

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI INHALER LEMON TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI PMB SITI NURWENDAH****Mintarsih Alaeni<sup>1\*</sup>, Riza Faulina<sup>2</sup>**<sup>1,2</sup>Fakultas Ilmu Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara  
Jakarta

Email Korespondensi: mintarsihalaeni@gmail.com

Disubmit: 26 Juli 2023

Diterima: 14 April 2024

Diterbitkan: 01 Mei 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i5.11212>**ABSTRACT**

*Hormonal changes in maternal pregnancy are due to an increase in the hormones estrogen and progesterone, which are produced by Human Chronic Gonadotropin. These hormones are thought to cause emesis gravidarum. Emesis gravidarum is an early symptom of nausea accompanied by vomiting that occurs in early pregnancy. 1 at PMB Siti Nurwendah in 2023. Knowing the Effect of Giving Aromatherapy Lemon Inhaler Against Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women at PMB Siti Nurwendah. This study uses a quantitative research type with an analytical research design and uses a pre-experimental approach in the form of a one-group pretest and post-test with purposive sampling with a sample of 35 people. Data techniques included in univariate analysis using frequency distribution and bivariate analysis using SPSS program statistical calculations. The statistical test results obtained with a p value of 0.000 mean that H<sub>0</sub> is rejected, which means that it can be concluded that there is an effect of Aromatherapy Lemon Inhaler on Emesis Gravidarum in Trimester 1 Pregnant Women at PMB. Siti Nurwendah. There is a significant effect of Aromatherapy Inhaler Lemon on Emesis gravidarum; this research should be a reference for reducing emesis gravidarum by using Aromatherapy Inhaler lemon.*

**Keywords:** *Pregnant Women, Emesis Gravidarum, Aromatherapy Inhaler Lemon***ABSTRAK**

Perubahan hormonal pada kehamilan ibu karena terdapat peningkatan hormon estrogen, progesterone yang diproduksi oleh Human Chronic Gonadotropin. Hormon - hormon inilah yang diduga menyebabkan emesis gravidarum, Emesis gravidarum merupakan gejala awal mual yang disertai muntah yang terjadi pada awal kehamilan, Berdasarkan hal tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhaler Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 di PMB Siti Nurwendah Tahun 2023". Mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhaler Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 di PMB Siti Nurwendah. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian analitik dan menggunakan pendekatan Pra Eksperimental bentuk one group pretest and post-tes dengan *purposive sampling* dengan sample 35 orang. Teknik data termasuk dalam analisis univariat menggunakan distribusi

frekuensi dan analisis bivariat menggunakan perhitungan statistik program SPSS. Hasil uji statistic didapatkan dengan *p value* 0,000 artinya  $H_0$  ditolak, yang berarti dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Aromatherapy Inhaler Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di PMB Siti Nurwendah. Terdapat pengaruh yang signifikan Aromatherapy Inhaler Lemon Terhadap Emesis Gravidarum, penelitian ini sebaiknya dapat menjadi referensi dalam mengurangi emesis gravidarum dengan menggunakan Aromatherapy Inhaler Lemon.

**Kata Kunci:** Ibu Hamil, Emesis Gravidarum, Aromatherapy Inhaler Lemon

## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang didalam rahimnya terdapat embrio atau fetus. Kehamilan dimulai pada saat masa konsepsi hingga lahirnya janin, dan lamanya kehamilan dimulai dari ovulasi hingga partus yang di perkirakan sekitar 40 minggu dan tidak melebihi 43 minggu. Dalam proses kehamilan ini terjadi perubahan anatomi fisiologi, selain perubahan tersebut ibu hamil mengalami ketidaknyamanan dalam kehamilan seperti kelelahan, keputihan, mengidam, sering buang air putih (emesis gravidarum). Perubahan diatas terjadi akibat adanya ketidakseimbangan hormon progesteron dan esterogen yakni hormon kewanitaan yang ada di dalam tubuh ibu sejak terjadinya proses kehamilan. Emesis gravidarum merupakan gejala awal mual yang disertai muntah yang terjadi pada awal kehamilan, gejala ini biasanya terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung kurang lebih 10 minggu, namun pada beberapa kasus dapat berlanjut sampai kehamilan trimester kedua dan ketiga (Ulfika, 2019). Kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada ibu karena terdapat peningkatan hormone estrogen, progesterone yang diproduksi oleh Human Chronic Gonadotropin. Hormon - hormon inilah yang diduga menyebabkan

emesis gravidarum, tetapi setiap ibu berbeda responnya terhadap perubahan hormonal ini sehingga tidak semua ibu mengalami emesis gravidarum (Henukh & Pattypeilohy, 2019).

