

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Kehamilan

2.1.1 Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan suatu proses merantai dan berkesinambungan terdiri dari ovulasi, migrasi spermatozoa dan ovum, konsepsi, pertumbuhan zigot, nidasi (Implantasi) pada uterus, pembentukan plasenta, dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm diikuti dengan perubahan fisiologis dan psikologis (Manuaba, 2012).

Kehamilan adalah sebuah proses yang dimulai dari tahap konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu) dihitung dari hari pertama haid terakhir (Widatiningsih dan Dewi, 2017).

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan di lanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi (Walyani, 2017).

Kehamilan adalah suatu mata rantai yang berkesinambungan yang terdiri dari ovulasi (pematangan sel) lalu pertemuan ovum (sel telur) dan spermatozoa (sperma) terjadilah pembuahan dan pertumbuhan zigot kemudian bernidasi (penanaman) pada uterus dan pembentukan plasenta dan tahap akhir adalah tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm) (Manuaba, 2012).

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kehamilan adalah suatu proses yang diawali dengan penyatuan spermatozoa dan ovum (fertilisasi) dan

dilanjutkan dengan implantasi hingga lahirnya bayi yang lamanya berkisar 40 minggu.

2.1.2 Tanda – Tanda Kehamilan

Kehamilan adalah merupakan suatu proses merantai yang berkesinambungan dan terdiri dari ovulasi pelepasan sel telur, migrasi spermatozoa dan ovum, konsepsi dan pertumbuhan zigot, nidasi (implantasi) pada uterus, pembentukan plasenta, dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm. Kehamilan berlangsung selama 280 hari (40 minggu) dibagi menjadi 3 yaitu trimester pertama, trimester kedua, dan trimester ketiga. Karena terjadinya pengeluaran hormon yang spesifik menimbulkan gejala dan tanda hamil sebagai tanda dugaan hamil, tanda kemungkinan hamil, dan tanda pasti kehamilan (Manuaba, 2010).

2.1.2.1 Tanda – Tanda Tidak Pasti Hamil

1) Amenorhea

Bila seorang wanita dalam masa mampu hamil, apabila sudah kawin mengeluh terlambat haid, maka perkiraan bahwa dia hamil, meskipun keadaan stress, obat-obatan, penyakit kronis dapat pula mengakibatkan terlambat haid (Nugroho, 2014).

2) Mual dan muntah

Mual dan muntah merupakan gejala umum, mual dan muntah berkaitan erat dengan asam lambung. Pengaruh hormon estrogen maupun hormon progesteron dapat menimbulkan asam lambung yang berlebihan sehingga memicu timbulnya rasa mual dan muntah (Nugroho, 2014).

3) *Hiperpigmentasi Kulit Dan Varises*

Pada perempuan hamil terjadi pigmentasi kulit, diantaranya di sekitar pipi, dinding perut, sekitar payudara, dan Varises atau penampakan pembuluh darah vena. Pigmentasi kulit di sekitar pipi disebabkan oleh keluarnya *melanophore stimulating hormone* (MSH) *hipofisis anterior*. Varises terjadi pada perempuan yang sedang hamil akibat dari pengaruh hormon estrogen dan progesteron (Nugroho, 2014).

4) Konstipasi

Hormon progesteron berpengaruh terhadap gerakan peristaltik usus sehingga tidak jarang seorang perempuan yang hamil mengalami kesulitan untuk buang air besar (Nugroho, 2014).

2.1.2.2 Tanda – Tanda Kemungkinan Hamil

1) Pembesaran Perut

Terjadi akibat pembesaran uterus. Hal ini terjadi pada bulan keempat kehamilan (Pantiwati Ika & Saryano, 2017).

2) Tanda Hegar

Tanda hegar adalah pelunakan dan dapat ditekannya isthimus uteri, sehingga daerah tersebut pada penekanan mempunyai kesan lebih tipis dan uterus malah difleksikan (Pantiwati Ika dan Saryano, 2017).

3) Tanda Goodle

Pelunakan servik pada wanita yang tidak hamil serviks seperti ujung hidung, sedangkan pada wanita hamil melunak seperti bibir ((Pantiwati Ika & Saryano, 2017).

4) Tanda Chadwicks

Perubahan warna menjadi keunguan pada vulva dan mukosa vagina termasuk juga porsio dan serviks (Pantiwati Ika & Saryano, 2017).

2.1.2.3 Tanda Pasti Hamil

1) Gerakan Janin Dalam Rahim

Gerakan janin ini harus dapat diraba dengan jelas oleh pemeriksa.

Gerakan janin baru dapat dirasakan pada usia kehamilan sekitar 20 minggu (Nugroho, 2014).

2) Denyut Jantung Janin

Dapat didengar pada usia 12 minggu dengan menggunakan alat *Fetal Electropcardiograf (Dopler)*. Dengan stetoskop *laenec*, Denyut jantung janin baru dapat didengar pada usia kehamilan 18-20 minggu (Pantiwati Ika & Saryano, 2017).

3) Bagian – Bagian Janin

Bagian-bagian janin yaitu bagian besar janin (kepala dan bokong) serta bagian kecil janin (lengan dan kaki) dapat diraba dengan jelas pada usia kehamilan lebih tua (trimester akhir). Pada kehamilan muda bagian janin ini dapat dilihat dari lebih Sempurna lagi menggunakan *ultra sonografi (USG)* (Nugroho, 2014).

4) Kerangka Janin

Dengan menggunakan USG dapat terlihat gambaran janin berupa ukuran kantong janin, panjangnya janin, dan diameter biparetalis hingga dapat diperkirakan tuanya kehamilan. (Nugroho, 2014).

2.1.3 Klasifikasi Kehamilan

- 1) Trimester I, dimulai dari konsepsi hingga kehamilan 12 minggu
- 2) Trimester II, dimulai dari 13 minggu sampai 28 minggu
- 3) Trimester III, dimulai dari 29 minggu sampai 42 minggu

2.1.4 Perubahan Psikologis Kehamilan Trimester I Dan II

- 1) Merasa tidak sehat dan membenci kehamilannya
- 2) Selalu memperhatikan setiap perubahan yang terjadi pada tubuhnya dan khawatir kehilangan bentuk tubuh
- 3) Mencari tanda-tanda untuk lebih meyakinkan bahwa dirinya sedang hamil
- 4) Mengalami gairah seks yang lebih tinggi tapi libido menurun
- 5) Membutuhkan penerimaan kehamilannya oleh keluarga
- 6) Ketidakstabilan emosi dan suasana hati (perubahan mood).

Trimester kedua sering disebut sebagai periode pancaran kesehatan, saat ibu merasa sehat. Ibu sudah menerima kehamilannya dan mulai dapat menggunakan energy serta pikirannya secara konstruktif (Kumalasari, 2015).

