

EFEKTIVITAS INHALASI AROMATERAPI LEMON MENGURANGI HIPEREMESIS GRAVIDARUM PADA KEHAMILAN TRIMESTER I DI DESA WAY SARI KECAMATAN NATAR LAMPUNG SELATAN

Rilyani¹, Aryanti Wardiyah^{2*}, Tri widiyanti³

¹⁻³Universitas Malahayati

Email: aryantigipho88@gmail.com

Disubmit: 05 Agustus 2021

Diterima: 09 Agustus 2021

Diterbitkan: 03 Mei 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i5.4770>

ABSTRAK

Mual dan muntah pada kehamilan mengakibatkan setiap tahunnya 500 ribu ibu meninggal akibat langsung dari kehamilan. Kejadian mual dan muntah atau emesis gravidarum pada wanita hamil mencapai angka 50-90%, sedangkan hiperemesis gravidarum mencapai angka 10-15% pada tahun 2015 di provinsi Lampung. Mual muntah pada kehamilan memberikan dampak signifikan pada tubuh dimana ibu menjadi lemah, pucat dan kekurangan cairan tubuh. Tujuan pemberian terapi ini untuk mengetahui efektivitas inhalasi aromaterapi lemon untuk klien yang mengalami hiperemesis gravidarum. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat yaitu pendidikan kesehatan yang menggunakan 2 subjek yang berdomisili di Desa Way Sari Kecamatan Natar Lampung Selatan Tahun 2021. Bahan yang digunakan untuk pengabdian kepada masyarakat yaitu citrus lemon dan tissue. Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa setelah dilakukan inhalasi aromaterapi lemon terjadi penurunan hiperemesis gravidarum tingkat II, yaitu sebelum dilakukan inhalasi aromaterapi lemon mual dan muntah pasien dalam sehari lebih dari 5 kali dan turun menjadi 2 kali dalam sehari setelah dilakukan inhalasi aromaterapi essensial lemon.

Kata Kunci: Hiperemesis, Inhalasi aromaterapi Lemon

ABSTRACT

Nausea and vomiting in pregnancy causes every year 500 thousand mothers die as a direct result of pregnancy. The incidence of nausea and vomiting or emesis gravidarum in pregnant women reaches 50-90%, while hyperemesis gravidarum reaches 10-15% in 2015 in Lampung province. Nausea and vomiting in pregnancy have a significant impact on the body where the mother becomes weak, pale and lacks body fluids. The purpose of this therapy is to determine the effectiveness of inhalation of lemon aromatherapy for clients who experience hyperemesis gravidarum. The method used in community service is health education using 2 subjects who are domiciled in Way Sari Village, Natar District, South Lampung in 2021. The materials used for community service are citrus lemons and tissue. The results of community service showed that after inhalation of lemon aromatherapy there was a decrease in level II hyperemesis gravidarum, namely before inhalation of lemon aromatherapy the patient had nausea and vomiting more than 5 times a day and decreased to 2 times a day after inhalation of lemon essential aromatherapy.

Keywords: Hyperemesis, Inhalation Aromatherapy Lemon

1. PENDAHULUAN

World health organization (2015), kejadian hiperemesis mencapai sebesar 12,5% dari jumlah kehamilan di dunia. WHO mengeluarkan data statistik yang menangani dalam masalah kesehatan tercatat setiap tahun angka kematian pada kehamilan dan persalinan di dunia mencapai 515 ribu jiwa. *World health organization* memperkirakan mual dan muntah pada kehamilan mengakibatkan setiap tahunnya 500 ribu ibu meninggal akibat langsung dari kehamilannya. Di Indonesia pada tahun 2015 angka kejadian hiperemesis gravidarum mencapai 1,5 - 3% dari keseluruhan wanita hamil (Kemenkes RI 2016).