Angka kejadian mual muntah di dunia yaitu 70%-80% dari jumlah ibu hamil (Haridawati, 2020). Menurut World Health Organization (2019) jumlah kejadian emesis gravidarum mencapai 12,5%, dari seluruh jumlah kehamilan di dunia. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020), angka ibu hamil dengan kasus emesis gravidarum di wilayah Indonesia yakni selama tahun 2019, dari 2.203 angka kehamilan ibu, didapati sebanyak 543 ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum, di periode awal masa kehamilan. Sehingga, dapat dirata-ratakan angka kejadian kasus emesis gravidarum pada tahun 2019 yakni sebanyak 67,9%. Dimana, 60% - 80% angka kejadian ini terjadi pada ibu dengan primigravida, serta 40% - 60% angka kejadiannya pada ibu hamil dengan multigravida.

Berdasarkan hasil penelitian di Indonesia diperoleh data ibu dengan hiperemesis gravidarum mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan. Keluhan mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Satu diantara seribu kehamilan gejala-gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena

meningkatnya kadar hormon estrogen dan Hormon Chorionic Gonadotropin (HCG) dalam serum perubahan fisiologis kenaikan hormon ini belum jelas, mungkin karena sistem saraf pusat atau pengosongan lambung yang berkurang (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Pembangunan bidang kesehatan di Indonesia selama ini tidak hanya dilakukan oleh Misi Nasional tetapi juga misi Global yang salah satunya melalui *Miienium Devolepment Goals* (MDGs) dan telah berakhir pada tahun 2015 kemudian dilanjutkan dengan pembangunan *Sustainable Devolepment Goal* (SDGs) dengan tujuan mencapai target MDGs 2015 yang belum tercapai hingga tahun 2030 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015).

Pembangunan *Sustainable Devolepment Goal* (SDGs) dalam gelaran Rapat Kerja Kesehatan Nasional (Rekerkesnas) 2016 adalah lebih menekankan dalam satu tujuan SDGs yakni menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala umur dengan target Angka Kematian Ibu (AKI) menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup dan Angka Kematian Bayi (AKB) menjadi 12 per 1.000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

Kelahiran angka kematian ibu di Jawa Barat tahun 2018 yang dilaoporkan pada tabel Profil Kesehatan 2018 sebesar 76,03 per 100.000 KH, Jika dibandingkan dengan proporsi AKI tahun 2017 yang ditargetkan maka AKI di provinsi Jawa Barat sudah berada dibawah target nasional (MDG)s Tahun 2015. Terdapat 10 Kabupaten/Kota dengan poporsi kematian ibu dibawah rata-rata Jawa Barat yaitu, Kota Bekasi, Kota Bogor, Kota Depok, Kabupaten Bogor, Kota Bnadung, Kabupaten

Cianjur, Kabupaten Bandung, Kabupaten Ciamis dan Kota Cirebon (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2018).

Dampak *hiperemesis gravidarium* menurut berat ringannya gejala dapat dibagi ke dalam tiga tingkatan. Tingkatan I, muntah terus menerus yang mempengaruhi keadaan umum ibu merasa lemah, nafsu makan tidak ada, berat badan menurun dan merasa nyeri pada epigastrium. Nadi meningkat sekitar 100 per menit, tekanan darah sistolik menurun, turgor kulit mengurang, lidah mengering dan mata cekung. Tingkatan II, penderita tampak lebih lemah dan apatis, turgor kulit lebih mengurang, lidah mengering dan nampak kotor, nadi kecil dan cepat, suhu kadang-kadang naik dan mata sedikit ikteris. Berat badan turun dan mata menjadi cekung, tensi turun, hemokonsentrasi, oligouria dan konstipasi. Tingkatan III, keadaan umum lebih parah, muntah berhenti, kesadaran menurun dari somnolen sampai koma, nadi kecil dan cepat, suhu meningkat dan tensi menurun. Komplikasi fatal terjadi pada susunan saraf yang dikenal sebagai *ensefalopatiwernicke*, dengan gejala : *nistagmus diplopia* dan perubahan mental. Keadaan ini adalah akibat sangat kekurangan zat makanan, termasuk vitamin B kompleks. Timbulnya ikterus menunjukkan adanya payah hati. (Anggraini et al., 2022)

Penanganan mual muntah pada kehamilan antara lain yaitu farmakologis (vitamin B6, antihistamin, fenotiazin dan metoklopramid, ondansentron, dan kortikosteroid), non farmakologis (makan sering dalam porsi kecil, misalnya setiap dua jam sekali, menghindari makanan berbau tajam, mencoba ngemil crackers setelah bangun pagi, makan makanan karbohidrat tinggi, minum jus manis

di pagi hari, tidak merokok atau mengonsumsi minuman beralkohol, dan mengurangi stress), dan komplementer (akupunktur, minum peppermint tea, mengulum permen mint, spearmint, aromaterapi jahe, spearmint, pappermint, lemon, dan mencoba *ginger tea* (Novita, 2020).

