

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kasus

1. Kehamilan

a. Pengertian

Kehamilan adalah masa dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin lamanya adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir (Saifudin, 2006).

b. Diagnosa Kehamilan

Perubahan endokrinologis, fisiologis, dan anatomis yang menyertai kehamilan menimbulkan gejala dan tanda yang memberikan bukti adanya kehamilan. Gejala dan tanda tersebut diklasifikasikan menjadi tiga kelompok: bukti-bukti presumtif, tanda-tanda kemungkinan, dan tanda-tanda positif kehamilan (Cunningham F, 2015).

Bukti presumtif kehamilan, didasarkan pada gejala-gejala subyektif berupa :

1. Mual dengan atau tanpa muntah
2. Gangguan berkemih
3. Fatigue
4. Persepsi adanya gerakan janin

Yang termasuk tanda presumtif adalah :

1. Terhentinya menstruasi
2. Perubahan pada payudara
3. Perubahan warna mukosa vagina

Bukti kemungkinan kehamilan. Tanda-tanda kemungkinan kehamilan mencakup :

1. Pembesaran abdomen
2. Perubahan bentuk, ukuran, dan konsistensi uterus
3. Perubahan anatomis pada serviks
4. Kontraksi Braxton Hicks

5. Ballotment
6. Kontur fisik janin
7. Adanya gonadotropin korionik di urin atau serum

Tanda positif kehamilan. Tiga tanda positif kehamilan adalah:

1. Identifikasi kerja jantung janin yang terpisah dan tersendiri dari kerja jantung wanita hamil
2. Persepsi gerakan janin aktif oleh pemeriksa
3. Pengenalan mudigah dan janin setiap saat selama kehamilan dengan teknik sonografik atau pengenalan janin yang lebih tua secara radiografis pada paruh kedua kehamilan.

2. Emesis Gravidarum

a. Pengertian

Emesis gravidarum atau *morning sickness* merupakan suatu keadaan mual yang terkadang disertai muntah (frekuensi kurang dari 5 kali) (Wegrzyniak, dkk, 2012). *Emesis gravidarum* suatu kondisi yang bisa muncul mulai kehamilan 4 minggu sampai 16 minggu. Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual muntah pada trimester pertama. Mual dan muntah di anggap sebagai sebuah konsekuensi di awal kehamilan yang dapat menimbulkan dampak pada wanita. Separuh wanita hanya karena mencium bau makanan tertentu akan mengalami mual muntah. Pada primipara mual muntah terjadi 60-80% dan pada multi para 40-60% (Ramadani, 2019).

Penyebab mual dan muntah ini bermacam-macam antara lain karena adanya perubahan hormon dalam tubuh, psikologis, sampai gaya hidup. Pola makan yang buruk sebelum maupun pada minggu-minggu awal kehamilan, kurang tidur atau kurang istirahat dan stress dapat memperberat rasa mual dan muntah.

b. Tanda dan Gejala

Secara umum tanda-tanda mual muntah/*emesis gravidarum* yaitu :

1. Rasa mual, bahkan dapat sampai muntah
2. Mual dan muntah ini terjadi 1-2 kali sehari, biasanya terjadi di pagi hari tetapi dapat pula terjadi setiap saat, namun tidak jarang yang harus mengalaminya seharian penuh dan nyaris tidak dapat melakukan aktivitas apapun.
3. Nafsu makan berkurang
4. Mudah lelah
5. Emosi yang cenderung tidak stabil

c. Faktor Yang Mempengaruhi

1) Hormonal

Perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*), khususnya karena periode mual atau muntah gestasional yang paling umum adalah pada 12-16 minggu pertama, yang pada saat itu HCG mencapai kadar tingginya. HCG sama dengan LH (*Luteinizing Hormone*) dan disekresikan oleh sel-sel trofoblas blastosit. HCG melewati kontrol ovarium di hipofisis dan menyebabkan korpus luteum terus memproduksi estrogen dan progesteron, suatu fungsi yang nantinya diambil alih oleh lapisan korionik plasenta. HCG dapat dideteksi dalam darah wanita dari sekitar tiga minggu gestasi (yaitu satu minggu setelah fertilisasi), suatu fakta yang menjadi dasar bagi sebagian besar tes kehamilan (Tiran, 2009).

