

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan tahapan alami yang dialami oleh perempuan, dimulai sejak proses pembuahan hingga bayi dilahirkan. Dalam masa ini, tubuh wanita akan mengalami beragam perubahan baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Perubahan tersebut dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti kesehatan jasmani, kondisi psikologis, lingkungan sekitar, budaya yang dianut, serta keadaan ekonomi. Salah satu gangguan umum yang sering dialami oleh ibu hamil, khususnya pada trimester pertama, adalah rasa mual disertai muntah yang dikenal sebagai *Emesis Gravidarum* (Kesehatan et al., 2020).

Berdasarkan data dari WHO, sekitar 12,5% kehamilan di seluruh dunia disertai dengan kondisi *hiperemesis gravidarum*, meskipun tingkat kejadiannya bervariasi antar negara. Sebagai contoh, Swedia melaporkan prevalensi sebesar 0,3%, California 0,5%, sedangkan Kanada dan China masing-masing mencatat angka 0,8%. Di Norwegia, kasusnya mencapai 0,9%, Pakistan 2,2%, dan Turki 1,9%. Di wilayah Asia, kasus ini tergolong cukup umum, terutama di negara-negara seperti Pakistan, Turki, dan Malaysia. Di Indonesia sendiri, prevalensi *hiperemesis gravidarum* diperkirakan berada pada kisaran 1% hingga 3% dari seluruh kasus kehamilan (Kesehatan et al., 2020).

Berdasarkan laporan dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020, sebanyak 14,8% ibu hamil di Indonesia mengalami gejala mual dan muntah selama masa kehamilan. Sementara itu, kasus *Emesis Gravidarum* diperkirakan dialami oleh sekitar 50–90% dari seluruh ibu hamil. Walaupun kondisi ini umumnya tidak mengancam jiwa, ibu yang mengalaminya berisiko mengalami dehidrasi dan kekurangan gizi. Apabila tidak ditangani dengan baik, *Emesis Gravidarum* dapat berkembang menjadi kondisi yang lebih parah, yaitu *Hyperemesis Gravidarum*, yang bisa membahayakan kesehatan ibu maupun janin. Oleh sebab itu, ibu hamil yang mengalami *Emesis Gravidarum* sebaiknya segera memperoleh penanganan medis di fasilitas kesehatan agar kondisinya tidak memburuk (Arpen & Marniati, 2025). Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Sikumana, Kota Kupang, pada tahun 2024 dari Januari hingga

Desember tercatat 19 kasus ibu hamil yang mengalami mual dan muntah. Sementara itu, pada tahun 2025 dari Januari hingga Maret, terdapat 5 kasus serupa.

Rasa mual dan muntah yang dialami selama masa kehamilan dipicu oleh peningkatan hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (hCG), yang berperan dalam menurunkan tonus otot pada saluran pencernaan. Penurunan tonus ini menyebabkan gerakan sistem pencernaan menjadi lebih lambat dari biasanya (Kusmiyati, 2015). Selain itu, tingginya kadar hCG juga dapat menstimulasi ovarium untuk menghasilkan hormon estrogen, yang turut berkontribusi terhadap munculnya gejala mual dan muntah (Rofi'ah et al., 2019).

Hyperemesis gravidarum adalah kondisi kehamilan yang ditandai dengan mual dan muntah yang sangat hebat, disertai dengan penurunan berat badan serta gangguan keseimbangan elektrolit. Ibu hamil yang mengalami kondisi ini umumnya menunjukkan tanda-tanda seperti tubuh yang tampak lebih kurus, turgor kulit yang menurun, dan mata yang terlihat cekung. Apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat, kondisi ini dapat memicu peningkatan produksi asam lambung, yang berpotensi menimbulkan gangguan seperti gastritis. Kelebihan asam lambung ini juga dapat memperparah gejala yang sudah ada akibat *hyperemesis gravidarum*.(Rofi'ah et al., 2019).

Terjadinya *hyperemesis gravidarum* dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain perubahan hormonal, kondisi psikologis, riwayat kehamilan sebelumnya (paritas), status nutrisi, serta kemungkinan adanya reaksi alergi (Proverawati & Asfuah, 2009). Dari sisi psikologis, gangguan ini dapat muncul akibat beberapa kondisi, seperti kehamilan yang tidak direncanakan, tekanan dalam pekerjaan, masalah finansial, konflik emosional, kecemasan, serta ketidaknyamanan fisik yang biasanya terjadi selama masa kehamilan. Selain itu, kehamilan yang berlangsung dalam jarak waktu yang terlalu singkat dan kesulitan menyesuaikan diri dengan perubahan selama kehamilan juga dapat memperparah kondisi tersebut. Kurangnya pengetahuan, keterbatasan informasi yang diperoleh, dan komunikasi yang kurang efektif antara ibu hamil dan tenaga kesehatan juga turut memengaruhi bagaimana ibu memahami dan merasakan tingkat keparahan gejala yang dialami (Rofi'ah et al., 2019).