*Lemon essential oil* mengandung limonene 66-80% ,geranil asetat, nerol, linalil asetat,  $\beta$  pinene 0,4-15%,  $\alpha$  pinene 1-4% , terpinene 6-14% dan myrcen. Geranil asetat dalam aromaterapi lemon merupakan salah satu senyawa monoterpenoid dan alkohol dengan formula C<sub>10</sub>H<sub>18</sub>O. Bau di tingkat dasar terendah, dapat merangsang tubuh untuk merespon secara fisik dan psikologis. Ketika menghirup zat aromatik atau *essential oil* memancarkan biomolekul, sel-sel reseptor di hidung untuk mengirim impuls langsung ke penciuman di otak. Daerah ini terkait erat dengan sistem lain yang mengontrol memori, emosi, hormon, seks, dan detak jantung. Segera impuls merangsang untuk melepaskan hormon yang mampu menenangkan dan menimbulkan perasaan tenang serta mempengaruhi perubahan fisik dan mental seseorang sehingga bisa mengurangi mual muntah (Young dalam Fatimah et al., 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fithriana (2016) setelah menghirup aromatherapy jeruk responden merasakan kenyamanan dan muntah yang sebelumnya mereka alami sekarang berkurang, tingkat emesis gravidarum ibu hamil di dua lokasi penelitian paling banyak pada tingkat sedang di wilayah labulia dan labuhan Lombok dengan nilai  $< \alpha$  (0.000<0.05).

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil

Trimester 1 di PMB Siti Nurwendah Tahun 2023”

## TINJAUAN PUSTAKA

### Kehamilan

Kehamilan adalah masa dimana seorang wanita membawa embrio atau fetus didalam tubuhnya. Kehamilan manusia terjadiselama 40 minggu, terjadi mulai dari menstruasi terakhir sampai kelahiran (38 minggu dari pembuahan). Istilah medis untuk wanita hamil adalah gravida, sedangkan manusia didalamnya disebut embrio dan kemudian disebut janin (Rahmatullah & Kurniawan, 2019).

### Emesis Gravidarum

Mual (nausea) dan muntah (emesis) adalah gejala yang wajar dan sering kedapapatan pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari gejala-gejala ini kurang lebih 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. 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 chorionic gonadotropine plasenta. Hormon inilah yang menyebabkan emesis gravidarum (Aulia et al., 2022).

Muntah diakibatkan oleh stimulasi dari pusat muntah di sumsum-sambung (medulla oblongata) dan berlangsung menurut beberapa mekanisme, yaitu akibat rangsangan langsung melalui CTZ (Chemoreceptor Trigger Zone). CTZ adalah suatu daerah dengan banyak reseptor yang letaknya berdekatan dengan pusat muntah di sumsum-sambung, tetapi diluar rintangan

(barrier) darah otak. Dengan bantuan neurotransmitter dopamine (DA), CTZ dapat menerima isyarat-isyarat sirkulasi. Rangsangan mengenai kehadiran zat-zat kimiawi asing didalam sirkulasi. Rangsangan tersebut lalu diteruskan kepusat muntah. Menurut perkiraan, CTZ juga berhubungan langsung dengan darah dan cairan otak (Tjay, 2015).

Lacasse et al. dalam Latifah et al. (2017) mengatakan bahwa etiologi mual dan muntah selama kehamilan sering kali sulit dimengerti tetapi mual dan muntah selama kehamilan ini dapat dipertimbangkan sebagai akibat dari masalah multifaktor. Beberapa teori yang diusulkan terkait dengan mual dan muntah ini adalah hormonal, sistem vestibular, sistem gastrointestinal, psikologi, hyperolfaction, genetik dan faktor lainnya. Namun Mual dan muntah dalam kehamilan merupakan sebuah gejala fisiologis karena terjadinya berbagai perubahan di dalam tubuh wanita yang hamil. Mual dan muntah semasa kehamilan ini bisa disebabkan oleh perubahan dalam sistem endokrin, efek aparatus vestibular, adaptasi saluran gastrointestinal, infeksi *Helicobacter pylori*.