2) Faktor Psikososial

Diagnosis kehamilan sering diperkuat oleh hasil dari kecurigaan yang dipicu oleh keadaan mual dan muntah, tanpa adanya etiologi lain. Mengetahui akan menjadi orang tua menyebabkan konflik emosi, termasuk kegembiraan dan penantian, kecemasan tentang kesehatan ibu dan bayi serta khawatir tentang pekerjaan, keuangan, atau hubungan dengan suami. Seringkali ada perasaan ambivalen terhadap kehamilan dan bayi, dan pada beberapa wanita hal ini mungkin membuat mereka sedih karena sebentar lagi mereka akan kehilangan

kebebasan mereka. Mungkin ada gangguan persepsi, ketidakpercayaan mengenai ketakutan nyata akan meningkatnya tanggung jawab. Masalah psikologis dapat memprediksi beberapa wanita untuk mengalami mual dan muntah dalam kehamilan, atau memperburuk gejala yang sudah ada atau mengurangi kemampuan untuk mengatasi gejala “normal”. Kehamilan yang tidak direncanakan, tidak nyaman atau tidak diinginkan, atau karena beban pekerjaan atau finansial akan menyebabkan penderitaan batin, ambivalensi, dan konflik. Kecemasan berdasarkan pengalaman melahirkan sebelumnya, terutama kecemasan akan datangnya *hiperemesis gravidarum* atau preeklamsia. Wanita yang mengalami kesulitan dalam membina hubungan, rentan terhadap masalah dengan distress emosional menambah ketidaknyamanan fisik. Syok dan adaptasi yang dibutuhkan jika kehamilan ditemukan kembar, atau kehamilan terjadi dalam waktu berdekatan, juga dapat menjadi faktor emosional yang membuat mual dan muntah menjadi lebih berat (Tiran, 2009).

3) Pekerjaan

Perjalanan ketempat kerja yang mungkin terburu-buru di pagi hari tanpa waktu yang cukup untuk sarapan dapat menyebabkan mual dan muntah. Tergantung pada sifat pekerjaan wanita, aroma, zat kimia, atau lingkungan dapat menambah rasa mual wanita dan menyebabkan mereka muntah (Tiran, 2009).

4) Paritas

Pada primigravida menunjukkan kurangnya pengetahuan, informasi dan komunikasi yang buruk antara wanita dan pemberi asuhannya turut mempengaruhi persepsi wanita tentang gejala mual dan muntah. Sedangkan pada multigravida dan grandemultigravida sudah mempunyai pengalaman, informasi dan pengetahuan tentang gejala *emesis gravidarum* sehingga mampu mengatasi gejalanya (Tiran, 2009).

d. Dampak Emesis Gravidarum

Dampak yang terjadi jika ibu hamil terus-menerus mual dan muntah akan mengakibatkan ibu hamil mengalami dehidrasi, lemas, dan berat badan menurun. Mual dan muntah pada kehamilan berlebih akan menjadi *hiperemesis gravidarum*, tidak hanya mengancam kehidupan ibu hamil namun juga dapat menyebabkan efek samping pada janin seperti abortus, berat badan lahir rendah. Kejadian pertumbuhan janin terhambat (*Intrauterin growth retardation/IUGR*) meningkat pada wanita hamil dengan *hiperemesis gravidarum*.

e. Penatalaksanaan mual dan muntah

Penatalaksanaan pada kehamilan tergantung pada beratnya gejala. Pengobatan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun nonfarmakologi.

1. Metode farmakologi

Diberikan antiemetik, anti histamin, anti kolinergik dan kortikos teroid. Terapi farmakologi yang diberikan antara lain vitamin B6 dan antihistamin.

Akan tetapi, menurut BPOM tahun 2015 penggunaan jangka panjang vitamin B6 dapat menimbulkan efek samping apabila dikonsumsi dalam dosis tinggi serta secara jangka panjang dapat menyebabkan masalah sistem saraf.

Antihistamin juga memiliki efek samping yang meliputi nyeri kepala, gangguan psikomotor, efek anti muskarinik seperti retensi urin, mulut kering, pandangan kabur, dan gangguan saluran cerna. Adanya efek samping jangka panjang dari penggunaan terapi farmakologi tersebut maka dianjurkan untuk ibu hamil diberikan penatalaksanaan secara non-farmakologi seperti akupresur, terapi relaksasi, aromaterapi dan lainnya.

2. Metode non-farmakologi

Penanganan mual dan muntah kehamilan dapat dilakukan dengan metode atau terapi non-farmakologi. Banyak ibu beralih penanganan dengan metode non-farmakologi untuk menangani mual dan muntah yang dialami sebab khawatir akan dampak yang mungkin ditimbulkan oleh penanganan farmakologi terhadap perkembangan janin.

