

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan berarti suatu masa yang dimana terjadi peralihan ditengah kehidupan sebelum punya bayi yang kini dikandung serta kehidupan sesudah anak yang di kandung terlahir. Pergantian siklus radikal ini dianggap sebagai krisis yang disertai dengan kurun waktu tertentu terjadi proses persiapan secara psikologis, yang biasanya pada masa kehamilan dan puncaknya disaat setelah masa bersalin (Sukarni dan Wahyu, 2013). Dengan adanya kehamilan maka semua sistem genitalia perempuan mengalami perubahan yg fundamental buat mendukung perkembangan & pertumbuhan janin pada rahim selama proses kehamilan berlangsung.

Pada trimester 1 atau awal kehamilan akan terjadi proses tumbang pada janin yang di mulai pada minggu pertama yang mana terjadi pertemuan sel *spermatozoa* dan sel telur sehingga terjadi pembuahan, pada minggu selanjutnya yaitu minggu kedua dan ketiga kehamilan akan terjadi yang dimana sel telur mengalami pembelahan sel dan menuju ke Rahim, pada hari kedua belas terjadi bertambahnya jumlah sel dan menyokong *blastocyst* melekat pada dinding endometriosis, setelah itu di lanjutkan dengan pada minggu selanjutnya yaitu pada minggu keempat yang dimana plasenta mulai mengalirkan darah ke janin yang dimana plasenta yakni organ sirkulasi perantara ibu dengan embrio dan plasenta digunakan untuk memberikan nutrisi beserta oksigen dari ibu ke embrio, pada

Minggu keempat ini juga terdapat perkembangan pada organ paru-paru, kelenjar teroid, organ lainnya seperti jantung mulai berdetak, berfungsinya peredaran darah dalam taraf sederhana, terbentuknya bentuk muka, organ panca indra, organ reproduksi, dan pada minggu ke lima setengah minggu zigot melekat dengan baik pada dinding rahim dan susunan sel membentuk susunan organ dasar pada bayi. Pada minggu ke lima embrio berukuran kurang lebih 5-7 mm dan pembentukan orang semakin sempurna salah satunya teliga dan sistem pencernaan.

Pada minggu ke enam terlihat kepala dan leher sudah terbentuk, lalu terbentuknya mata walau masih berjauhan, terlihat hidung sudah terbentuk walau berbentuk tonjolan kecil dan pada minggu ini juga mulai terbentuknya organ peredaran darah seperti *kidney*, *liver* dan sistem gastrointestinal. Pada minggu ketujuh embrio berukuran sebesar 1 cm dan perkembangan tangan sudah terlihat dan berkembang dengan cukup pesat, memasuki minggu kedelapan semua organ sudah mulai bekerja, dan pada minggu ke Sembilan jari – jari dan organ genital mulai terlihat, memasuki minggu ke sepuluh sel tulang dan darah mulai berkembang, lalu pada minggu ke sebelas seluruh organ tubuh, sudah tumbuh secara sempurna dan berperan dengan lancar, dan pada minggu ke duabelas seluruh sistem yang telah terbentuk dengan sempurna, akan secara konsisten berkembang pada minggu ini embrio sudah mengawali dengan menyerap sari makanan.

Selain tumbuh kembang janin pada awal kehamilan juga terjadi adaptasi fisiologis yang dialami ibu selama kehamilan adalah adaptasi sistem pencernaan, dimana progesteron mengendurkan otot polos sehingga pengaruhi segala saluran pencernaan sepanjang kehamilan. Pengosongan lambung diperlambat, seperti

pergerakan zat yang diolah di sepanjang saluran gastrointestinal. Pengosongan kantong empedu membutuhkan waktu lebih lama dan empedu cenderung mengendap di saluran empedu. Gangguan ringan pada saluran gastrointestinal akan berlangsung selama masa kehamilan, gangguannya yang akan di rasakan antara yaitu seperti sembelit, nyeri dada, mual dan muntah (Ratnawati, 2020). Permasalahan yang berlangsung pada trimester I, adalah mual dan muntah/*morning sickness* pada pagi hari dan akan hilang sebelum tengah hari selain itu munculnya rasa mual terjadi saat anda mencium bau yang tidak sedap (Wagiyo,2016).

Morning sickness ialah gangguan mual dan muntah/ *morning sickness* yang merupakan indikasi yang sewaktu-waktu umum terjadi pada awal kehamilan. *Morning sickness* sering berlangsung pada pagi hari, walaupun normalnya *morning sickness* mulai minggu keempat atau bisa terjadi pada minggu keenam. Jika mual dan muntah semakin parah mencetuskan masalah pada kehamilan yang biasa dikenal dengan *hyperemia gravidarum* (Indriyani, 2013). *Morning sickness* ialah hal biasa dan terkadang dialami pada mengandung pada masa trimester 1, *morning sickness* umumnya berlangsung pada pagi hari, tetapi dapat berlangsung juga setiap malam hari. Tanda gejala ini terjadi setelah kurang lebih 6 minggu mulai dari hari pertama sampai haid terakhir berlangsung selama kurang lebih 10 minggu, Mual dan muntah terjadi 60-80% pada *primigravida* serta terjadi 40-60% pada *multigravida*. Gejala-gejala lain menjadi berat Satu diantara seribu kehamilan (Yulia Sari,2017). Diperkirakan 50% hingga 80% ibu hamil akan merasakan mual dan muntah, dan sekitar 5% ibu hamil membutuhkan pengobatan untuk mengisi kembali cairan tubuh dan memperbaiki gangguan elektrolit. *Morning sickness* juga