Banyak instrumen yang tersedia dan telah digunakan untuk mengukur berbagai aspek dari mual, tetapi semuanya itu belum cukup valid dan memiliki standar. Frekuensi, intensitas dan durasi mual adalah karakteristik yang paling penting yang biasa diukur dalam percobaan klinis (Del Favero et al., 1992). Instrumen dalam penelitian ini yaitu menggunakan lembar kuesioner Rhodes INVR/Rhodes Index for Nausea, Vomiting, and Retching. Kuesioner diisi oleh responden sebelum dan sesudah diberi aromaterapi lemon, berdasarkan gejala mual muntah yang dialami oleh responden. Kuesioner Rhodes

INVR ini merupakan instrumen yang menilai mual dan muntah yang terdiri atas delapan pertanyaan dengan pilihan jawaban yang mengkaji secara subjektif dan objektif, instrumen ini sederhana tetapi validitas dan reliabilitasnya tinggi yaitu dengan cronbach alpha nilainya 0,912-0,968, spearman's coefficient 0,962 - 1,000,  $P < 0,0001$ .

Rhodes INVR ini berisi 8 pertanyaan dengan skala likert 0-4. Skor diinterpretasikan dengan 0-32 dengan 0 sebagai nilai terendah dan 32 sebagai nilai tertinggi. Kuesioner ini memiliki nilai validitas konstruk 0.87 dan reliabilitas yang diuji dengan Alpha-Cronbach 0.98. Index Nausea, Vomiting, and Retching (INVR) memiliki 8 item pengkajian dan 5 skala likert. Rentang skor berkisar dari 0 sampai 32. Dimana 0: tidak mual- muntah, 1-8: mual-muntah ringan, 9-16: mual-muntah sedang, 17-24: mual- muntah berat, dan 25-32: mual-muntah buruk (Rhodes & McDaniel, 2001).

### Aromaterapi

Kata aromaterapi berarti terapi dengan memakai minyak esensial yang ekstrak dan unsur kimianya diambil dengan utuh. Aromaterapi adalah bagian dari ilmu herbal (herbalism) (Poerwadi, 2016). Sedangkan menurut Sharma (2018) aromaterapi berarti 'pengobatan menggunakan wangi-wangian'. Istilah mual muntah juga merujuk pada penggunaan minyak esensial dalam penyembuhan holistik untuk memperbaiki kesehatan dan kenyamanan emosional dan dalam mengembalikan keseimbangan badan. Terapi komplementer (pelengkap), seperti homoeopati, aromaterapi dan akupunktur harus dilakukan seiring dengan pengobatan konvensional.

### Lemon (*Citrus Lemon*)

Lemon (*Citrus Limon*) merupakan tanaman asli asia tenggara. Lemon juga termasuk salah satu jenis tumbuhan perdu yang banyak memiliki dahan dan ranting dengan tinggi maksimal mencapai 10 sampai 15 kaki. *Citrus Limon* memiliki batang berduri, daun hijau, lonjong, bunga berbentuk oval dan berwarna putih dengan garis-garis ungu di dalamnya. Buahnya berukuran 7-12cm dan berbentuk bulat telur dengan ujung yang runcing pada salah satu ujungnya (Oktaviani, 2020).

Aromaterapi lemon merupakan jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi mual muntah. Limone 70%, beta-pinene 11%, gamma-terpinene 8%, citral 2%, trana-alpha-bergamodhine 0,4% adalah kandungan yang terdapat dari minyak essensial citrus lemon yang memiliki manfaat sebagai mentaly, stimulating, antitheumatic, antispasmodic, hypotensive, antistress dan sedative. Limonene adalah kandungan dari citrus limon yang sangat bioavailable oleh paru manusia sebesar 70% dan 60% dimetabolisme / didistribusi dengan cepat. Limonene, gamma-terpinene dan citral dapat menghambat kadar serum corticosterone dan monoamin di otak ketika mengalami stres fisik maupun psikologis sehingga dapat mengurangi stress (Oktaviani, 2020).

### Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Emesis

Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1.

### METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian analitik dan menggunakan pendekatan Pra Eksperimental bentuk *one group pretest and post-test*. Adapun rancangan bangun penelitian ini adalah Pra - Experimental dengan desain (*One-Group Pretest-Postest Design*). Variabel bebas dari penelitian ini adalah aromaterapi inhalasi lemon dan variabel terikatnya adalah Emesis Gravidarum Pada Ibu hamil Trimester 1. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Maret sampai April 2023. Populasi dalam target penelitian ini yakni seluruh ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah di PMB Siti Nurwendah, dari bulan Maret - April 2023. Jumlah populasi Ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum di PMB Siti Nurwendah sebanyak 35 orang. Sampel diambil 32 responden menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi serta besar sampel yang diukur menggunakan rumus slovin dengan ketetapan relative 0,5%. Adapun kriteria inklusi berupa ibu hamil yang bersedia menjadi responden dan ibu hamil yang mengalami mual dan muntah pada usia kehamilan 0-12 minggu. Adapun kriteria eksklusi berupa ibu hamil trimester 1 dengan riwayat gastritis dan ibu hamil trimester 1 dengan riwayat Alergi, terhadap Bau yang menyengat. Instrumen dalam penelitian ini yaitu dalam bentuk lembar obsevasi untuk hiperemesis gravidarum dan kuesioner. Untuk mengetahui tingkat mual dan muntah menggunakan skala *Index Nausea, vomiting, and Retching* (INVR). Data yang telah dikumpulkan pada penelitian ini selanjutnya

diolah dengan menggunakan program komputer dengan beberapa tahapan yaitu merekapitulasi hasil lembar observasi kemudian dilakukan *editing, coding, entry*