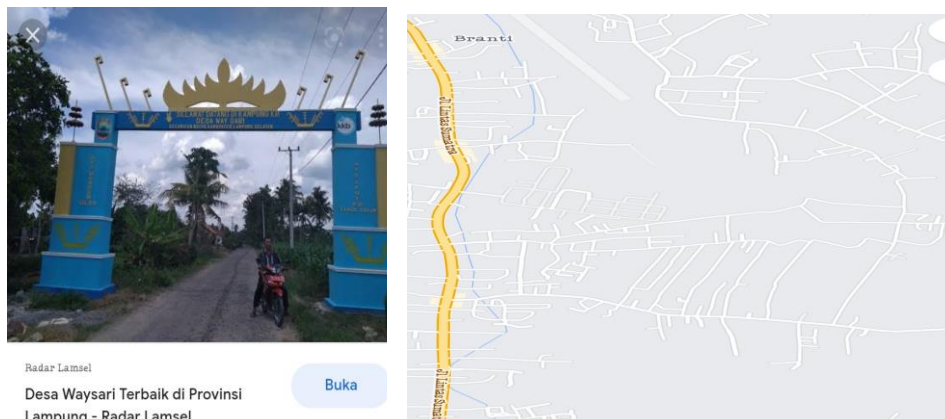
Berdasarkan data pada provinsi Lampung tahun 2015 angka kejadian emesis gravidarum yaitu mencapai 50 - 90%, sedangkan pada hiperemesis yaitu mencapai 10-15% dari seluruh jumlah ibu hamil yaitu sebanyak 182.815 orang pada kehamilan trimester I. Mual muntah pada kehamilan sering disebut *morning sickness* atau mual muntah di pagi hari, yang sering dialami oleh ibu hamil sekitar 70 - 80% yang merupakan salah satu fenomena yang terjadi pada kehamilan 4 - 11 minggu. Mual muntah saat hamil yaitu kejadian atau gejala yang biasanya ringan dan masih dapat dikontrol sesuai dengan melihat kondisi masing - masing individu. Jika keadaan atau tanda gejala yang dirasakan semakin berat dan tidak dapat ditangani secara individu maka disebut dengan hiperemesis gravidarum, yang dilaporkan angka kejadian sekitar 0,05%-2% dari seluruh ibu hamil (Maternity, et al 2016).

Berdasarkan survei yang dilakukan melalui wawancara pada tanggal 26 Juni 2021 di Desa Way Sari, ada 10 orang pasien yang mengalami hiperemesis gravidarum, diantara 7 orang mengalami hiperemesis tingkat I dan 3 orang mengalami hiperemesis tingkat II. Dari hasil wawancara didapatkan bahwasanya pasien dan keluarga belum pernah diberikan/diajarkan terkait terapi non medis untuk menurunkan frekuensi mual dan muntah secara berlebih pada ibu hamil. Dilaksanakannya pengabdian kepada masyarakat ini dapat menjadi alternatif sebagai pendamping pemberian terapi medis yang rutin diberikan pada pasien dengan hiperemesis gravidarum.

Inhalasi aroma terapi lemon pada penelitian Siti Maesaroh & Mera Putri (2019) dengan Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual dan Muntah Pada kehamilan Trimester I. Peneliti kedua yang telah dilakukan oleh Vitrianingsih & Sitti Khadijah (2019) dengan judul Efektivitas Aromaterapi Lemon Untuk Menangani Emesis Gravidarum. Penelitian ketiga oleh Dainty Maternity, dkk (2016) yang berjudul Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lemon Terhadap *Morning Sickness* Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tulang Bawang I Kecamatan Banjar Agung Kabupaten Tulang Bawang. Berdasarkan penjelasan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penulisan karya tulis ilmiah dengan melakukan penerapan yang berjudul "Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lemon Mengurangi Hiperemesis Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Way Sari Kecamatan Natar Lampung Selatan.

