

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selama masa kehamilan, ibu akan mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis yang mengakibatkan ketidaknyamanan serta terganggunya aktivitas. Emesis gravidarum merupakan masalah yang sering kali dirasakan pada awal kehamilan. Perubahan hormon dapat mempengaruhi terjadinya emesis gravidarum. Kondisi ini terjadi karena peningkatan hormon estrogen, progesteron dan *human chorionic gonadotrophin* (hCG) pada awal kehamilan (Meihartati et al., 2024).

Angka kejadian emesis gravidarum di dunia menurut WHO, (2023) mengalami peningkatan dari 2018 sebanyak 124.348 kasus menjadi 152.376 kasus pada tahun 2022. Berdasarkan data Survei Demografi Kesehatan di Indonesia, angka kejadian emesis gravidarum juga mengalami peningkatan dari tahun 2018 sebanyak 1.846 kasus menjadi 2.265 kasus pada tahun 2021 (Kemenkes RI, 2021). Sedangkan di Jawa Barat, sebanyak 17.1% dari 14.340 ibu hamil mengalami gejala mual dan muntah pada masa kehamilan (Survey Kesehatan Indonesia, 2023). Banyaknya kasus emesis gravidarum pada kehamilan menunjukkan bahwa kondisi ini umum dialami oleh ibu hamil. Meskipun demikian, emesis gravidarum dapat menimbulkan beberapa dampak yang dapat mempengaruhi kesehatan serta kualitas hidup ibu selama kehamilan.

Emesis gravidarum yang tidak tertangani dengan baik akan menyebabkan ibu hamil kesulitan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan. Selain itu, emesis gravidarum yang semakin parah dapat berkembang menjadi hiperemesis gravidarum (HG). Hal ini dapat menimbulkan resiko terjadinya dehidrasi, penurunan berat badan dan kekurangan vitamin pada ibu hamil (New South Wales Health, 2024). Sebanyak 0.3-3.6% ibu hamil mengalami penurunan kualitas hidup serta kesulitan makan dan minum secara normal akibat dari emesis gravidarum yang semakin parah. Secara klinis tercatat sebanyak 9.1% kejadian emesis gravidarum/HG dengan 2.1% membutuhkan perawatan di rumah sakit, 3.4% hanya mendapat pengobatan antiemetik pada layanan kesehatan pertama, dan 3.6% hanya tercatat diagnosisnya saja (Fiaschi et al., 2019).

Kejadian emesis gravidarum memberikan dampak pada 4 dari 5 ibu hamil, kondisi ini menjadi salah satu penyebab paling umum ibu hamil menjalani perawatan di rumah sakit selama trimester pertama dan kedua. Rata-rata perawatan yang dijalani ibu hamil yaitu sekitar tiga sampai empat hari dan bisa mencapai lima hari pada kasus mual dan muntah yang lebih parah (Nelson-Piercy et al., 2024; Wong et al., 2022). Oleh karena itu, penanganan awal yang tepat sangat diperlukan untuk mencegah terjadinya dampak yang lebih serius.

Beberapa upaya dalam mengatasi emesis gravidarum dapat dilakukan dengan terapi farmakologis atau non farmakologis. Akan tetapi, kekhawatiran mengenai efek samping dari obat-obatan membuat ibu hamil memilih menggunakan terapi non farmakologis atau terapi komplementer (Safajou et al., 2020). Terapi komplementer merupakan terapi yang relatif aman digunakan oleh ibu hamil dalam

mengatasi emesis gravidarum, diantaranya yaitu terapi akupuntur, akupresur, hipnoterapi, ekstrak jahe, aromaterapi lemon, aromaterapi lavender, aromaterapi peppermint, dan terapi ATHP-HC (Emami-Sahebi et al., 2018; Isdayanti et al, 2024; Liu et al., 2024; Marliani et al., 2024; Purwani et al., 2025; Rizki, 2024; Zenni Radhia et al., 2024). Banyaknya upaya yang bisa digunakan untuk mengatasi emesis gravidarum, penggunaan aromaterapi peppermint menjadi salah satu upaya sederhana dan mudah dilakukan.

Berdasarkan beberapa penelitian yang dilakukan Zuraída & Sari, (2018) di Puskesmas Baso Kabupaten Agam mengenai efektivitas pemberian aromaterapi peppermint dan aromaterapi lavender, kemudian Isdayanti et al, (2024) di klinik bersalin Bella Tiara Abimanyu mengenai pemberian aromaterapi peppermint dan aromaterapi jahe, dan Mahduroh et al., (2024) di Puskesmas Pulo Ampel mengenai pemberian aromaterapi peppermint dan aromaterapi lemon. Hasil dari ketiga penelitian tersebut didapatkan bahwa aromaterapi peppermint terbukti dapat membantu mengatasi emesis gravidarum dengan menurunkan tingkat keparahan mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Aromaterapi peppermint merupakan alternatif sederhana yang bisa dipakai dalam mengatasi emesis gravidarum. Peppermint mengandung 50% menthol dan sekitar 10-30% methone sehingga dapat memberikan efek melegakan pada area tenggorokan, memperlancar pernapasan dan meningkatkan relaksasi serta kenyamanan tubuh. Selain itu, peppermint menghasilkan efek karminatif dan antispasmodik yang mana bekerja secara khusus pada saluran pencernaan (Purwani et al., 2025).

