

BAB I

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses berkesinambungan yang dimulai dari ovulasi, konsepsi, nidasi, implantasi dan perkembangan embrio di dalam uterus hingga aterm. Setiap proses dalam kehamilan merupakan kondisi krisis yang memerlukan adaptasi psikologis dan fisiologis terhadap pengaruh hormon kehamilan dan tekanan mekanis akibat pembesaran uterus dan jaringan lain (Lowdermik Bobak dan Jensen, 2010). Kehamilan yaitu suatu proses mata rantai yang berkesinambungan 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. 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 dikeluhkan oleh ibu hamil yaitu mual dan muntah pada trimester 1 kehamilan (Yuli, 2016).

Mual (nausea) dan muntah dalam kehamilan (emesis gravidarum) adalah gejala yang wajar dan sering terdapat pada trimester 1 kehamilan. Mual 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. 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* (HCG) plasenta, hormon-hormon inilah yang diduga menyebabkan emesis gravidarum atau mual dan muntah pada ibu hamil (Yuli, 2016). Mual dan muntah secara terus menerus akan menimbulkan berbagai komplikasi pada ibu dan janinnya. Kondisi ibu akan kekurangan nutrisi dan cairan sehingga keadaan fisik ibu menjadi lemah dan lelah, mengakibatkan gangguan asam

basa, pneumoni aspirasi, robekan mukosa esofagus, kerusakan hepar dan ginjal selain itu pertumbuhan dan perkembangan janin akan terhambat karena nutrisi yang tidak terpenuhi dari ibu (Lubis, dkk. 2019).

Mual dan muntah merupakan gangguan yang paling sering dijumpai pada kehamilan muda dan dikeluarkan oleh 50-70% wanita hamil dalam 16 minggu pertama. Kurang lebih 66% wanita hamil trimester pertama akan mengalami mual dan 44% mengalami muntah. Angka kejadian hiperemesis gravidarum 4:1.000 kehamilan, sindrom ini ditandai dengan muntah yang sering, penurunan berat badan, dehidrasi, asidosis karena kelaparan yang ditandai dengan ketonuria, alkalosis karena penurunan asam HCL lambung dan hipoglikemi (Efendi, 2017). Jumlah kejadian hiperemesis gravidarum mencapai 25,5% dari jumlah seluruh kehamilan dunia. Mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati menjadi nekrosis (WHO, 2013).

Kehamilan dengan komplikasi mual dan muntah merupakan gejala yang umum terjadi pada sekitar 70% sampai 85% dari seluruh kehamilan. Insiden terjadinya kasus hiperemesis gravidarum sebesar 0,8% sampai 3,2% dari seluruh kehamilan atau sekitar 8 sampai 32 kasus per 1.000 kehamilan (Nisak, 2018). Dari hasil penelitian Aril (dalam Khasanah, 2017) mual dan muntah terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 0,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, 1,9% di Turki dan di Amerika Serikat prevalensi mual dan muntah pada ibu hamil adalah 0,5%-2%.

Jumlah ibu hamil di Indonesia pada tahun 2017 tercatat sekitar 5.324.562 jiwa (Kemenkes RI, 2018). Kabupaten/Kota dengan presentase penanganan ibu hamil komplikasi tertinggi adalah Pekalongan sebesar 171,5%, diikuti Blora 160,5% dan Banjarnegara 151,6%. Jumlah ibu hamil di Jawa Tengah pada tahun 2018 sebanyak 596.349 jiwa (Dinkes Jawa Tengah, 2018). Jumlah ibu hamil di kabupaten Sukoharjo mencapai

13.993 jiwa, sedangkan di kelurahan Kartasura jumlah ibu hamil mencapai 2.011 jiwa (Dinkes Sukoharjo, 2018).

Data menunjukkan bahwa lebih dari 85% wanita hamil merasa terganggu aktivitasnya karena mual dan muntah, cara mengatasinya dengan mengkonsumsi obat-obatan anti mual. Namun penggunaan obat yang tidak tepat seringkali membahayakan ibu hamil dan janinnya karena diketahui dapat menyebabkan distorsi. Pemberian obat pada wanita hamil yang mengandung efek terapeutik berlebihan kadangkala justru menimbulkan efek toksik baik pada ibu maupun janinnya (Lubis, dkk. 2019). Mengatasi masalah mual dan muntah pada awal kehamilan lebih baik dengan menggunakan terapi pelengkap nonfarmakologis dan komplementer terlebih dahulu. Penggunaan terapi pelengkap nonfarmakologis misalnya terapi nutrisi, terapi psikologis, akupresur, osteopati, akupunktur, refleksiologi, teh spearmint atau teh jahe, aromaterapi jeruk, aromaterapi peppermint dan aromaterapi lainnya. Aromaterapi peppermint bersifat noninstruktif, noninvasif, murah, sederhana, efektif dan tidak mempunyai efek samping yang merugikan ibu hamil. Peppermint termasuk dalam marga labiatae yang memiliki tingkat keharuman yang sangat tinggi, aroma yang dingin menyegarkan dan bau mentol yang mendalam. Peppermint mengandung khasiat anti kejang dan penyembuhan yang andal untuk kasus mual, salah cerna, susah membuang gas diperut, diare, sembelit, sakit kepala dan pingsan (Lubis, dkk. 2019).

