

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah suatu kondisi di dalam rahim seorang wanita, di mana terdapat hasil pembuahan (bertemunya sel telur dan sperma). Kehamilan merupakan proses alami dan fisiologis (Yanti, 2022). Selain itu kehamilan merupakan proses fisiologis dari kehidupan seorang wanita. Proses ini mengarah pada perubahan fisik, mental dan sosial yang dipengaruhi oleh berbagai faktor fisik, psikologis, lingkungan, sosial budaya dan ekonomi. Kehamilan biasanya disertai dengan rasa tidak nyaman yang sering dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama yaitu mual dan muntah. Ada beberapa penyebab mual dan muntah, diantaranya adalah perubahan hormonal dalam tubuh seperti peningkatan hormon estrogen dan HcG. Kebiasaan makan yang buruk sebelum hamil dan pada minggu-minggu pertama, kurang istirahat dan stres dapat memperparah mual dan muntah (Manuaba, 2016).

Kehamilan trimester pertama adalah keadaan dimana embrio atau janin berada pada usia 0-14 minggu di dalam tubuh. Mual dan muntah adalah gejala alami dan umum terjadi pada trimester pertama kehamilan. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, namun bisa juga terjadi kapan saja dan pada malam hari. Gejala ini biasanya muncul antara minggu ke-6 dan ke-10 kehamilan (Damayanti, D., Wardani, R. S., & Indrawati, 2015). Keadaan mual dan muntah ini menyebabkan peningkatan suasana asam di mulut. Plak

meningkat karena malas menjaga kebersihan sehingga mempercepat kerusakan gigi (Kemenkes. RI., 2016).

Mual dan muntah yang terjadi selama kehamilan berdampak signifikan pada tubuh, ibu menjadi lebih lemah, wajah pucat, dan buang air kecil berkurang drastis, menyebabkan cairan tubuh berkurang dan darah mengental. Keadaan ini dapat memperlambat peredaran darah, sehingga konsumsi oksigen dan nutrisi jaringan juga menurun, yang dapat mengakibatkan kerusakan jaringan yang mengancam kesehatan ibu dan janin (Rofi'ah et al., 2019).

WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2013 menyatakan bahwa mual dan muntah selama kehamilan merupakan kondisi yang paling sering terjadi pada ibu hamil, biasanya terjadi antara minggu ke-5 dan ke-18 kehamilan. Mual dan muntah adalah keluhan kehamilan remaja yang paling umum pada 50% wanita hamil, kehamilan kembar dan mola hidatidosa. Sekitar 70-80% dari semua wanita hamil menderita *morning sickness*. Sekitar 60% wanita muntah. Mual dan muntah adalah masalah umum pada paruh pertama kehamilan. 50-90% wanita mengalami mual dan muntah selama trimester pertama, yang dikenal dengan hiperemesis gravidarum (HG). Ini terjadi pada 0,5-3% kehamilan dan digambarkan sebagai muntah yang tidak terkendali terkait dengan penurunan berat badan lebih dari 5% dari berat badan sebelum hamil (Balíková & Bužgová, 2014).

Data hasil Survei Kesehatan Demografi Indonesia (SDKI) Angka kejadian pada hiperemesis gravidarum di Indonesia sebanyak 1.864 (5,31%) dari 21.581 ibu hamil pada tahun 2018 dan 1.904 (5,42%) dari 25.234 ibu hamil

pada tahun 2019 memeriksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan (Kemenkes RI, 2019).

Prinsip pengobatan emesis gravidarum adalah pencegahan, pengurangan mual dan muntah, dan koreksi kebutuhan cairan dan elektrolit. Pencegahan dan pengurangan gejala mual dan muntah dapat dicapai dengan agen farmakologis dan nonfarmakologis. Pengobatan obat dilakukan dengan mengonsumsi obat-obatan seperti obat antimual atau vitamin B6. Namun, obat tersebut memiliki efek samping yang mungkin dialami ibu hamil, seperti sakit kepala, diare, dan mengantuk. Pengobatan lain yang dapat disembuhkan adalah pengobatan nonfarmakologis atau komplementer, yang memiliki keuntungan lebih murah dan tidak memiliki efek samping farmakologis. Salah satu pengobatan yang aman dan dapat diberikan pada ibu hamil yang mengalami mual muntah melalui aromaterapi lemon (Dewi & Safitri, 2018).

