

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kehamilan adalah suatu proses pertumbuhan dan perkembangan individu yang dimulai dari konsepsi hingga kelahiran. Ada tiga fase kehamilan: trimester pertama, kedua, dan ketiga. Setiap wanita hamil mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang berbeda-beda pada trimester pertama, kedua, dan ketiga. Adaptasi fisiologis yang dirasakan oleh ibu hamil pada trimester pertama akibat progesteron dan estrogen meningkat. Beberapa bentuk adaptasi antara lain mual muntah, buang air kecil yang sering, sembelit, sakit perut, sakit kepala, hingga kelelahan (Khayati, Dwi Saputri, & Rejeki, 2022).

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang timbul karena bersatunya sel telur oleh sel sperma, yang kemudian menempel pada dinding uterus dan mengalami perkembangan hingga proses kelahiran janin. Durasi normal kehamilan adalah sekitar 40 minggu, dihitung mulai dari hari pertama haid terakhir (HPHT) (Pratiwi & Fatimah, 2018). Banyak elemen fisiologis, psikologis, lingkungan, sosiologis, dan ekonomi mempengaruhi perubahan dalam tubuh serta pikiran yang menyertai kehamilan. Salah satu hal yang dialami oleh ibu selama kehamilan ialah mual muntah (Zaini, Silvia, & Fitri Halawa, 2023).

Di bawah pengaruh HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*), mual (*emesis*) dan muntah sering terjadi, disertai dengan penurunan tonus otot saluran pencernaan dan pergerakan keseluruhan saluran pencernaan yang melambat (Rahmawati et al., 2023). Kondisi fisiologis yang dikenal sebagai mual di pagi hari, juga dikenal sebagai *morning sickness*, merupakan gejala kehamilan yang mempengaruhi antara 50% hingga 90% wanita yang sedang hamil. Meskipun bisa kapan saja merasakan mual muntah, siang atau malam, hal ini paling sering ditemukan saat pagi hari (Mardiah, Budiarti, Ir Khairiyah, Kebidanan, & Kemenkes Tasikmalaya, 2023). Selain itu *hormon luteinizing*

(LH), dikenal sebagai hormon yang menyebabkan mual dan muntah, secara kimiawi hormon ini mirip dengan HCG. LH dilepaskan oleh sel *clovidomastia*. Ini terjalin ketika HCG menghentikan kendali kelenjar pituitari di ovarium, hal ini menyebabkan luteum terus menghasilkan progesteron dan estrogen, yang kemudian diserap oleh lapisan korionik plasenta. Kondisi ini dikenal sebagai *hiperprolaktinemia* (Rahmawati et al., 2023).

Menurut studi yang dilaksanakan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (2019), *hiperemesis gravidarum* menyerang 12,5 % ibu hamil di dunia (Khatimah Sanusi, Darmawansyih, Nadyah, & Inayah Sari, 2023). Dari data Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2019 ibu hamil berjumlah 359/100.000 perempuan, dan yang mengalami *emesis gravidarum* didalam kehamilan diperkirakan sebesar 32% (SDKI, 2019). Tidak ada data spesifik yang menunjukkan angka mual dan muntah di Provinsi DI Yogyakarta dan Kabupaten Sleman, namun terdapat data kunjungan K1 ibu hamil. Menurut statistik Dinas Kesehatan Provinsi DI Yogyakarta, jumlah kunjungan ibu hamil K1 di seluruh kabupaten mencapai 100% (Dinkes DI Yogyakarta, 2020). Begitu pula dengan angka kunjungan K1 ibu hamil di Kabupaten Sleman yang mencapai 100%, dengan rata-rata kunjungan ibu hamil K1 setiap tahunnya sebanyak 15.206 orang (Dinkes Sleman, 2020).

Meskipun mual dan muntah di pagi hari adalah gejala yang sering mulai muncul pada trimester satu kehamilan, beberapa ibu hamil mengalaminya hingga trimester akhir. *Hiperemesis gravidarum* adalah bentuk *emesis gravidarum* yang paling parah, dan ditandai adanya mual dan muntah yang hebat. *Emesis gravidarum* ekstrem yang berkaitan terhadap *hiperemesis gravidarum* bisa mengakibatkan dehidrasi serta masalah pola makan yang membutuhkan perawatan medis. Di samping itu, ibu hamil juga akan merasa sangat lelah dan kurang bertenaga, perubahan nafsu makan, dan kepekaan emosional (Jannah, Rahmawati, & Lestari, 2021).