Aromaterapi peppermint mengandung mentol (35%-45%) dan menthone (10%-30%) sehingga dapat bermanfaat sebagai antiemetik dan antispasmodik pada lapisan lambung dan usus dengan menghambat kontraksi otot yang disebabkan oleh serotonin dan substansi lainnya (Stea, dkk. 2014). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dwi Rukma Santi (2013) menyatakan bahwa aromaterapi blended peppermint dan ginger oil dapat mengurangi rasa mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Jika mual dan muntah ini dibiarkan terus menerus maka dapat mengakibatkan gangguan fungsi alat-alat vital seperti ginjal dan hati, yang lama kelamaan

akan menimbulkan kematian pada ibu dan janinnya. Komplikasi yang ditimbulkan dapat terjadi pada ibu dan janin, seperti ibu akan kekurangan nutrisi dan cairan sehingga keadaan fisik ibu menjadi lemah dan lelah, mengakibatkan gangguan asam basa, pneumoni aspirasi, robekan mukosa esofagus, kerusakan hepar dan kerusakan ginjal. Hal ini akan memberikan pengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan janin karena nutrisi yang tidak terpenuhi atau tidak sesuai dengan kehamilan, yang mengakibatkan peredaran darah janin berkurang serta terjadi perdarahan pada retina yang disebabkan oleh meningkatnya tekanan darah ketika penderita muntah (Anasari, 2015). Dengan menggunakan inhalasi aromaterapi, molekul dalam minyak essential tersebut ketika dihirup melalui rongga hidung dapat merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik di otak merupakan area yang mempengaruhi emosi dan memori serta secara langsung berkaitan dengan adrenalin, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stres, keseimbangan tubuh dan pernafasan sehingga keadaan fisik dan psikologi seseorang menjadi baik (Runiari, 2010).

Permasalahan yang terjadi dan membutuhkan penanganan pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah yang berlebihan adalah bagaimana ibu hamil tersebut dapat mengurangi intensitas mual dan muntah dengan menggunakan aromaterapi *essential oil peppermint*. Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik untuk membuat luaran buku saku tentang “*Essential Oil Peppermint Untuk Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil*”. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia buku saku adalah buku berukuran kecil yang dapat disimpan dalam saku dan mudah dibawa kemana-mana. Selain itu, buku saku juga bisa diartikan buku dengan ukurannya yang kecil, ringan, dan bisa disimpan di saku, sehingga praktis untuk dibawa kemana-mana dan kapan saja bisa dibaca (Asyhari A, dkk. 2016). Didalam buku saku akan menjelaskan tentang cara pembuatan dan cara penggunaan *essential oil peppermint* dan disertai dengan gambar-gambar sehingga pembaca bisa dengan mudah melakukan dengan panduan

buku saku. Alasan penulis menggunakan luaran buku saku pedoman adalah dengan media buku saku ini dapat dijadikan sebagai media belajar mandiri untuk masyarakat khususnya ibu hamil yang mengalami mual dan muntah yang berlebihan dan sebelumnya belum ada peneliti yang menggunakan media buku saku untuk menyampaikan cara penggunaan *essential oil peppermint* pada hiperemesis gravidarum dan di Puskesmas juga belum ada yang menggunakan buku saku tentang *essential oil peppermint* untuk mengurangi intensitas mual dan muntah pada ibu hamil.

Hasil luaran yang saya buat berupa buku saku ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada pembaca atau masyarakat tentang cara pembuatan dan cara penggunaan dari *essential oil peppermint* dapat menurunkan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil, supaya tidak mengakibatkan adanya gangguan fungsi alat-alat vital seperti ginjal dan hati, dehidrasi, kekurangan nutrisi dan komplikasi lainnya dan ibu hamil dapat mempraktikkan secara mandiri dirumah. Manfaat dari pembuatan luaran buku saku ini untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat membantu masyarakat terutama pada ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual dan muntah dengan memanfaatkan terapi non farmakologi yang aman menggunakan *essential oil peppermint*.