Aromaterapi Lemon merupakan minyak esensial yang terbuat dari ekstrak kulit jeruk yang biasa digunakan dalam aromaterapi. Aromaterapi lemon merupakan bentuk aromaterapi yang aman selama kehamilan dan persalinan (Medforth, 2013). Lemon aromaterapi mengandung bahan yang dapat membunuh bakteri meningokokus dan tifus, memiliki efek antijamur, efektif menetralkan bau tak sedap, memiliki efek anticemas, depresan dan penghilang stres, serta meningkatkan dan memfokuskan pikiran (Dewi & Safitri, 2018). Minyak esensial lemon adalah minyak herbal yang paling umum digunakan dan dianggap sebagai obat yang aman selama kehamilan.

Aromaterapi lemon telah terbukti memiliki efek positif pada muntah. Menurut penelitian (Yavari Kia et al., 2014), skor muntah rata-rata menurun 4 hari ketika aromaterapi lemon yang dihirup digunakan. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Erick, di mana ia mengamati penggunaan pengobatan non-obat pada wanita untuk menghilangkan emesis gravidarum. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, 40% wanita menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan lebih dari separuh yang menggunakannya mengatakan efektif.

Berdasarkan hasil penelitian (Des Metasari et al., 2022), tentang efektivitas aromaterapi lavender dan lemon dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Kelompok uji coba dengan desain penelitian eksperimen semu. Teknik pengambilan sampel melibatkan *purposive sample* sebanyak 30 orang. Aromaterapi diberikan pada ibu hamil trimester pertama dengan cara dihirup selama empat hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi mual muntah selama trimester I berkurang dengan aromaterapi lavender dan lemon dengan nilai P sebesar 0,006. Aromaterapi lavender dan lemon terbukti efektif dan aman mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

Penelitian lainnya dari (Fadila et al., 2022), hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi mual muntah sebelum aromaterapi lemon rendah pada 12 subjek (40,0%). Frekuensi mual muntah setelah aromaterapi lemon tergolong rendah yaitu sebanyak 9 orang (30,0%). Dari hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *T-Paired* didapatkan nilai $\rho = 0,000 < \alpha =$

0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara efektivitas aromaterapi.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung oleh peneliti dengan wawancara terhadap 10 ibu hamil, terdapat 6 ibu hamil memberikan aroma terapi seperti minyak kayu putih, dan 4 ibu hamil memilih untuk meminum obat mual dan muntah. Berdasarkan beberapa teori dan data tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Aromaterapi Lemon dalam Mengurangi Mual Muntah pada Ibu hamil Trimester I di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah efektivitas aromaterapi lemon dalam mengurangi mual muntah pada Ibu hamil Trimester I di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas aromaterapi lemon dalam mengurangi mual muntah pada Ibu hamil Trimester I di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi frekuensi mual muntah sebelum diberikan lemon aromaterapi lemon pada ibu hamil trimester I di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung.
- b. Untuk mengidentifikasi frekuensi mual muntah sesudah diberikan lemon aromaterapi lemon pada ibu hamil trimester I di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung.
- c. Untuk menganalisis efektivitas aromaterapi lemon dalam mengurangi mual muntah pada Ibu hamil Trimester I di Poli Kebidanan RSUD Ratu Aji Putri Botung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan pelajaran dan memperkaya hasil penelitian yang telah ada dan untuk menambah wawasan dalam mengurangi mual muntah pada Ibu hamil Trimester I dengan menggunakan terapi non-farmakologi yaitu aromaterapi lemon.

2. Manfaat Praktis

a. Profesi Kebidanan

Memberi informasi khususnya bidang profesi kebidanan mengenai efektivitas aroma terapi lemon dalam mengurangi mual muntah pada Ibu hamil Trimester I. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan

sebagai sumber pustaka bagi profesi kebidanan untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

b. Masyarakat

Memberikan informasi kepada seluruh masyarakat, khususnya ibu hamil trimester I tentang cara mengatasi mual dan muntah saat hamil. Penelitian ini juga dapat meningkatkan pengetahuan pada ibu hamil khususnya Trimester I tentang pentingnya pencegahan mual muntah selama kehamilan

