



ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DENGAN MUAL MUNTAH MENGGUNAKAN THERAPY LEMON KOTA PEKANBARU

Pratiwi Ningsih¹⁾ Eka Maya Saputri²⁾ Ika Putri Damayanti³⁾

DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

¹⁾pratiwiningsih2000@gmail.com, ekamaya@htp.ac.id, ikaputridamayanti@gmail.com

Histori artikel

Received:
12 Oktober 2022

Accepted:
11 November 2022

Published:
22 Desember 2022

Abstrak

Mual (*nausea*) dan muntah (*emesis gravidarum*) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu dari hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Pada kasus *Emesis gravidarum* yang tidak diatasi akan menimbulkan gejala *patologi* yaitu *Hiperemesis gravidarum* yang mana jika dibiarkan akan berakibat buruk nantinya terutama pada janin atau kehamilan ibu. Mual dan muntah yang hebat juga dapat mempengaruhi janin mengalami BBLR, IUGR, premature hingga terjadi abortus. Asuhan ini adalah melihat pengaruh dari therapy lemon dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Kota Pekanbaru. Subjek studi kasus ini adalah ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah dan melakukan pendokumentasian dalam bentuk SOAP dan menggunakan instrumen asuhan kebidanan. Hasil asuhan menunjukkan bahwa asuhan therapy lemon yang diberikan penulis terhadap pasien di katakan dapat mengurangi mual dan muntah yang di alami ibu. Pada kunjungan pertama keluhan mual dan muntah yang ibu rasakan 3-5 kali dalam sehari. Kemudian setelah diberikan asuhan therapy lemon terhadap ibu selama 1 minggu ibu mengatakan bahwa mual dan muntah ibu sudah berkurang yaitu dengan frekuensi 1 kali dalam sehari. Penulis berharap asuhan *therapy lemon* ini dapat dijadikan sebagai salah satu asuhan kebidanan yang tepat terhadap ibu hamil untuk mengurangi mual muntah yang dialami pada awal kehamilan

Kata-kata Kunci : Asuhan Kebidanan, Ibu Hamil, Mual Muntah, Terapi Lemon

Latar Belakang

Mual (nause) dan muntah (*emesis gravidarum*) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu dari hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% terjadi pada multigravida. Satu diantara seribu kehamilan gejala-gejala lain menjadi berat, sebagian besar ibu hamil 70-80% mengalami *morning sickness* dan sebanyak 1-2% dari semua ibu hamil mengalami *morning sickness* yang ekstrim. Jika keluhan mual saat hamil mengganggu nafsu makan sehingga asupan nutrisi yang dikonsumsi berkurang, ibu hamil mungkin akan memerlukan asupan nutrisi dari suplemen tambahan (Saifuddin et al, 2010).

Mual biasanya timbul pada pagi hari tetapi dapat pula timbul setiap saat dan pada malam hari. Gejala ini biasanya terjadi pada usia kehamilan 6 minggu hingga 10 minggu (Wardani, 2012). *Emesis Gravidarum* ini menyebabkan penurunan nafsu makan sehingga terdapat perubahan keseimbangan elektrolit dengan kalium, kalsium dan natrium yang menyebabkan perubahan metabolisme tubuh. Untuk mengatasi mual muntah dapat dilakukan dengan cara menghirup aromatherapy atau wewangian seperti minyak kayu putih atau dengan therapy aromatherapy lemon (Prawirohardjo, 2009).

Pada kasus *Emesis gravidarum* yang tidak diatasi akan menimbulkan gejala patologi yaitu *Hiperemesis gravidarum*. *Hiperemesis gravidarum* adalah mual dan muntah yang berlebihan pada wanita hamil sampai mengganggu pekerjaan sehari-hari karena umumnya menjadi buruk, karena terjadi dehidrasi. Penyebab *hiperemesis gravidarum* belum diketahui secara pasti, namun diperkirakan disebabkan oleh adanya peningkatan hormon estrogen dan Hormon Chorionic Gonadotrophin (HCG). Pada umumnya wanita dapat menyesuaikan diri dengan keadaan ini, meskipun demikian gejala mual dan muntah yang berat dapat berlangsung sampai 4 bulan. Sehingga, pekerjaan sehari-hari menjadi terganggu dan keadaan umum menjadi buruk (Nadyah, 2013 : 38).

