

Jurnal Sains dan Teknologi Kesehatan

Pengaruh Aromaterapi Lemon Dalam Mengurangi *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester 1 di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang

Edy Suryadi Amin^{1*}, Aurelly Nadine W.P²
Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Madura^{1*,2}

*Corresponding author: Edy Suryadi Amin, edysuryadiamin@gmail.com

Article history:

Received: 15 April 2024

Accepted for publication: 12 Desember 2024

Published: 31 Desember 2024

Abstrak. Ibu hamil pada trimester pertama akan mengalami mual muntah (*emesis gravidarum*) yang dapat mengakibatkan ketidaknyamanan, jika mual muntah terjadi secara berlebihan dan mengganggu aktivitas sehari-hari akan menimbulkan *hypermesis gravidarum* terhadap ibu hamil. Kondisi *emesis gravidarum* merupakan masalah yang umum dan kerap dialami pada trimester pertama kehamilan, mual muntah umumnya terjadi pada pagi hari. Desain penelitian *Quasi Experiment, One Group Pretest-Posttest*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini seluruh ibu hamil trimester 1 di Desa Taddan Sampang yang berjumlah 13 orang dengan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dan observasi. Data yang diperoleh diolah menggunakan metode *editing, coding, scoring, tabulating, interpreting* dan analisis dengan uji statistik *Wilcoxon*. Sebagian besar responden sebanyak 7 orang (54%) mengalami *emesis gravidarum* tingkat berat sebelum dilakukan intervensi. Seluruh responden 13 orang (100%) mengalami *emesis gravidarum* tingkat ringan setelah dilakukan intervensi. Berdasarkan hasil bivariat Uji Wilcoxon didapatkan *p value* $0.001 < 0.05$ yang bermakna terdapat Pengaruh Aromaterapi Lemon dalam Mengurangi *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester 1 di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang. Terdapat pengaruh antara dua variabel. Diharapkan ibu hamil trimester 1 dapat menerapkan pemberian aromaterapi lemon sebagai alternatif non farmakologis untuk mengatasi *emesis gravidarum*.

Kata kunci: Kehamilan, *Emesis Gravidarum*, Aromaterapi Lemon.

PENDAHULUAN

Seorang yang mengalami kehamilan ketika melaksanakan aktivitas baru akan membutuhkan beberapa penyesuaian. Mengetahui ragam gejala awal pada kehamilan sejak dini merupakan hal yang perlu diketahui oleh ibu hamil dengan mengubah kebiasaan yang dapat membahayakan kehamilannya (Putri R, 2022). Ibu hamil di trimester pertama akan mengalami mual dan muntah (*emesis gravidarum*) yang dapat mengakibatkan rasa ketidaknyamanan pada ibu, jika mual muntah terjadi secara berlebihan dan mengganggu aktivitas sehari-hari akan menimbulkan *hypermesis gravidarum* terhadap ibu hamil (Rinata & Ardillah, 2017).

Kejadian *emesis gravidarum* mencapai 70% - 80% dari jumlah kehamilan yang terjadi (Juwita L, 2017). Menurut WHO *emesis gravidarum* terhitung 15% dari jumlah ibu hamil. Kejadian mual muntah menurut data Kemenkes RI pada ibu hamil pada awal kehamilan berkisar 50% - 70% (Kemenkes RI, 2017). Pada tahun 2018, data hasil laporan Nasional Riskesdas menyebutkan 20% gangguan atau komplikasi yang dialami oleh ibu hamil adalah muntah (Badan Litbangkes Kementerian RI, 2019). Penyebab utama kematian ibu hamil di Indonesia bukan hanya mual muntah, tetapi mual muntah dengan frekuensi yang besar yaitu pada *primigravida* 60 – 80 % dan pada *multigravida* 40 – 60% (Dewi & Sunarsih, 2018).

Kejadian *emesis gravidarum* jika tidak diatasi dengan baik dan terjadi secara berkelanjutan tanpa

adanya penanganan dapat menimbulkan gejala mual muntah yang sangat berat berakibat menjadi *hypermesis gravidarum* yang memiliki pengaruh buruk bagi kesehatan ibu hamil juga janin. Keadaan *hypermesis gravidarum* dapat memperlambat peredaran darah, akibatnya persediaan oksigen dan makanan ke jaringan ikut berkurang. Masalah tersebut bisa mengakibatkan kerusakan jaringan yang dapat mencelakakan kesehatan ibu dan janin (Sari, 2021).

Permasalahan mual dan muntah dapat diatasi dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Pada teknik farmakologi sebagian besar ibu hamil *emesis gravidarum* bisa diatasi dengan berobat jalan dan pemberian vitamin B6, obat anti mual muntah berupa *metoklopramid*, *fenotiazin*, *antihistamin*, *ondansentron* dan *kortikosteroid* untuk meringankan mual muntah ringan atau berat (Fajriah, 2021). Namun, dampak dari penggunaan obat – obat farmakologi menyebabkan efek samping pada ibu hamil beserta bayi karena mempengaruhi perkembangan janin dalam kandungan dan berakibat mengalami kecacatan bawaan (Putri et al., 2022).