Dalam sebuah laporan, dari ibu yang menelepon ke *Motherisk Nausea Vomiting Pregnancy Helpline* menyatakan bahwa menggunakan pengobatan komplementer dan terapi alternatif untuk mengatasi mual dan muntah sebanyak 61%, dan hanya 8% ibu yang menggunakan terapi farmakologi. Penanganan non-farmakologi yang lazim dilakukan untuk menangani mual dan muntah pada kehamilan antara lain meliputi tindakan diet/pola makan, terapi akupuntur dan akupresur, pengobatan herbal, dan aromaterapi. Selain itu, ada juga perubahan tingkah laku yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual dan muntah kehamilan (Mesics, 2008 dalam Handana, 2011).

a. Tindakan Diet/ Pola Makan

Terapi awal untuk menangani mual dan muntah kehamilan yaitu mencakup perubahan pola makan. Perubahan pola makan yang diterapkan pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah kehamilan adalah selalu memastikan lambung terisi makanan. Makan dalam jumlah atau porsi sedikit tapi sering, bukan dalam porsi besar karena akan mengakibatkan reaksi mual (Maulana, 2008).

Memperbanyak mengonsumsi makanan mengandung vitamin B6, seperti sereal, kentang, pisang, atau alpukat (Prawirohardjo, 2008). Banyak mengonsumsi cairan daripada makanan padat juga dapat membantu mengurangi mual dengan meningkatkan disritmia lambung yang berhubungan dengan mual dan muntah kehamilan (Jednak MA & dkk, 1999 dalam Lee & Saha, 2011). Mengonsumsi cairan yang dimaksud adalah minum secukupnya untuk mencegah terjadinya dehidrasi akibat muntah, seperti minum air putih atau jus dan menghindari mengonsumsi minuman yang memiliki kandungan kafein dan karbonat (Maulana, 2008).

Saat pagi hari ketika hendak bangkit dari tempat tidur juga jangan tergesa-gesa terbangun, lebih baik duduk terlebih dulu dan berdiri secara perlahan kemudian berjalan. Apabila ketika bangun tidur ada perasaan mual, maka dapat menyiapkan snack atau biskuit yang dekat dengan tempat tidur sehingga ibu bisa mengonsumsinya terlebih dulu sebelum mencoba untuk berdiri (Maulana, 2008).

b. Terapi Akupuntur dan Akupresur

Akupuntur adalah bagian dari Pengobatan Tradisional Cina (PTC) dan berprinsip bahwa tubuh memiliki garis-garis atau saluran energi yang disebut meridian, yang mengalir dari kepala hingga jari kaki. Terapi akupuntur sudah lama dikenal di Cina, yaitu kurang lebih sejak 5000 tahun lalu dan untuk beberapa kondisi dianggap relatif aman digunakan sebagai pilihan terapi pengobatan yang diakui dalam dunia kesehatan. Pengobatan Tradisional Cina (PTC) ini menggunakan prinsip hubungan antara jiwa, tubuh, dan pikiran dengan melakukan penusukan jarum akupuntur di beberapa titik pada bagian punggung, perut, kaki, tangan, dan wajah sehingga semua keluhan yang dirasakan bisa teratasi. Perawatan ini juga dapat dilakukan dengan menggunakan tekanan pada titik akupuntur, ini disebut akupresur (Tiran, 2007).

Sistem pengobatan tradisional Asia ini menggunakan akupuntur sebagai terapi antiemetik. Titik P6 atau Neiguan diyakini menjadi titik utama untuk menghilangkan mual muntah. Titik ini terletak pada aspek volar lengan bawah, yaitu sekitar 3 cm di atas lipatan pergelangan tangan dan diantara dua tendon (Pratami, 2018). Teknik akupresur bertujuan untuk menekan titik anti muntah, yaitu dengan cara ibu jari menekan pada permukaan 3 jari di atas pergelangan tangan dan tekanan dilakukan kurang lebih 10 sampai 15 menit. Teknik ini dapat dilakukan pada kedua tangan secara bergantian (Chunningham, 2005).

c. Perubahan Tingkah Laku

Perubahan tingkah laku yang dapat dilakukan adalah memperbanyak waktu beristirahat, berolahraga ringan seperti jalan-jalan menghirup udara segar, mencegah gerak yang terburu-buru, menghindari gosok gigi segera sehabis makan untuk mencegah stimulasi refleks gag, dan berdiri saat habis makan akan mengurangi efek muntah (Mesics, 2008 dalam Handana, 2011).

Selain itu, menghindari pemakaian pakaian ketat juga dapat mengurangi mual dan muntah kehamilan. Tekanan yang diberikan saat memakai pakaian yang terlalu ketat akan membuat ketidaknyamanan pada abdomen dan menambah buruk kondisi rasa mual yang dialami. Dapat mengenakan pakaian longgar disekitar dada dan pinggul dan jika tidak muntah dapat berkumur dengan air,

dapat juga menggunakan kumur fluoride untuk melindungi gigi dari kerusakan asam-asam perut (Widijati, 2015).

d. Pengobatan Herbal

Jahe, kamomil, peppermint, daun raspberry merah, dan teh mengurangi mual dan muntah pada kehamilan. Jahe (*zingiber officinale*) memiliki sejarah panjang sebagai obat anti mual. Efeknya diduga berkaitan dengan gerakan peristaltik yang meningkat di saluran cerna akibat anti kolinergik dan antiserotonin. Jahe bekerja langsung pada saluran cerna dan tidak berkaitan langsung dengan sistem saraf pusat (Pratami, 2018).