Ibu hamil yang mengalami hyperemesis gravidarum biasanya akan merasakan kelemahan fisik yang cukup berat, disertai dengan wajah yang terlihat pucat dan penurunan drastis pada frekuensi buang air kecil. Kondisi ini menyebabkan tubuh mengalami dehidrasi, sehingga berdampak pada meningkatnya kekentalan darah atau hemokonsentrasi. Saat darah menjadi lebih kental, aliran darah melambat, yang menyebabkan pengiriman oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh menjadi kurang optimal. Jika tidak segera mendapatkan penanganan, kondisi ini berpotensi menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat membahayakan kesehatan ibu serta perkembangan janin di dalam kandungan (Rofi'ah et al., 2019).

Mual dan muntah adalah keluhan umum yang dialami oleh ibu hamil, terutama selama trimester pertama, dengan angka kejadian sekitar 50 hingga 80% (Smith et al., 2020). Kondisi ini dapat memberikan dampak buruk pada kualitas hidup ibu, termasuk aspek nutrisi dan kesehatan mental mereka (Brown et al., 2021). Salah satu pendekatan non-farmakologis yang kini semakin banyak dimanfaatkan untuk meredakan keluhan tersebut adalah penggunaan aromaterapi peppermint, yang dikenal memiliki sifat menenangkan dan berpotensi efektif dalam mengurangi rasa mual serta keinginan untuk muntah (Jones et al., 2022).

Peppermint diketahui mengandung zat anti-mual yang memberikan efek relaksasi, rasa tenang, serta sensasi menyegarkan, yang dapat menurunkan rangsangan sistem saraf otonom. Penurunan rangsangan ini berkontribusi terhadap berkurangnya produksi air liur, sehingga dapat mencegah mual berlanjut menjadi muntah (Sentuf, 2022). Daun mint sendiri memiliki kandungan minyak atsiri berupa mentol, yang diketahui membantu memperlancar proses pencernaan dan meredakan kram pada perut berkat efek anestesi ringan yang dimilikinya. Selain itu, peppermint juga mengandung senyawa karminatif dan anti-spasmodik yang bekerja secara langsung pada usus halus, sehingga efektif digunakan untuk meredakan gejala mual dan muntah (Putri et al., 2025).

Peppermint memiliki sifat karminatif dan anti-spasmodik yang bekerja khusus pada sistem pencernaan serta kantung empedu, selain memberikan

berbagai efek farmakologis. Kandungan utama dalam peppermint meliputi mentol sekitar 50% dan meton dengan kadar antara 10 hingga 30%. Minyak esensial peppermint merupakan unsur utama dalam aromaterapi yang dmemberikan rangsangan sekaligus efek penyembuhan bagi tubuh (Kesehatan et al., 2020).

Tetapi, penelitian mengenai efektifitas aromaterapi peppermint terhadap frekuensi mual muntah masih terbatas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang keefektifitas pemberian aromaterapi peppermint dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah pemberian aromaterapi peppermint efektif terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1”?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh aromaterapi peppermint terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi tingkat keparahan mual dan muntah menggunakan skala PUQE sebelum intervensi aromaterapi peppermint
2. Mengidentifikasi tingkat kondisi mual muntah sesudah intervensi aromaterapi peppermint
3. Menganalisis Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Frekuensi mual dan muntah

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang akan dicapai, maka penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dalam pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Sebagaimana manfaat penelitian ini sebagai berikut :

a. Manfaat Teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan referensi tambahan dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya di bidang keperawatan maternitas yang berkaitan dengan implementasi aromaterapy pappermint terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

b. Manfaat praktis

Secara praktis manfaat penelitian ini bermanfaat sebagai berikut

1) Bagi Pasien

Dalam penelitian ini, diharapkan pasien dapat memperoleh tambahan pengetahuan dan informasi mengenai cara mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan memberikan gambaran mengenai penggunaan aromaterapi peppermint dalam mengurangi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil. Bagi perawat maternitas, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dalam pemberian asuhan yang lebih efektif dan sesuai kebutuhan.

2) Bagi praktik keperawatan

Menjadi referensi untuk meningkatkan pengetahuan bagaimana cara mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil

3) Bagi Puskesmas/atau rumah sakit

Hasil dari studi ini diharapkan dapat memberikan masukan serta menjadi bahan evaluasi terkait permasalahan yang dialami oleh ibu hamil dengan emesis gravidarum, sehingga pelayanan yang diberikan dapat lebih tepat sasaran dan sesuai dengan kebutuhan mereka.