2.1.5 Ketidaknyamanan Dalam Kehamilan Trimester I Dan II

Kehamilan akan menimbulkan perasaan tidak nyaman. Hal ini merupakan kondisi yang normal pada wanita hamil. Menurut (Kemenkes RI, 2016)

- 1) Ketidaknyamanan Seorang Wanita Hamil Pada Saat Kehamilan Trimester I
 - a. Mual Muntah Pada Pagi Hari

Mual muntah terjadi pada 50% wanita hamil. Mual kadang-kadang sampai muntah yang terjadi pada ibu hamil biasanya terjadi pada pagi hari sehingga disebut *morning sickness* meskipun bisa juga terjadi pada siang

atau sore hari. Mual muntah ini lebih sering terjadi pada saat lambung dalam keadaan kosong sehingga lebih sering terjadi pada pagi hari.

b. Sering BAK

Ibu hamil trimester I sering mengalami keluhan sering Buang Air Kecil (BAK), faktor penyebabnya antara lain, Uterus membesar sehingga menekan kandung kemih, ekskresi sodium (Natrium) yang meningkat, perubahan fisiologis ginjal sehingga produksi urine meningkat.

c. Keputihan

Kejadian keputihan ini bisa terjadi pada ibu hamil trimester pertama, kedua maupun ketiga. Penyebab utama adalah meningkatnya kadar hormon estrogen pada ibu hamil trimester I dapat menimbulkan produksi lendir servix meningkat. Pada ibu hamil terjadi *hyperplasia* pada mukosa vagina

d. Sekresi Air Ludah Yang Berlebihan

Ibu hamil sering merasakan *saliva* keluar lebih banyak dari biasa, hal ini kadang-kadang dapat menimbulkan rasa mual sehingga ibu hamil merasa tidak nyaman. Beberapa faktor yang dapat sebagai penyebab adalah keasaman mulut atau meningkatnya asupan pati sehingga menstimulasi (merangsang) kelenjar *saliva* (kelenjar ludah) untuk meningkatkan sekresi. Ada kalanya juga disebabkan karena ibu hamil mengurangi makan dengan maksud untuk mengurangi mual, hal ini dapat menyebabkan peningkatan jumlah *saliva* di mulut.

2) Ketidaknyamanan Seorang Wanita Hamil Pada Saat Kehamilan Trimester II

a. Keputihan

Ibu hamil sering mengeluh mengeluarkan lendir dari vagina yang lebih banyak sehingga membuat perasaan tidak nyaman karena celana dalam sering menjadi basah sehingga harus sering ganti celana dalam. Kejadian keputihan ini bisa terjadi pada ibu hamil trimester pertama, kedua maupun ketiga, faktor penyebabnya meningkatnya kadar hormon estrogen pada ibu hamil trimester I dapat menimbulkan produksi lendir servix meningkat, pada ibu hamil terjadi *hyperplasia* pada mukosa vagina.

b. Perut Kembang

Perut terasa kembang, hal ini sering terjadi pada kehamilan trimester kedua dan ketiga. Faktor penyebabnya adalah peningkatan *hormon progesterone* membuat motilitas usus turun sehingga pengosongan usus lambat, uterus yang membesar menekan usus besar.

c. Air Ludah Yang Berlebihan

Ibu hamil sering merasakan *saliva* keluar lebih banyak dari biasa, hal ini kadang-kadang dapat menimbulkan rasa mual sehingga ibu hamil merasa tidak nyaman. *Ptyalism* biasanya dirasakan ibu hamil mulai 2 sampai 3 minggu usia kehamilan dan berhenti pada akhir kehamilan.

2.2 Konsep Dasar *Emesis Gravidarum*

2.2.1 Pengertian *Emesis Gravidarum*

Emesis gravidarum atau biasanya disertai dengan muntah yang umumnya terjadi pada awal kehamilan, biasanya pada trimester pertama, mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-

gejala ini terjadi setelah 6 minggu dari hari pertama haid dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (Isnaini dan Refiani, 2018).

Emesis gravidarum adalah keluhan umum dari kehamilan muda berupa mual dan muntah, walaupun tidak semua ibu hamil mengalaminya, kasus yang dialami ibu hamil mual muntah berbeda-beda, ada yang terlalu parah seperti tersiksa, ada yang tidak terlalu sering, bahkan 20-30% ibu hamil tidak mengalami mual muntah (Anna, 2018).

Pada kehamilan muda akan mengalami keluhan umum seperti *emesis gravidarum* merupakan. Perubahan hormonal pada wanita hamil karena adanya peningkatan *hormon estrogen, progesteron*, dan dikeluarkannya *Human Chorionic Gonadotropine Plasenta* (Zuraida Dan Elsa, 2018).

Penyebabnya karena adanya peningkatan kadar *Hormon Estrogen* Dan *Progesteron* yang diproduksi oleh *Human Chorionic Gonadotropine (HCG)* dalam serum dari dalam plasenta. Mual muntah terjadi pada *primigravida* yaitu 60-80%, dan *multigravida* yaitu 40-60%. Perubahan hormon pada setiap ibu hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual muntah pada kehamilan (Putri, 2016).

Emesis Gravidarum biasanya disebabkan karena perubahan yang terjadi dalam sistem endokrin, penyebab utama karena meningkatnya fluktuasi kadar HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*), mual dan muntah gestasional ini paling umum terjadi pada usia 12-16 minggu pertama, dimana saat itu HCG mencapai kadar tertingginya (Tiran, 2008).

Emesis gravidarum didefinisikan sebagai kecenderungan memuntahkan sesuatu, atau sensasi yang muncul pada daerah kerongkongan atau epigastrik tanpa

diikuti dengan muntah, sedangkan muntah didefinisikan sebagai pengeluaran isi lambung melalui mulut, dan umumnya disertai dengan dorongan yang kuat yang terjadi pada kehamilan (Handayani, 2018).

Mual (*nausea*) dan muntah (*emesis*) adalah gejala yang wajar dan sering kedapatan pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari gejala-gejala ini kurang lebih 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (Wiknjosastro, 2009).

2.2.2 Etiologi *Emesis Gravidarum*

Perempuan yang mengalami gejala mual dan muntah pada usia kehamilan 8-12 minggu dan semakin berkurang secara bertahap hingga akhirnya berhenti pada usia kehamilan 16 minggu kehamilan. Mual muntah terjadi pada kehamilan disebabkan karena perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar *Human Chorionic Gonadotropin (HCG)*. (Rosalina, 2019)

Mual muntah yang terjadi pada kehamilan disebabkan karena terjadinya peningkatan kadar hormon estrogen dan progesteron yang diproduksi oleh Human Chorionic Gonadotropine (HCG) dalam serum dari plasenta. Frekuensi terjadinya mual muntah (*morning sickness*) tidak hanya di pagi hari melainkan bisa terjadi di siang bahkan hingga malam hari (Aritonang and Evanawy, 2010).

