

PENGARUH PEMBERIAN ESSENSIAL OIL PEPPERMINT TERHADAP INTENSITAS MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI DESA WAY HARONG TIMUR KECAMATAN WAY LIMA KABUPATEN PESAWARAN TAHUN 2016

Yuli Yantina⁽¹⁾, Susilawati⁽²⁾, Ike Ate Yuviska⁽²⁾

ABSTRAK

Mual dan muntah terjadi sekitar 60% - 70% terutama pada trimester pertama. Dampak mual dan muntah apabila tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gejala mual dan muntah berat (hiperemesis gravidarum) yang akan berakibat buruk pada ibu hamil maupun janin. Tujuan penelitian : untuk mengetahui pengaruh pemberian Esensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *kuantitatif*, rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *pra eksperimen*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016. Besar sampel pada penelitian ini yaitu 35 responden, dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan bantuan program komputer.

Hasil uji statistik menyimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian Essensial Oil Peppermint dengan kejadian mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 dengan *p-value* 0,000 ($p \leq 0,05$). Sehingga dapat di harapkan bagi ibu hamil dan masyarakat untuk menggunakan pengobatan nonfarmakologis yang tepat untuk mengurangi mual dan muntah karena tidak menimbulkan efek samping yang merugikan bagi kesehatan ibu dan janin.

Kata kunci : Essensial Oil Peppermint, mual dan muntah, kehamilan

PENDAHULUAN

Kehamilan yaitu suatu proses matarantai yang bersinambungan dan terdiri dari ovulasi, migrasi spermatozoa dan ovum, konsepsi dan pertumbuhan zigot, nidasi (implantasi) pada uterus, pembentukan plasenta, dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm⁽⁴⁾.

Kehamilan merupakan proses yang alamiah dari seorang wanita, namun selama kunjungan antenatal sebagian ibu hamil akan mengeluh mengenai ketidaknyamanan selama kehamilan. Salah satu ketidaknyamanan yang sering di keluhkan oleh ibu hamil yaitu mual dan muntah pada trimester I kehamilan⁽⁸⁾.

Mual (nausea) dan muntah (emesis gravidarum) adalah gejala yang wajar dan sering terdapat pada trimester 1 kehamilan. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat juga timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi 6 minggu

setelah hari pertama haid terakhir (HPHT) dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu⁽⁷⁾.

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan muda. Terjadinya kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat peningkatan hormon estrogen, progesteron, dan dikeluarkannya human chorionoc gonadotropine plasenta. Hormon-hormon inilah yang diduga menyebabkan emesis gravidarum⁽⁴⁾.

Mual dan muntah sering terjadi pada kehamilan, sekitar 60% - 70% perempuan hamil mengalami mual muntah terutama pada trimester pertama. Gejala mual muntah merupakan bagian dari spektrum normal kehamilan trimester pertama, dan umumnya membaik pada kehamilan 12-16 minggu. Meskipun mual dan muntah pada kehamilan sehari-hari dikenal sebagai morning sickness

1) Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

2) Dosen Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

namun sebenarnya dapat terjadi pada setiap waktu, bahkan dapat terjadi terus menerus sepanjang hari⁽³⁾.

Dampak mual dan muntah apabila tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gejala mual dan muntah yang berat (intractable) serta persisten yang terjadi pada awal kehamilan sehingga mengakibatkan dehidrasi, gangguan elektrolit atau defisiensi nutrisi yang dikenal sebagai hiperemesis gravidarum. Mual pada kehamilan merupakan spektrum normal, sedangkan hiperemesis gravidarum merupakan keadaan yang lebih ekstrim. Tidak seperti morning sickness yang dianggap ringan dan fisiologis, hiperemesis dapat berakibat buruk pada ibu hamil maupun janin⁽³⁾.

Mual dan muntah selama kehamilan dapat diatasi dengan cara terapi nutrisi yaitu makan sedikit tapi sering, pengobatan herbal yaitu dengan menggunakan teh spearmint atau teh jahe, dan menggunakan aroma terapi jeruk, peppermint dan spearmint⁽⁶⁾.

Aromaterapi yang sering digunakan yaitu Peppermint (*Mentha Piperita*). Peppermint termasuk dalam marga labiatae, yang memiliki tingkat keharuman sangat tinggi, serta memiliki aroma yang dingin, menyegarkan, kuat, bau mentol yang mendalam⁽¹⁾.

