

		menurunkan mual muntah pada ibu hamil pada ibu hamil trimester 1.	
2.	(Utmaningsih <i>et al.</i> , 2025). Pengaruh Pemberian Kombinasi Aromatherapy Peppermint Dan Ginger Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1	<p>Jumlah Sample : 35 responden</p> <p>Variabel Bebas : Pemberian kombinasi aromaterapi peppermint (<i>Mentha piperita</i>) dan aromaterapi jahe (<i>Zingiber officinale</i>).</p> <p>Variabel Terikat : Frekuensi atau gejala manifestasi <i>emesis gravidarum</i> (mual dan muntah) pada ibu hamil.</p> <p>Metode Penelitian : Menggunakan desain quasi-eksperimental dengan rancangan One-Group <i>Pretest-Pretest</i>.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian kombinasi aromaterapi peppermint dan jahe terbukti efektif menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Sebelum intervensi, mayoritas responden (57,2%) mengalami gejala mual muntah kategori sedang. Namun, setelah diberikan intervensi, terjadi pergeseran signifikan di mana 80% responden melaporkan gejala dalam kategori ringan.. Analisis statistik memperkuat temuan ini dengan perolehan nilai $p=0,000$ (lebih kecil dari $\alpha=0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang sangat bermakna dari penggunaan aromaterapi tersebut sebagai</p> <p>Perbedaan tersebut terletak pada variabel independennya, di mana mereka menggunakan kombinasi aromaterapi peppermint dan jahe (<i>Zingiber officinale</i>), sementara penelitian ini hanya berfokus pada penggunaan peppermint dosis tunggal. Selain itu, jumlah sampel yang digunakan dalam studi tersebut adalah 35 responden dengan metode penelitian quasi-eksperimental menggunakan rancangan One-Group <i>Pretest-Posttest</i>. Perbedaan lainnya juga mencakup lokasi dan waktu pelaksanaan penelitian yang berbeda dengan konteks penelitian saat ini..</p>

			terapi non-farmakologis untuk meredakan <i>emesis gravidarum</i> .
3. (Nita et al., 2025). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Ibu Hamil Trimester 1 Dengan Mual Dan Muntah.	<p>Jumlah Sample : 46 responden</p> <p>Variabel Bebas : Pemberian aromaterapi peppermint.</p> <p>Variabel Terikat : Intensitas atau frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.</p> <p>Metode Penelitian : Menggunakan (literature review) dengan menelaah sepuluh artikel ilmiah yang dipilih melalui penyaringan manual berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.</p>	<p>Hasil penelitian dari sepuluh literatur yang ditelaah secara konsisten menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan dari pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan keluhan mual dan muntah. Secara statistik, hasil uji (seperti uji Wilcoxon dan paired sample t-test) pada artikel-artikel tersebut menunjukkan nilai p-value < 0,05, yang membuktikan efektivitas terapi ini. Sebelum diberikan intervensi, sebagian besar ibu hamil mengalami mual muntah kategori sedang, namun setelah menghirup aromaterapi peppermint, intensitasnya menurun menjadi kategori ringan. Hal ini disebabkan oleh kandungan mentol dalam peppermint yang memiliki sifat antispasmodik</p>	<p>Perbedaan terletak pada metode penelitiannya yang menggunakan pendekatan Literature Review dengan menelaah sepuluh artikel ilmiah. Hal ini berbeda dengan penelitian ini yang merupakan penelitian lapangan primer. Dari segi populasi, Berni et al. merangkum data dari total 46 responden yang berasal dari berbagai sumber literatur untuk menarik kesimpulan secara umum mengenai efektivitas aromaterapi peppermint pada ibu hamil Trimester I. Lokasi penelitian dalam studi tersebut juga bersifat tidak terbatas (global/multisenter) karena berbasis tinjauan pustaka, berbeda dengan penelitian ini yang terikat pada lokasi geografis tertentu</p>