Peningkatan hormon saat kehamilan ini dapat menyebabkan terjadinya relaksasi dari otot-otot halus, perubahan dalam metabolisme karbohidrat, keletihan, distritmia pada lambung sehingga waktu transit makanan di lambung terjadi lebih lama dibandingkan dengan wanita yang tidak sedang hamil sehingga hal ini memicu

rasa mual bahkan muntah bagi wanita yang sedang hamil (Rohmah Miftahkur, 2017).

2.2.3 Angka Kejadian

Hasil laporan menunjukkan bahwa hampir (50-90%) dari wanita hamil mengalami mual muntah pada trimester pertama. Mual muntah terjadi pada (60-80%) *primigravida* dan (40-60%) terjadi pada *multigravida*. Satu diantara seribu kehamilan gejala-gejala lain menjadi berat (Zuraida, 2019).

2.2.4 Tanda Dan Gejala *Emesis Gravidarum*

Mual muntah termasuk gejala alami yang bisa dirasakan oleh ibu hamil terutama pada ibu hamil trimester I, dimana yang biasanya ibu hamil akan merasakan pusing, sensasi air liur yang berlebihan, dan mengeluarkan sebagian atau semua makanan yang sudah dikonsumsi (Sulistiarini et al, 2018).

Gejala *emesis gravidarum* adalah terjadinya mual muntah dengan frekuensi kurang dari 5 kali, biasanya terjadi di pagi hari tetapi dapat pula terjadi setiap saat, merasakan pusing, sensasi air liur yang berlebihan, nafsu makan menurun dan mudah lelah (Manuaba, 2012).

Gejala klinis mual dan muntah bervariasi dari mual ringan sampai mual dan muntah yang tidak tertahankan sepanjang hari. Ini terjadi antara minggu keempat sampai ke tujuh setelah periode menstruasi terakhir dan berkurang pada minggu ke-20 setelah masa kehamilan pada hampir semua wanita hamil. (Regina, 2011)

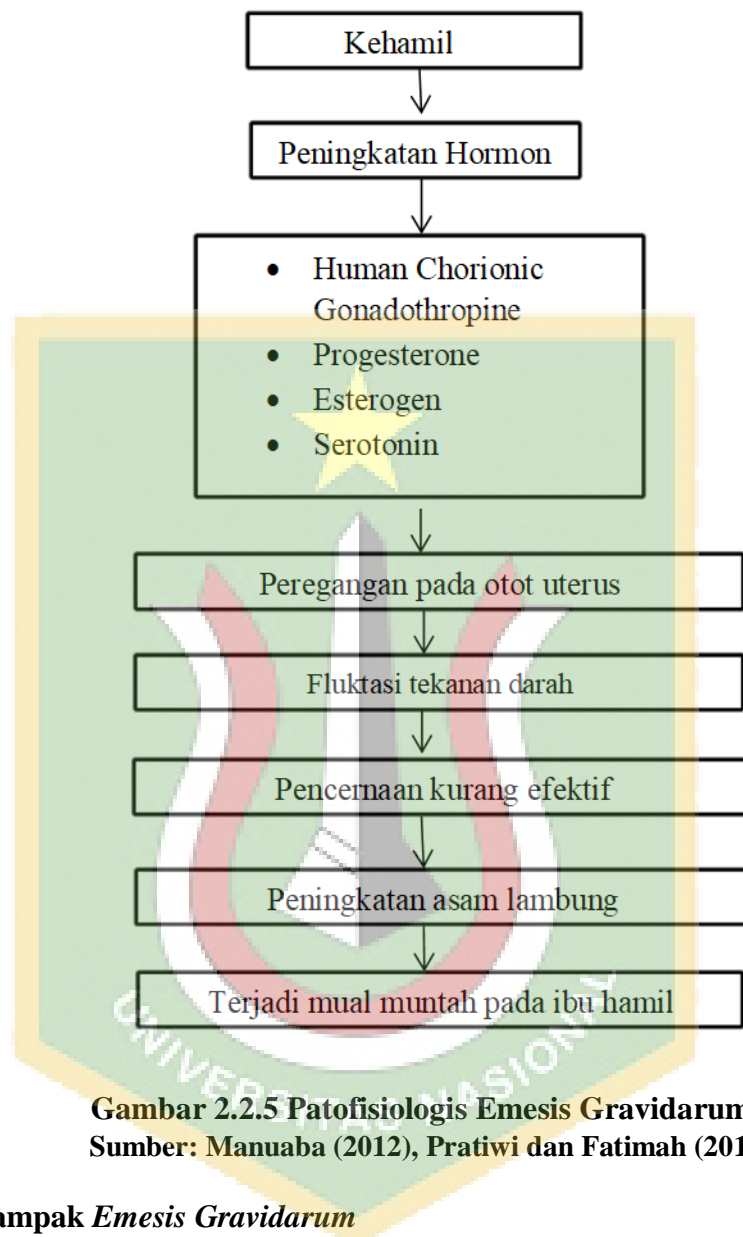
2.2.5 Patofisiologi *Emesis Gravidarum*

Patofisiologi emesis gravidarum dapat disebabkan karena peningkatan HCG dan *hormone progesterone*. Peningkatan kadar *hormone progesterone* menyebabkan otot polos pada sistem *gastrointestinal* mengalami relaksasi sehingga motilitas usus dan lambung menurun. Penurunan motilitas ini menyebabkan organ pencernaan menjadi penuh. Ketika ibu hamil mulai makan karena lapar yang mengikuti irama sirkadian, makanan tersebut cenderung akan dimuntahkan (Runiari, 2010)

Selama kehamilan banyak terjadi perubahan baik fisiologis ataupun psikologis. Pada kehamilan trimester I terjadi perubahan fisiologi terdapat perubahan hormonal yaitu peningkatan *hormon esterogen, progesteron*, dan dikeluarkannya *Human Chorionic Gonadtropine* (HCG) yang menyebabkan *emesis gravidarum* (Manuaba, 2012).

Hormon lainnya yaitu *hormon serotonin* yang merupakan bahan kimiawi dalam otak yang mempengaruhi sistem saraf pusat dan saluran *gastrointestinal*. Peningkatan hormon ini mengakibatkan perengangan pada otot uterus yang mengakibatkan *fluktuasi* pada tekanan darah. Saat tekanan darah dalam kondisi turun terjadi relaksasi pada otot pencernaan sehingga pencernaan kurang efektif. Relaksasi ini mengakibatkan adanya peningkatan asam lambung yang mengakibatkan mual dan muntah, (Pratiwi & Fatimah, 2019).