Aromaterapi lemon memiliki kandungan yang dapat membunuh bakteri meningokokus (*meningococcus*), bakteri tipus, memiliki efek anti jamur dan efektif untuk menetralkan bau yang tidak menyenangkan, serta menghasilkan efek anti cemas, anti depresi, anti stres, dan untuk mengangkat dan memfokuskan pikiran. Lemon minyak esensial (Citrus Lemon) adalah salah satu minyak herbal yang dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan, sehingga bisa mengurangi mual muntah pada saat kehamilan. (Saridewi, 2018).

Pemberian aroma therapy pada ibu hamil trimester I untuk mengurangi mual muntah ini dilakukan pada ibu hamil di mulai dengan menilai mual muntah ibu sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon, aroma therapy lemon ini diberikan pada ibu hamil yang mual muntah sebanyak 5 sampai 7 kali. Konsentrasi aromaterapi lemon yang diberikan dengan mencampurkan 0,1 ml minyak esensial lemon kedalam air sebanyak 1 ml, konsentrasi pemberian aromaterapi lemon didasarkan pada penelitian (Kaviani et al, 2014), kemudian ibu menghirup aromaterapi lemon yang ditaruh dalam kapas sebanyak 3 tetes dengan jarak kurang lebih 2 cm dari hidung sambil menghirup aroma therapy selama \pm 5 menit dan bisa diulang jika

masih merasa mual muntah. Kemudian di evaluasi setelah 12 jam dan di observasi selama 1 minggu (Cholifah, 2019).

Tujuan pelaksanaan ini adalah untuk melakukan Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester 1 Dengan Mual Muntah menggunakan therapy lemon di Kota Pekanbaru.

Metode

Metode laporan ini adalah studi kasus dengan latar belakang asuhan pada ibu hamil trimester 1 dengan mual muntah menggunakan therapy lemon. Pada studi kasus dilakukan wawancara dan anamnesis dan berlanjut dengan memberikan asuhan sampai evaluasi dan dokumentasi. Studi kasus ini yaitu asuhan pada ibu hamil trimester 1 dengan mual muntah menggunakan therapy lemon yang dilakukan selama 2 minggu.

Hasil

Kunjungan pertama dilakukan pada tanggal 29 Mei 2021 pukul 20.00 WIB, di rumah pasien. Data subjektif Ny. A berusia 24 tahun dengan keluhan mengatakan merasa mual dan muntah 3-5 kali sehari. Dari hasil pemeriksaan keadaan umum ibu baik, tanda-tanda vital ibu dalam batas normal, kenaikan berat badan 2 kg yaitu 58 kg dibanding sebelum hamil yaitu 56 kg, kepala bersih, sklera tidak ikterik dan konjungtiva tidak anemis, tidak ada edema pada muka, hidung bersih, telinga bersih, tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid.

Asuhan therapy lemon dilakukan pada ibu dengan menggunakan diffuser dengan durasi yang ibu inginkan. Mengulangi asuhan setiap hari selama 1 minggu.

a. Kajian Kedua

Kajian ini merupakan hasil dari kunjungan ke dua yang di lakukan pada tanggal 02 Juni 2021 pukul 20.00 WIB bertempat dirumah pasien yang beralamat di Marpoyan Damai. Data Subjektif Ny. A mengatakan merasakan mual - muntah sudah berkurang, frekuensi mual muntah 1-2 x/hari. Hasil pemeriksaan keadaan umum baik, usia kehamilan 7 minggu, tanda-tanda vital dalam batas normal, berat badan saat ini 58 kg. Hasil observasi, tingkat mual berkurang, tingkat muntah berkurang dan tingkat pusing berkurang.

Melanjutkan lagi asuhan therapy lemon dengan diffuser pada ibu dan memantau perkembangan 12 jam setelah diberikan asuhan dengan via Whatsapp mengenai mual dan muntah yang ibu alami.

