



PENANGANAN EMESIS GRAVIDARUM DENGAN AROMATERAPI LEMON DAN PAPPERMINT DI ARAH TIGA LUBUK PINANG KABUPATEN MUKO-MUKO

Yuni Ramadhaniati^{1*}, Elza Wulandari², Pitri Subani³
1,2,3,STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu



***Corresponding author**

Email :

Yuniramadhaniati@gmail.com

HP: +62 811-7393-933

Kata Kunci:

Aroma Terapi Peppermint;

Lemon;

Emesis gravidarum;

Keywords:

Aromatherapy Peppermint;

Lemon;

Emesis gravidarum;

ABSTRAK

Kehamilan merupakan proses yang alamiah dari seseorang wanita. Namun selama kunjungan antenatal mungkin ia akan mengeluh bahwa ia akan kehamilan mengalami ketidaknyamanan. sedang dan berat dengan pemberian aromaterapi *peppermint* dan aromaterapi lemon dapat membantu mengurangi mual muntah pada kehamilan. Metode yang di gunakan dalam penyuluhan ini pembagian booklet dan edukasi cara penggunaan aromaterapi lemon dan peppermint. adalah Populasi pada penyuluhan ini adalah seluruh seluruh ibu hamil dengan *Emesis gravidarum*. 28 orang ibu hamil. dan 13 orang dengan frekuensi mual muntah ringan. Ibu hamil diberikan aromaterapi lemon terdapat 7 orang (50,0%) dengan frekuensi mual muntah sedang dan 7 orang (50,0%) dengan frekuensi mual muntah ringan. Disarankan untuk mengaktifkan kelas ibu hamil, mengadakan penyuluhan yang lebih rutin lagi bagaimana cara mengurangi mual muntah dengan menerapkan aromaterapi *peppermint* dan aromaterapi lemon untuk mengurangi mual-muntah selama masa kehamilan.

ABSTRACT

Pregnancy is a natural process for a woman. However, during the antenatal visit, she may complain that she will experience moderate and severe pregnancy discomfort by administering peppermint aromatherapy and lemon aromatherapy can help reduce nausea and vomiting in pregnancy. The method used in this counseling is the distribution of booklets and education on how to use lemon and peppermint aromatherapy. The population in this counseling is all pregnant women with Emesis gravidarum. 28 pregnant women. and 13 people with mild nausea and vomiting frequency. Pregnant women were given lemon aromatherapy, there were 7 people (50.0%) with moderate frequency of nausea and vomiting and 7 people (50.0%) with mild frequency of nausea and vomiting. It is recommended to activate classes for pregnant women, hold more routine counseling on how to reduce nausea and vomiting by applying peppermint aromatherapy and lemon aromatherapy to reduce nausea and vomiting during pregnancy.



PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses yang alamiah dari seseorang wanita. Namun selama kunjungan antenatal mungkin ia akan mengeluh bahwa ia akan kehamilan mengalami ketidaknyamanan. Sebagian besar keluhan ini adalah normal. Sebagai bidan penting untuk membedakan ketidaknyamanan yang umum dalam kehamilan. Walaupun ketidaknyamanan yang umum dalam kehamilan tidak mengancam keselamatan jiwa ibu, tetapi hal tersebut dapat mengganggu ibu. Sebagai seorang bidan harus dapat memberikan asuhan kebidanan. Untuk mengatasi keluhan-keluhan tersebut, salah satu ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil adalah rasa mual dan muntah (Morning Sicknes) (Maternity, 2017).

Mual dan muntah terus menerus akan menimbulkan komplikasi pada ibu dan janinnya. Kondisi ibu akan kekurangan nutrisi dan cairan sehingga keadaan fisik ibu menjadi lemah dan lelah, dapat pula mengakibatkan gangguan asam basa, pneumoni aspirasi, robekan mukosa esofagus, kerusakan hepar dan kerusakan ginjal. Sedangkan, kondisi janin pertumbuhan dan perkembangan akan terhambat karena nutrisi yang tidak terpenuhi (Andriani & Purwati, 2017).

Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Dampak mual muntah apabila tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gejala mual muntah yang berat (intractable) serta persisten yang terjadi pada awal kehamilan sehingga mengakibatkan dehidrasi, gangguan elektrolit atau defisiensi nutrisi yang dikenal sebagai hiperemesis gravidarum.

Emesis gravidarum dapat berkurang dengan penatalaksanaan yang baik sehingga dapat mengurangi ketidaknyamanan pada ibu hamil di trimester pertama. Penanganan emesis gravidarum dapat diberikan dengan terapi farmakologik dan non farmakologik. Salah satu terapi farmakologik yaitu dengan pemberian aromaterapi lemon dan aromaterapi peppermint.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil di desa arah tiga lubuk pinang kabupaten muko-muko. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah pembagian booklet dan edukasi cara penggunaan aromaterapi lemon dan peppermint. Booklet berisi tentang penanganan emesis gravidarum menggunakan aromaterapi lemon dan peppermint. pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 6 Desember 2022.

HASIL PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian yang telah dilakukan didapatkan : hasil sebelum di lakukan terapi aroma peppermint.dan sesudah di lakukan.

Tabel 1 Distribusi frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi *Peppermint*

<i>Emesis gravidarum</i>	Pre-test			
	Post-test			
	F	%	F	%
Sedang	4	28.6	1	7.1
Ringan	10	71.4	13	92.9
Total	14	100.0	14	100.0

Berdasarkan table di atas di dapat di ketahui dari 14 orang ibu hamil sebelum di berikan aromaterai Peppermint terdapat 4 orang dengan frekuensi emesis gravidarum sedang dan 10 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* ringan. Dapat di ketahui bahwa 14 orang ibu hamil setelah di berikan aromaterpi peppermint terdapat 1 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* sedang dan 13 orang dengan frekuensi emesis ringan.