Jahe dikenal sebagai makanan atau suplemen makanan dan dikenal sebagai pengobatan non-farmakologi yang populer untuk mual dan muntah kehamilan. Mengenai keamanannya, diperoleh bahwa jahe segar (1 gram) per hari selama empat hari, hasilnya menunjukkan penurunan signifikan mual dan muntah dan tidak ada risiko bagi ibu atau calon bayinya. Bukti yang ada menunjukkan bahwa jahe adalah pengobatan yang efektif dan aman untuk mual dan muntah kehamilan.

e. Aromaterapi

Aromaterapi adalah istilah umum bagi salah satu pengobatan alternatif dengan penggunaan terapi atau pengobatan dengan menggunakan cairan tanaman yang mudah menguap dan populer sebagai minyak esensial yang diekstraksikan dari berbagai tumbuhan atau tanaman, akar, kulit, kayu, cabang, bunga, dan daun yang bertujuan untuk memengaruhi kesehatan atau suasana hati seseorang. Aromaterapi adalah perawatan holistik yang dapat memiliki efek mendalam pada pikiran, tubuh dan emosi melalui stimulasi sistem kekebalan tubuh (Craig Hospital, 2013).

Setiap minyak esensial adalah sari yang diambil dari hasil penyaringan satu jenis tumbuhan. Sebuah minyak esensial dapat dicampur dengan dengan minyak esensial yang lain dan campuran ini disebut synergy. Synergy lebih efektif daripada satu minyak esensial. Banyak jenis minyak esensial yang ada, diantaranya minyak esensial yang sering digunakan untuk mengurangi mual

muntah kehamilan atau *morning sickness* adalah spearmint, peppermint, jahe dan lemon (Santi, 2013).

2. Aromaterapi Kehamilan

a. Pengertian

Aromaterapi yaitu suatu sistem penyembuhan yang melibatkan pemakaian minyak atsiri murni (*essential oil*). Minyak atsiri yang dikandungnya disuling dari berbagai bagian tanaman, bunga tumbuhan maupun pohon, masing-masing bagian mengandung sifat terapi yang berlainan.

Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak essensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika minyak essensial dihirup, maka molekul akan masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak.

Sistem limbik adalah daerah yang memengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan.

Salah satu aromaterapi yang sering digunakan ialah peppermint (*menthe piperita*). Peppermint termasuk dalam marga labiate yang memiliki tingkat keharuman yang sangat tinggi, aroma yang dingin menyegarkan dan bau *menthol* yang mendalam. Peppermint mengandung khasiat anti kejang dan penyembuhan yang handal untuk kasus mual, salah cerna, susah membuang gas diperut, diare, sembelit, sakit kepala dan pingsan (Zuraida dan Sari, 2017).

Begitu banyak jenis minyak essensial yang ada. Jenis minyak essensial yang biasa digunakan adalah peppermint, spearmint (tiga tetes), lemon dan jahe (dua tetes).

b. Manfaat Aromaterapi Kehamilan

Sebagai aromaterapi kehamilan, minyak-minyak essensial juga bermanfaat sebagai aromaterapi pada ibu selama masa kehamilan. Beberapa manfaat tersebut menghilangkan stress, meningkatkan energi dan meningkatkan ketidaknyamanan fisik terkait dengan kehamilan, memelihara kulit serta menghaluskan jaringan

parut yang umum timbul pada masa kehamilan, meningkatkan kesehatan dan suasana hati pada wanita hamil, membantu menstabilkan perubahan hormon selama kehamilan, mempercepat pematangan kulit dan meningkatkan aliran darah, mencegah timbulnya berbagai penyakit karena bersifat anti bakteri, menetralkan ketegangan dan mengurangi stress, memberikan kenyamanan dan relaksasi, menormalkan metabolisme dan meningkatkan vitalitas, serta membantu mengatur keseimbangan tubuh dan menstimulasi proses terapi.

c. Jenis-Jenis Minyak Aromaterapi

(1) Ginger

Aromaterapi *ginger* atau jahe, dapat mengatasi rasa mual dan ingin muntah yang umum terjadi pada ibu hamil. Selain itu, aromaterapi *ginger* melindungi tubuh dari suhu dingin, mengatasi gangguan pencernaan, bersifat anti peradangan, mengatasi infeksi saluran kencing, gangguan kandung kemih, dan membantu membersihkan usus dari parasit, serta menormalkan tekanan darah.