b. Kajian Ketiga

Kajian ketiga ini merupakan hasil dari kunjungan ke tiga yang di lakukan pada tanggal 04 Juni 2021 pukul 20.00 WIB bertempat dirumah pasien yang beralamat di Marpoyan Damai. Data subjektif Ny.A mengatakan mual muntah yang dialaminya sudah berkurang dari sebelumnya yaitu kira-kira 1 kali dalam sehari. Dari hasil pemeriksaan keadaan umum ibu baik, usia kehamilan 8 minggu tanda-tanda vital dalam batas normal, BB sekarang yaitu 59 kg. Hasil observasi terhadap tingkat mual, muntah dan pusing ibu semua berkurang.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pemeriksaan pada kunjungan pertama yang telah dilakukan penulis, keluhan yang dialami Ny. A adalah mual dan muntah 3-5 kali dalam sehari dan paling sering terjadi pada pagi hari. Hasil pemeriksaan keadaan umum ibu baik yaitu tekanan darah 120/80 mmHg, pernafasan 20x/menit, nadi 80 x/menit dan suhu 36,5°C. Berat badan ibu sebelum hamil yaitu 56 kg dan mengalami penambahan berat badan yaitu sekitar 2 kg yaitu 58 kg dengan IMT normal yaitu 24,88 kg/m². Dan pada kunjungan selanjutnya yaitu 6 hari setelah nya mual dan muntah ibu berkurang menjadi 1x dalam sehari. Pada kunjungan ini berat badan ibu masih sama yaitu 58 kg dan pada kunjungan ketiga bertambah 1 kg menjadi 59 kg. Asuhan yang diberikan pada Ny. A terhadap pengurangan mual dan muntah yang dialaminya yaitu dengan memberikan asuhan aromatherapy lemon yang dilakukan yaitu dengan cara menghirup aromaterapi lemon dengan menggunakan diffuser dengan durasi yang ibu inginkan. Aromaterapi lemon memiliki kandungan yang dapat membunuh bakteri meningokokus (*meningococcus*), bakteri tipus, memiliki efek anti jamur dan efektif untuk menetralkan bau yang tidak menyenangkan, serta menghasilkan efek anti cemas, anti depresi, anti stres, dan untuk mengangkat dan memfokuskan pikiran (Sari Dewi, 2018). Minyak esensial Lemon merupakan minyak herbal yang paling banyak digunakan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan.

Menurut penelitian (Kia, 2013) skor rata-rata *emesis gravidarum* menurun selama empat hari menggunakan aromaterapi lemon inhalasi. Mual (*nausea*) dan muntah (*emesis gravidarum*) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu dari hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Pada kasus *Emesis gravidarum* yang tidak diatasi akan menimbulkan gejala patologi yaitu *Hiperemesis gravidarum* yang mana jika dibiarkan akan berakibat buruk nantinya terutama pada janin atau kehamilan ibu. Untuk itu perlulah kiranya dilakukan asuhan yang tepat yaitu dengan pemberian terapi lemon. Berdasarkan pernyataan Sulistyawati (2009) mual muntah biasanya terjadi <10 kali dalam sehari dan biasanya terjadi pada pagi hari dan pada malam hari. Menurut Kemenkes RI, 2013, pada Buku Saku Pelayanan Kesehatan Ibu, mual dan muntah yang terjadi pada kehamilan hingga usia 16 minggu. Pada keadaan muntah-muntah yang berat, dapat terjadi dehidrasi, gangguan asam basa dan elektrolit dan ketosis; keadaan ini disebut *hiperemesis gravidarum*. Mual dan muntah sering menjadi masalah pada ibu hamil. Pada derajat yang berat, dapat terjadi *hiperemesis gravidarum*, yaitu bila terjadi: Mual dan muntah hebat, Berat badan turun > 5% dari berat badan sebelum hamil, ketonuria, dehidrasi, dan ketidakseimbangan elektrolit. Pada lembar observasi terhadap mual muntah yang ibu alami yaitu pada kunjungan kedua terdapat hasil mual ibu berkurang (dari skor 4 menjadi 2), muntah ibu berkurang (dari skor 2 menjadi 1) dan pusing yang ibu alami berkurang (dari skor 3 menjadi 2) setelah diberi asuhan dan ibu mengatakan efektivitas asuhan yang diberikan yaitu efektif (skor 4) dan pada kunjungan ketiga terdapat hasil mual ibu sama dengan sebelumnya (dari skor 2 menjadi 2), muntah ibu berkurang (dari skor 1 menjadi 0) dan pusing yang ibu alami berkurang (dari skor 2 menjadi 1) setelah diberi asuhan dan ibu mengatakan efektivitas asuhan yang diberikan yaitu efektif (skor 5).

