

PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER PADA IBU HAMIL TRIMESTER I
DENGAN *EMESIS GRAVIDARUM* DIDESA MARGOREJO
LAMPUNG SELATAN

Wahid Tri Wahyudi¹, Riska Wandini², Eka Novita Sari^{3*}

¹⁻³ Universitas Malahayati Lampung

Email Korespondensi: ekanovitasarii98@gmail.com

Disubmit: 01 Agustus 2022

Diterima: 03 September 2022

Diterbitkan: 04 September 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i9.7262>

ABSTRAK

Kehamilan merupakan suatu hal yang sangat di dambakan oleh setiap pasangan suami istri. Namun kehamilan menyebabkan perubahan fisik dan psikis pada tubuh. Hal tersebut menimbulkan bermacam-macam keluhan salah satunya mual muntah. Mual muntah atau yang di sebut dengan *Emesis Gravidarum* adalah gejala yang wajar atau sering terdapat pada kehamilan trimester pertama. Hal ini terkadang terjadi pada saat bangun tidur di pagi hari, tetapi juga bisa pada saat siang atau malam hari. Tujuan melakukan penerapan aromaterapi lavender untuk ibu hamil trimester I Di Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2022. Metode: Desain *student oral case analysis* (SOCA) menggunakan desain studi kasus dalam bentuk penerapan dengan cara pendekatan sesuai metode deskriptif, metode ini bersifat mengumpulkan data terlebih dahulu, menganalisis data lalu menarik kesimpulan data. Subjek ini adalah 3 orang ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum di desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan tahun 2022. Hasil dari hasil pengkajian dan implementasi yang sudah dilakukan selama 7 hari, Ny P, Ny.R dan Ny T mengalami perubahan pada rasa mual muntahnya. Ny P sebelumnya 4 kali sehari menjadi rasa muntahnya menghilang tinggal rasa mualnya. Ny R sebelumnya 4 kali setelah menggunakan terapi menjadi 1 kali mual muntah. Sedangkan Ny T sebelumnya 4-5 kali mual muntah bisa menurun menjadi 1 kali sehari dalam seminggu. Kesimpulan: Berdasarkan hasil uraian asuhan keperawatan pada Ny P, Ny R dan Ny T di desa margorejo, data ditemukan sesuai tinjauan teori dan perawat mengajarkan pemberian aromaterapi lavender sesuai SOP. Terapi di lakukan selama 7 hari dan pasien mengalami penurunan mual muntah.

Kata kunci: Lavender Aromatherapy, Kehamilan, *Emesis Gravidarum*

ABSTRACT

Pregnancy is something that is very coveted by everi married couple. However, pregnancy cause physical and psychological changes in the body. This causes various complaints, one of which is nausea and vomiting. Nausea and vimiting, also known as emesis gravidarum, is a common symptom in the first trimester of pregnancy. This sometimes happens when you wake up in the morning, but it can also happen during the day or at night. Objective To apply lavender aromatherapy for first trimester pregnant women in Margorejo Village, Jati Agung District, South Lampung Regency in 2022. Writing Method: Student oral

case analysis (SOCA) design uses a case study design in the form of an application with an approach according to the descriptive method, this method is to collect data first, analyze the data and then draw data conclusions. These subjects are 3 first trimester pregnant women with emesis gravidarum in Margorejo Village, Jati Agung District, South Lampung Regency in 2022. Results From the results of the assessment and implementation that had been carried out for 7 days. Mrs. P, Mrs. R and Mrs. T experienced changes in their nausea and vomiting. Mrs. P previously 4 times a day the feeling of vomiting disappeared, only the feeling of nausea. Mrs. R previously 4 times after using therapy to 1 time nausea and vomiting. While Mrs. T previously had 4-5 times of nausea and vomiting, it could decrease to once a day in a week. Conclusion:Based on the results of the description of nursing care for Mrs. P, Mrs. R and Mrs. T in the village of Mergorejo, the data was found according to the theory review and the nurse teach the lavender aromatherapy according to the SOP. The administration of lavender aromatherapy was carried out for 7 days and the patient experienced a decrease in the nausea and vomiting.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Pregnancy, Emesis Gravidarum

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang di mulai dari ovulasi, konsepsi, nidasi, implantasi dan perkembangan embrio di dalam uterus hingga aterm (WAHYUNINGSIH, 2020). Setiap proses dalam kehamilan merupakan kondisi krisis yang memerlukan adaptasi psikologis dan fisiologis terhadap pengaruh hormon kehamilan dan tekanan mekanis akibat pembesaran mekanis akibat pembesaran uterus dan jaringan lain. Mual muntah merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan dapat menyebabkan stress (Rosalinna, 2019).

Selain itu, terdapat 50% ibu hamil mempunyai keluhan mual muntah pada pagi hari (*emesis gravidarum*)(Paskana & Gusnidarsih, 2020). Hal ini menjadi priode yang tidak nyaman saat masa kehamilan trimester pertama. Biasanya gejala ini muncul pada minggu keenam dan berkurang saat usia kehamilan dua belas sampai enam belas minggu, akan tetapi terdapat sekitar 12% ibu hamil masih mengalam mual muntah sampai akhir kehamilan. Emesis gravidarum di alami 60-80% ibu *primigravida* dan 40-60% terjadi kepada ibu *multigravida* (Rinata & Ardillah, 2017; Rudiyaniti & Rosmadewi, 2019).

