

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Kehamilan adalah suatu proses yang berlangsung dari saat terjadinya fertilisasi antara sel sperma dan ovum hingga kelahiran janin. Kehamilan biasanya berlangsung 280 hari, atau empat puluh minggu, sejak hari pertama haid terakhir (HPHT). Ibu akan mengalami banyak perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan. Ketidaknyamanan yang mungkin timbul akibat proses adaptasi ini dapat mencakup perasaan cemas, mual dan muntah, kelelahan, nyeri di bagian atas punggung, frekuensi buang air kecil meningkat, nyeri ulu hati, nyeri pada punggung bagian bawah, hiperventilasi, kesemutan, edema fisiologis pada kaki, serta sindrom hipotensi saat berbaring telentang (Yanti dkk., 2020).

Emesis Gravidarum, yang merujuk pada mual dan muntah, merupakan salah satu gejala awal dan komplikasi yang paling sering ditemukan selama trimester pertama kehamilan, khususnya pada periode 6 hingga 10 minggu. Sensasi mual ini disebabkan oleh peningkatan kadar hormon estrogen dan human chorionic gonadotropin (HCG) dalam serum, yang terjadi bersamaan dengan berkembangnya plasenta. Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 50-90% wanita hamil mengalami mual pada trimester pertama (tiga bulan pertama kehamilan). Berbagai kondisi yang mungkin menimbulkan ketidaknyamanan bagi ibu hamil mencakup stres, mual di pagi hari (morning sickness), hilangnya nafsu makan, pusing, serta reaksi terhadap aroma makanan tertentu. Selain itu, sensitivitas pada indera pengecap dan penciuman ibu hamil cenderung meningkat selama fase awal kehamilan (Sembiring, 2023).

Menurut *World Health Organization*, prevalensi emesis gravidarum mencapai 12,5% dari total kehamilan di seluruh dunia. Data dari Depkes pada tahun 2019, menunjukkan bahwa dari total 2.203 kehamilan, terdapat 543 ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum pada fase awal kehamilan. Dengan

demikian, rata-rata kejadian emesis gravidarum pada tahun tersebut adalah sebesar 67,9%. Selain itu, sekitar 60% - 80% dari kejadian ini terjadi pada ibu yang hamil untuk pertama kali (primigravida), sedangkan 40% - 60% terjadi pada ibu hamil yang telah memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya (multigravida) (Muntia dkk., 2021).

Bedasarkan data dari Puskesmas Bakunase Kota Kupang selama periode bulan Februari-Juni tahun 2024, kunjungan ibu hamil trimester pertama K1 sebanyak 104 orang dan hampir seluruh ibu hamil tersebut mengalami keluhan mual dan muntah (emesis gravidarum).

Penurunan jumlah serta pencegahan emesis gravidarum dapat dilakukan melalui pengobatan secara medis maupun tradisional. Pengobatan medis (farmakologi), yang meliputi penggunaan antiemetik dan vitamin B6, dapat menangani keluhan mual dan muntah baik yang ringan maupun yang berat. Akan tetapi, pemakaian obat-obatan selama kehamilan dapat menimbulkan efek samping tertentu bagi ibu, janin, maupun bayi. Efek samping tersebut dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin, serta meningkatkan risiko terjadinya cacat atau kelainan bawaan sejak lahir. Oleh karena itu, pengobatan nonfarmakologi menjadi salah satu alternatif yang bisa diberikan untuk mengurangi mual dan muntah, salah satunya melalui pemberian aromaterapi (Darmayanti dkk., 2024).

Aromaterapi dapat dimanfaatkan sebagai salah satu metode relaksasi untuk mengatasi mual dan muntah yang sering terjadi pada awal kehamilan. Pemberian aromaterapi dengan dosis yang tepat berpotensi membantu mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil, serta meningkatkan kualitas tidur, mengurangi stres, dan mengatasi kelelahan yang sering dialami selama masa kehamilan. Salah satu jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk meredakan mual dan muntah adalah minyak esensial lemon (Sembiring, 2023).

Aromaterapi lemon merupakan hasil pengolahan dari ekstrak kulit jeruk (Citrus lemon) dalam bentuk minyak esensial. Minyak atsiri lemon memiliki

kandungan flavonoid yang efektif melawan bakteri meningokokus (*menigococcus*), memiliki sifat anti jamur, serta dapat menetralkan bau dan mengurangi kecemasan, stress, serta dapat memfokuskan pikiran. Aromaterapi lemon dipercayai aman untuk ibu hamil. Flavonoid bekerja dengan meningkatkan produksi empedu, asam, dan cairan pencernaan, yang membantu menetralkan asam dalam saluran pencernaan dan mengeluarkan racun dari tubuh, sehingga dapat mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil. Aromaterapi lemon terbukti memiliki efek menguntungkan untuk mengurangi mual dan muntah ibu hamil (Darmayanti dkk., 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Maternity dkk. (2017), didapatkan bahwa frekuensi mual muntah pada ibu hamil berkurang setelah diberikan inhalasi aromaterapi lemon. Oleh karena itu, disarankan agar ibu hamil yang mengalami mual dan muntah dapat menggunakan aromaterapi lemon sebagai upaya untuk mengurangi gejala tersebut, sehingga dapat mengurangi ketergantungan pada obat-obatan farmakologis yang mungkin memiliki efek samping.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilaksanakan di Puskesmas Bakunase Kota Kupang pada tanggal 20-21 Juni 2024, terdapat lima ibu hamil yang berada dalam trimester pertama yang memeriksakan diri. Dari jumlah tersebut, tiga ibu hamil mengalami emesis gravidarum, dan mereka mengungkapkan bahwa belum pernah menggunakan terapi non-farmakologis maupun aromaterapi lemon untuk mengurangi gejala tersebut. Hasil wawancara singkat dengan ibu hamil dalam trimester pertama menunjukkan bahwa mereka mengalami mual dan muntah di pagi hari, dan cara yang mereka tempuh untuk mengatasi emesis gravidarum adalah dengan mengonsumsi air hangat dan teh hangat.

Berdasarkan data-data diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang penerapan aromaterapi lemon untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bakunase Kota Kupang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, rumusan masalah penelitian yang dapat diajukan adalah “bagaimana penerapan aromaterapi lemon untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Bakunase Kota Kupang”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran penerapan aromaterapi lemon untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Bakunase Kota Kupang

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mendeskripsikan karakteristik responden ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Bakunase Kota Kupang
2. Mendeskripsikan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Bakunase Kota Kupang sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lemon.
3. Mendeskripsikan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Bakunase Kota Kupang setelah dilakukan pemberian aromaterapi lemon.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Meningkatkan pengetahuan bagi pembaca terkhususnya ibu hamil agar dapat memahami tentang penerapan aromaterapi lemon untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Penulis

Temuan penelitian ini dapat membantu penulis dalam memperdalam pemahaman mengenai penggunaan aromaterapi lemon untuk meredakan mual muntah pada ibu hamil.

2. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dan juga refensi baru dalam memberikan informasi mengenai penerapan aromaterapi lemon untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan yang bermanfaat untuk meningkatkan wawasan dan pengetahuan masyarakat dalam menghadapi masalah kesehatan yang sering terjadi.

4. Bagi Intitusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan bagi perpustakaan dan berfungsi sebagai sumber data awal bagi peneliti berikutnya.