Berdasarkan hasil pada lembar observasi didapatkan hasil bahwa tingkat mual dan muntah ibu berkurang setelah diberi asuhan therapy lemon menggunakan diffuser. Berdasarkan hasil penelitian Kia (2013), menunjukkan bahwa 40% wanita menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual muntah, dan lebih dari setengah dari mereka yang pernah menggunakannya mengatakan cara tersebut efektif. Maka berdasarkan hal tersebut penulis berkesimpulan bahwa terdapat pengaruh dalam asuhan aromatherapy lemon terhadap penurunan mual muntah yang dialami ibu hamil trimester I dengan *morning sickness*. Didukung juga dengan adanya penelitian oleh Astriana, et. al, (2015), yaitu ada pengaruh lemon inhalasi aromaterapi terhadap mual, 40% wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan 26,5% dari mereka telah mengakui aromaterapi citrus adalah cara yang efektif untuk mengontrol gejala mual muntah, sehingga bisa mengurangi penggunaan obat farmakologi yang ada efek sampingnya. Serta penelitian lain oleh Siti Cholifah (2019) yang menyatakan bahwa aromaterapi lemon efektif menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I dilihat dari prevalensi setelah pemberian aromaterapi mengalami penurunan menjadi mual muntah ringan dengan Mean+SD 13,67 + 4.071. Pemberian aromaterapi pada penelitian Umu Faizah (2018) yang awalnya diberikan 2 – 3 tetes dengan takaran 1 ml dihirup selama 5 menit untuk ibu hamil yang mengalami intensitas mual muntah sedang diberikannya pada saat muncul rasa ingin mual muntah saja. Dosis yang digunakan oleh penelitian Umu Faizah didukung oleh penelitian Kaviani 8 (2014) yang menyatakan konsentrasi aromaterapi lemon yang diberikan dengan mencampurkan 0,1 ml minyak esensial lemon kedalam air sebanyak 1 ml, konsentrasi pemberian aromaterapi lemon kemudian ibu menghirup aromaterapi lemon yang ditaruh dalam kapas dengan jarak kurang lebih 2 cm dari hidung sambil bernafas panjang selama + 5 menit dan bisa diulang jika masih merasa mual muntah. Kemudian di evaluasi setelah 12 jam.

Menurut asumsi penulis bahwa, asuhan mual muntah dengan aroma therapy lemon menggunakan diffuser sangat baik untuk mengatasi mual dan muntah ibu, karena kandungan lemon dapat memberikan rileksasi dan membuat mual muntah jadi berkurang. Asuhan yang diberikan pada Ny. A memberikan efek terhadap mual dan muntah ibu terutama pada terhadap muntah yang ibu alami, hasil pada lembar observasi yang dilakukan pada kunjungan kedua terhadap asuhan terdapat efek terhadap mual dan muntah ibu dan begitu juga pada kunjungan ketiga.

Kesimpulan

Asuhan Therapy Lemon yang telah diberikan pada Ny. A selama 1 minggu dengan 3 kali kunjungan didapatkan ibu mempunyai keluhan mual dan muntah dengan frekuensi 3-5 kali. Pada kunjungan pertama penulis langsung memberikan pendidikan kesehatan mengenai pola pengaturan makan dan memberikan asuhan therapy leom terhadap ibu. Kemudian pada kunjungan selanjutnya yaitu 1 minggu setelah nya ibu mengatakan bahwa mual dan muntah ibu sudah berkurang yaitu dengan frekuensi 1 kali dalam sehari.

Berdasarkan hal tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa asuhan therapy lemon yang diberikan penulis terhadap Ny. A di katakan dapat mengurangi mual dan muntah yang di alami ibu. terhadap temuan hasil penelitian.

Daftar Pustaka

- Cholifah, Siti. 2019. Jurnal: *Aromaterapi Lemon Menurunkan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I*. Sidoarjo.
- Fatimah, SST, MKM. Nuryaningsih S.ST, M.Keb. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. 2017. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta
- Manuaba, IBG. 2011. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC
- Maternity, D Putri A, Dewi Y. (2017). *Inhalasi Lmon Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Satu*. *Jurnal Ilmiah Bidan*. Vol 2 (3)
- Mufdillah. *Panduan Asuhan Kebidanan Ibu Hamil*. 2017. Yogyakarta : Nuha Medika
- Prawirohardjo, Sarwono. 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: BPSP.
- Rahmadani, Siti. Sudiyati. *Bahan Ajar Praktik Klinik Kebidanan I*. 2017. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Simanullang, Ester. *Modul Asuhan Kebidanan Kehamilan*. 2017. Medan: Akbid Husada Medan
- Tyastuti, Siti. Wahyuningsih, Heni P. *Bahan Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan*. 2016. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Vitrianingsuh, dkk. 2019. Jurnal Keperawatan: *Efektivitas Aroma Terapi Lemon Untuk Menangani Emesis Gravidarum*. Yogyakarta. Volume 11No 4 Desember 2019, Hal 277 – 284 . p-ISSN2085-1049
- Yulizawati. Detty Iryani. Luasiana Elsinta. Aldina Ayunda Insani. Feni Andriani. *Draft Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. 2017. Padang: Erka