Teknik pengobatan non farmakologis adalah alternatif untuk mencegah mual muntah. Salah satu teknik non farmakologis yang bisa diberikan kepada ibu *emesis gravidarum* adalah dengan aromaterapi lemon. Aromaterapi jenis lemon merupakan aromaterapi yang aman dipakai ibu hamil dan melahirkan (Medforth et al., 2013). Lemon mengandung *limonene* 66 – 80 %, *geranilasetat*, *nerol*, *linalilasetat*, *apinene* 1 –

4 %, terminenen 6 – 14 %, dan myrcen (Wulandari, 2021) .

TUJUAN

Untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lemon dalam mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang

BAHAN DAN METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Experiment, One Group Pretest-Posttest*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini seluruh ibu hamil trimester 1 di Desa Taddan Sampang yang berjumlah 13 orang dengan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dan observasi. Data yang diperoleh diolah menggunakan metode *editing, coding, scoring, tabulating, interpreting* dan analisis dengan uji statistik *Wilcoxon*

HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Umur		
16-25 tahun	7	54
26-35 tahun	5	38
36-45 tahun	1	8
Total	13	100%
Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Pendidikan		
Tidak sekolah	2	15
SD	5	39
SMP	3	23
SMA	2	15
Perguruan Tinggi	1	8
Total	13	100%
Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)

Responden	(n)	(%)
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	8	63
Petani	1	7
PNS	1	7
PNS	3	23
Wiraswasta	0	0
Swasta	13	100%
Total		
Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia kehamilan		
4-6 minggu	2	15
7-9 minggu	6	46
10-12 minggu	5	39
Total	13	100%
Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Jumlah anak		
1-2 anak	9	69
3-4 anak	4	31
≥5 anak	0	0
Total	13	100%

Sumber : Data Primer, (2023)

Tabel 2. Distribusi tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang sebelum dilakukan intervensi

Mual muntah	N	Presentase (%)
1-5 Ringan	0	0
6-10 Sedang	6	46
11-15 Berat	7	54
Jumlah	13	100%

Sumber: Data Primer, (2023)

Tabel 3. Distribusi tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang setelah dilakukan intervensi

Mual muntah	N	Presentase (%)
-------------	---	----------------

1-5 Ringan	13	100
6-10	0	0
Sedang	0	0
11-15		
Berat		
Jumlah	13	100%

Sumber : Data Primer, (2023)

Tabel 4. Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Aromaterapi Lemon dalam Mengurangi *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester 1 di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang

Test Statistics^a

	Setelah - Sebelum
Z	-3.208 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden dari 13 ibu hamil trimester 1 di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang sebagian besar ibu hamil berumur 16-25 tahun sebanyak 7 orang (54%) dan sebagian kecil responden berumur 36-45 tahun sebanyak 1 orang (8%). Hampir sebagian pendidikan responden tingkat SD 5 orang (39%) dan sebagian kecil tingkat Perguruan Tinggi 1 orang (8%). Sebagian besar pekerjaan responden merupakan Ibu Rumah Tangga 8 orang (63%) dan tidak satupun responden bekerja sebagai swasta (0%).

Hampir sebagian usia kehamilan responden 7-9 minggu sebanyak 6 orang (46%) dan sebagian kecil responden dengan usia kehamilan 4-6 minggu sebanyak 2 orang (15%). Sebagian besar

responden memiliki jumlah anak 1-2 anak sebanyak 9 orang (69%) dan tidak satupun responden memiliki jumlah ≥ 5 anak (0%).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui jika sebelum dilakukan intervensi aromaterapi lemon sebagian besar ibu hamil trimester 1 di Desa Taddan mengalami *emesis gravidarum* tingkat berat sebanyak 7 orang (54%) dan tidak satupun ibu hamil trimester 1 mengalami *emesis gravidarum* tingkat ringan (0%). *Emesis gravidarum* memiliki beberapa penyebab yaitu menurut (Lowe et al., 2019) *emesis gravidarum* merupakan peristiwa yang wajar pada kehamilan di trimester 1. Kehamilan tersebut menimbulkan berubahnya hormon pada ibu hamil karena peningkatan kadar hormon estrogen, progesteron dan juga keluarnya hormon HCG (*Human Chorionic Gonadotropine*) plasenta. Hormon-hormon tersebut diperkirakan memicu terjadinya mual muntah. Menurut (Bustos et al., 2018) penyebab *emesis gravidarum* belum diketahui, tetapi dihubungkan dengan kenaikan kadar HCG, hipoglikemia, kenaikan keperluan metabolik dan juga efek hormon progesteron pada pola pencernaan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan seluruh responden setelah dilakukan intervensi pemberian aromaterapi lemon mengalami tingkat *emesis gravidarum* yang ringan sebanyak 13 orang (100%).