Data WHO menunjukkan jumlah kejadian *emesis gravidarum* mencapai 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia, dengan angka kejadian yang berbeda-beda yaitu mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9 di Turki (Afriyanti & Rahendza, 2020).

Pada tahun 2019 di Indonesia angka ibu hamil dengan masalah *emesis gravidarum* menunjukkan 2.203, di dapatkan 534 ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* pada awal masa kehamilan. Sehingga rata-rata angka kejadian *emesis gravidarum* pada tahun 2019 adalah sebanyak 67,9%. Di mana 60 - 80% angka kejadian ini terjadi pada ibu hamil primigravida, dan 40 - 60% angka kejadian pada ibu hamil multigravida (Retni, Handayani, & Mohamad, 2020).

Berdasarkan data survey yang di peroleh di Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan di peroleh data ibu hamil sebanyak 4 orang dari dusun 3 dan dusun 6. Selain itu hasil dari wawancara di peroleh ibu hamil

yang mengalami emesis gravidarum sebanyak 3 orang selama kehamilan trimester satu. Adapun keluhan-keluhan yang di alami ibu hamil adalah mual muntah, lesuh, letih, dan cepat capek saat melakukan aktivitas.

Emesis Gravidarum yang tidak tertangani dapat mengakibatkan penurunan berat badan, gangguan nutrisi, ketidak seimbangan elektrolit, dehidrasi sampai mengganggu aktifitas sehari-hari (Lazdia & Putri, 2020; Zega, 2019). Selain itu dapat meningkatkan gangguan pertumbuhan janin, BBLR dan cacat bawaan. Mual muntah dapat di atasi dengan terapi *farmakologi* dan *nonfarmakologi*, terapi *nonfarmakologi* yang dapat di gunakan yaitu dengan menggunakan herbal seperti daun *papermint*, lemon, lavender, dan jahe (Retni et al., 2020).

Aromaterapi merupakan terapi yang menggunakan minyak esensial dari herbal yang mampu memberikan efek relaksasi saat di hirup. Aromaterapi lavender mampu mengatasi mual muntah ibu hamil karena memiliki komponen utama seperti linalool dan linalyl asetat yang dapat memberikan efek nyaman, tenang dan meningkatkan relaksasi (P. Sari, Yuniarti, Heryati & Kosma, 2021).

Aroma terapi lavender berkerja dengan cara mempengaruhi kerja otak, saraf-saraf penciuman yang terangsang dengan adanya aroma tertentu, secara langsung berhubungan dengan adanya aroma tertentu, secara langsung berhubungan dengan hipotalamus (Ani & Machfudloh, 2021; Rizki, Harahap, & Fitri, 2022). Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulatory, memunculkan pesan-pesan sebagaimana otak serta bagian tubuh lain. Pesan yang di terima kemudian di ubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan relaks atau sedative. Pemberian aromaterapi ini di berikan hanya satu kali dalam seminggu sebanyak 3-5 tetes dengan kapas selama ± 5 menit di pagi hari selama 7 hari berturut-turut (Rosalinna, 2019).

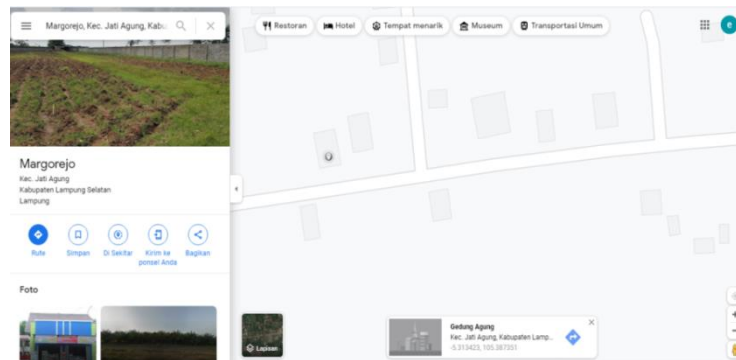
Berdasarkan latar belakang yang sudah di uraikan oleh penulis maka penulis akan mengambil judul " Pemberian Aromaterapi Lavender Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan *Emesis Gravidarum* Didesa Margorejo Lampung Selatan".

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Alasan pelaksanaan pengabdian masyarakat (PKM) memilih tempat di desa margorejo lampung selatan ialah karena ada beberapa dari anggota keluarga peneliti memiliki masalah tentang *emesis gravidarum*, dimana dalam tujuan umum kegiatan ini diharapkan mampu menggambarkan asuhan keperawatan komprehensif yang mencakup pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi dan evaluasi asuhan keperawatan melalui catatan perkembangan pasien terintegrasi (CPPT). Serta tujuan khusus dalam kegiatan ini yaitu melakukan pengkajian, doagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi pemberian aromaterapi lavender untuk ibu hamil trimester I dengan masalah *emesis gravidarum*. Kemudian, hasil dari penerapan pemberian aromaterapi lavender dilakukan perbandingan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender.

Oleh karena rumusan masalah pengabdian masyarakat adalah peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang bagaimana kah hasil dari Pemberian Aromaterapi Lavender Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan *Emesis Gravidarum* Didesa Margorejo Lampung Selatan?

Peta/maps pada kegiatan pengabdian kesehatan masyarakat sebagai berikut :



Gambar 1 Lokasi Demonstrasi

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Definisi Kehamilan

Kehamilan merupakan proses melanjutkan keturunan yang terjadi selama alami. Kehamilan adalah suatu proses yang terjadi antara pertemuan sel sperma dan ovum sehingga terjadi konsepsi sampai lahirnya janin, lama hamil normal adalah 280 hari atau 40 minggu dihitung dari haid pertama haid terakhir (HPHT) (Pratiwi, 2019).