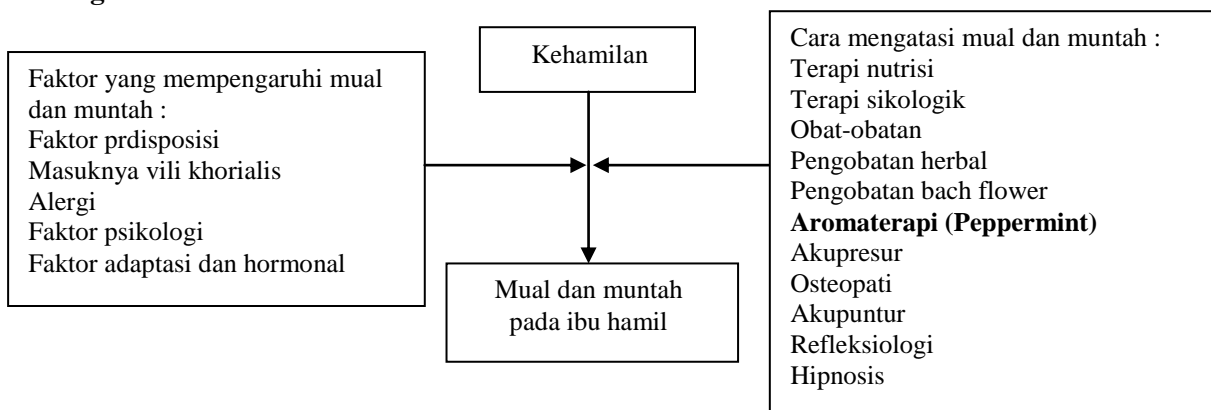
Aromaterapi yaitu suatu sistem penyembuhan yang melibatkan pemakaian minyak asiri murni. Minyak asiri yang dikandungnya disuling dari berbagai bagian tanaman, bunga tumbuhan maupun pohon, masing-masing bagian mengandung sifat terapi yang berlainan. Minyak asiri berasal dari berbagai negara, diantaranya yaitu dari India, Cina, Australia dan Amerika. Minyak asiri bukan hanya sekedar berbau harum, melainkan bisa

berbentuk bahan kimia alami. Namun minyak asiri mudah menguap dan mengandung unsur pokok yang kuat dan oleh karena itu sudah semestinya diperlakukan dengan penuh perhatian dan biasanya dipakai dalam jumlah yang sangat sedikit⁽¹⁾.

Essensial Oil Peppermint adalah penyembuhan terbaik untuk masalah pencernaan. Minyak ini mengandung khasiat anti kejang dan penyembuhan yang andal untuk kasus mual, salah cerna, susah membuang gas di perut, diare, sembelit. Juga sama ampuhnya bagi penyembuhan sakit kepala, migrain dan juga pingsan⁽¹⁾.

Peppermint mempunyai khasiat untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil, hal ini dikarenakan kandungan menthol (50%) dan methone (10-30%) yang tinggi. Selain itu Peppermint telah lama dikenal memberi efek karminatif dan antispasmodik, yang secara khusus bekerja di otot halus saluran gastrointestinal dan saluran empedu, selain itu Peppermint juga mengandung aromaterapi dan minyak esensial yang memiliki efek farmakologis. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika minyak esensial dihirup, maka molekul akan masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan⁽⁸⁾.

Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori
Sumber : Rukiyah (2010), Onggo (2012), Choiriyah (2013)

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang datanya berupa angka-angka (score, nilai) dan dianalisis dengan analisa statistic. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian mint oil pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah.

Rancangan penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian preeksperimental design dengan rancangan pre-test – post-tes design. Adalah penelitian yang dilakukan dengan cara memberikan pre-test (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum dilakukan intervensi, setelah diberikan intervensi kemudian dilakukan kembali post-test (pengamatan akhir) ⁽²⁾.

Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti ⁽⁵⁾.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I periode Mei – Juni yang mengalami mual dan muntah di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima

Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 sebanyak 38 ibu hamil.

Sampel

Menurut ⁽⁵⁾, sampel penelitian adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.

Dalam penelitian ini mengambil kasus atau responden sesuai dengan kriteria yang telah di tentukan, yaitu sebanyak 35 ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 sebanyak

Kriteria inklusi :

1. Ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah dan bersedia jadi responden.
2. Ibu hamil trimester I yang tidak sedang mengkonsumsi obat anti mual.