(2) Cedarwood

Secara umum minyak aromaterapi *cedarwood* digunakan untuk mengatasi infeksi, seperti infeksi pernapasan dan infeksi saluran kencing. Aromaterapi *cedarwood* juga bisa digunakan sebagai penyegar bagi kulit berminyak dan pori-pori tersumbat, mengatasi ketombe, dan gatal-gatal. Selain itu, *cedarwood* juga dapat menghilangkan bengkak dan mengurangi nyeri menstruasi. Meskipun aman digunakan, sebaiknya hindari penggunaan minyak aromaterapi *cedarwood* pada trimester pertama kehamilan.

(3) Ylang-ylang (Kenanga)

Minyak essensial *ylang-ylang* bersifat menenangkan, melegakan napas, dan menjaga kesehatan rambut. Selama kehamilan, rambut mungkin mengalami kerontokan atau ketombe akibat perubahan hormonal atau stress.

(4) Lavender

Aromaterapi lavender memiliki efek menenangkan, serta membantu tidur lebih nyenyak. Lavender juga menormalkan, serta membersihkan kulit, merawat infeksi paru-paru, sinus, gangguan vaginal termasuk jamur, radang tenggorokan, asma, kista, dan peradangan lain. Selain itu, aromaterapi lavender

juga dapat meningkatkan daya tahan tubuh, regenerasi sel, luka terbuka, infeksi kulit dan sangat nyaman untuk kulit ibu hamil yang cenderung sensitif.

(5) Lemon

Aromaterapi lemon memberi efek menenangkan dan meningkatkan suasana hati. Aromaterapi lemon juga dapat mengencangkan, menstimulasi, dan meyegarkan kulit. Selain baik untuk kulit berminyak, aromaterapi lemon juga berguna sebagai antioksidan, antiseptik, melawan virus dan infeksi bakteri. Minyak ini juga baik untuk mengatasi hipertensi, sumbatan kelenjar hati dan limpa, memperbaiki metabolisme, menunjang sistem kekebalan tubuh, serta memperlambat kenaikan berat badan.

(6) Rosemary

Aromaterapi *rosemary* memberi efek pada munculnya perasaan puas dan positif pada suasana hati. Selain itu, juga dapat menurunkan tingkat hormon kortisol yaitu hormon pemicu stress. Aromaterapi *rosemary* baik digunakan untuk memperlancar peredaran darah, menurunkan kolesterol, mengendorkan otot yang tegang, reumatik, mengatasi kerontokan rambut, membantu mengatasi kulit kusam, serta mencegah kulit kering dan varises.

(7) Sandalwood (cendana)

Aromaterapi *sandalwood* dapat membantu menyembuhkan infeksi saluran kencing dan infeksi alat kelamin. Minyak jenis ini juga bisa mengobati radang dan luka bakar, gangguan tenggorokan, membantu mengatasi sulit tidur dan menciptakan ketenangan organ hati.

(8) Peppermint

Ada beberapa cara di mana peppermint dapat meningkatkan kesehatan mental, meningkatkan energi, memperbaiki sistem pencernaan, mengurangi mual atau muntah, dan bahkan membantu iritasi kulit dan ruam (Pramila dkk, 2012).

d. Cara Penggunaan Aromaterapi

1. Inhalasi

Penghirupan minyak essensial lebih efektif dengan menggunakan uap minyak yang dituangkan ke dalam wadah atau gelas berisi air panas atau menghirup dari kain yang telah direndam minyak essensial. Penghirupan uap minyak essensial diarahkan langsung ke dalam lubang hidung dan rongga mulut. Keuntungan penggunaan aromaterapi melalui inhalasi dibandingkan obat dengan pemberian oral yaitu tidak akan memengaruhi saluran pencernaan, terutama ketika targetnya adalah jalan nafas atau paru-paru (Michalak, 2018).

2. Pijat aromaterapi

Ketika dilakukan pijat aromaterapi perlu diperhatikan pemilihan minyak essensial yang cocok. Teknik pemijatan dan pemilihan aromaterapi akan sangat berpengaruh pada efek terapi yang dihasilkan (Michalak, 2018).

3. Aromatherapeutic baths

Aromatherapeutic baths digunakan dengan merendam sebagian tubuh dalam air pada suhu sekitar 40°C selama 15-30 menit serta tidak digunakan sabun yang berbusa. Kemudian, aromaterapi berupa minyak essensial diteteskan ke dalam air. Ketika tubuh terendam dalam air, minyak essensial akan berpenetrasi ke dalam aliran darah melalui *sebaceous*, kelenjar keringat serta jalan napas yang akan memberikan efek terapi pada kulit, saraf maupun sistem kardiovaskular (Michalak, 2018).