Kehamilan terjadi ketika hubungan seksual dilakukan pada saat wanita dalam masa subur (keadaan ketika Rahim melepaskan sel telur), dan sperma (air mani) dari pria membuahi sel telur dari wanita tersebut. Telur akan di buahi akan menempel pada dinding Rahim, yang akan ber tumbuh dan ber kembang selama kira-kira 40 minggu (280 hari).

b. Tanda-Tanda Kehamilan

Tanda kehamilan sendiri di bagi menjadi tiga, seperti : tanda kehamilan tidak pasti di tandai dengan terlambat nya datang bualan, mual, ngidam, pingsan (sinkope), mostodinia, konstipasi, hiperpigmentasi kulit, perubahan berat badan, kemudian tanda kemungkinan kehamilan di tandai dengan tanda hegar, tanda chandwicks, tanda piscacea's, kontraksi broxton his, tanda goodell's, tanda mc donald, terjadinya pembesaran abdomen, kontraksi uterus, sedangkan, tanda kehamilan pasti ditandai dengan pada perabaan di bagian perut di rasakan adanya janin serta gerak janin, apabila di dengarkan menggunakan alat dopper maka akan terdengar denyut jantung janin, pada pemeriksaan USG di lihat gambar janin, pada pemeriksaan rontgen terlihat gambaran rangka janin.

Kehamilan manusia terjadi selama 40 minggu antara waktu menstruasi terakhir dan kelahiran (38 minggu dari pembuahan). Istilah medis untuk wanita hamil adalah gravida, sedangkan manusia di dalamnya disebut embrio (minggu-minggu awal) dan kemudian janin (sampai kelahiran). Seorang wanita yang hamil untuk pertama kalinya disebut primigravida atau gravida 1, seorang wanita yang belum pernah hamil dikenal sebagai gravida 0. Dalam sekali hubungan badan, seorang suami rata-rata mengeluarkan air mani sebanyak 3 cc, dan setiap 1 cc air mani yang normal akan mengandung sekitar 100 juta hingga 120 juta buah sel sperma (Wardiyah, 2017).

Selama kehamilan banyak terjadi perubahan baik fisiologis ataupun psikologis. Pada kehamilan Trimester I terjadi perubahan fisiologi terdapat perubahan hormonal yaitu peningkatan hormon esterogen, progesteron, dan di keluarkannya *Human Chorionic Gonadtropine* (HCG) yang menyebabkan emesis gravidarum. Hormon lainnya yaitu hormon *Serotonin* yang merupakan bahan kimiawi dalam otak yang mempengaruhi sistem saraf pusat dan saluran gastrointestinal. Peningkatan hormon ini mengakibatkan kan perengangan pada otot uterus yang mengakibatkan kan fluktuasi pada tekanan darah. Saat tekanan darah dalam kondisi turun terjadi relaksasi pada otot pencernaan sehingga pencernaan kurang efektif. Relaksasi ini mengakibatkan ada nya peningkatan asam lambung yang mengakibatkan mual dan muntah atau bisa disebut dengan *emesis gravidarum*.

c. *Emesis Gravidarum*

Emesis Gravidarum atau lebih di kenal dengan istilah *Morning Sickness* yaitu gejala mual biasanya di sertai dengan muntah yang umumnya terjadi pada awal kehamilan, biasanya pada trimester pertama, Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat bahkan malam hari. Gejala-gejala seperti ini terjadi setelah 6 minggu dari hari pertama haid dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (P. Sari, Yuniarti, Heryati & Kosma, 2021).

d. Gejala *Emesis Gravidarum*

Gejala emesis gravidarum biasanya terjadinya mual muntah dengan frekuensi kurang dari 5 kali dan terjadi di pagi hari namun dapat pula terjadi setiap saat, merasakan pusing, sensasi air liur yang berlebihan, nafsu makan menurun dan dapat mudah lelah.

Gejala klinis mual muntah dapat bervariasi dari mual ringan hingga mual muntah yang tidak tertahankan sepanjang hari. Mual muntah terjadi antara minggu ke empat sampai dengan ke tujuh setelah masa menstruasi terakhir dan dapat berkurang pada minggu ke-20 setelah masa kehamilan pada hampir semua wanita hamil.

Mual muntah di sebabkan karena hormon estrogen dan progesteron. *Hormon Chorionic Gonadotropin* (HCG) juga dapat berpengaruh dalam menimbulkan mual muntah. Kadar estrogen di dalam darah yang meningkat dapat mempengaruhi sistem pencernaan, yang dapat berakibat timbulnya rasa mual (Pratiwi, 2019)

e. Faktor-faktor yang mampu mempengaruhi *emesis gravidarum*

Faktor-faktor yang mampu mempengaruhi *emesis gravidarum* adalah usia ibu, pekerjaan dan paritas. Tanda bahaya yang perlu dimengerti antara lain penurunan berat badan, kekurangan gizi atau perubahan status gizi, dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, dan ketosis. Selain itu mual muntah yang berlebihan dan terus menerus saat hamil sehingga dapat mengganggu keseimbangan gizi, cairan dan elektrolit tubuh serta kehilangan lebih dari 5% berat badan sebelum hamil dapat di sebut sebagai hyperemesis gravidarum. Hal tersebut mampu berakibat buruk pada janin seperti abortus, IUFD, partus prematurus, BBLR, IUGR (Nurdiana, 2019).

f. Pencegahan *Emesis gravidarum*

Emesis gravidarum dapat di atasi dengan dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Aromaterapi lavender adalah salah satu terapi non farmakologi yang berbentuk esensial oil dapat mengurangi mual muntah dan memiliki kandungan linalool serta linalil asetat yang mampu memberikan rasa nyaman dan menenangkan.

