

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kehamilan merupakan keadaan yang fisiologis yang mengakibatkan perubahan baik secara fisik maupun psikologi. Proses ini dimulai berdasarkan sel telur yang dibuahi sang sperma. Kehamilan dibagi menjadi 3 trimester, yaitu: trimester pertama, dimulai dari konsepsi sampai usia kehamilan 3 bulan (0-12 Minggu), Trimester kedua dimulai dari usia kehamilan 4 bulan sampai 6 bulan (13-28 Minggu), Trimester ketiga dimulai dari usia kehamilan 7 bulan sampai 9 bulan (29-42 Minggu) (Rukiah, 2017).

Perubahan-perubahan tersebut sering kali menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu hamil. Ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu berbeda-beda tiap trimesternya. Perubahan yang sering dialami ibu selama kehamilan adalah mual muntah, pusing, nyeri punggung, flek hitam pada wajah, kram pada kaki, kenaikan berat badan, insomnia, dan sering berkemih (Irianti, 2013).

Salah satu perubahan itu ialah terjadinya mual dan muntah pada kehamilan. Mual dan muntah merupakan keluhan yang sering dialami oleh ibu hamil pada kehamilan trimester pertama. Keluhan ini terjadi karena terjadinya berbagai perubahan di dalam tubuh wanita. Salah satu penyebab terjadinya mual dan muntah karena adanya peningkatan hormon hCG (human Gonodotropin Korionik) di dalam tubuh ibu hamil. Bila keluhan ini tidak diatasi akan

menyebabkan gangguan nutrisi pada ibu hamil, dehidrasi, kekurangan energi, dan penurunan berat badan pada ibu hamil. Jika kejadian ini terus berlanjut akan berdampak pada kehamilan dan proses pertumbuhan dan perkembangan janin Walyani (2015).

Mual dan muntah bisa dicegah dengan cara farmakologi dan nonfarmakologi. Metode farmakologi bisa dengan pemberian vitamin B6 dan anti emetic untuk meringankan mual dan muntah ringan atau mual dan muntah berat. Namun, penggunaan obat-obatan farmakologi dapat menyebabkan efek samping baik pada ibu, kehamilan. Untuk itu pengobatan nonfarmakologi merupakan salah satu pengobatan alternative untuk mengurangi mual dan muntah. Selain efeknya yang dapat mengurangi mual dan muntah (Kia, et al., 2014). Penanganan ketidaknyamanan pada ibu hamil dapat di lakukan non farmakologis salah satunya adalah aromaterapi lemon. Aromaterapi yaitu terapi yang memanfaatkan minyak dari tumbuhan. Minyak esensial Lemon adalah minyak herbal yang dipakai dan dipercaya menjadi obat yang aman dalam kehamilan (Oktavia, 2018).

Aromaterapi bisa membantu ibu hamil untuk mengoptimalkan kondisi supaya kehamilan sehat dan persalinan lancar. Penggunaan aromaterapi menggunakan metode revitalisasi, yaitu menggiatkan kembali serta meregulasi kinerja organ-organ tubuh. Penggunaan minyak esensial dari tumbuh-tumbuhan beraroma memiliki manfaat untuk melancarkan sirkulasi darah, meringankan keluhan yang sering timbul selama hamil, serta dapat membantu proses persalinan. Aromaterapi yaitu salah satu jenis terapi komplementer. Terapi ini menggunakan

cairan tanaman yang mudah menguap, dan memiliki senyawa aromatic lain dari tumbuhan. Tujuan dari aromaterapi itu sendiri yaitu untuk mempengaruhi suasana hati atau kesehatan pada ibu hamil. Aromaterapi yaitu teknik perawatan tubuh dengan menggunakan atau memanfaatkan minyak atsiri yang memiliki khasiat. Minyak esensial dapat digunakan dengan cara dihirup, diteteskan pada alat kompres, dioleskan di kulit, dituang ke air untuk berendam, atau dapat di gunakan sebagai minyak pijat (Ayuningtyas, 2019).

Menurut Medforth (2013), aromaterapi lemon merupakan minyak essensial yang diperoleh dari ekstrak kulit jeruk yang tak jarang dipakai pada aromaterapi. Aromaterapi lemon merupakan salah satu jenis aromaterapi yang kondusif bagi kehamilan dan melahirkan. Aromaterapi lemon memiliki kandungan yang dapat antara lain yaitu efektif untuk menetralsir bau yang menyengat, serta dapat mengurangi cemas, mengurangi depresi dan stress, dan dapat memfokuskan pikiran (Saridewi, 2018).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Smith et al (2012) bahwa dengan mencium kesegaran lemon membantu mengurangi mual dan muntah pada kehamilan. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kia, et al (2014) terbukti mengurangi mual dan muntah pada kehamilan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan berupa data dari Puskesmas Margomulyo Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan pada tanggal 9 November 2020. Dari hasil wawancara 10 ibu hamil tentang aromaterapi lemon,

diketahui bahwa ibu hamil yang mengetahui tentang aromaterapi lemon hanya 3 orang, ibu hamil banyak yang belum pernah mendengar dan belum pernah mengetahui tentang aromaterapi lemon serta manfaat dari aromaterapi, dimana manfaat aromaterapi lemon tersebut dapat menangani ketidaknyamanan yang dialami pada ibu hamil, seperti mual dan muntah, pusing, cemas.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan ibu hamil tentang aromaterapi lemon untuk mengurangi ketidaknyamanan pada kehamilan diwilayah kerja Puskesmas Margomulyo Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat ditarik suatu rumusan masalah tentang “Bagaimana pengetahuan ibu hamil tentang aromaterapi lemon untuk mengurangi ketidaknyamanan pada kehamilan diwilayah kerja Puskesmas Margomulyo Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan.”?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang aromaterapi lemon untuk mengurangi ketidaknyamanan pada kehamilan di Wilayah kerja Puskesmas Margomulyo Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Medeskripsikan ibu hamil tentang pengertian aromaterapi lemon bagi ibu hamil untuk mengurangi ketidaknyamanan pada kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Margomulyo Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan
- b. Medeskripsikan ibu hamil tentang manfaat aromaterapi lemon bagi ibu hamil untuk mengurangi ketidaknyamanan pada kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Margomulyo Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan
- c. Medeskripsikan ibu hamil tentang kelemahan aromaterapi lemon bagi ibu hamil untuk mengurangi ketidaknyamanan pada kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Margomulyo Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan
- d. Medeskripsikan ibu hamil tentang metode penggunaan aromaterapi lemon bagi ibu hamil untuk mengurangi ketidaknyamanan pada kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Margomulyo Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Dapat digunakan sebagai salah satu sumber pengetahuan dan informasi dalam membangun ilmu kebidanan komplementer yang berhubungan dengan pengetahuan aromaterapi lemon bagi ibu hamil.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Ibu Hamil**

Dapat dijadikan sebagai masukan dalam pengetahuan ibu hamil tentang aromaterapi lemon.

b. Bagi Petugas Kesehatan

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan informasi dalam melaksanakan pelayanan dan memberikan asuhan kebidanan komplementer pada ibu hamil.