Pemberian pengobatan farmakologis di beberapa tempat layanan kesehatan memberikan vitamin B6 sebagai penangan terhadap mual muntah pada ibu hamil, namun di beberapa layanan kesehatan lain tidak memberikan pengobatan farmakologis dan hanya memberikan konseling. Pendekatan non-farmakologis termasuk akupunktur, aromaterapi, jahe, kamomil, peppermint, daun raspberry merah, dan teh telah terbukti efektif dalam mencegah mual dan muntah yang berkaitan terhadap kehamilan (Afriyanti & Huda Rahendza, 2020).

Aromaterapi merupakan salah satu tindakan non-farmakologis yang praktis cara penggunaannya karena langsung dapat dilakukan oleh ibu. Aromaterapi merangsang sistem limbik otak dengan memasuki rongga hidung melalui inhalasi. Emosi dan ingatan dipengaruhi oleh sistem limbik. Ini memiliki hubungan erat dengan *hipotalamus*, kelenjar *adrenal*, *hipofisis*, dan sistem tubuh yang mengatur tekanan darah, pernapasan, detak jantung, stres, memori, dan keseimbangan hormon. Aromaterapi dapat membantu penderita mengatasi rasa mual dan berdampak menghadirkan ketenangan, kenyamanan, ketentraman, dan kesegaran bagi yang menghirupnya. Upaya nonfarmakologis untuk mual dan muntah ialah aromaterapi lemon (Mardiah et al., 2023)

Aromaterapi lemon merupakan minyak *essensial* favorit yang terbuat dari ekstrak kulit jeruk atau lemon untuk aromaterapi yang aman dipakai selama kehamilan dan persalinan (Y. Putri & Situmorang, 2020). Aromaterapi lemon memiliki sifat anticemas, antidepresi, antistres, dan menyegarkan pikiran selain menghilangkan bau tak sedap. Di samping itu, ia memiliki sifat antijamur dan senyawa yang dapat menghancurkan bakteri meningokokus dan tipus (Y. Putri & Situmorang, 2020). Lemon mengandung *limonene* yang diketahui dapat mengurangi persepsi nyeri serta membatasi aktivitas *prostaglandin* dan mempengaruhi siklo-oksigenase I dan II. Dengan mencegah aktivitas *prostaglandin*, hasilnya, gejala ketidaknyamanan seperti mual dan muntah menjadi berkurang (Rofi'ah et al., 2019). Menurut Sudirman et al., (2021) dari sebuah penelitian didapatkan 40% ibu hamil mengaku melaksanakan hal

tersebut, dan 26,5% ibu tersebut menyatakan bahwa penggunaan aromaterapi lemon untuk meminimalkan mual dan muntah yang merupakan strategi yang efisien sebagai upaya mengatasi *emesis gravidarum* (Sudirman et al., 2021). Dosis dan metode pemberian aroma terapi dengan pemberian dosis 5cc diberikan 2-3 tetes aromaterapi di atas tisu untuk selanjutnya dihirup dengan jarak 0,5 inci dari hidung selama 5 sampai dengan 10 menit, metode pemberian aroma terapi juga dapat diberikan dengan sediaan 100 ml air ditambah dengan 2 tetes aromaterapi citrus atau lemon menggunakan diffuser selama 10-15 menit (Cahyanto, 2020).

Berdasarkan temuan studi yang dilaksanakan oleh Afriyanti & Huda Rahendza, (2020) aromaterapi lemon secara signifikan mengurangi rasa mual dan muntah yang dirasakan saat trimester pertama kehamilan (Afriyanti & Huda Rahendza, 2020)

Studi pendahuluan yang dilaksanakan di TPMB Anisa Mauliddina Godean di Kabupaten Sleman Yogyakarta menemukan bahwa 77 ibu hamil trimester pertama selama satu bulan terakhir terhitung dari 7 oktober sampai 7 november 2023 telah melaksanakan kunjungan ANC. Berdasarkan informasi yang diperoleh melalui wawancara dengan bidan di TPMB Anisa Mauliddina, tiga puluh persen ibu hamil merasakan mual dan muntah pada trimester pertama kehamilannya. Bidan di TPMB memberikan penanganan berupa konseling. Namun, belum ada metode penggunaan aromaterapi dengan lemon untuk menghindari mual dan muntah.