Bagan 2.2.5 Patofisiologis Emesis Gravidarum



Gambar 2.2.5 Patofisiologis Emesis Gravidarum
Sumber: Manuaba (2012), Pratiwi dan Fatimah (2019)

2.2.6 Dampak *Emesis Gravidarum*

2.2.6.1 Dampak Untuk Ibu Hamil

Emesis tidak banyak menimbulkan efek negatif terhadap kehamilan dan janin. Jika wanita-wanita hamil dengan gejala *emesis gravidarum* yang terus-menerus berpotensi besar mengalami kekurangan cadangan karbohidrat dan lemak dalam tubuh, menyebabkan ibu sangat lemah, muka pucat, dan frekuensi buang air kecil

menurun drastis, dapat pula terjadi robekkan kecil pada selaput lender esophagus dan lambung akibat perdarahan *gastrointestinal*. (Wiknjosastro, 2014).

2.2.6.2 Dampak Untuk Janin

Perlu diingat bahwa 3 bulan pertama setiap kehamilan adalah masa rawan pembentukan organ-organ janin. Supaya pembentukan itu tidak terganggu pertumbuhan janin. Mual muntah yang terjadi pada ibu terus menerus cairan tubuh semakin berkurang dan darah menjadi kental (*hemokonsentrasi*) yang memperlambat peredaran darah sehingga konsumsi oksigen dan makanan ke jaringan juga ikut berkurang, kekurangan makanan dan oksigen akan menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat membahayakan kesehatan dan perkembangan janin yang dikandung

2.2.7 Pengukuran *Emesis Gravidarum*

Pengukuran emesis gravidarum menggunakan kuesioner data demografi dan *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)-24 scoring system*. Kuesioner data demografi berisi 5 pertanyaan, yaitu usia, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan, dan status gravida responden. *PUQE24* adalah sistem penilaian untuk mengukur tingkat keparahan mual muntah kehamilan dalam 24 jam. Skor *PUQE* untuk setiap pasien dihitung dengan menggunakan tiga kriteria untuk menilai keparahan mual muntah selama kehamilan (jumlah jam merasakan mual, jumlah episode muntah, dan jumlah episode muntah kering dalam 24 jam terakhir) (Nurdiana, 2018).

Kewenangan bidan pada kasus *emesis gravidarum* adalah melakukan penatalaksanaan pada *emesis gravidarum* ringan dan sedang untuk dilakukannya pengalihan asuhan. Instrumen yang dapat digunakan oleh bidan untuk menilai

emesis gravidarum yaitu dengan *Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea (PUQE)*. *PUQE* adalah penilaian kuantitas dari mual dan muntah untuk menghindari subjektivitas dari keluhan mual dan muntah. Berikut adalah tabel pengukuran mual muntah dalam 12 jam dan 24 jam :

Tabel 2.2 Pengukuran Mual Muntah

Motherisk Pregnancy Uniqe Quantification of Emesis And Nausea (PUQE)-24

No	Pertanyaan	Jawaban					Ket
		1	2	3	4	5	
1.	Dalam 24 jam terakhir berapa lama anda merasa mual atau nyeri perut?	Tidak Sama Sekali ()	<1 Jam ()	2-3 Jam ()	4-6 Jam ()	>6 Jam	
2.	Dalam 24 jam terakhir berapa kali anda muntah?	Tidak Sama Sekali ()	1-2 kali ()	3-4 kali ()	5-6 kali ()	≥7 kali ()	
3.	Dalam 24 jam terakhir, berapa kali anda muntah kering atau tidak mengeluarkan apapun ?	Tidak Sama Sekali ()	1-2 Kali ()	3-4 kali ()	5-6 kali ()	≥7 kali ()	
Jumlah Skor							

Sumber : *Royal collage of obstetricians and Gynaecologists (2016)*

Skor yang didapatkan dari penilaian di kategorikan kedalam :

- 1) Tidak mengalami mual dan muntah bila nilai indeks PUQE = 3
- 2) Mual dan muntah ringan bila nilai indeks PUQE = 4-6
- 3) Mual dan muntah sedang bila nilai indeks PUQE= 7-12
- 4) Mual dan muntah berat bila nilai indeks PUQE= 13-15

2.2.8 Penanganan *Emesis Gravidarum*

Penanganan *emesis gravidarum* terbagi menjadi dua yaitu farmakologi dan non farmakologi (Yuliana, 2019) :

1) Terapi farmakologi

Penanganan mual dan muntah secara farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian vitamin b6, *antihistamin, antiemetic, antikoligernik, antagonis serotin, antagonis dopamine, fenotiazin, dan kortikosteroid*.

2) Terapi non farmakologi

Upaya terapi non farmakologi diantaranya adalah mengubah pola diet, dukungan emosional, akupresur, akupunktur dan aromaterapi. Beberapa cara yang dapat dilakukan ibu hamil dengan *emesis gravidarum*, yaitu hindari bau menyengat atau faktor-faktor penyebabnya, makan sedikit-sedikit tapi sering, istirahat yang cukup, hindari makanan yang berminyak dan berbumbu keras, bangun dari tidur secara perlahan-lahan dan jangan langsung bergerak.

2.3 Konsep Dasar Aromaterapi

2.3.1 Pengertian Aromaterapi

Pengobatan komplementer yang menggunakan bahan berbentuk cairan yang terbuat dari tanaman dan mudah menguap, dikenal sebagai minyak esensial dan senyawa aromatic lainnya yang dapat mempengaruhi jiwa, emosi, fungsi kognitif dan kesehatan seseorang disebut dengan aromaterapi. (Putri dan Rahmita, 2019).

Aromaterapi adalah terapi komplementer dalam praktik kebidanan dengan menggunakan minyak atsiri dari bau harum tumbuhan untuk mengurangi masalah kesehatan dan memperbaiki kualitas hidup (Vitrianingsih, 2019).

Aromaterapi adalah tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi seseorang menjadi lebih baik. Beberapa minyak esensial memiliki efek farmakologi yang unik seperti anti bakteri, anti virus, diuretik, vasodilator, penenang dan

perangsang adrenalin. Molekul dalam minyak esensial tersebut ketika dihirup melalui rongga hidung dapat merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik di otak merupakan area yang memengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenalin, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, keseimbangan tubuh dan pernafasan (Rosalinna, 2019).

2.4 Konsep Dasar Aromaterapi Lemon

2.4.1 Pengertian Aromaterapi Lemon

Aromaterapi merupakan pengobatan yang *holistic*, memanfaatkan minyak esensial yang diekstrak dari tanaman *aromatic* seperti bunga, rempah-rempah, buah-buahan, kayu, dan daun untuk menciptakan keseimbangan dan harmoni pada tubuh, pikiran, dan jiwa (Wisdyana dan Erni, 2018).

Aromaterapi memberikan ragam efek bagi penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran, bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi mual. Aromaterapi dapat digunakan sebagai solusi untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama tanpa efek samping (Rahayu dan Sugita, 2018).

Aromaterapi lemon mengandung *limonene* yang akan menghambat kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri serta berfungsi untuk mengontrol *sikooksigenase* I dan II, mencegah aktivitas *prostaglandin* dan mengurangi rasa sakit termasuk mual dan muntah (Namazi et al, 2014).