4. Sauna

Suhu tinggi yang diberikan dalam sauna akan membuat pembuluh darah berdilatasi, maka minyak essensial akan terfasilitasi untuk berpenetrasi ke dalam tubuh sehingga menstimulasi jalan napas dan membuat tubuh lebih rileks (Michalak, 2018).

Metode penggunaan aromaterapi yang banyak digunakan yaitu melalui inhalasi karena lebih cepat, nyaman dan aman. Saraf penciuman merupakan satu-satunya saraf kranial yang secara langsung terkena rangsangan eksternal dan akan memproyeksikan pada korteks serebral sehingga memberikan efek stimulasi yang kuat. Ketika aromaterapi diberikan secara inhalasi, minyak essensial akan menguap dan kontak dengan silia dari mukosa hidung, sehingga memengaruhi

sistem limbik serta hipotalamus yang menghasilkan efek sedatif pada sistem saraf dan endokrin. Partikel yang di transfer kemudian akan menghasilkan produk dari neurotransmitter berupa dopamin dan serotonin yang akan memberikan efek sedasi, relaksasi, stimulasi serta kegembiraan. Selain itu, saraf limbik dapat memperkuat fungsi kognitif dengan merangsang sistem saraf otonom sehingga akan mengurangi kecemasan dengan memberikan efek sedasi dan relaksasi (Lee, I. 2016).

3. Aromaterapi Peppermint



Gambar 2

Sumber : Wartawan.id (2020, November 17)

a. Pengertian

Minyak ini berasal dari tanaman peppermint atau nama lainnya *Mentha x Piperita*. Tanaman ini termasuk kedalam keluarga mint. Tanaman peppermint merupakan persilangan antara *spearmint* dan *watermint*. Jenis ini sangat mudah ditemukan di Amerika Selatan dan Eropa.

Peppermint Essential Oil diekstrak dari daun tanaman peppermint. Bahan yang terkandung dalam peppermint yang paling menonjol adalah mentol. Mentol inilah yang menyebabkan sensasi segar, dingin dan terasa refreshing.

Keunggulan pertama peppermint adalah mengandung minyak essensial *menthol* dan *menthone* yang mampu mengatasi atau menghilangkan mual dan muntah (Tiran, 2008).

Dikarenakan kandungan *menthol* (50%) dan *methone* (10-30%) yang tinggi. Selain itu peppermint telah lama dikenal memberi efek karminatif dan antispasmodik, yang secara khusus bekerja di otot halus saluran gastrointestinal dan saluran empedu, selain itu peppermint juga mengandung aromaterapi dan minyak essensial yang memiliki efek farmakologis.

b. Manfaat

Aromaterapi peppermint mengandung minyak atsiri *menthol* memiliki efek karminatif dan antispasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran pencernaan sehingga mampu mengatasi ataupun menghilangkan mual dan muntah (Tiran, 2008 dalam Pawitasari, Utami, dan Rahmalia 2014).

c. Cara Pemakaian

Dalam kehamilan, diperlukan 2-3 tetes aromaterapi peppermint yang dihirup pada saat mual dapat memberikan pertolongan pertama (Kartikasari, 2017).

Aromaterapi diteteskan sebanyak 2-3 tetes pada gelas berisi air panas (250 ml) kemudian dihirup dengan jarak 5 cm dari hidung dan setinggi dagu, hal ini dilakukan selama 10 menit. Dimana setelah 7 hari pemberian aromaterapi peppermint terjadi penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil. Cara pemakaian aromaterapi peppermint dengan frekuensi 2 kali/hari pada waktu pagi dan sore hari (Sheila fajrin, 2019).

d. Prosedur Pelaksanaan

1. Peralatan

- a. 2-3 tetes aromaterapi *essential oil peppermint*
- b. 250 ml air panas
- c. Gelas takaran
- d. Gelas

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Mencuci tangan
- b. Menggunakan sarung tangan.
- c. Mengatur posisi klien dalam posisi duduk
- d. Memasukkan air panas ke dalam gelas ukur atau takaran hingga 250 ml.
- e. Menuangkan air ke dalam gelas.
- f. Meneteskan 2-3 tetes *essential oil peppermint* kedalam gelas.

- g. Aduk campuran air panas dan *essential oil peppermint*.
- h. Lalu menganjurkan ibu untuk menghirup selama 5-10 menit.
- i. Merapikan pasien (Nani, Desiyani.2012. Terapi Inhalasi Sederhana).

e. Mekanisme Pemberian

Penghirupan/Inhalasi akses minyak essential melalui hidung (*nasal passages*) merupakan rute yang jauh lebih cepat dibandingkan cara lain dalam penanggulangan problem emosional seperti stress dan depresi termasuk beberapa jenis sakit kepala, karena hidung mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan oleh minyak essential.