Penelitian yang dilakukan oleh (England., 2016) menyatakan bahwa satu atau dua tetes minyak atsiri lemon dalam pembakaran minyak, pemakaian atau penyebaran di kamar tidur dapat membantu untuk menenangkan dan meringankan mual

muntah saat kehamilan. Aromaterapi lemon sudah terbukti memberikan dampak yang bermanfaat pada *emesis gravidarum*. Menurut (Kia., 2013) setelah digunakannya aromaterapi lemon angka penurunan *emesis gravidarum* selama 4 hari. Hal tersebut sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erick et al., 2019) tentang observasi berhubungan dengan penggunaan pengobatan non farmakologis pada ibu hamil untuk mengurangi *emesis gravidarum*. Berdasarkan pada penelitian memperoleh hasil sejumlah 40% ibu hamil yang memanfaatkan aromaterapi lemon dalam menangani mual muntah menerangkan bahwa langkah tersebut berguna dan efektif untuk dilakukan.

Berdasarkan hasil penelitian pada ibu hamil trimester 1 yang mengalami *emesis gravidarum* di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang didapatkan hasil uji Wilcoxon diperoleh Asymp. Sig. (2-tailed) atau p value = 0.001 (<0,05). Hal ini berarti *emesis gravidarum* berkurang setelah pemberian aromaterapi lemon artinya aromaterapi lemon memiliki pengaruh dalam mengurangi *emesis gravidarum*. Pengobatan non farmakologis menggunakan aromaterapi lemon memiliki pengaruh dalam mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1. Pengaruh aromaterapi lemon untuk mengurangi *emesis gravidarum* dapat dilihat dari sebelum diberikan sebagian besar responden memiliki tingkat mual yang berat, sedangkan setelah diberikan intervensi seluruh responden memiliki tingkat mual yang ringan. Kesimpulan setelah pemberian aromaterapi lemon dikatakan terdapat pengaruh

signifikan antara aromaterapi lemon dengan *emesis gravidarum*.

KESIMPULAN

Dari hasil literature rivew didapatkan ada pengaruh aromaterapi lemon dalam mengurangi *emesis gravidarum* di Desa Taddan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura atas izin penelitian yang diberikan. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada Direktur Politeknik Negeri Madura atas izin dan kesempatan untuk menerbitkan karya ilmiah di Jurnal Sains dan Teknologi Kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Wulandari, D., Kustriyanti, D., Aisyah, R., & Karya Husada Semarang, Stik. (2019). Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Nalumsari Jepara. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(1), 42–47. <https://doi.org/10.34310/SJKB.V6I1.246>
- Dewi, V. N., & Sunarsih, T. (2018). Asuhan Kehamilan Untuk Kebidanan pada Kejadian *emesisgravidarum*. Jakarta: Salemba Medika.
- Fajriah, L. (2021). Pengaruh Pemberian Aromatrapi Lemon

- Terhadap Mual Muntah (Emesis Gravidarum) Pada Ibu Hamil Trimeter Pertama. *Literature Riview*, 1–123.
- Heryana, G., Sulyani, B., Anggraini., A Arumi, L. (2020). *Etika Penelitian*.
https://www.researchgate.net/publication/342751890_Etika_Penelitian, diakses pada 28 Desember 2022 pukul 22.17a
- Juwita, Linda. 2017. Literature Review: Terapi Komplementer Akupresure pada Titik Perikardium 6 dalam Mengatasi Mual dan Muntah pada Kehamilan. *Jurnal Ners LENTERA*. Vol 3 (1)
- Kesehatan, J. I., Kunci, K., Saridewi, W., Safitri, E. Y., Studi, P., Stikes, K., Achmad, J., & Cimahi, Y. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan Wanti Mardiwati. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(3), 4–8.
<https://doi.org/10.33221/JIKES.V17I3.173>
- Khasanah, P. N. (2017). Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Cilongok Kabupaten Banyumas. *Jurnal Kebidanan*, 2(6), 14–22.
- Kia, P. Y., Safajou, F., Shahnazi, M., & Nazemiyeh, H. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah Pda Ibu Hamil Trimester Satu. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(3), 10–15.
- <https://doi.org/10.5812/IRCMJ.14360>
- Maternity, D., Ariska, P., & Sari, D. Y. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1. *Jurnal Ilmiah Bidan* , 11 (3), 10-15
- Putri, R. A., Hartini, L., Rahayu, E. S., Savitri, W., & Wahyuni, E. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Wilayah Kerja Puseksmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. *Jurnal Kebidanan*
- Rinata, E., & Ardillah, F. R. (2017). Penanganan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di BPM Nunik Kustantina Tulangan - Sidoarjo. *Diploma III Midwifery Study Program, Faculty of Health Sciences*, 1–8.
<http://eprints.umsida.ac.id/265/>
- Sari, B. P., Yuniarti, Y., Heryati, K., Mizawati, A., & Baska, D. Y. (2021). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender dalam Mengurangi Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2021. 1–65.
- Wulandari, N. (2021). Penanganan Emesis Gravidarum Dengan Menggunakan Aromaterapi Lemon. *Study Literature Riview*, 3(2), 6.
- W., V. E., & Pertiwi, H. W. (2012). Hubungan Paritas Ibu Hamil Trimester I Dengan Kejadian Emesis Gravidarum Di

Puskesmas Teras. *Jurnal*
Kebidanan, IV(02), 35–48.
<https://doi.org/10.35872/JURKE>
B.V4I2.98