Lavender adalah bunga yang memiliki 25-30 spesies seperti *lavandula agustifolia*, *lavandula lantifolia*, *lavandula stoechas*. Bentuk bunga ini kecil, berwarna ungu kebiruan, dan tinggi tanaman mencapai 72 cm. Berawal dari habitat berbatu di pegunungan mediterania. Tumbuh baik ditinggikan 600-1.350 mdpl di mana semakin tinggi tempat tumbuhnya, semakin baik kualitas minyak yang menghasilkannya (Sari, 2021).

Minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan. Bunga lavender tersusun atas beberapa kandungan, seperti: minyak esensial (1-3%), alpha-pinene (0,22%), camphene (0,06%), betamycene (5,33%), p-cymene (0,3%), limonene (1,06%), cineol (0,51%), linalool (26,12%), borneol (1,21%), terpinen (4,64%), linalyl asetat (26,23%), geranyl asetat (2,14%), dan caryophyllene (7,55%).

Berdasarkan data di atas di simpulkan bahwa kandungan utama dari bunga lavender adalah linalyl asetat dan linalool (C₁₀H₁₈O). linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas pada lavender. Minyak lavender dengan kandungan linaloolnya adalah salah satu minyak aroma terapi yang banyak di gunakan saat ini. Baik secara inhalasi (dihirup) ataupun dengan teknik pemijatan pada kulit. Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek menenangkan, sehingga dapat di gunakan dalam manajemen stress.

Proses aromaterapi lavender dalam mengurangi *emesis gravidarum* dengan cara mekanisme penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil dengan pemberian aromaterapi lavender dipengaruhi oleh kandungan atsiri (Mujayati, 2021). Ketika aromaterapi dihirup, molekul yang mudah menguap dari minyak tersebut dibawa oleh udara ke tap hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor.

Molekul-molekul itu menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektrokimia akan ditransmisikan melalui bola dan olfactory kedalam system limbic yang kemudian akan memberikan efek anti depresan dengan meningkatkan kenyamanan relaksasi tubuh sehingga tingkat stress yang dirasakan ibu menurun, dengan peningkatan relaksasi tubuh dan penurunan tingkat kecemasan akan mengurangi intensitas mual-muntah yang dirasakan ibu hamil trimester I.

Komponen utama aromaterapi lavender antara lain linalool, linalylasetat, cineol, beta-cimene terpinen -4-ol. Linalool merupakan komponen lavender yang memiliki efek sebagai zat sedatif atau penenang dan bisa digunakan sebagai aroma terapi yang mempengaruhi system neuroendokrin tubuh yang berpengaruh terhadap pelepasan hormone dan neurotransmitter. Keadaan ini akan meningkatkan rasa nyaman ibu hamil yang mengalami mual dan muntah (Katili & Aisyah, 2019).

Manfaat aromaterapi lavender dapat memberikan rasa tenang, mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang, membantu menanggulangi insomnia, memperbaiki mood seseorang, menurunkan tingkat kecemasan, memberikan efek relaksasi dan menurunkan frekuensi mual dan muntah.

Aromaterapi lavender berkerja dengan cara mempengaruhi kerja otak, saraf-saraf penciuman yang terangsang dengan adanya aroma tertentu, secara langsung berhubungan dengan hipotalamus. Hipotalamus adalah bagian otak yang mengendalikan system kelenjar, mengatur hormone-hormon dan mempengaruhi pertumbuhan dan aktivitas tubuh lainnya, seperti detak jantung, fungsi pernafasan, pencernaan, suhu tubuh dan lapar. Selain itu saat minyak beraroma dihirup atau dioles, sel-sel saraf terangsang dan mempengaruhi kinerja system limbic. System limbic ini berhubungan dengan fungsi ingatan, sirkulasi darah dan system kelenjar.

Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulator, memunculkan pesan-pesan yang diterima kemudian diubah menjaditindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euporia, relaks atau sedative. System limbic ini terutama digunakan untuk system ekspresi emosi.

Pemberian aromaterapi lavender efektif terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I dimana pemberian terapi lavender mampu memberikan efek nyaman, meningkatkan relaksasi tubuh dan penurunan tingkat kecemasan. Sebelum intervensi diketahui bahwa intensitas mual dan muntah 4-5 kali sehari. Setelah 7 hari diberikan aromaterapi intensitas mual muntah hanya sebatas morning sickness.

Pemberian aromaterapi lavender dapat memberikan efek nyaman dan menurunkan tingkat kecemasan dan stress dan kondisi ini mampu menurunkan intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I, dimana masalah psikologis merupakan suatu kondisi yang memperparah mual dan muntah pada ibu hamil (Z. E. D. Sari, 2018). Mekanisme penurunan cemas dan stress dengan inhalasi aromaterapi aroma terapi lavender adalah melalui penciuman senyawa aktif atsiri dan linalool yang terkandung dalam aroma terapi lavender menstimulasi bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentukkan efek yang ditimbulkan oleh aromaterapi (Katili & Aisyah, 2019; Suralaga, Nurul Husnul, & Romini). Ketika aromaterapi dihirup, molekul yang mudah menguap dari minyak tersebut dibawa oleh udara ke atas "atap" hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Ketika molekul-molekul itu menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektrokimia akan ditransmisikan melalui bola dan olfactory kedalam system limbic. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional (P. Sari, Yuniarti, Heryati & Kosma, 2021).