2.4.2 Kandungan Aromaterapi Lemon

Aromaterapi lemon mengandung *limonene* yang akan menghambat kerja *prostaglandin* sehingga dapat mengurangi rasa nyeri serta berfungsi untuk

mengontrol *sikooksigenase* I dan II, mencegah aktivitas *prostaglandin* dan mengurangi rasa sakit termasuk mual dan muntah (Namazi et al, 2014).

Aromaterapi lemon memiliki kandungan yang dapat membunuh bakteri meningokokus (*meningococcus*), bakteri tipus, memiliki efek anti jamur dan efektif untuk menetralsir bau yang tidak menyenangkan, serta menghasilkan efek anti cemas, anti depresi, anti stress, dan untuk mengangkat dan memfokuskan fikiran (Saridewi & Safitri, 2018).

2.4.3 Proses Aromaterapi Lemon Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum

Menurut penelitian Fatimah et al (2018) Aromaterapi lemon memiliki kandungan yang dapat membunuh bakteri meningokokus (*meningococcus*), bakteri tipus, memiliki efek anti jamur dan efektif untuk menetralsir bau yang tidak menyenangkan, serta menghasilkan efek anti cemas, anti depresi, anti stres, dan untuk mengangkat dan memfokuskan pikiran. Minyak esensial lemon merupakan minyak herbal yang paling banyak digunakan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Aromaterapi lemon terbukti memiliki efek menguntungkan pada *emesis gravidarum*.

Aromaterapi lemon merupakan salah satu metode alternatif untuk menurunkan mual dan muntah, bila minyak esensial dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang terdapat dalam kandungan minyak tersebut ke puncak hidung. Rambut getar terdapat di dalamnya, yang berfungsi sebagai reseptor, akan menghantarkan pesan elektrokimia ke susunan saraf pusat. Pesan ini mengaktifkan pusat emosi dan daya ingat seseorang yang selanjutnya akan mengantarkan pesan balik keseluruhan tubuh melalui sistem sirkulasi. Pesan yang diantar ke seluruh tubuh akan dikonversikan menjadi satu aksi dengan pelepasan

substansi *neurokimia* berupa perasaan senang, rileks, tenang, atau terangsang (Maternity et al, 2017).

Ketika menghirup zat aromatik atau minyak esensial lemon akan memancarkan biomolekul, sel-sel akseptor di hidung untuk mengirim impuls langsung ke penciuman di otak. Segera impuls merangsang untuk melepaskan hormon yang mampu menetralkan dan menimbulkan perasaan tenang serta mempengaruhi perubahan fisik dan mental seseorang sehingga bisa mengurangi mual muntah yang dialami oleh ibu hamil trimester I (Kia et al 2013).

Salah satu efektifitas kandungan kimia dalam minyak esensial lemon adalah dapat mempengaruhi aktifitas kerja otak melalui sitem saraf yang berhubungan dengan indera penciuman. Respon ini akan merangsang peningkatan aktivitas *neurotransmitter*, yaitu berkaitan dengan pemulihan kondisi psikologi seperti emosi, perasaan, pikiran dan keinginan (Risha, 2017).

Ketika minyak esensial dihirup, molekul masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hiposis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormson, dan pernafasan. Sehingga aromaterapi lemon baik untuk mengurangi mual dan muntah (Wardani et al, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nur Sa'idah (2022) menyatakan bahwa ada pengaruh inhalasi lemon terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I. Pada penelitian Nanik (2021) juga menyatakan bahwa aromaterapi lemon efektif menurunkan derajat *emesis gravidarum* terbukti dengan perubahan rata-rata mual muntah dari kategori sedang dan turun menjadi mual muntah kategori ringan

sesudah mendapatkan aromaterapi lemon. Yesi Putri dalam penelitiannya menyatakan bahwa aromaterapi lemon secara bermakna mempunyai pengaruh dalam menurunkan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I

2.5 Konsep Dasar Aromaterapi Lavender

2.5.1 Pengertian Aromaterapi Lavender

Aromaterapi lavender merupakan salah satu terapi non farmakologis berbentuk essential oil untuk mengurangi mual muntah yang memiliki kandungan *linanool* dan *linalil* asetat yang dapat memberikan efek nyaman dan menenangkan, (Zuraida, 2018).

Lavender adalah bunga yang memiliki 25-30 spesies, beberapa diantaranya adalah *lavundula angustifolia*, *lavundula lattifola*, *lavindula stoechas* (fam. *Lamiaceace*). Penampakan bunga ini adalah berbentuk kecil, berwarna ungu kebiruan, dan tinggi tanaman mencapai 72 cm. Berasal dari habitat berbatu di pegunungan mediterania. Tumbuh baik di ketinggian 600-1.350 mdpl dimana semakin tinggi tempat tumbuhnya, semakin baik kualitas minyak yang dihasilkannya, (Widyaningrum Herlina, 2019).

Nama lavender berasal dari bahasa latin “*lavera*” yang berarti menyegarkan dan lebih sering digunakan sebagai obat penenang atau campuran aromaterapi karena dapat membantu mengatasi sakit kepala dan relaksasi. Lavender juga digunakan oleh orang-orang roma telah sebagai campuran balsam, salep, parfum, alat kecantikan dan minyak mandi sejak zaman dahulu. Bunga lavender menghasilkan nektar yang melimpah dan madu yang dihasilkan dari lebah penghisap lavender berkualitas tinggi. Sering kali bagian bunga ini dijadikan hiasan kue, manisan atau campuran untuk minum teh serta dapat dijadikan minyak esensial

yang sering dipakai sebagai aromaterapi karena dapat memberikan manfaat relaksasi menenangkan, (Widyaningrum Herlina, 2019).

2.5.2 Kandungan Aromaterapi Lavender

Minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan. Menurut penelitian, dalam 100 gram bunga lavender tersusun atas beberapa kandungan, seperti : *minyak esensial* (1-3%), *alpha-pinene* (0,22%), *camphene* (0,06%), *betamyrcene* (5,33%), *p-cymene* (0,3%), *limonene* (1,06%), *cineol* (0,51%), *linalool* (26,12%), *borneol* (1,21%), *terpinen* (*-4-ol* (4,64%), *linalyl asetat* (26,23%), *geranyl asetat* (2,14%), dan *caryophyllene* (7,55%). Berdasarkan data diatas, dapat disimpulkan bahwa kandungan utama dari bunga lavender adalah *linalyl asetat* dan *linalool* (*c10h18o*). *Linalool* adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender. Minyak lavender dengan kandungan *linalool*nya adalah salah satu minyak aroma terapi yang banyak digunakan saat ini, baik secara inhalasi (dihirup) ataupun dengan teknik pemijatan pada kulit. Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek menenangkan, sehingga dapat digunakan dalam manajemen stress.