Kriteria eksklusi :

1. Ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah dan tidak bersedia jadi responden.
2. Ibu hamil trimester I yang sedang mengkonsumsi obat anti mual.
3. Ibu hamil trimester I yang mengalami gangguan pada indera penciuman.

Definisi operasiona

I

	Definisi operasional	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala ukur
Variable independen Essensial Oil Peppermint	Pemberian mint oil sebanyak 4 tetes dalam 20 ml air, terhadap ibu hamil yang mengalami mual dan muntah	-	-	-	-
Variable dependen Mual dan muntah pada ibu hamil trimester I	Jumlah mual dan muntah sebelum diberikan Essensial Oil Peppermint dan sesudah diberikan Essensial Oil Peppermint	kueisoner	observasi	Rentang nilai: 0-32 (Rhodes & Mc daniel, 2001)	ratio

Analisis data

Analisa univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variable penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung dari jenis datanya. Untuk data numerik digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi. Pada umumnya dalam anlisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variable ⁽⁵⁾.

Analisa bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk membuktikan hipotesis apakah ada pengaruh pemberian pengaruh pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Maka uji statistic yang digunakan adalah t-test. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji beda dua mean, dengan menggunakan uji *t dependent* derajat kesalahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah 5% (taraf

kepercayaan) untuk melihat hasil kemaknaan perhitungan statistika digunakan batas kemaknaan 0,05 hal ini mengandung arti jika $p \text{ value} \leq 0,05$ maka hasilnya bermakna yang

artinya H_a diterima sedangkan H_0 ditolak dan jika $p \text{ value} > 0,05$ maka artinya H_a ditolak sedangkan H_0 diterima⁽⁵⁾.

HASIL PENELITIAN

Uji Normalitas

Tabel 1
Hasil uji normalitas variabel X1 dan X2 Test of normality

Nilai intensitas mual dan muntah	One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test
Nilai intensitas mual dan muntah sebelum diberikan Essensial Oil Peppermint	0,200
Nilai intensitas mual dan muntah setelah diberikan Essensial Oil Peppermint	0,060

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat di lihat bahwa nilai *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* yaitu 0,200 untuk nilai intensitas mual dan muntah sebelum diberikan Essensial Oil Peppermint dan 0,060 untuk nilai intensitas

mual dan muntah setelah diberikan Essensial Oil Peppermint, yang artinya nilai $p\text{-value} > 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data kedua variabel dalam penelitian ini membentuk distribusi normal.

Tabel 2
Nilai rata-rata intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I sebelum pemberian Essensial Oil Peppermint di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min	Max
Sebelum diberikan Essensial Oil Peppermint	35	15,60	2,789	0,471	10	20

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa hasil pengukuran nilai rata-rata intensitas mual dan muntah sebelum diberikan Essensial Oil Peppermint pada 35

responden di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 yaitu 15,60.

Tabel 3
Nilai rata-rata intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I sebelum pemberian Essensial Oil Peppermint di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min	Max
Setelah diberikan Essensial Oil Peppermint	35	11,66	2,566	0,434	6	16

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa hasil pengukuran intensitas mual dan muntah setelah diberikan Essensial Oil Peppermint pada 35 responden di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 yaitu 11,66.

Analisa bivariat

Dari uji statistik pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa nilai rata-rata intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I dari 35 responden yaitu 3,943 dan di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. Berdasarkan hasil uji statistik tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Tabel 4

Pengaruh pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Wayharong Timur Kecamatan Waylima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016.

Variabel	Mean	SD	SE	N	P-value
Sebelum - setelah diberikan Essensial Oil Peppermint	3,943	1,327	0,224	35	0,000

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini intensitas mual dan muntah pada kehamilan di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 didapatkan hasil nilai rata-rata intensitas mual dan muntah sebelum pemberian Essensial Oil Peppermint yaitu 15,60 (standar deviasi = 2,789) (standar error = 0,471). Sedangkan hasil nilai rata-rata intensitas mual dan muntah setelah diberikan Essensial Oil Peppermint yaitu (mean = 11,66) (standar deviasi = 2,566) (standar error 0,434).

Hal ini juga telah diteliti oleh beberapa peneliti, salah satunya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Pasha pada tahun (2012) menyatakan bahwa mint oil efektif dalam menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil di Universitas Babol Ilmu Kedokteran dengan nilai *p-value* 0,037 dengan Standar Deviasi sebelum diberikan perlakuan yaitu 3,56 dan setelah diberikan perlakuan yaitu 2,99. Sehingga pemberian Mint Oil dapat mengurangi mual dan muntah pada kehamilan.