Inhalasi dilakukan dengan berbagai cara salah satunya, seperti dihirup melalui gelas. Inhalasi dari gelas yang mengandung minyak essential (3 tetes pada anak kecil, orang tua, dan ibu hamil) sangat efektif bila dibutuhkan hasil yang cepat, dengan 2-3 kali tarikan nafas dalam-dalam. Setiap 10 menit aromaterapi harus diganti karena aromaterapi sangat mudah menguap dengan bercampur ke udara sehingga jika di gunakan terlalu lama, maka aromaterapi akan habis (Primadiati, 2010).

f. Cara Penyimpanan

1. Wadah tertutup rapat

Tutup botol yang rapat melindungi isi dari oksidasi, udara, atau air.

- a. Semakin sedikit kontak dengan udara, properti-properti *essential oil* makin terjaga. Paparan udara yang terlalu sering dan lama dapat mengubah konsistensi, aroma, dan properti *essential oil*.
- b. Menutup botol dengan rapat mencegah penguapan.

2. Simpan dalam botol kaca berwarna gelap

Botol kaca berwarna gelap terbukti dapat membantu mengurangi risiko minyak mengalami oksidasi. Botol dengan warna gelap juga lebih efektif dalam melindungi minyak dari cahaya yang dapat mengubah komposisi oil.

3. Jauhkan botol dari matahari langsung.

Setelah menyimpannya dalam wadah gelap dan memastikan botol dalam kondisi tertutup rapat, pastikan minyak terhindar dari paparan sinar matahari langsung.

- a. Panas atau sinar matahari berlebih dapat mengurangi kualitas *essential oil*.
- b. Dapat mengubah komposisi kimia *essential oil*.
- c. Panas berlebih dapat menyebabkan *essential oil* menguap lebih cepat, sehingga menjadi kurang efektif.
- d. Sinar matahari berlebih dapat melemahkan *essential oil*.

4. Simpan di lemari pendingin

Hal yang lebih baik lagi, anda dapat menyimpan *essential oil* dalam suhu yang sejuk seperti didalam kulkas. Menyimpan minyak essensial dikulkas akan melindungi dari paparan langsung sinar matahari, mengurangi kemungkinan paparan udara, dan menjaga agar minyak tetap stabil dalam suhu yang lebih dingin. Hal ini secara otomatis membantu menjaga kualitas dari *essential oil* yang dibuat atau digunakan. Akan tetapi, sebelum digunakan harus dikeluarkan dari kulkas 12 jam sebelum menggunakannya, agar kembali ke suhu ruangan (Media Tupperware, 16 November 2020)

g. Rhodes Index

Dengan melakukan pengukuran skor mual muntah menggunakan *Rhodes Index Nausea Vomiting and Retching* yang dipopulerkan oleh Rhodes digunakan untuk mengukur mual, muntah dan retching dengan skala Likert 0-4 instrument (*INVR*) merupakan instrument yang digunakan dalam penelitian Apriany (2010).

h. Kontra Indikasi

Walaupun memang memiliki banyak manfaat, penggunaan minyak essensial juga memiliki kontra indikasi. Pemakaian yang berlebihan dan dosis yang tidak tepat saat hamil dapat mengganggu kerja ginjal dan hati (Ika Fitria Ayuningtyas,

2019). Ibu hamil dengan kontra indikasi terhadap aromaterapi inhalasi peppermint yang sedang mengalami serangan asma, dan alergi (Sujik, dkk.2016).

B. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus Tersebut

Dalam pelayanan komplementer dasar hukum yang melindungi adalah :

1. Pasal 24 ayat (1) Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) Nomor 28 Tahun 2017 tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan Indonesia menyebutkan Pelayanan kesehatan yang diberikan oleh Bidan ditempat kerjanya, akibat kewenangan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23 harus sesuai dengan kompetensi yang diperolehnya selama pelatihan.