Manfaat aromaterapi peppermint dalam mengatasi emesis gravidarum dapat dimaksimalkan dengan mengkombinasikannya dengan terapi lain, salah satunya yaitu terapi musik. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Melina, (2020) di RSUD Dr. Moewardi Surakarta dengan hasil didapatkan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan skala mual muntah. Adapun penelitian lain yang dilakukan Sudarto et al., (2024) di Puskesmas GG Sehat dan Puskesmas Siantan Hillir Kota Pontianak dengan hasil bahwa kombinasi aromaterapi dan terapi musik mempunyai pengaruh dalam penurunan nyeri dan kecemasan.

Terapi musik dapat membantu meningkatkan perasaan rileks, menurunkan stres, serta meningkatkan kesejahteraan emosional dan memberikan kenyamanan (Shafqat et al., 2024). Salah satu terapi musik yang dapat digunakan yaitu musik tradisional Jawa. Terapi musik tradisional Jawa cenderung memiliki tempo yang lambat dengan karakteristik lembut serta menenangkan sehingga dapat membantu memperdalam pernapasan dan memberikan efek menenangkan pikiran (Hidayat et al., 2018). Musik lagam Jawa memiliki tempo 60 ketukan per menit, yang mana ketukan dengan tempo tersebut sangat disarankan karena dapat memberikan efek relaksasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Suryani et al., (2021) di RSUD Kota Surakarta dengan hasil bahwa terapi musik dengan aliran Jawa dapat memberikan efek relaksasi dan mengurangi persepsi nyeri. Selain bermanfaat untuk relaksasi, di masa modern ini penggunaan musik tradisional Jawa juga berperan dalam melestarikan budaya tradisional.

Penggunaan terapi musik yang dipadukan dengan gelombang otak ternyata mampu mengatasi emesis gravidarum dengan menurunkan tingkat mual dan muntah pada ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian Wahyuni, Badriah, Komarudin, et al., (2024) di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon dengan hasil didapatkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan. ATHP-HC merupakan instrumen yang dirancang khusus untuk mengatasi masalah mual dan muntah pada awal kehamilan dengan memadukan instrumen gamelan Cirebon dan terapi gelombang otak yang dapat menurunkan gelombang otak sehingga tercapainya efek relaksasi pada ibu hamil.

Berdasarkan penelitian sebelumnya mengenai pemberian terapi pada ibu hamil dengan mual dan muntah, pada studi kasus ini penulis akan mengkombinasikan aromaterapi peppermint dan ATHP-HC sebagai upaya untuk memaksimalkan efek relaksasi yang diperoleh ibu hamil, sehingga mendapatkan hasil yang lebih optimal dalam mengatasi gejala mual dan muntah. Oleh karena itu, penulis bermaksud untuk mengangkat suatu judul “Implementasi Terapi Relaksasi: Aromaterapi Peppermint dan ATHP-HC dalam Mengatasi Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Plumbon”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah keperawatan pada studi kasus yang penulis buat yaitu “Bagaimanakah implementasi terapi relaksasi: aromaterapi peppermint dan ATHP-HC untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Plumbon?”

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus, penulis mampu melakukan implementasi terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Plumbon.

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan implementasi keperawatan penulis dapat menggambarkan:

- a. Pelaksanaan tindakan terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC pada ibu hamil untuk mengatasi emesis gravidarum.
- b. Respon atau perubahan ibu hamil dengan emesis gravidarum yang dilakukan tindakan terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC.
- c. Menganalisis kesenjangan pada kedua klien ibu hamil dengan emesis gravidarum yang dilakukan tindakan terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan keperawatan mengenai implementasi terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Klien dan Keluarga

Hasil studi kasus ini, klien beserta keluarga dapat memperoleh pengetahuan serta kemampuan dalam mengatasi emesis gravidarum menggunakan terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC.

1.4.2.2 Bagi Puskesmas

Hasil dari studi kasus ini, puskesmas memperoleh acuan tindakan untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil menggunakan terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC.

1.4.2.3 Bagi Perawat

Hasil dari studi kasus ini, perawat di puskesmas memperoleh pengetahuan serta alternatif baru untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil menggunakan terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC.

1.4.2.4 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini, institusi pendidikan memperoleh sumber referensi mengenai upaya mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil dengan menggunakan terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC.

1.4.2.5 Bagi Penulis

Hasil studi kasus ini, penulis memperoleh gambaran pelaksanaan keperawatan untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil menggunakan terapi relaksasi aromaterapi peppermint dan ATHP-HC.