Esensial oil lavender dapat terserap kedalam tubuh, minyak esensial dapat bekerja seperti obat-obatan dengan molekul yang sangat kecil, minyak ini kemungkinan bisa masuk melewati plasenta dan mencapai sirkulasi janin pada kandungan. Belum ada dampak spesifik dari penggunaan minyak esensial saat hamil terhadap bayi dalam kandungan. Masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memastikan keamanan masing-masing jenis minyak esensial (Pratiwi, 2019).

4. METODE

- 1) Metode yang digunakan adalah metode *quasi eksperiment*. Metode yang dalam pelaksanaannya tidak menggunakan penugasan random (random assignment) melainkan dengan menggunakan kelompok yang sudah ada (Notoatmodjo, 2018). Subjek kasus studi ini adalah seorang ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum*.
- 2) Jumlah peserta pengabdian kesehatan masyarakat (PKM) yaitu sebanyak 3 pasien dengan usia 36 tahun, 26 tahun dan 22 tahun.

- 3) Menjelaskan langkah-langkah pengabdian kesehatan masyarakat (PKM) dan langkah-langkah pelaksanaan:
 - a. Tujuan Persiapan
Tahapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planing, persiapan lembar observasi, alat pemberian aromaterapi lavender (*aromaterapi lavender, handscond, tissue/kapas*), kontrak waktu dengan subjek.
 - b. Tahapan Pelaksanaan
Kegiatan ini di laksanakan dengan mendatangi subjek yang telah kontrak waktu dengan peneliti, dan di lanjutkan dengan pemberian terapi menggunakan aromaterapi lavender seperti perkenalkan diri kepada pasien dan menjelaskan tujuan dan tindakan yang akan dilakukan, melakukan cuci tangan dan menggunakan sarungtangan, atur posisi pasien senyaman mungkin, teteskan 3-5 tetes aromaterapi *lavender essentialoil* pada kapas, anjurkan pasien untuk menghirup *lavender essential oil* selamat \pm 5 menit sebanyak 1 kalidalam sehari di pagi hari selama 7 hari, anjurkan pasien menghirup aromaterapi lavender saat merasa mual, bereskan alat, kemudian lakukan evaluasi skor mual muntah pasien setelah diberikan aromaterapi *lavender essentialoil*, tanya jawab, evaluasi tindakan dengan subjek serta kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya terkait pemberian terapi menggunakan aromaterapi lavender.
 - c. Evaluasi
 - a) Struktur
Subjek pertama, ke dua dan ke tiga di datangi oleh peneliti kerumah masing-masing perlengkapan seperti lembar observasi, alat untuk pemberian aromaterapi lavender tersedia dan digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang komunikatif dalam penyampaian terapi aromaterapi lavender untuk *emesis gravidarum*, subjek dapat memahami tindakan terapi menggunakan aromaterapi lavender oleh peneliti dan dapat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti.
 - b) Proses
Pelaksanaan kegiatan pada hari Sabtu 28 Mei 2022 sampai hari Jumat 03 Juni 2022 dengan memberikan terapi menggunakan aromaterapi lavender pada pasien ibu hamil trimester ke pertama masing-masing subjek sama yaitu dengan waktu 5 menit.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Hasil dari pengkajian ini, ketiga pasien dengan umur 36 tahun, 26 tahun dan 22 tahun. Dari ke tiga pasien tersebut memiliki kesamaan keluhan seperti mual dan muntah. Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan masalah pada ibu hamil trimester I dengan masalah *emesis gravidarum* kemudian pasien diberikan intervensi pemberian aromaterapi lavender agar mual dan muntah dapat berkurang dan memberikan kenyamanan pada ibu hamil trimester I. Dengan hasil yang di jelaskan dalam bentuk tabel di bawah ini:

Pasien 1: Ny. P Pemberian Aromaterapi Lavender Sebelum Dan Sesudah Di berikan Intervensi

Tabel 1

| Hari/Tanggal | Mual muntah sebelum dilakukan pemberian aromaterapi | Mual muntah sesudah dilakukan pemberian aromaterapi | Selisih sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi |
|-------------------------------|---|---|---|
| Hari Ke - 1 28 - 05 - 2022 | 4 | 4 | 0 |
| Hari ke - 2 29 - 05 - 2022 | 4 | 4 | 0 |
| Hari ke - 3 30 - 05 - 2022 | 4 | 3 | 1 |
| Hari ke - 4 31 - 05 - 2022 | 3 | 3 | 0 |
| Hari ke - 5 01 - 06 - 2022 | 3 | 2 | 1 |
| Hari ke-6 02 - 06 - 2022 | 2 | 1 | 1 |
| Hari ke - 7 03 - 06 - 2022 | 1 | 0 | 0 |

