

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. LATAR BELAKANG

Kehamilan merupakan suatu hal yang akan terjadi pada perempuan, mulai dari konsepsi hingga melahirkan. Proses ini dimulai dengan pembuahan sel telur oleh sperma, diikuti dengan implantasi di dalam rahim dan berkembang menjadi janin. Perubahan fisik, psikologis, dan hormonal dapat terjadi pada tubuh ibu selama kehamilan. Hal ini mengakibatkan banyaknya keluhan yang membuat ibu merasa tidak nyaman. Untuk mengatasi keluhan tersebut, seorang bidan harus mampu memberikan asuhan yang tepat (Maternity, 2017).

Perubahan fisiologis pada ibu hamil berupa fisik maupun psikologis menimbulkan berbagai macam ketidaknyamanan. Ketidaknyamanan adalah perasaan yang tidak menyenangkan bagi kondisi fisik atau psikis ibu hamil. Pada trimester pertama kehamilan, ibu hamil akan mengalami sakit kepala dan pusing, kelelahan, sesak nafas, sakit gigi, sering meludah, sering buang air kecil, kram perut, mual, dan muntah. Mual dan muntah merupakan keluhan yang sering terjadi dialami oleh ibu hamil pada trimester pertama (Herty, 2021).

Mual dan muntah dalam bahasa medis disebut emesis. Emesis adalah kondisi mual yang kadang disertai muntah dan frekuensinya kurang dari 5 kali. Emesis gravidarum adalah perasaan pusing, perut kembung, dan

rasa lemas pada tubuh disertai keluarnya isi lambung melalui mulut dengan frekuensi kurang dari lima kali dalam sehari pada ibu hamil (Ni Wayan, 2021).

Pada awal kehamilan, rasa mual (nause) dan muntah (emesis) merupakan gejala umum yang wajar dan sering didapatkan. Mual dan muntah yang berhubungan dengan kehamilan biasanya dimulai pada usia kehamilan 9-10 minggu, puncaknya di usia kehamilan 11-12 minggu, dan berakhir pada usia kehamilan 12-14 minggu. Setelah usia kehamilan 20-22 minggu, gejala mungkin masih ada pada 1-10% kehamilan. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat juga timbul setiap saat dan malam hari. Peningkatan kadar hormon estrogen dan progesteron yang diproduksi oleh hormon chorionic gonadotropin (HCG) yang dapat menyebabkan terjadinya mual dan muntah selama kehamilan. Tidak semua ibu hamil akan mengalami mual dan muntah, karena respon setiap tubuh ibu hamil akan berbeda dalam menghadapi perubahan hormon (Herty, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO 2019) 12,5% dari semua kehamilan di seluruh dunia mengalami emesis gravidarum. Sebanyak 543 ibu hamil dilaporkan mengalami emesis gravidarum pada trimester pertama kehamilannya, menurut (Depkes 2019), yang mengkaji 2.203 angka kehamilan ibu untuk mengetahui jumlah ibu hamil dengan kasus emesis gravidarum di wilayah indonesia selama tahun 2019. Sehingga dari 67,9% kehamilan tahun 2019 rata-rata mengalami emesis gravidarum.

Dimana 40-60% ibu hamil multigravida dan 60-80% ibu hamil primigravida masing-masing mengalami kejadian tersebut (Handayani, 2020).

Mual dan muntah yang berhubungan dengan kehamilan adalah masalah fisiologis yang dapat dikelola sesuai pada kondisi ibu hamil. Saat akan memasuki trimester kedua, kondisi tersebut akan berakhir. Jika mual dan muntah tidak ditangani secara efektif, ibu hamil dengan riwayat penyakit lambung yang mengalami mual dan muntah saat hamil akan beresiko mengalami penurunan kesehatan lebih lanjut. Adaptasi kehamilan dan kadar hormon berdampak pada seberapa banyak mual dan muntah yang dialami seorang ibu hamil (Nurulicha, 2020).

Ibu yang sedang hamil harus dapat menyesuaikan diri terhadap mual dan muntahnya, jika tidak dapat menyesuaikan, ibu dan bayi yang ada dikandungannya akan beresiko buruk. Resiko dari mual dan muntah tersebut dapat mengakibatkan ibu menimbulkan gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, penurunan berat badan, serta ketidak seimbangan cairan elektrolit. Mual dan muntah akan semakin parah menjadi hiperemesis gravidarum jika tidak segera ditangani. Apabila mual dan muntah terjadi secara terus menerus lebih dari 10 kali dalam sehari, mengganggu aktivitas sehari-hari, dan memperburuk suasana, ini yang disebut hiperemesis gravidarum. Hiperemesis gravidarum dapat berlangsung hingga 4 bulan (Dewi, 2018).

Tubuh ibu dan janin yang sedang berkembang di dalam kandungannya sama-sama membutuhkan manfaat dari asupan nutrisi yang

tepat yang dibutuhkan oleh ibu hamil yang mengalami mual dan muntah. Asupan nutrisi yang berkurang akan mengakibatkan penurunan berat badan, yang berdampak negatif pada janin dalam kandungan dan meningkatkan risiko bayi lahir prematur atau dengan berat badan lahir lebih rendah dari normalnya (Nurulicha, 2020).