di sebabkan oleh hormon kehamilan dan stress mekanis dikarenakan membesarnya rahim dan jaringan lain. Adanya 3 hormon yang berfungsi bagi transisi fisiologi pencernaan yaitu hormon hCG (*human chorionic gonadotropin*), *progesterone* dan *estrogen*. *Morning sickness* berlangsung adanya efek HCG, tonus otot *gastrointestinal* berkurang lalu kemampuan beraktivitas semua traktus *digestivus* pun ikut menurun (Rofi'ah, Siti, Esti Handayani, 2017).

Morning sickness memberikan dampak terhadap ibu hamil adanya penurunan nafsu makan, ibu tampak lemah dan pucat, dimana terjadi transformasi kebutuhan cairan elektrolit (kalium, kalsium, dan natrium) dan mengakibatkan perbedaan metabolisme fisik, penurunan berat badan tubuh lebih kurang 5% sebab cadangan glukosa, protein, dan lemak. Digunakan sebagai energi kebutuhan gizi yang sesuai dan ibu hamil sangat membutuhkannya untuk meningkatkan nutrisi janin dan ibu tetapi mual dan muntah yang berkelanjutan pada ibu hamil menyebabkan asupan gizi tidak dapat terpenuhi (Dyna dan Febriani, 2020).

Morning sickness tidak hanya mengancam kehidupan wanita, tetapi juga dapat menimbulkan efek samping pada janin, seperti keguguran, berat badan lahir rendah, kelahiran prematur, dan kelainan bentuk *neonatal* (Runiari, 2010). Ibu hamil yang mengalami *morning sickness* tidak hanya merasa mual. Tentunya ibu hamil juga bisa menghindari makanan yang pedas atau berbau menyengat (Kundarti, 2015). *Morning sickness* jarang menyebabkan kematian, tetapi insidensinya masih tinggi. Hampir 25% pasien *morning sickness* dirawat di rumah sakit lebih dari satu kali (Kevin et al., 2011). Selain dampak fisiologis bagi ibu dan janinnya, *morning sickness* juga akan berdampak pada psikologi, masyarakat,

semangat dan pekerjaan. Secara psikologis, hal itu dapat menimbulkan kecemasan, ke dalam batin dan kemarahan. Jika mual dan muntah semakin intensif, akan timbul rasa mengasihani diri sendiri, dan mungkin terdapat konflik antara ketergantungan dan kehilangan kendali, dan kemudian pendapatan yang dihasilkan dengan berhenti bekerja akan menimbulkan rasa ketergantungan pada pasangan (Runiari, 2010). Terkadang, *morning sickness* yang terus-menerus dan kondisi pemulihan yang sulit bisa membuat pasien depresi. *Morning sickness* pada wanita yang hamil bahkan bisa terasa seperti penghentian kehamilan (Kevin et al., 2011, dalam Oktavia, 2016).

Morning sickness pada kehamilan mampu diatasi dengan menggunakan tindakan farmakologis dan tindakan nonfarmakologi. Tindakan farmakologis dengan memberikan pemberian B kompleks, vitamin B6, dan B12, sedangkan. Terapi nonfarmakologi bisa dilaksanakan dengan cara mengatur diet, support emosional, akupuntur, dan memberikan aromaterapi. Terapi nonfarmakologi sangat aman digunakan untuk ibu hamil di karenakan terapi nonfarmakologi bersifat noninstruktif, noninvasif, terjangkau, mudah, efektif, dan tidak ada indikasi apapun yang berbahaya pada ibu hamil (Wiknjosastro, 2010 dan Rahayu, 2018). Salah satu cara nonfarmakologi untuk mengatasi *morning sickness* dapat dilakukan dengan cara pemberian aromaterapi.

Aromaterapi merupakan penatalaksanaan terapeutik dengan memakai *essensial oil* atau ekstrak dari tumbuh - tumbuhan yang dapat berfungsi meningkatkan kondisi fisik dan mental membuat lebih tenang. Aromaterapi menghasilkan dampak kepada penghirupnya misalnya kesegaran, kenyamanan, dan

juga meringankan ibu hamil untuk mencegah mual (Dyna dan Febriani, 2020). Mekanisme aromaterapi dalam tubuh terjadi melalui dua sistem fisiologis, yaitu sistem peredaran darah dan sistem penciuman. Aromaterapi dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk menangani *morning sickness* bagi ibu yang mengandung trimester I dengan menggunakan essensial terapi jahe lemon, papermint lavender,. Salah satu aromaterapi yang digunakan adalah Lemon minyak *esensial* (Cirus Lemon).