2. Pasal 25 Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) Nomor 28 Tahun 2017 tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan Indonesia menyebutkan :
ayat (2) Kebutuhan dan penyediaan obat, vaksin, dan atau kebutuhan logistik lainnya dalam pelaksanaan Kewenangan sebagaimana dimaksud pada ayat (1), harus dilaksanakan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

C. Hasil Penelitian Terkait

Dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini, penulis sedikit banyak terinspirasi dan mereferensi dari penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan latar belakang masalah pada Laporan Tugas Akhir ini. Berikut ini penelitian terdahulu yang berhubungan dengan Laporan Tugas Akhir ini antara lain :

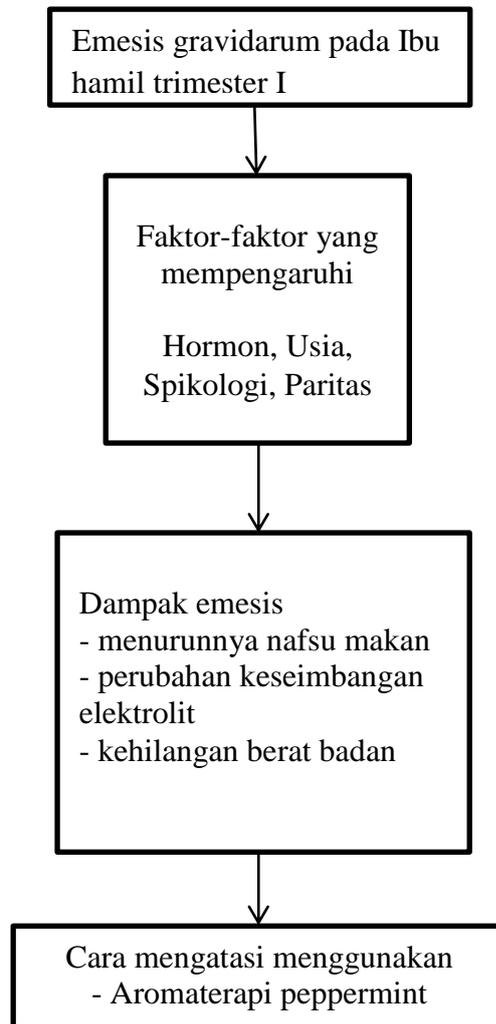
1. Berdasarkan penelitian Zuraida, Elsa Desria Sari di Puskesmas Baso Kabupaten Agam Tahun 2017. Perbedaan Efektifitas Pemberian Aromaterapi Peppermint dengan Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas mual muntah ibu hamil setelah 7 hari pemberian aromaterapi peppermint dan aromaterapi lavender. Terjadi penurunan rata-rata intensitas mual muntah setelah pemberian aromaterapi peppermint sebesar 5,42 kali dan setelah pemberian aromaterapi lavender sebesar 3,28

kali. Terdapat perbedaan efektifitas pemberian aromaterapi peppermint dengan pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Dimana penurunan intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I lebih efektif pada kelompok pemberian aromaterapi peppermint.

2. Pengaruh Inhalasi Peppermint dengan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Hodijah Desa Rejo Mulyo Kecamatan Pasir Sakti Kabupaten Lampung Timur Tahun 2021, Hodijah, Hellen Febriayanti, Riona Sanjaya. Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata-rata mual muntah sebelum diberikan intervensi Inhalasi Peppermint adalah 8,90, nilai minimal 6 dan nilai maksimal 12. Diketahui Rata-Rata Mual Muntah Sesudah Diberikan Inhalasi Peppermint adalah 6,55 nilai minimal 4 dan nilai maksimal 9. Ada Pengaruh Inhalasi Peppermint Dengan Mual Muntah Pada Ibu Hamil TM I di PMB Hodijah Desa Rejo Mulyo Kecamatan Pasir Sakti Kabupaten Lampung Timur Tahun 2021.
3. Pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi berpengaruh terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil di pmb linda silalahi pancur batu tahun 2019, Rismahara Lubis, Sonya Evita, Yusniar Siregar. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa Sebelum dilakukan pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi mayoritas ibu hamil termasuk dalam kategori mual muntah sedang sebanyak 12 orang (80%). Setelah dilakukan pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi mayoritas ibu hamil termasuk dalam kategori tidak muntah sebanyak 12 orang (80%). Rata-rata skor mual muntah ibu hamil sebelum diberikan aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi yaitu sebesar 9,80 dan rata-rata skor mual muntah ibu hamil setelah diberikan aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi yaitu sebesar 3,67 dengan penurunan rata-rata 6,13. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inhalasi berpengaruh dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil.
4. Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Kejadian Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta, Agnes

Widdy Andriani, Yuni Purwati, 2017. Berdasarkan salah satu penelitian, didapatkan bahwa, tingkat mual dan muntah sebelum diberikan aromaterapi peppermint pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Mlati II sebagian besar adalah kategori berat sebanyak 9 orang (60%). Tingkat mual dan muntah setelah diberikan aromaterapi peppermint pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Mlati II sebagian besar adalah kategori ringan sebanyak 8 orang (53,3%). Ada pengaruh aromaterapi peppermint terhadap mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Mlati II.

D. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : Manuaba (2010), Manuaba (2013), Pramila et al (2012)