Mual dan muntah yang berhubungan dengan kehamilan dapat diobati menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi. Sebagian besar ibu hamil masih menggunakan pengobatan farmakologi. Obat-obatan seperti vitamin B6, antiemetik, antihistamin, antikolinergik, dan kortikosteroid digunakan untuk mengobati mual dan muntah. Sedangkan diet, dukungan emosional, akupunktur, akupresur, hipnoterapi dan aromaterapi merupakan pengobatan non farmakologis. Pengobatan untuk ibu hamil sebaiknya dapat menggunakan terapi pelengkap atau tambahan yang biasa disebut terapi non farmakologi atau terapi komplementer, karena terapi komplementer bersifat sederhana, murah, efektif, dan tidak menyebabkan efek samping yang negatif. Terapi komplementer merupakan metode pengobatan penyakit yang dilakukan sebagai pendukung pada pengobatan medis (Rofi'ah, 2019).

Konsentrasi minyak esensial aromatik yang diekstraksi dari tumbuh-tumbuhan merupakan aromaterapi yang bisa menyembuhkan (Moelyono, 2015). Aromaterapi dapat berperan dalam merelaksasikan pikiran dan mengurangi rasa stress, hal tersebut tentunya berhubungan dengan keadaan emosi yang lebih teratur. Ada beberapa jenis aromaterapi

yang dapat digunakan, diantaranya yaitu peppermint, spearmint, jahe dan lemon. Aromaterapi yang akan digunakan ialah aromaterapi beraroma lemon. Aromaterapi berbahan dasar lemon ialah salah satu dari herbal yang sangat banyak digunakan pada kehamilan dan mudah didapatkan serta dirasa ataupun dianggapnya juga menjadi obat yang sangat aman untuk kehamilan (Suryati, 2018). Limonene 70%, beta-pinene 11%, gamma-terpinene 8%, citral 2%, trans-alpha-bergamodhine 0,4% merupakan kandungan yang terdapat dari minyak essential lemon yang memiliki manfaat sebagai mentaly, stimulating, antiemetik, antistress. Limonene merupakan kandungan utama dari minyak essential lemon yang dapat menghambat kerja prostaglandin dan menghambat rasa sakit termasuk mual dan muntah (Namazi et al, 2014).

Aromaterapi memiliki beberapa manfaat, antara lain yaitu cara penggunaannya relatif praktis dan mudah. Dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja tanpa mengganggu aktivitas. Memiliki efek yang cukup aman bagi tubuh dan minim efek samping. Memiliki khasiat yang sebanding dengan metode lain dan harganya pun relatif murah (Ibrahim, 2015).

Aromaterapi dapat digunakan untuk pengobatan dalam beberapa cara seperti pijat, inhalasi/penghirupan, penguapan menggunakan diffuser dan kompres. Inhalasi merupakan salah satu contoh metode pengobatan yang cepat dan mudah untuk menggunakan aromaterapi. Ada beberapa media yang dapat digunakan dengan teknik inhalasi, diantaranya yaitu

seperti menggunakan botol semprot, tissue atau kapas dan telapak tangan (Anuraini, 2020).

Menurut studi, 40% perempuan sudah mempergunakan aromaterapi lemon guna meredakan mual muntah, serta 26,5% diantaranya sudah melaporkan sangat efisien dalam mengurangi gejala mual muntah terhadap ibu hamil trimester I (Herty, 2021).

Berdasarkan data dari buku bantu Ruangan KIA di Puskesmas Ibum tahun 2022, di dapatkan data ibu hamil yang mengalami mual dan muntah yang berkunjung ke Ruangan KIA pada bulan Januari – Maret sebanyak 45 orang.

Berdasarkan informasi dari Bapak Kepala Puskesmas Ibum, penelitian mengenai pemberian inhalasi aromaterapi lemon untuk mengurangi mual dan muntah belum pernah dilakukan sebelumnya di Puskesmas Ibum.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Pemberian Inhalasi Aromaterapi Lemon Dalam Penurunan Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil di Puskesmas Ibum.

1.2. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, adapun rumusan masalahnya yaitu sebagai berikut : bagaimanakah gambaran pemberian inhalasi aromaterapi lemon dalam penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil di Puskesmas Ibum?

1.3. TUJUAN PENELITIAN

1.3.1. TUJUAN UMUM

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pemberian inhalasi aromaterapi lemon dalam penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil.

1.3.2. TUJUAN KHUSUS

1. Untuk mengetahui frekuensi mual dan muntah ibu hamil sebelum diberikan intervensi.
2. Untuk mengetahui frekuensi mual dan muntah ibu hamil sesudah diberikan intervensi.
3. Untuk mengetahui penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil.

1.4. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Masyarakat

Setelah diberikan asuhan terkait pemberian intervensi inhalasi aromaterapi lemon untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil, diharapkan bisa dijadikan sebagai tambahan ilmu pengetahuan untuk mencegah mual muntah menggunakan terapi non farmakologi dan bisa membantu mengurangi rasa mual muntah khususnya pada ibu hamil. Diharapkan juga ibu hamil dapat menerapkan asuhan yang telah diberikan yaitu bisa menggunakan terapi non farmakologi

untuk mencegah mual muntah, tidak harus selalu menggunakan terapi farmakologi (obat-obatan).

2. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman dan hal baru bagi penulis dalam melaksanakan penelitian, dan semoga bisa dijadikan referensi untuk peneliti lain yang berkaitan dengan Pemberian Aromaterapi Lemon.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan tambahan untuk pengetahuan dan informasi terkait pemberian terapi non farmakologi untuk mengatasi mual muntah, agar dapat mengembangkan penelitian selanjutnya.