

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kehamilan adalah hal yang fisiologis dari kehidupan seorang wanita. Proses ini menyebabkan pengaruh fisik, mental dan sosial budaya serta ekonomi. Kehamilan ini biasanya disertai dengan rasa ketidaknyamanan yang sering dialami ibu hamil terutama pada trimester I kehamilan adalah mual dan muntah. Penyebabnya yaitu peningkatan hormon estrogen dan progesteron diproduksi oleh *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG) dalam serum placenta (Sarwinanti dan Istiqomah, 2020).

Mual dan muntah merupakan gejala normal dan umum dialami ibu hamil pada trimester pertama, efek mual dan muntah, jika tidak ditangani dengan benar, dapat menyebabkan gejala mual dan muntah yang parah (dan sulit diatasi) yang terjadi selama awal kehamilan, peningkatan hormon estrogen dan progesterone menimbulkan hiperpigmentasi kulit, ketidaknyamanan sebagai akibat meningkatnya mual dan muntah terutama yang terjadi pada pagi hari yang disebut dengan emesis gravidarum apabila frekuensinya kurang dari 10 kali dalam sehari. Terdapat 50-90% kasus mual muntah yang dialami oleh ibu hamil di Indonesia (Khayati et al, 2022).

Di Kalimantan Barat angka kejadian emesis gravidarum masih tergolong tinggi, 8 dari 10 ibu hamil primigravida mengalami emesis gravidarum. di Ketapang 9 dari 10 atau sekitar 90% ibu hamil mengalami emesis gravidarum (Profil Dinkes Kalbar, 2020).

Mual muntah dapat ditangani secara farmakologi dengan diberikan obat-obatan untuk mengurangi mual muntah seperti Obat anti emetik/ vitamin B6, akan tetapi dari obat-obatan tersebut mempunyai efek samping antara lain seperti sakit kepala, diare dan mengantuk. Pengobatan lain yang bisa diberikan adalah secara non farmakologi atau terapi komplementer yang mempunyai kelebihan lebih murah dan tidak mempunyai efek farmakologi, salah terapi yang aman dan bisa diberikan pada ibu hamil yang mengalami

mual muntah dengan memberikan aromaterapi lemon. Minyak esensial yang dimanfaatkan untuk menyebar aroma tertentu mengandung banyak efek yang menenangkan, katakanlah vasodilator, antivirus, hingga berdampak pada adrenalin, aromaterapi lemon bisa dipilih sebagai jenis minyak esensial guna mereduksi kemualan karena *aromatherapy* lemon dengan kandungan *sitral*, *limonen*, *linaly*, *linalool*, *terpineol* memperkuat sistem syaraf pusat, meningkatkan nafsu makan, melancarkan peredaran darah, menumbuhkan perasaan senang, meningkatkan nafsu makan serta sebagai obat penenang juga berfungsi mengurangi mual dan muntah (Priadiati, 2019).

Menurut studi 40% wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual muntah 26,5% mereka telah dilaporkan sebagai cara efektif untuk menetralsir bau yang tidak menyenangkan, serta menghasilkan efek anti cemas, anti depresi, anti stress dan untuk mengangkat dan memfokuskan pikiran (Mamudah dan Sari, 2021).

Dalam memberikan edukasi khususnya pada ibu hamil trimester I dalam mengurangi mual muntah menggunakan aromaterapi lemon, diperlukan media untuk alat bantu dalam edukasi serta keterampilan bagi tenaga Kesehatan khususnya bidan dan masyarakat. Salah satu media yang dapat digunakan yaitu *booklet*. *Booklet* adalah buku kecil yang berisi tulisan atau gambar atau keduanya tentang kesehatan yang ditunjukkan untuk sasaran yang dapat membaca. *Booklet* dinilai lebih efisien meningkatkan pengetahuan karena akan membantu responden mengingat setengah dari keseluruhan materi yang akan terlupa setelah disampaikan secara verbal lebih dari 5 menit waktu penyampaian informasi. Adapun kelebihan media *booklet* adalah Dapat digunakan sebagai media atau alat untuk belajar mandiri, dapat dipelajari isinya dengan mudah, mudah untuk dibuat, diperbanyak, dan disesuaikan, dapat dibuat secara sederhana dan biaya yang relatif murah (Katmawati et al, 2021).

Manfaat *booklet* antara lain bagi tenaga kesehatan khususnya bidan yaitu dapat digunakan sebagai media promosi kesehatan dan KIE. Adapun manfaat bagi masyarakat yaitu memberikan informasi, pengetahuan dan menambah

wawasan bagi masyarakat mengenai Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I dengan Media Booklet. Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa *booklet* dengan judul “Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I dengan Media Booklet”.