*data, dan tabulasi*. Data dianalisis menggunakan analisis univariat nilai mean dan Analisis bivariat menggunakan uji paired simple t test.

## HASIL PENELITIAN

### Hasil Analisis Univariat

**Tabel 1. Distribusi frekuensi emesis gravidarum pre test dan post test pada responden kelompok Eksperimen di PMB Siti Nurwendah tahun 2023**

Kelompok Eksperimen	N	Mean	SD	Minimal-Maksimal	95%CI
Pre Test	16	23.12	2.964	17-28	6.984
Post Test	16	13.06	3.820	7-21	11.891

Berdasarkan data yang terdapat pada tabel 1 disampaikan bahwa rata-rata emesis gravidarum pada kelompok eksperimen adalah 23.12 dengan standar deviasi 2.964. Skor emesis gravidarum pada responden terendah yaitu 17 dan tertinggi 28. Dan estimasi interval menyimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata emesis gravidarum pre test pada responden di PMB Siti Nurwendah adalah 6.984. Dilihat dari nilai mean pre test pada kelompok eksperimen maka dapat dikategorikan emesis gravidarum Berat.

Didapatkan rata-rata emesis gravidarum post test adalah 13.06 dengan standar deviasi 3.820. Skor emesis gravidarum pada responden terendah yaitu 7 dan tertinggi yaitu 21. Dan estimasi interval disimpulkan bahwa 95% yakni rata-rata skor emesis gravidarum post test pada responden di PMB Siti Nurwendah adalah 11.891. Dilihat dari nilai *mean post test* pada kelompok eksperimen maka dapat dikategorikan emesis gravidarum Sedang.

**Tabel 2. Distribusi frekuensi emesis gravidarum pre test dan post test pada responden kelompok Kontrol di PMB Siti Nurwendah tahun 2023**

Kelompok kontrol	N	Mean	SD	Minimal-Maksimal	95%CI
Pre test	16	20.12	3.202	14-24	0,349
Post test	16	18.50	3.011	13-23	3.599

Berdasarkan data yang terdapat pada tabel 2 didapatkan bahwa rata-rata emesis gravidarum pada kelompok kontrol adalah 20.12 dengan standar deviasi 3.202. Skor emesis gravidarum pada responden terendah yaitu 14 dan tertinggi 24 dan estimasi interval menyimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata emesis gravidarum pre test pada responden di PMB Siti Nurwendah adalah 0,349. Dilihat dari nilai mean pre test pada

kelompok kontrol maka dapat dikategorikan emesis gravidarum Berat. Pada kelompok didapatkan rata-rata emesis gravidarum post test adalah 18.50 dengan standar deviasi 3.011. Skor emesis gravidarum pada responden terendah yaitu 13 dan tertinggi yaitu 23. Dan estimasi interval disimpulkan bahwa 95% yakni rata-rata skor emesis gravidarum pre test pada responden di PMB bidan siti

nurwendah adalah 3.599. Dilihat dari nilai mean post test pada kelompok

kontrol maka dapat di kategorikan emesis gravidarum Berat.

### Hasil Analisis Bivariat

**Tabel 3. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 sebelum dan sesudah diintervensi pada kelompok eksperimen dan kontrol Di PMB Siti Nurwendah tahun 2023.**

Kelompok	N	Mean	SD	SE	P Value
Eksperimen	16	9.439	4.604	1.151	0,000
Kontrol	16	1.625	3.704	0,926	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil uji *Paired sample t-test data* yang didapatkan bahwa rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil post test pada kelompok eksperimen adalah 9.439 dengan standar deviasi 4.604 hasil uji statistik didapatkan p value 0,000

artinya  $H_0$  ditolak, yang berarti dapat disimpulkan bahwa secara statistik terdapat pengaruh aromatherapy inhalasi lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di PMB Siti Nurwendah tahun 2023.