Tabel 2. Distribusi frekuensi *Emesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon

<i>Emesis gravidarum</i>	Pre-test			
	Post-test			
	F	%	F	%
Sedang	11	78.6	7	50.0
Ringan	3	21.4	7	50.0
Total	14	100.0	14	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 14 orang ibu hamil sebelum diberikan aromateapi lemon terdapat 11 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* sedang dan 3 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* ringan. Dari 14 orang ibu hamil setelah diberikan aromaterapi lemon terdapat 7 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* sedang dan 7 orang dengan frekuensi *Emesis gravidarum* ringan.

Hasil penelitian Risco (2020) dengan judul perbedaan efektivitas pemberian aromaterapi lemon dan *Emesis gravidarum* terhadap ibu hamil dengan mual muntah trimester I Jawa Barat tahun 2020. Berdasarkan karakteristik responden sebagian besar responden berusia 20-35 tahun, berpendidikan SMP dan SMA, Pekerjaan sebagai IRT, dan paritas rata-rata primigravida Intensitas mual sebelum diberikan aroma terapi lemon rata-rata sebesar 8,80 sedangkan sesudah diberikan aromaterapi ingesti lemon rata-rata mual sebesar 6,90. Intensitas mual sebelum diberikan aromaterapi inhalasi *Peppermint* rata-rata sebesar 8,90 sedangkan sesudah diberikan aromaterapi

inhalasi *Peppermint* rata-rata mual sebesar 7,00. Ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan lemon terhadap penurunan rasa mual pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai *p* value sebesar 0,014. Ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi inhalasi *Peppermint* terhadap penurunan rasa mual pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai *p* value sebesar 0,007. Tidak ada perbedaan.

Data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil sebanyak 28 orang semakin meningkat jumlah ibu hamil dimasyarakat maka tanggung jawab tenaga kesehatan ditempat-tempat pelayanan kesehatan semakin besar untuk mengatasi masalah yang timbul seperti bagaimana cara mengurangi mual muntah berlebihan, maka bidan harus menerapkan dengan metode yang dapat membantu mengatasi mual muntah tersebut dengan memberikan terapi seperti aroma terapi *Peppermint* dan aromaterapi lemon. Tempat-tempat pelayanan kesehatan dalam hal ini khususnya Puskesmas Tebing Tinggi Kab. Empat lawang untuk menerapkan pemberian aromaterapi *Peppermint* dan aromaterapi lemon.

Berdasarkan hasil penyuluhan dan demonstrasi yang dilakukan penyuluh diketahui bahwa perbedaan pemberian aromaterapi *Peppermint* dalam mengurangi mual muntah lebih banyak disukai ibu hamil akan tetapi manfaat yang berbeda dengan aromaterapi lemon yang lebih efektif dalam penanganan mengurangi mual muntah yang berlebihan pada ibu hamil dan untuk mengurangi terjadinya peningkatan kasus mual muntah pada ibu hamil dengan cara meningkatkan pelayanan kesehatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Arah Tiga Lubuk Pinang Kabupaten Muko- muko seperti mengaktifkan kelas ibu hamil, mengadakan penyuluhan yang lebih rutin lagi bagaimana cara mengurangi mual muntah dengan menerapkan aroma terapi *Peppermint* dan aromaterapi lemon untuk mengurangi mual-muntah selama masa kehamilan.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat

KESIMPULAN

Kesimpulan pada kegiatan pengabdian ini adalah dihasilkannya booklet yang berisi materi dan panduan mengenai Penanganan emesis Gravidarum Dengan Aromaterapi Lemon Dan *Peppermint* di Arah Tiga Lubuk Pinang Kabupaten Muko muko Semua kegiatan memberikan dampak terhadap bertambahnya pengetahuan ibu ibu tentang manfaat lemon dan *Peppermint* untuk menurunkan emesis Gravidarum.

Saran utama dari kegiatan ini adalah meningkatkan kemandirian ibu hamil untuk

mencoba Kembali terapi lemon apabila di rasakan adanya mual dan muntah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada STIKES Tri Mandiri, Puskesmas Arah Tiga Lubuk Pinang Kabupaten Muko Muko. serta semua pihak yang telah membantu dalam proses kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abou-Zahr, C. L., Royston, E., & World Health Organization. (1991). *Maternal mortality: a global factbook* (No. WHO/MCH/MSM/91.3). World Health Organization.
- Kemendes RI, (2016). *Profil Kesehatan*. Jakarta : Departemen Kesehatan RI.
- Putri, Y., & Situmorang, R. B. (2020). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Indra Iswari, Sst, Skm, Mm Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 8(1), 44-50.
- Khadijah, S. R. (2020). Perbedaan Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Ibu Hamil Dengan Mual Muntah Trimester I Di BPM Nina Marlina Bogor, Jawa Barat, Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, 1(2), 79-86.
- Sari, R. I., & Hartoyo, M. (2015). *Pengaruh Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Mual Muntah Akut pada Pasien yang Menjalani Kemoterapi di SMC RS Telogorejo*. Karya Ilmiah.
- Suryati, Y., Nurlatifah, R., & Hastuti, D. (2018). *Pengaruh aromatherapy lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I*. Prosiding pin-litamas 1, 1(1), 208-215.
- Yantina, Y. (2016). Pengaruh Pemberian Essensial Oil Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016. JKM (*Jurnal Kebidanan Malahayati*), 2(4).
- Yuni dkk. 2022. Perbedaan Pemberian Aroma Terapi Pappermint dan Aroma Terapi Lemon Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)* Vol. 4 dan 3.