Lemon minyak esensial adalah minyak herbal yang salah satu paling banyak digunakan dan dianggap sebagai obat yang aman pada dalam kehamilan, wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, 40% dan 26,5% dari mereka telah mengatur gejala mual dan muntah (Dainty Maternity et al., 2016). Keunggulan lemon yaitu *Limonene* merupakan khasiat dasar dimana terkandung dalam esensial minyak lemon dengan mempunyai khasiat seperti mentally, stimulating, antirheumatik, antispasmodik, hypotensiv, mengatasi stress dan menenangkan (Sari et al., 2019). Aroma lemon membuat rasa rileks dan segar, yang akan merangsang bagian otak yang disebut neutron nuklir untuk memproduksi Enspalene, serotonin, dan endorfin, sehingga mengurangi mual di pagi hari (Sari et al., 2019). Selain aroma terapi lemon yang juga bisa digunakan adalah aroma terapi jahe (*ginger*) mempunyai kegunaan seperti antiemetik (anti muntah).

Jahe adalah aromatik yang mana memiliki rangsangan yang mampu mengatasi mual lewat kenaikan aktifitas kontaksi usus. Kandungan dasar tanaman jahe (*ginger*) yaitu rimpang jahe yang memproduksi minyak atsiri sama kandungan

diperkirakan 6 campuran yang ada pada jahe dan sudah di uji mempunyai kandungan *antiemetik* yang efektif (Dyna dan Febriani, 2020). Jahe memiliki kelebihan yaitu mengandung minyak astiri (*essential oil*) yang memiliki khasiat menyegarkan dan mencegah muntah sementara jahe mampu meningkatkan sirkulasi darah serta saraf dapat beraktivitas dengan baik (Rahayu dan Sugita, 2018).

Didalam literature ini menggunakan grand teori keperawatan dari teori *Rogers*, *Rogers* berpendapat bahwa; "Orang-orang adalah tempat energi terbuka." Salah satu penyebab penyakit tersebut adalah ketidakseimbangan aliran energi dalam tubuh manusia. Jika energi dalam tubuh manusia tidak seimbang, maka dapat berdampak negatif pada tubuh manusia. Teori ini dapat menggambarkan pengobatan tradisional yang membutuhkan energi. Suatu teori keperawatan yang dapat dijadikan dasar bagi perawat untuk mengembangkan terapi komplementer (Widyatuti, 2008).

Penelitian saridewi dan yulia safitri (2018) menyatakan bahwa pemberian aromaterapi lemon berpengaruh dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah (*morning sickness*) pada ibu hamil trimester I, penelitian dyna dan febriani (2020) menyatakan bahwa jahe berpengaruh terhadap frekuensi mual muntah (*morning sickness*) pada ibu hamil trimester I. Berdasarkan literatur peneliti bermaksud untuk melakukan *literature review* dengan judul "Pengaruh Aromaterapi Lemon dan Jahe Terhadap *Morning Sickness* Pada Ibu Hamil Trimester 1".

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah aromaterapi lemon dan jahe berpengaruh untuk menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I yang mengalami *morning sickness* ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Untuk mengidentifikasi pengaruh aromaterapi lemon terhadap *morning sickness* pada ibu hamil trimester I.

1.3.2 Untuk mengidentifikasi pengaruh aromaterapi jahe terhadap *morning sickness* pada ibu hamil trimester I

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktik

1. Bagi institusi pendidikan

Di harapkan dengan hasil penelitian ini bisa menjadi bahan dan referensi mengenai pengaruh aromaterapi lemon dan jahe terhadap *morning sickness* pada ibu hamil trimester 1, serta menjadi bacaan di perputakaan.

2. Bagi perawat

Bisa dijadikan sebagai bahan referensi untuk meningkatkan kualitas asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester I yang mengalami *morning sickness*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharap dengan hasil penelitian ini bisa menjadi bahan untuk peneliti lain dan diharap kan bisa mengembangkan penelitian ini lebih baik lagi.

1.4.2 Manfaat Teoritis

Diharapkan dengan hasil penelitian ini bisa memberikan informasi mengenai pengaruh aromaterapi lemon dan jahe terhadap morning sickness dan diharapkan bisa menjadi sebuah inovasi baru dalam bidang keilmuan saat ini, dan dapat memperkaya wawasan khususnya dalam bidang kesehatan yaitu keperawatan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah area Keperawatan Maternitas dengan jurnal- jurnal yang membahas tentang pengaruh aromaterapi lemon dan jahe untuk kehamilan trimester I yang terjadi *morning sickness*. Pada penelitian ini menggunakan metode *literature review*, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan batasan jurnal terbitan 2011-2021. Peneliti menganalisis pengaruh terapi aromatik lemon juga jahe pada kehamilan trimester I yang terjadi *morning sickness*, serta mengolektifkan data-data yang diperlukan pada penelitian ini. Proses kolektifan data di mulai dengan merumuskan masalah lalu dilanjut dengan pencarian jurnal menggunakan metode PICO, pencarian jurnal dilakukan melalui situs website *google scholar*, *pubmed*, dan

portal garuda. kemudian menggunakan *Boolean operators* lalu dilakukan dengan evaluasi kelayakan menggunakan *JB1 experiment checklist*.