### PEMBAHASAN

#### Distribusi frekuensi emesis gravidarum pre test dan post test pada responden kelompok Eksperimen di PMB Siti Nurwendah tahun 2023

Hasil analisis emesis gravidarum pre test dan post test menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada responden kelompok eksperimen pre test adalah 23.12 dengan skor emesis gravidarum terendah yaitu 17 dan yang tertinggi yaitu 28. Rata-rata emesis gravidarum post test yaitu 13.06 dengan skor emesis gravidarum terendah 7 dan tertinggi yaitu 21. Selisih penurunan antara nilai mean pre test dan post tes pada kelompok eksperimen adalah 9,52 terdapat penurunan yang signifikan karena kelompok eksperimen telah diberikan aromatherapy lemon dimana di dalam kandungan aromatherapy lemon merupakan komponen utama yang dapat menghambat juga mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit termasuk emesis gravidarum. Berdasarkan data

yang di dapatkan oleh peneliti rata-rata emesis gravidarum pretest pada responden kelompok eksperimen umumnya berada dalam rentang skor 7-21 yaitu emesis gravidarum kategori sedang.

Menurut Tiran, (2017) emesis gravidarum biasanya disebabkan oleh perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar hCG (*Human Chorionic Gonadotrophin*) khususnya karena priode emesis gravidarum paling umum adalah minggu pertama yang pada saat itu, hCG mencapai kadar tertingginya. hCG sama dengan LH (Letenizing Hormone) yang di sekresikan oleh sel trofoblas blastosit. Dalam penelitian ini semua responden dilapangan adalah ibu hamil dengan usia kehamilan 0-12 minggu dengan dominan usia 8 minggu dan 12 minggu.

Berdasarkan analisa peneliti terdapat penurunan emesis gravidarum setelah diberikan

intervensi inhalasi aromatherapy lemon dikarenakan Jeruk lemon dapat mengurangi keluhan emesis gravidarum, sakit kepala dan menambah nafsu makan, selain itu juga minyak astiri yang terdapat dalam jeruk lemon mengeluarkan aroma yang khas sehingga respon bau/aroma yang di hasilkan akan merangsang kerja sel neuro kimia otak dan dapat menstabilkan sistem saraf selanjutnya menimbulkan efek tenang pada ibu hamil trimester 1 yang mengalami emesis gravidarum.

Sebelum penelitian responden mengatakan bahwa mengalami emesis gravidarum yang sering terutama pada pagi hari, responden mengatakan upaya untuk menangani emesis gravidarum dengan cara beristirahat, makan permen dan makan buah-buahan yang masam namun tidak ada perubahan mual muntah tetap ada, selain itu responden rutin meminum vitamin B6 yang di berikan pihak puskesmas namun mual muntah tetap sering terjadi, setelah pemberian intervensi selama 4 hari setiap pagi responden merasa lebih nyaman dan frekuensi mual muntah berkurang.

#### **Distribusi frekuensi emesis gravidarum pre test dan post test pada responden kelompok Kontrol di PMB Siti Nurwendah tahun 2023**

Hasil analisis skor emesis gravidarum pre test menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada responden kelompok kontrol adalah 9,06 dengan skor emesis gravidarum terendah yaitu 7 dan yang tertinggi 13. Rata-rata emesis gravidarum post test pada responden kelompok kontrol yaitu 8,81 dengan skor emesis gravidarum terendah yaitu 6 dan skor emesis gravidarum tertinggi 12. Selisih penurunan antara nilai mean pre test dan post tes pada kelompok kontrol adalah 0.23 terdapat penurunan namun tidak signifikan.

Pada penelitian ini faktor yang mempengaruhi emesis gravidarum pada responden diantaranya adalah peningkatan hormone HCG (Human Chorionic Gonadotropin) hormone plasenta ini dapat memicu pusat mual yaitu chemoreceptor tringger zone sehingga menyebabkan emesis gravidarum saat hamil. Peningkatan hormone estrogen dan penurunan hprnone TSH (Thyrotropin-Stimulating Hormone). Tiga hormone ini dipercaya merupakan beberapa faktor yang berpengaruh dalam mual muntah hebat atau yang lebih dikenal dengan istilah hiperimesis gravidarum pada kehamilan (Quinlan & Hill, 2016).

Berdasarkan analisa peneliti dari hasil di atas pada kelompok kontrol terjadinya penurunan emesis gravidarum namun tidak signifikan, penurunan emesis gravidarum di karenakan responden pada kelompok kontrol rutin meminum vitramin B6 yang di berikan puskesmas karena manfaat vitamin B6 adalah sebagai mengatasi kekurangan B6 pada tubuh, mengatasi mual saat kehamilan, mengatasi anemia. Maka dapat dilihat dari manfaat B6 tersendiri dapat menurunkan mual.