			dan antiemetik yang mampu meredakan kejang pada saluran pencernaan serta memberikan efek menenangkan melalui stimulasi sistem limbik.	
4.	(Purwani et al., 2025). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I.	<p>Jumlah Sample : 10 responden</p> <p>Variabel Bebas : Pemberian aromaterapi peppermint.</p> <p>Variabel Terikat : Frekuensi <i>emesis gravidarum</i> atau muntah pada ibu hamil trimester I.</p> <p>Metode Penelitian : Menggunakan teknik purposive sampling dari total populasi sebanyak 32 ibu hamil trimester I di Poskesdes Bunga Karang.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan frekuensi mual muntah yang signifikan setelah pemberian intervensi⁴⁴. Sebelum diberikan aromaterapi peppermint, sebanyak 6 responden (60%) mengalami mual muntah kategori sedang dan 4 responden (40%) kategori berat. Setelah intervensi, terjadi perubahan drastis di mana 9 responden (90%) masuk ke kategori ringan dan hanya 1 responden (10%) yang masih berada di kategori sedang. Analisis bivariat menggunakan uji statistik paired t-test menghasilkan nilai $p = 0,000(p < 0,05)$, yang berarti hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan</p>	Perbedaan pada teknik pengambilan sampel, di mana mereka menggunakan metode purposive sampling dari total populasi sebanyak 32 ibu hamil trimester I di Poskesdes Bunga Karang. Jumlah sampel akhir yang diteliti adalah 10 responden, yang mana jumlah ini jauh lebih kecil dibandingkan dengan penelitian ini. Selain itu, terdapat perbedaan pada lokasi dan waktu penelitian yang memberikan batasan demografis yang berbeda bagi subjek penelitian.

			<p>bahwa pemberian aromaterapi peppermint berpengaruh secara signifikan dan efektif dalam menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I.</p>
5.	<p>(Suyanti et al., 2025). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Ibu Hamil Trimester 1 Dengan <i>Emesis gravidarum</i>.</p>	<p>Jumlah Sample : 54 responden Variabel Bebas : Pemberian aromaterapi peppermint. Variabel Terikat : Mual muntah atau <i>emesis gravidarum</i>. Metode Penelitian : Menggunakan teknik quasi-experimental dengan desain <i>Pretest-Pretest</i> control group.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi peppermint efektif dalam menurunkan gejala mual muntah secara signifikan. Pada kelompok perlakuan, rata-rata skor PUQE menurun drastis dari 10,56 menjadi 5,33 setelah diberikan intervensi selama tujuh hari ($p=0,000$). Meskipun kelompok kontrol juga mengalami penurunan skor dari 11,04 menjadi 9,96, penurunan tersebut jauh lebih kecil dibandingkan kelompok yang mendapatkan aromaterapi peppermint. Analisis antar kelompok membuktikan adanya perbedaan yang signifikan dengan nilai</p>

			p=0,000, sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan aromaterapi peppermint merupakan alternatif yang efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.
6.	(Aprianti <i>et al.</i> , 2025). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Dan Lavender Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1.	<p>Jumlah Sample : 20 responden</p> <p>Variabel Bebas : Pemberian aromaterapi peppermint dan Lavender.</p> <p>Variabel Terikat : Mual muntah pada ibu hamil trimester 1.</p> <p>Metode Penelitian : Menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan deskriptif analitik dan rancangan two group pre-test and post-test design. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik Accidental Sampling.</p>	<p>Hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dan peppermint secara signifikan mampu menurunkan tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I. Sebelum diberikan intervensi, kelompok lavender didominasi oleh mual muntah tingkat sedang (60%) dan berat (40%), namun setelah intervensi, terjadi perbaikan di mana 50% responden turun ke kategori ringan dan 50% ke kategori sedang. Pada kelompok peppermint, kondisi awal menunjukkan 70% responden mengalami mual muntah sedang</p>
			Perbedaan mendasar pada variabel independen, di mana mereka meneliti efektivitas kombinasi aromaterapi peppermint dan lavender, berbeda dengan penelitian ini yang berfokus pada peppermint saja. Dari segi metodologi, studi tersebut menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan rancangan two group pre-test and post-test design serta teknik Accidental Sampling untuk mengambil sampel sebanyak 20 responden. Selain itu, faktor populasi, waktu, dan tempat penelitian di lokasi tersebut menjadi pembeda spesifik yang menegaskan orisinalitas antara penelitian Aprianti <i>et al.</i> dengan penelitian yang sedang dilakukan saat ini.

dan 30% berat, tetapi setelah intervensi, seluruh responden (100%) mengalami penurunan ke tingkat mual muntah ringan.