Peppermint mempunyai khasiat untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil, hal ini dikarenakan kandungan menthol (50%) dan methone (10-30%) yang tinggi. Selain itu Peppermint telah lama dikenal memberi efek karminatif dan antispasmodik, yang secara khusus bekerja di otot halus saluran gastrointestinal dan saluran empedu⁽⁸⁾.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan peneliti tentang pengaruh pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016, terdapat 35 responden yang mengalami mual dan muntah pada kehamilan. Dari 35 responden, didapatkan hasil nilai rata-rata intensitas mual dan muntah pada kehamilan sebelum dan setelah diberikan Essensial Oil Peppermint yaitu 3,943 standar deviasi 1,327 standar error 0,224. Hasil uji statistik menggunakan uji T test dependent dan didapatkan nilai *p-value* $0,000 \leq 0,05$,

sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima atau ada pengaruh pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Dwi Rukma Santi pada tahun (2013) menyatakan bahwa pemberian aromaterapi blended peppermint efektif untuk menurunkan rasa mual pada ibu hamil trimester satu di Puskesmas Rengel Kabupaten Tuban dengan besar sampel 41 orang, dan menggunakan uji statistik Wilcoxon Sign Rank Test, dengan nilai rata-rata sebelum perlakuan 3,41 dan nilai rata-rata setelah perlakuan 1,37. Pada penelitian ini didapatkan hasil (*p-value* 0,001 < 0,05).

Jika dikaitkan dengan penelitian yang telah dilakukan, Peppermint dapat digunakan sebagai solusi untuk mengatasi mual dan muntah pada kehamilan, karena mengandung aromaterapi dan minyak esensial yang memiliki efek farmakologis. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika minyak esensial dihirup, maka molekul akan masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan⁽⁸⁾.

Penelitian tentang pengaruh pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 telah dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun demikian masih memiliki keterbatasan penelitian, yaitu:

1. Ukuran ruangan responden yang bervariasi serta jarak antara responden dengan tempat meletakkan Essensial Oil Peppermint bervariasi sehingga menyebabkan kurangnya keefektifan dalam mendapatkan hasil penelitian
2. Tempat untuk meletakkan Essensial Oil Peppermint masih memiliki resiko sangat besar untuk tumpah dan sangat mudah dijangkau oleh anak-anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat di simpulkan sebagai berikut:

1. Intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 yaitu mean 15,60.
2. Intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 yaitu mean 11,66.
3. Ada pengaruh pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016 dengan P-value 0,000 dan nilai standar deviasi 1,327 dan mean 3,943.

SARAN

1. Bagi ibu hamil dan masyarakat

Bagi masyarakat (ibu hamil yang mengalami mual dan muntah) maupun keluarga dapat menerapkan pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis yang tepat untuk mengurangi mual dan muntah. Karena apabila mual dan muntah tidak ditangani dengan cepat maka akan membahayakan kesehatan ibu dan janin.

2. Bagi peneliti dan peneliti berikutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengalaman melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Sedangkan bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan penelitian sejenis dengan menggunakan alat ataupun media yang lebih praktis, dapat diletakkan pada tempat yang jauh dari jangkauan anak-anak dan tidak mudah tumpah, sehingga dapat memberikan hasil yang efektif.

3. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi di perpustakaan sehingga menambah pengetahuan mahasiswa tentang manfaat dari pengobatan nonfarmakologis salah satunya yaitu Mint Oil yang berkhasiat untuk mengurangi mual dan muntah pada kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Balkam, Jan. 2001. *Aromaterapi*. Semarang: Dahara Prize.
2. Hidayat, Aziz Alimul. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
3. Laksmi, Purwita Wijaya. 2008. *Penyakit-Penyakit Pada Kehamilan Peran Seorang Internis*. Jakarta: Pusat Penerbitan Imu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
4. Manuaba. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC.
5. Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rincha Cipta.
6. Onggo, Tri Ira Puspito. 2012. *Kitab Kehamilan dan Persalihan*. Yogyakarta: Mitra Buku.
7. Prawirohardjo, Sarwono. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
8. Santi, Dwi Rukma. 2013. *Pengaruh aromaterapi Blended Peppermint dan Ginger oil terhadap rasa mual pada ibu hamil trimester satu di Puskesmas Rengel Kabupaten Tuban* dalam <http://www.academia.edu> diakses tanggal 25 ferbruari 2016.