2.5.3 Proses Aromaterapi Lavender dalam Mengurangi *Emesis Gravidarum*

Mekanisme penurunan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil dengan pemberian aroma terapi lavender dipengaruhi oleh kandungan atsiri (*linalool* dan *asetat*). Ketika aroma terapi dihirup, molekul yang mudah menguap dari minyak tersebut dibawa oleh udara ke “atap” hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Molekul-molekul itu menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektrokimia akan ditransmisikan melalui bola dan *olfactory* kedalam sistem limbik yang kemudian akan memberikan efek anti depresan dengan

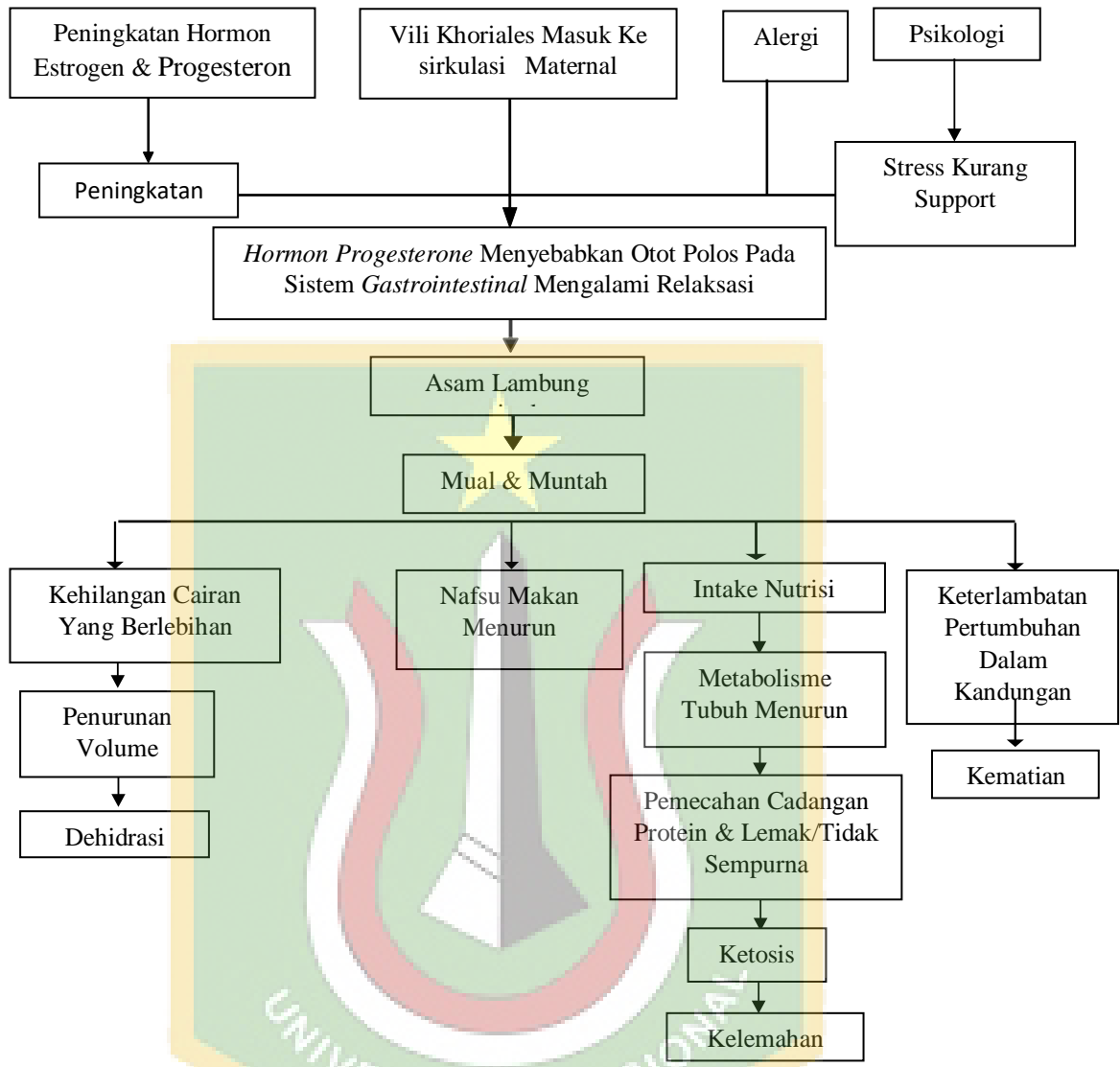
meningkatkan kenyamanan relaksasi tubuh sehingga tingkat stress yang dirasakan ibu menurun, dengan peningkatan relaksasi tubuh dan penurunan tingkat kecemasan akan mengurangi intensitas mual muntah yang dirasakan oleh ibu hamil trimester 1. Komponen utama aroma terapi lavender antara lain *linalool*, *linalyasetat*, *1,8-cineola* *b-ocimene* *terpinen-4-ol*. *Linalool* merupakan komponen lavender yang memiliki efek sebagai zat sedatif atau penenang dan biasa digunakan sebagai aroma terapi yang mempengaruhi sistem *neuro endokrin* tubuh yang berpengaruh terhadap pelepasan hormon dan *neuro transmitter*. Keadaan ini akan meningkatkan rasa nyaman pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah (Buckle, 2013).

Aromaterapi lavender dapat berpengaruh terhadap kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I karena mengandung senyawa utama berupa *linalool* dan *linalil* asetat yang dapat memberikan efek nyaman, tenang, dan meningkatkan relaksasi. Hal ini dapat memperbaiki kondisi psikologis atau emosi ibu hamil dan mampu menurunkan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil (McLaine, 2009).

2.5.4 Manfaat aromaterapi lavender

- 1) Dapat memberikan rasa tenang
- 2) Mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat – urat syaraf dan otot – otot yang tegang
- 3) Memperbaiki mood seseorang
- 4) Menurunkan tingkat kecemasan
- 5) Memberikan efek relaksasi
- 6) Menurunkan frekuensi mual muntah

2.5.5 Pathway



Gambar 2.5.5 Pathway

2.5.6 Pengaruh aromaterapi lavender terhadap *emesis gravidarum*

Aromaterapi lavender bekerja dengan cara mempengaruhi kerja otak, saraf-saraf penciuman yang terangsang dengan adanya aroma tertentu, secara langsung berhubungan dengan hipotalamus. Hipotalamus adalah bagian otak yang mengendalikan sistem kelenjar, mengatur hormon-hormon dan mempengaruhi pertumbuhan dan aktivitas tubuh lainnya, seperti detak jantung, fungsi pernapasan, pencernaan, suhu tubuh dan lapar. Selain itu saat minyak beraroma

dihirup atau dioles, sel-sel saraf terangsang dan mempengaruhi kinerja sistem limbik. Sistem limbik ini berhubungan dengan daerah otak yang berkaitan dengan fungsi ingatan, sirkulasi darah dan sistem kelenjar (Rosalinna, 2019).