2. MASALAH

Alasan penulis memilih tempat kegiatan di Desa Way Sari Kecamatan Natar Lampung selatan karena daerah yang termasuk zona hijau saat masa pandemi *Covid-19* serta dengan ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum cukup tinggi dan kurang pengetahuan dalam penanganan. Selain itu untuk menuju ke fasilitas kesehatan seperti puskesmas jauh membutuhkan waktu kurang lebih 20 menit. Serta pengetahuan masyarakat tentang terapi non farmakologi dengan inhalasi aromaterapi lemon masih kurang, untuk membantu menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. METODE

- a. Tujuan Persiapan
Tahapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planing, persiapan lembar observasi, bahan citrus lemon dan tissue serta kontrak waktu dengan subjek.
- b. Tahapan Pelaksanaan
Kegiatan ini dilaksanakan dengan mendatangi subjek yang telah kontrak waktu dengan peneliti, dan dilanjutkan dengan melakukan inhalasi aromaterapi lemon, tanya jawab, evaluasi tindakan dengan subjek serta kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya terkait dengan inhalasi aromaterapi lemon.
- c. Evaluasi
 - i. Struktur
Subjek pertama dan kedua didatangi oleh peneliti kerumah masing-masing perlengkapan seperti persiapan lembar observasi, bahan citrus lemon serta tissue dan digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang komunikatif dalam penyampaian inhalasi aromaterapi lemon, subjek dapat memahami tindakan terapi inhalasi lemon oleh peneliti dan dapat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti.
 - ii. Proses
Pelaksanaan dalam kegiatan pada 27 Juli 2021 sampai 30 Juli 2021 dengan melakukan inhalasi aromaterapi lemon untuk pasien yang dalam kehamilannya mengalami mual muntah yang terus-menerus masing-masing subjek sama yaitu dengan waktu 5-10 menit.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 27 Juli 2021 di rumah klien Desa Way Sari Kecamatan Natar Lampung Selatan. Pelaksanaan kegiatan ditujukan pada 2 klien yang mengalami hiperemesis gravidarum yang dalam penanganan masih kurang pengetahuan. Kegiatan ini menggunakan lembar observasi, bahan citrus lemon serta tissue. Metode yang digunakan adalah pemberian tindakan inhalasi aromaterapi lemon untuk pasien yang dalam kehamilannya mengalami mual muntah yang berlebih, tanya jawab atau evaluasi dengan mempraktikkan cara inhalasi aromaterapi lemon dirumah untuk menurunkan mual muntah pada penderita hiperemesis gravidarum. Dari kegiatan ini didapatkan hasil yaitu frekuensi mual muntah *pre* penerapan inhalasi aromaterapi lemon pada Ny.T dan Ny.D sebagai penderita hiperemesis yaitu dengan frekuensi mual dan muntah 5 kali dalam sehari. Kedua subjek termasuk dalam hiperemesis gravidarum tingkat II sesuai dengan teori yang di jelaskan Esti Nugrahenny, S.S.T (2015) yaitu, hiperemesis gravidarum tingkat II yaitu mual muntah secara berlebihan yang dialami pada ibu hamil yang sampai dengan mengganggu pekerjaan sehari - hari dengan batas muntah lebih dari 4 kali. Setelah dilakukan inhalasi aromaterapi lemon terhadap subjek Ny.T dan Ny.D penderita hiperemesis sesudah diberikan inhalasi aromaterapi lemon frekuensi mual dan muntah menjadi 2 kali dalam sehari Ny.T dan 3 kali dalam sehari pada Ny.D. mual dan muntah penderita hiperemesis gravidarum cukup mengalami penurunan sehingga terlihat bahwa ada perbedaan bermakna yaitu penurunan mual dan muntah pada ibu hamil yang menderita hiperemesis gravidarum sebelum dan sesudah dilakukan inhalasi aromaterapi lemon pada subjek penerapan. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