#### **Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 sebelum dan sesudah diintervensi pada kelompok eksperimen dan kontrol Di PMB Siti Nurwendah tahun 2023**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata skor emesis gravidarum pada responden kelompok eksperimen adalah 9.438 yaitu emesis gravidarum sedang dan rata-rata skor emesis gravidarum kelompok kontrol adalah 1.625 yaitu emesis gravidarum buruk didapatkan selisih antara skor emesis gravidarum kelompok eskperimen dan kelompok kontrol adalah 7,813. Hasil uji statistik menunjukkan

terdapat pengaruh aromatherapy lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 (P-Value  $0,000 < 0,05$ ).

Hal ini sesuai dengan penelitian Fitria et al. (2021) ada pengurangan frekuensi emesis gravidarum trimester I dengan pemberian aromaterapi Lemon di Klinik Bidan Rosita Desa Pasar Senin Provinsi Jambi tahun 2020. Penggunaan aromaterapi lemon sebagai pengobatan norfamokologi untuk mengatasi mual muntah adalah hal yang baik, karena selama ini pengobatan mual muntah menggunakan pengobatan farmakologi seperti obat-obatan. Penanganan mual muntah dengan aromaterapi lemon akan lebih memudahkan dan praktis yaitu dengan meneteskan 2-3 tetes aromaterapi ke tissue kemudian dihirup secara perlahan di waktu yang sama saat ibu belum melakukan aktifitas fisik. Aromaterapi lemon dapat mengurangi tingkat emesis gravidarum karena pada saat dihirup aromaterapi menghambat pengeluaran serotonin sehingga serotonin dalam darah tidak berkurang, jika serotonin dalam darah tidak mengalami penurunan maka mual muntah tidak akan meningkat. Hal ini membuat efek langsung dari minyak atsiri dalam mewujudkan keseimbangan emosional fisiologi (Jaelani, 2017).

Ketika menghirup zat aromatik atau minyak essential memancarkan biomolekul, sel-sel reseptor dihidung untuk mengirim impuls langsung ke penciuman di otak, daerah ini terkait erat dengan sistem lain yang mengontrol memori, emosi, hormon, seks dan detak jantung. Segera impuls merangsang untuk melepaskan hormon yang mampu menenangkan dan menimbulkan perasaan tenang serta mempengaruhi perubahan fisik dan mental seseorang sehingga bisa

mengurangi mual muntah (Cholifah & Raden, 2016).

Aromatherapy lemon dipilih karena merupakan aromatherapy yang aman digunakan pada kehamilan. Dalam penelitian ini pemberian aromatherapy lemon menggunakan metode inhalasi menggunakan tisu yang diberikan 2-3 tetes essential oil aromatherapy lemon (Jaelani, 2017).

Perubahan emesis gravidarum yang terjadi pada responden penelitian ini dapat menunjukkan bahwa penurunan emesis gravidarum pada masing-masing responden sangat bervariasi, hal itu sangat terkait erat dengan faktor-faktor yang mempengaruhi emesis gravidarum yang di bawa oleh responden baik dari diri sendiri maupun lingkungan luar, namun dilihat dari perubahan pengaruh aromatherapy lemon ini menunjukkan hasil perubahan yang efektif. Pada penelitian ini peran peneliti sebagai edukator dan care giver, dimana peneliti memberikan pendidikan kesehatan kepada pihak puskesmas dan responden mengenai emesis gravidarum ibu hamil trimester 1 dan penatalaksanaan untuk mengurangi emesis gravidarum ibu hamil trimester 1 sedangkan care giver, peneliti memberikan intervensi berupa pemberian aromatherapy lemon untuk mengurangi emesis gravidarum yang di rasakan karena kehamilan.

Pada saat dilakukan pemberian aromatherapy lemon seluruh responden bersedia mengikuti hingga selesai. Hal ini dibuktikan dengan tidak adanya responden yang dropout. Oleh karena itu pemberian aromatherapy lemon dapat dijadikan alternatif tambahan untuk mengurangi emesis gravidarum ibu hamil pada responden di PMB Siti Nurwendah.

Berdasarkan analisa peneliti bahwa pemberian inhalasi

aromatherapy lemon sangat bermanfaat untuk penurunan emesis gravidarum dapat dilihat dari nilai statistik yang menunjukkan penurunan yang signifikan sebanyak 0,000. Selain itu setiap minyak essential memiliki efek farmakologis yang unik seperti antibakteri, antivirus, diuretic, vasodilator, penenang dan merangsang adrenal ketika minyak essential dihirup, molekul masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Maka dari hal tersebut emesis gravidarum bisa tertangani dan responden merasa nyaman setelah pemberian aromatherapy.

Dengan demikian dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian aromatherapy lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di di PMB Siti Nurwendah.