Hipotalamus berperan sebagai *relay dan regulatory*, memunculkan pesan-pesan ke bagian otak serta bagian tubuh lain. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan *euforia, relaks atau sedative*. Sistem limbik ini terutama digunakan untuk sistem ekspresi emosi, (Zuraida, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh zuraida & elsa desria sari bahwa pemberian aromaterapi lavender efektif terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 dimana pemberian terapi lavender mampu memberikan efek nyaman, meningkatkan relaksasi tubuh dan penurunan tingkat kecemasan. Sebelum intervensi diketahui bahwa intensitas mual dan muntah 4-5 kali sehari. Setelah 7 hari pemberian aromaterapi intensitas mual muntah hanya sebatas *morning sickness*.

Pemberian aromaterapi lavender dapat memberikan efek nyaman dan menurunkan tingkat kecemasan dan stress dan kondisi ini mampu menurunkan intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I, dimana masalah psikologis (stress) merupakan suatu kondisi yang memperparah mual dan muntah pada ibu hamil. Mekanisme penurunan cemas dan stress dengan inhalasi aromaterapi lavender adalah melalui penciuman senyawa aktif atsiri dan *linalool* yang terkandung dalam aromaterapi lavender menstimulus bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentukkan efek yang ditimbulkan oleh aromaterapi. Ketika aromaterapi dihirup, molekul yang mudah menguap dari minyak tersebut dibawa

oleh udara ke “atap” hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Ketika molekul-molekul itu menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektro kimia akan ditransmisikan melalui bola dan *olfactory* kedalam system limbik. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional, (Zuraida, 2018).

Hasil penelitian Yosi (2022) menyatakan bahwa aromaterapi lavender efektif untuk menurunkan mual muntah pada ibu hamil di PMB Fauziah Hatta Palembang. Syari Fitri (2022) juga membuktikan bahwa aromaterapi lavender efektif terhadap intensitas mual muntah pada ibu hamil. Bella (2021), juga menyatakan bahwa adanya penurunan rata-rata skor tingkat *emesis gravidarum* sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender pada ibu hamil trimester di wilayah kerja puskesmas telaga dewa kota Bengkulu tahun 2021.

2.6 Standard operasional prosedur (SOP) pemberian aromaterapi

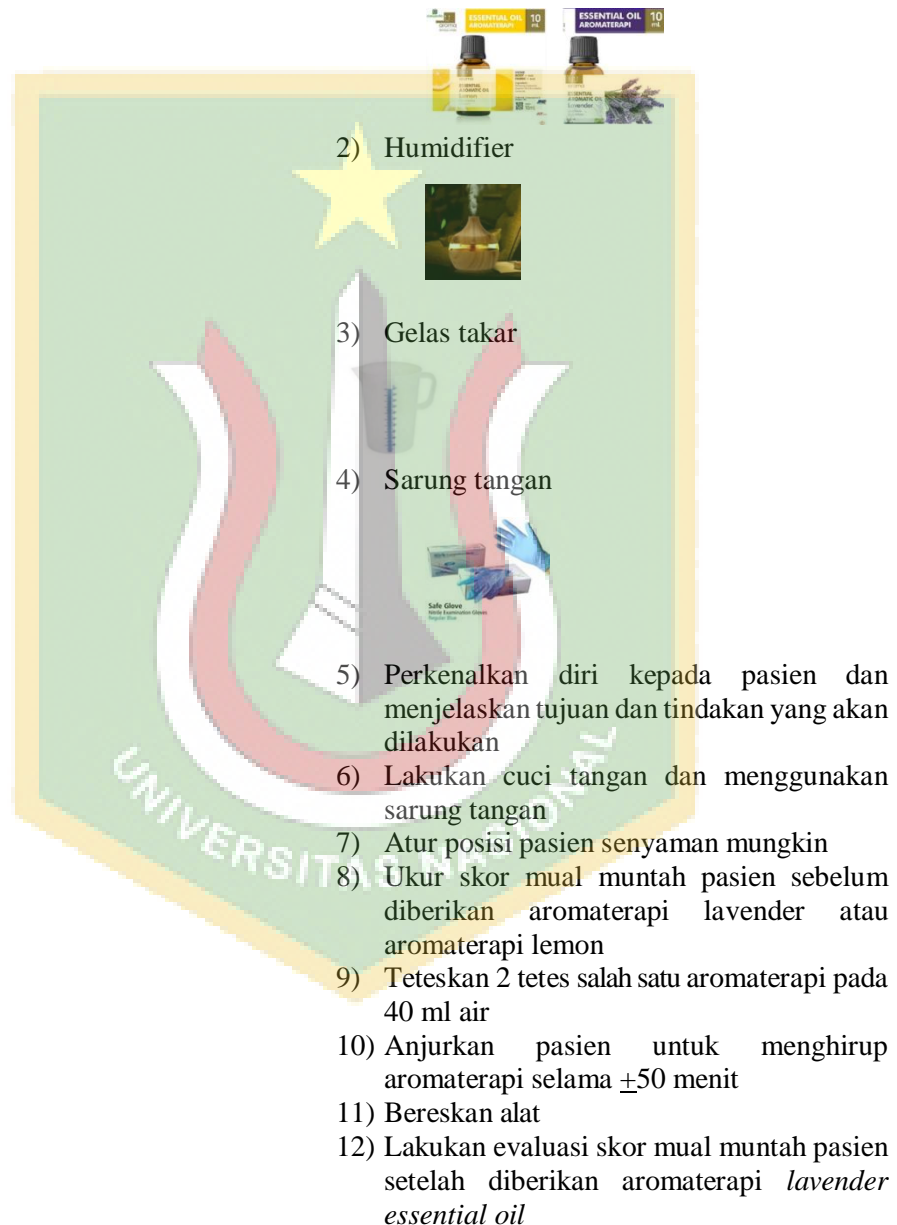
Pemberian aroma terapi lavender ini dilakukan dengan cara meneteskan 2-3 tetes minyak esensial aromaterapi lavender pada humidifier, lalu diberikan air 100-200 ml dan menghirup selama kurang lebih 10 menit. Kegiatan dilakukan dalam satu kali sehari. Adapun standard operasional prosedur (SOP) dalam pemberian aromaterapi lavender adalah sebagai berikut :