Penulis memiliki ketertarikan untuk mengangkat judul “Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Anisa Mauliddina Godean Kabupaten Sleman” karena memenuhi seluruh kriteria yang telah diberikan di atas.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang diambil dari uraian diatas yaitu : adakah “Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Anisa Mauliddina Godean Kabupaten Sleman”?

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Diketahui apakah wanita yang menderita mual dan muntah selama trimester pertama kehamilannya mendapat manfaat dari pengobatan aromaterapi dengan minyak esensial lemon di tempat praktik mandiri bidan Anisa Mauliddina yang menjadi lokasi studi penelitian yang dilaksanakan.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di TPMB Anisa Mauliddina Godean Kabupaten Sleman sebelum memulai pengobatan inhalasi aromaterapi.
- b. Dievaluasi tingkat mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama di TPMB Anisa Mauliddina Godean yang berlokasi di Kabupaten Sleman setelah mendapat terapi inhalasi aromaterapi
- c. Diketahui pengaruh aromaterapi lemon terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Anisa Mauliddina Godean kabupaten Sleman

## **D. Manfaat**

### 1. Manfaat Teoritis

- a. Studi berikut dimaksudkan sebagai landasan teori, sumber referensi dan penjelasan mengenai pengaruh aromaterapi lemon terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Anisa Mauliddina Godean kabupaten Sleman.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Institusi

Akademisi bisa memanfaatkan studi ini sebagai sumber informasi, *evidence base* dan referensi serta temuan yang dapat dipakai untuk mendukung pelaporan di masa mendatang.

### b. Manfaat Bagi TPMB

Sebagai alternatif terapi yang dirancang guna untuk penanganan mual dan muntah ibu hamil.

### c. Manfaat Bidan

Menambah informasi dan tambahan dalam pemberian asuhan pada ibu hamil khususnya yang mengalami emesis gravidarum.

### d. Manfaat Bagi Ibu

Mendapatkan wawasan dan pengetahuan terbaru tentang upaya meredakan mual dan muntah serta mampu untuk mengaplikasikan secara mandiri.

### e. Manfaat Bagi Peneliti

Periset akan memanfaatkan materi yang didapat melalui studi ini untuk menambah pemahaman guna meningkatkan kemampuan menerapkan teori dalam konteks akademik.

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1 Keaslian penelitian**

No.	Nama Peneliti	Judul	Metode	Perbedaan
1.	Detty Afriyanti, Nurul Huda Rahendza	Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon Terhadap Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I	Desain penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, dengan menggunakan metode penelitian <i>quasi eksperimen</i> dalam satu kelompok ( <i>one group pre test post test</i> ). Waktu dan tempat penelitian, penelitian dilaksanakan di PBM Rita Emiwariva S, STr.Keb Kota Bukittinggi. Penelitian ini	Desain penelitian, teknik, tempat penelitian, waktu penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul	Metode	Perbedaan
			dilaksanakan dari bulan Oktober 2019. Pemberian intervensi dilakukan selama 4 hari.	
2.	Siti Rofi'ah, Sri Widatiningsih, Tuti Sukini	Efektivitas Aromaterapi Lemon untuk Mengatasi Emesis Gravidarum	Desain penelitian ini adalah studi <i>quasy experimental design</i> , dengan bentuk <i>pretest posttest with control group design</i> . Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Mungkid Kabupaten Magelang pada bulan September-Oktober 2018. Pemberian intervensi dilakukan selama 12 jam.	Desain penelitian, teknik pengambilan sampel, tempat penelitian, waktu penelitian
3.	Vitrianingsih, Sitti Khadijah	Efektivitas Aroma Terapi Lemon untuk Menangani Emesis Gravidarum	Rancangan penelitian yang digunakan yaitu <i>quasi experiment</i> dengan <i>one group pre-post test design</i> . Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2019 di Kecamatan Berbah Sleman Yogyakarta. Populasi penelitian yaitu ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum. Jumlah sampel sebanyak 20 ibu hamil yang diambil dengan teknik purposive sampling. Pemberian intervensi dilakukan selama 48 jam	Tempat penelitian, desain penelitian, waktu penelitian