Berdasarkan table 1 di dapatkan hasil dari implementasi yang di lakukan menggunakan aromaterapi lavender selama 7 hari dengan hasil ada perubahan rasa mual muntahnya. Saat implementasi di hari pertama rasa mual muntah klien 4 kali dalam sehari setelah di lakukan terapi klien belum mengalami perubahan dan masih 4 kali dalam sehari. Di hari kedua rasa mual muntah klien masih 4 kali. Setelah itu klien memberikan terapi kembali menggunakan lavender namun klien belum ada perubahan sama sekali. Saat di hari ketiga klien mengalami perubahan dari 4 kali sehari setelah di lakukan terapi menjadi 3 kali sehari. Ada penurunan 1 setelah di lakukan terapi 3 hari. Selanjutnya di hari ke 4 klien belum ada perubahan rasa mual muntahnya. Klien masih mual muntah 3 kali sehari. Setelah itu di hari ke 5 klien ada penurunan rasa mual muntahnya dari 3 kali sehari menjadi 2 kali sehari terdapat penurunan 1 kali. Selain itu, di hari ke enam klien mengalami penurunan kembali dari 2 kali sehari menjadi 1 kali sehari mual muntahnya ada penurunan 1 kali. Sedangkan di hari ke tujuh klien sudah tidak mengalami muntahnya namun klien masih merasa mual.

Pasien 2: Ny.R Pemberian Aromaterapi Lavender Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi

Tabel 2

| Hari/Tanggal | Mual muntah sebelum dilakukan pemberian aromaterapi | Mual muntah sesudah dilakukan pemberian aromaterapi | Selisih sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi |
|-------------------------------|---|---|---|
| Hari Ke - 1 28 - 05 - 2022 | 4 | 4 | 0 |
| Hari ke - 2 29 - 05 - 2022 | 4 | 4 | 0 |

| | | | |
|-------------------------------|---|---|---|
| Hari ke - 3 30 - 05 - 2022 | 4 | 3 | 1 |
| Hari ke - 4 31 - 05 - 2022 | 3 | 3 | 0 |
| Hari ke - 5 01 - 06 - 2022 | 3 | 3 | 0 |
| Hari ke - 6 02 - 06 - 2022 | 3 | 2 | 1 |
| Hari ke - 7 03 - 06 - 2022 | 2 | 1 | 1 |

Berdasarkan tabel 2 di dapatkan hasil dari implementasi yang di lakukan menggunakan aromaterapi lavender selama 7 hari dengan hasil ada perubahan rasa mual muntahnya. Saat implementasi di hari pertama rasa mual muntah klien 4 kali dalam sehari setelah dilakukan terapi klien belum mengalami perubahan dan masih 4 kali dalam sehari. Di hari kedua rasa mual muntah klien masih 4 kali. Setelah itu klien memberikan terapi kembali menggunakan lavender namun klien belum ada perubahan sama sekali. Saat di hari ketiga klien mengalami perubahan dari 4 kali sehari setelah di lakukan terapi menjadi 3 kali sehari. Ada penurunan 1 setelah di lakukan terapi 3 hari. Selanjutnya di hari ke 4 klien belum ada perubahan rasa mual muntahnya. Klien masih mual muntah 3 kali sehari. Setelah itu di hari ke 5 klien belum ada penurunan rasa mual muntahnya dari 3 kali sehari masih sama 3 kali sehari, di hari ke enam klien mengalami penurunan kembali dari 3 kali sehari menjadi 2 kali sehari mual muntahnya ada penurunan 1 kali. Sedangkan di hari ke tujuh klien masih mual muntah sehari 1 kali sebelumnya 2 kali sehari. Ada penurunan dalam menggunakan terapi ini.

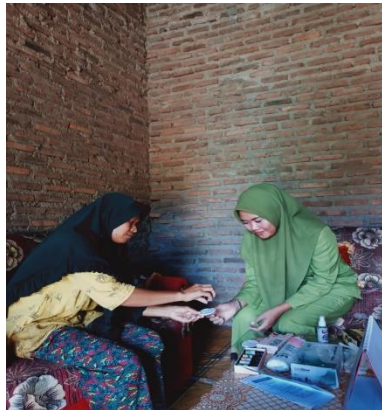
Pasien 3: Ny.T Pemberian Aromaterapi Lavender Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi

Tabel 3

| Hari/Tanggal | Mual muntah sebelum dilakukan pemberian aromaterapi | Mual muntah sesudah dilakukan pemberian aromaterapi | Selisih sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi |
|-------------------------------|---|---|---|
| Hari Ke - 1 28 - 05 - 2022 | 4 | 4 | 0 |
| Hari ke - 2 29 - 05 - 2022 | 4 | 4 | 0 |
| Hari ke-3 30-05-2022 | 4 | 4 | 0 |
| Hari ke - 4 31 - 05 - 2022 | 4 | 3 | 1 |
| Hari ke - 5 01 - 06 - 2022 | 3 | 3 | 0 |
| Hari ke - 6 02 - 06 - 2022 | 3 | 2 | 1 |
| Hari ke-7 03 - 06 - 2022 | 2 | 1 | 1 |