Ny. T



Ny. D

Gambar 2. Foto Kegiatan PKM



Gambar 3. Foto Kegiatan PKM

5. KESIMPULAN

Hiperemesis adalah mual muntah berlebihan yang terjadi pada ibu hamil, seorang ibu hamil yang menderita hiperemesis yaitu ibu hamil memuntahkan semua yang telah dimakan dan diminum, akibatnya tubuh sangat lemas, muka pucat, dan frekuensi buang air kecil menurun drastis, aktivitas sehari-hari menjadi terganggu dan keadaan umum menurun (Rukiyah & Yulianti, 2012). Tujuan kegiatan ini ialah mengetahui karakteristik pasien, mengidentifikasi mual dan muntah sesudah dilakukan inhalasi aromaterapi lemon untuk pasien hiperemesis gravidarum di Desa Way Sari Kecamatan Natar Lampung Selatan. Dari kegiatan yang telah dilakukan didapatkan hasil yaitu frekuensi mual dan muntah *pre* penerapan inhalasi aromaterapi lemon pada Ny.T dan Ny.D sebagai penderita hiperemesis yaitu dengan frekuensi mual dan muntah 5 kali dalam sehari. Kedua subjek termasuk dalam hiperemesis gravidarum tingkat II sesuai dengan teori yang di jelaskan Esti Nugrahenny, S.S.T (2015) yaitu, hiperemesis gravidarum tingkat II yaitu mual muntah secara berlebihan yang dialami pada ibu hamil yang sampai dengan mengganggu pekerjaan sehari - hari dengan batas muntah lebih dari 4 kali. Setelah dilakukan inhalasi aromaterapi lemon terhadap subjek Ny.T dan Ny.D penderita hiperemesis sesudah diberikan inhalasi aromaterapi lemon frekuensi mual dan muntah menjadi 2 kali dalam sehari Ny.T dan 3 kali dalam sehari pada Ny.D. Kegiatan yang dilaksanakan ini merupakan hal positif agar

dapat diterapkan dirumah untuk mengurangi frekuensi mual dan muntah yang diderita pasien dan diimbangi terapi farmakologi dengan mengonsumsi obat B6 untuk mengurangi mual dan muntah.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Astria, & Aprilia, H. (2015). *Pengaruh Lemon Inhalasi Aromatherapy Terhadap Mual Pada Kehamilan Di Bps Varia Mega Lestari*. *JURNAL KEBIDANAN*, 143-147.
- Maesaroh, S., & Putri, M. (2019). Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*
- Maryunani, Anik. (2012). *Biologi Reproduksi Dalam Kebidanan*. Jakarta : Tim Maternity, D. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester Satu. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(3), 10-15.
- Materniti, D., Sari, D Y., & Marjorang, M. U. (2016). Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lemon terhadap Morning Sickness Pada Ibu Hamil Di Wilayah kerja Puskesmas Tulang Bawang I Kecamatan Banjar Agung Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan Malahayati*.
- Mutiah, C. (2020). Perbandingan Efektivitas Pemberian Jeruk Bali (Citrus Grandis) Dan Jeruk Lemon (Citrus Lemon) Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Langsa Kota Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*
- Nurarif. A. H., Kusuma. H. (2015). *APLIKASI Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC*. Jogjakarta: MediAction.
- Nugrahenny, Esti. (2015). *Asuhan Kebidanan Pathologi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Nurriszka, Rahma Hida. (2019). *Kesehatan Ibu Dan Anak Dalam Upaya Kesehatan Masyarakat*. Depok : Rajawali Pers
- Rukiyah, Ai Yeyeh & Yulianti, Lia. (2011). *Asuhan Kebidanan 4 (Patologi)*. Jakarta : Tim
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Arfiana, A. (2019). Studi Fenomenologi Kejadian Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan*, 8(1), 41-52.
- Vitriningsih, V., & Khadijah, S. (2019). Efektivitas Aroma Terapi Lemon untuk Menangani Emesis Gravidarum. *Jurnal Keperawatan*, 11(4), 277-284
- Wardani, P. K., Mukhlis, H., & Pratami, R. (2019). Pengaruh Essensial Lemon Terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Trimester I di Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(2), 131-138.
- Wardiyah, Aryanti & Rilyani (2016). *Sistem Reproduksi*. Jakarta : Salemba Medika