#### KESIMPULAN

Pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan aromaterapi inhalasi lemon terhadap penurunan emesis gravidarum.

#### Saran

Hasil penelitian ini sebaiknya dapat menjadi referensi dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil dengan menggunakan aromaterapi inhalasi lemon, karena terapi ini sangat berpengaruh dalam mengurangi emesis gravidarum apabila dihirup secara rutin dan sesuai anjuran. Sebaiknya peneliti selanjutnya memperluas lokasi penelitian dan memperbanyak responden.

#### DAFTAR PUSTAKA

anggraini, Y., Aisyah, S., & Rahmadhani, S. P. (2022).

Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum Di Rumah Sakit Bhayangkara Palembang Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(2), 711. <https://doi.org/10.33087/jubj.v22i2.1734>

Aulia, D. L. N., Anjani, A. D., Utami, R., & Prima Lydia, B. (2022). Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal Of Midwifery Sciences)*, 11(1), 43-51.

<https://doi.org/10.35328/kebidanan.v11i1.2130>

Cholifah, S., & Raden, A. (2016). Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Kebidanan Dan Keperawatan*, 12, 46-53.

Del Favero, A., Tonato, M., & Roila, F. (1992). Issues In The Measurement Of Nausea. *The British Journal Of Cancer. Supplement*, 19, S69-71. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1467206>

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Buku Kesehatan Ibu Dan Anak*.

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2017*.

Fatimah, O. R., Ratna, W., & Mardalena, I. (2018). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Essential Oil Terhadap Mual Muntah Pasca Operasi Sectio Caesarea Dengan Spinal Anestesi Di Rskia Sadewa Yogyakarta. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Fithriana, D. (2016). Perbandingan Efektifitas Akupresure

- Perikardium Dengan Aromaterapi Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Pulau Lombok. *Prima: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Stikes Mataram*, 2(1). <https://doi.org/10.47506/jpri.v2i1.23>
- Fitria, A., Prawita, A. A., & Yana, S. (2021). Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(3), 96102. <https://doi.org/10.33860/jbc.v3i3.445>
- Haridawati. (2020). Pengaruh Jahe (Zingiber Officinale) Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. *Allnsyirah Midwifery Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal Of Midwifery Sciences)*, 9(1).
- Henukh, D. M. S., & Pattypeilohy, A. (2019). Pengaruh Minuman Sari Jahe Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Alak. *Chmk Midwifery Scientific Journal*, 2(2).
- Jaelani. (2017). *Aromaterapi*. Pustaka Populer Obor.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Rencana Strategi Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Rakerkesnas 2016: Keluarga Sehat Pilar Utama Bangsa Yang Kuat*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/16040400002/rakerkesnas2016-keluarga-sehat-pilar-utama-bangsa-yang-kuat.html>
- Lacasse, A., Rey, E., Ferreira, E., Morin, C., & Bérard, A. (2008). Validity Of A Modified Pregnancy -Unique Quantification Of Emesis And Nausea (Puqe) Scoring Index To Assess Severity Of Nausea And Vomiting Of Pregnancy. *American Journal Of Obstetrics And Gynecology*, 198(1). <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2007.05.051>
- Latifah, L., Setiawati, N., & Hapsari, E. D. (2017). Efektifitas Self Management Module Dalam Mengatasi Morning Sickness. *Jkp*, 5(1).
- Novita, R. (2020). *Literature Review Tentang Gambaran Faktor Faktor Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum*. Universitas Aisyiah.
- Oktaviani, L. (2020). *Aplikasi Aromaterapi Lemon Pada Ny. N Dan Ny. I Trimester I Dengan Ketidakseimbangan Nutrisi Kurang Dari Kebutuhan Tubuh*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Poerwadi, R. (2016). *Aroma Terapi Sahabat Calon Ibu*. Dian Rakyat.
- Quinlan, J. D., & Hill, D. A. (2016). Nausea And Vomiting Of Pregnancy. *Am Fam Physicians*, 68(1), 121-128.
- Rahmatullah, I., & Kurniawan, N. U. (2019). *9 Bulan Dibuat Penuh Cinta Dibuat Penuh Harap. Menjalani Kehamilan Dan Persalinan Sehat*. Pt Gramedia.
- Sharma, S. (2018). *Aroma Therapy Terjemahan Alexander Sindoro*. Kharisma Publishing Group.
- Tiran. (2017). *Kehamilan Dan Permasalahannya*. Egc.
- Tjay, T. H. (2015). *Obat-Obat Penting (7th Ed.)*.
- Ulfika, R. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum*. Universitas Ngudi Waluyo.
- World Health Organization. (2019). *Maternal Mortality Key Fact*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>
- Young, G. (2011). *Essencial Oil Pocket Reference (5th Ed.)*. Life Science Publising.