Berdasarkan tabel 3 di dapatkan hasil dari implementasi yang di lakukan menggunakan aromaterapi lavender selama 7 hari dengan hasil ada perubahan rasa mual muntahnya. Saat implementasi di hari pertama rasa mual muntah klien 4 kali dalam sehari setelah di lakukan terapi klien belum mengalami perubahan dan masih 4 kali dalam sehari. Di hari kedua rasa mual muntah klien masih 4 kali. Setelah itu klien memberikan terapi kembali menggunakan lavender namun klien belum ada perubahan sama sekali. Saat di hari ketiga klien belum mengalami perubahan dari 4 kali sehari masih rasa mual muntah sama. Selanjutnya di hari ke 4 klien ada perubahan rasa mual muntahnya. Klien mual muntah 4 kali sehari menjadi 3 kali dalam sehari.terdapat penurunan 1 kali dalam pemberian aromaterai lavender. Setelah itu di hari ke 5 klien belum ada penurunan rasa mual muntahnya dari 3 kali sehari masih sama 3 kali sehari, di hari ke enam klien mengalami penurunan kembali dari 3 kali sehari menjadi 2 kali sehari mual muntahnya ada penurunan 1 kali. Sedangkan di hari ke tujuh klien masih mual muntah sehari 1 kali sebelumnya 2 kali sehari. Ada penurunan dalam menggunakan terapi ini.

Gambaran kegiatan pelaksanaan pengabdian kesehatan masyarakat (PKM):



(Gambar 1 pasien 1 Proses pemberian aromaterapi lavender)



(Gambar 2 pasien 2 Proses pemberian aromaterapi lavender)



(Gambar 3 pasien 3 Proses pemberian aromaterapi lavender)

b. Pembahasan

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 28 Mei 2022 di rumah subjek peneliti Desa Margorejo Kabupaten Lampung Selatan. Pelaksanaan kegiatan ditujukan pada 3 pasien yang berumur 36 tahun, 26 tahun dan 22 tahun yang memiliki keluhan *emesis gravidarum* dan yang kurang pengetahuan tentang terapi menggunakan aromaterapi lavender pada penderita *emesis gravidarum* untuk mengurangi rasa mual dan muntah serta memberikan rasa nyaman pada ibu hamil trimester I.

Kegiatan ini menggunakan lembar observasi, alat yang di gunakan untuk pemberian aromaterapi lavender seperti aromaterapi lavender yang berbentuk essensial oil, kapas, dan sarung tangan. Metode yang digunakan adalah pemberian tindakan terapi menggunakan aromaterapi lavender pada pasien ibu hamil trimester I dengan masalah *emesis gravidarum*, tanya jawab atau evaluasi dengan mempraktikkan cara terapi menggunakan aromaterapi lavender di rumah masing - masing untuk memberi rasa tenang, menurunkan tingkat kecemasan, memberikan efek relaksasi, dan menurunkan frekuensi mual muntah.

Dari kegiatan ini di dapatkan hasil yaitu rata-rata *emesis gravidarum pre* penerapan terapi menggunakan aromaterapi lavender sangat efektif bagi ibu hamil trimester pertama. Pada (Ny.p) saat pengkajian mengalami mual muntah sebanyak 4 kali dalam sehari. Selain itu (Ny.R) awal pengkajian 4 kali sehari mual muntah dan (Ny.T) mengalami mual muntah sebanyak 4-5 dalam sehari. Ketiga subjek termasuk dalam *emesis gravidarum* fisiologis sesuai dengan teori yang di jelaskan oleh Mutiara Efendi (2021) kehamilan menyebabkan perubahan fisik dan psikis pada tubuh. Hal tersebut menimbulkan ber macam-macam keluhan salah satunya mual muntah. Mual muntah atau yang di sebut dengan *Emesis Gravidarum* adalah gejala yang wajar atau sering terdapat pada kehamilan trimester pertama. Hal ini terkadang terjadi pada saat bangun tidur di pagi hari, tetapi juga bisa pada saat siang atau malam hari. Keluhan umum yang di alami wanita hamil dengan usia kehamilan 0-12 minggu dengan gejala mual di sertai muntah terjadi karena perubahan pada sistem hormon selama kehamilan (Effendi, 2021; Fitria, 2018).

Setelah di lakukan penerapan terapi menggunakan aromaterapi lavender terhadap subjek (Ny.P), (Ny.R) dan (Ny.T). Penderita *emesis gravidarum* sesudah di berikan terapi menggunakan aromaterapi lavender menjadi tidak muntah namun masih mual selama 7 hari implementasi dengan selisih 1 kali dalam sehari pada (Ny.P). Selain itu pada (Ny.R) 1

kali sehari rasa mual muntahnya dengan selisih 1 kali setiap hari dan 1 kali sehari mual muntah dengan selisih 1 kali perhari pada (Ny.T). *Emesis gravidarum* penderita ibu hamil trimester pertama cukup mengalami penurunan pada rasa mual muntahnya sehingga terlihat bahwa ada perubahan dari setiap harinya dengan menerapkan aromaterapi lavender selama 7 hari setiap di pagi hari.

Berdasarkan hasil intervensi Ny. P, Ny.R Dan Ny.T Terapi yang di lakukan selama 7 hari ini sangat bagus di gunakan ibu hamil trimester pertama. Selain itu ada terdapat penurunan rasa mual muntah yang di rasakan pasien dari sebelum di lakukan implementasi menggunakan aromaterapi lavender dan setelah di lakukan terapi lavender. Ada perselisihan dari hari ke hari rasa mual yang di rasakan setiap pasien. Biasanya perselisihan tersebut 1 kali penurunan dari hari sebelumnya. Selain itu dalam setiap perubahan terdapat klien yang masih mengalami mual muntahnya maupun hanya rasa mualnya saja.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya Rosaliana (2019) dengan judul “ Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil ” hasil yang diperoleh terhadap responden mayoritas mengalami penurunan emesis gravidarum. Selain di lihat dari hasil yang di peroleh peneliti sebelumnya ada persamaan dari implementasi yang di lakukan peneliti yaitu sama-sama terdapat penurunan rasa mual muntahnya. Peneliti sebelumnya dari 5 kali mual muntah di hari ke tujuh menjadi 3 kali mual muntah. Sedangkan yang di lakukan peneliti sekarang dari 4 kali mengalami mual muntah menjadi 1 kali mual muntah. Setiap hari terdapat penurunan rasa mual muntah tersebut walupun hanya 1 kali dari sebelumnya (Rosalina, 2019).

6. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil uraian asuhan keperawatan pada Ny.P, Ny.R dan Ny. T di Desa Margorejo Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan, diperoleh hasil yang signifikan terhadap penggunaan aromaterapi lavender pada ibu hamil trimester I selama 7 hari berturut-turut selama 5 menit dengan hasil hari ke tujuh Ny.P sudah tidak mengalami muntahnya namun masih merasa mual, Ny.R hari ke tujuh masih mual muntah sehari 1 kali sebelumnya 2 kali sehari, sedangkan Ny.T hari ke tujuh masih merasa mual muntah sehari 1 kali. *Emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama cukup mengalami penurunan pada rasa mual muntahnya sehingga terlihat bahwa ada perubahan dari setiap harinya dengan menerapkan aromaterapi lavender selama 7 hari setiap dipagi hari.

Berdasarkan dari hasil yang telah di sajikan maka ada beberapa saran yang disampaikan kepada pengabdian masyarakat selanjutnya untuk dapat menggunakan metode yang berbeda sehingga dapat mengatasi masalah *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I dan dapat melakukan perbaikan dan penambahan wawasan untuk ibu hamil trimester I agar lebih memahami kesehatannya dengan tepat.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, D., & Rahendza, N. H. (2020). Pengaruh pemberian aroma terapi lemon elektrik terhadap mual dan muntah pada ibu hamil trimester i. *Maternal Child Health Care*, 2(1), 001-010.
- Ani, I. P., & Machfudloh, M. (2021). Literature Review: Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 12(2), 20-26.
- Effendi, M. B. (2021). *Aplikasi Aromaterapi Jahe Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum*. Karya Ilmiah, Universitas Muhammadiyah Magelang,
- Fitria, L. (2018). Pengaruh pemberian minuman sirup jahe emprit terhadap penurunan keluhan emesis gravidarum. *OKSITOSIN: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), 108-112.
- Katili, D. N. O., & Aisyah, M. W. (2019). Aplikasi Peran Variasi Aromaterapi dalam Penurunan Nyeri dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin. *Jakiyah: Jurnal Ilmiah Umum dan Kesehatan Aisyiyah*, 4(2), 91-109.
- Lazdia, W., & Putri, N. E. (2020). Pengaruh Jahe Hangat Dalam Mengurangi Mual, Muntah Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum. *REAL in Nursing Journal*, 3(1), 30-39.
- Mujayati, N. (2021). *Efektivitas Aromaterapi Lemon Pada Penurunan Derajat Emesis Gravidarum Di Praktek Mandiri Bidan*. Jurusan Kebidanan 2021,
- Nurdiana, A. (2019). Efektifitas Pemberian Permen Jahe terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil di Klinik Khairunida Sunggal Tahun 2018.
- Paskana, K., & Gusnidarsih, V. (2020). Hubungan Paritas Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *Jurnal Asuhan Ibu dan Anak*, 5(2), 25-29.
- Pratiwi, A. M. (2019). *Patologi Kehamilan: Memahami Berbagai Penyakit dan Komplikasi Kehamilan*.
- Retni, A., Handayani, F., & Mohamad, I. S. W. (2020). Literature Review: Pemberian Aromaterapi Essential Oil Lavender Terhadap Emesis Gravidarum Pada Kehamilan Trimester Pertama. *Journal of Borneo Holistic Health*, 3(2), 140-150.
- Rinata, E., & Ardillah, F. R. (2017). Penanganan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di BPM Nunik Kustantina Tulangan-Sidoarjo.
- Rizki, S. F. B., Harahap, F. S. D., & Fitri, A. (2022). Efektivitas Aromaterapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Dan Peppermint (*Mentha Piperita* L) Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(1), 49-57.
- Rosalinna, R. (2019). Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 48-55.
- Rudiyanti, N., & Rosmadewi, R. (2019). Hubungan Usia, Paritas, Pekerjaan dan Stres dengan Emesis Gravidarum di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 7-18.
- Sari, P., Yuniarti, Heryati & Kosma. (2021). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender dalam Mengurangi Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2021*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu,
- Sari, Z. E. D. (2018). Perbedaan Efektivitas Pemberian Essensial Oil Peppermint dan Aroma Terapi Lavender terhadap Intensitas Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam Tahun 2017. *Menara Ilmu*, 12(4).

- Suralaga, C., Nurul Husnul, N., & Romini, T. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif di Klinik Indah Medika Tahun 2020.
- Wahyuningsih, A. (2020). *Penerapan Aromaterapi Rosemary Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kendal*. Universitas Muhammadiyah Semarang,
- Zega, D. F. (2019). Upaya Ibu Hamil Trimester I Dalam Penanganan Morning Sicknes Di Wilayah Kerja Puskesmas Marbau Kabupaten Labuhan Batu Utara. *Journal of Midwifery Senior*, 2(1), 1-7.