2.6.1 Standard Operasional Prosedur (SOP) Pemberian Aromaterapi

Lavender dan Aromaterapi Lemon

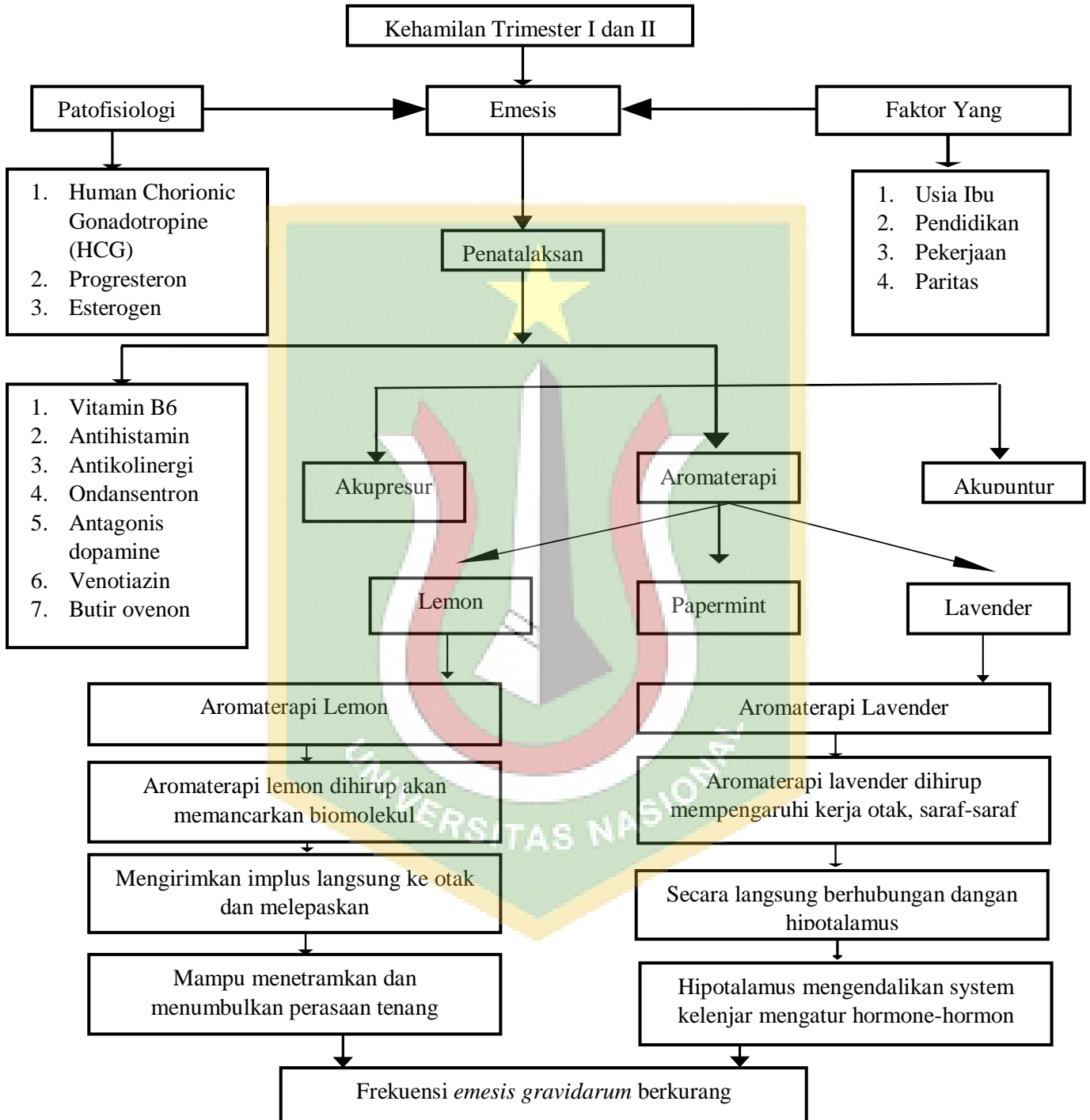
No	Keterangan	Judul SOP Aromaterapi Lavender
1.	Pengertian	Aromaterapi lavender dan Aromaterapi Lemon adalah wewangian berbentuk <i>Essential oil</i> untuk mengurangi mual muntah dan termasuk terapi non farmakologis
2.	Tujuan	1) Sebagai acuan pemberian aromaterapi lavender dan aromaterapi lemon pada ibu

	hamil dengan <i>emesis gravidarum</i>
	2) Mengurangi rasa mual muntah
	3) Menghasilkan perasaan tenang dan rileks
3. Kebijakan	Bisa dilakukan di rumah dengan ruangan berukuran kecil dan tertutup serta dapat sesuai dengan tempat Saat terjadinya mual muntah
4. Persiapan Responden	Ibu hamil trimester I dan II di TPMB R
5. Alat dan Bahan	1) Aromaterapi lavender dan aromaterapi lemon



Gambar 2.6.1 Standard Operasional Prosedur Pemberian Aromaterapi

2.7 Kerangka Teori



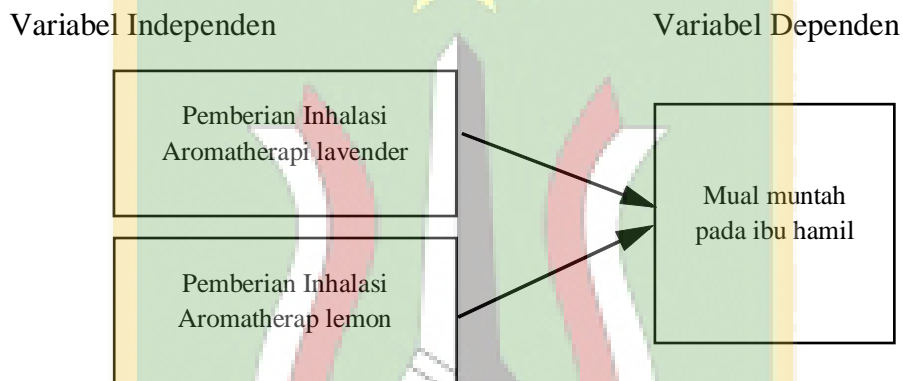
Gambar 2.7 Kerangka Teori

Sumber: Harsono (2013), Harti et al (2018), Syalfina et al (2018), Retnowati (2019), Zuraida (2018), Putri (2017), Suryati (2018), Rofi'ah (2017), Yuwinten (2018), Cholifah (2017), dan Nizhar (2012).

2.8 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah abstraksi dari suatu realitas agar dapat dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antara variabel (baik variabel yang diteliti maupun yang tidak diteliti). Kerangka konsep akan membantu penelitian menghubungkan hasil penemuan dengan teori (Nursalam, 2017).

Berdasarkan landasan teori yang telah diuraikan pada tinjauan pustaka, maka dapat dibuat dengan kerangka konsep sebagai berikut :



Gambar 2.8 Kerangka Teori

2.9 Hipotesis Penelitian

Ha di terima :

1. Ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil di TPMB R Kabupaten Bogor
2. Ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil di TPMB R Kabupaten Bogor
3. Ada perbedaan pengaruh pemberian aromaterapi lavender dan aromaterapi lemon terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di TPMB R Kabupaten Bogor