BAB 1
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Emesis gravidarum merupakan kondisi mual dan muntah yang umum terjadi pada kehamilan yang biasanya muncul pada trimester pertama. Emesis gravidarum dapat berkembang menjadi hiperemesis gravidarum (HEG) jika tidak ditangani dengan baik. HEG merupakan salah satu bentuk muntah berlebihan yang ditandai dengan mual dan muntah yang sangat parah dan persisten dengan frekuensi muntah lebih dari lima kali sehari yang dapat menyebabkan penurunan berat badan lebih dari 5% dari berat badan sebelum hamil (Wijaya *et al.*, 2023).

Data World Health Organization (2019) menyebutkan kejadian HEG dari seluruh jumlah kehamilan berkisar 12,5%. HEG cukup umum di Asia antara lain di Malaysia dan Indonesia. Angka kejadian HEG di Indonesia berkisar antara 1-3% dari seluruh kehamilan. Jumlah ibu hamil yang mengalami HEG di seluruh dunia mencapai 12,5% hingga 15%. Angka ini menunjukkan prevalensi yang signifikan di kalangan ibu hamil, terutama pada trimester pertama kehamilan. Angka ini menunjukkan bahwa mual dan muntah adalah masalah umum yang dihadapi oleh sebagian besar ibu hamil, terutama pada fase awal kehamilan (Sari *et al* .,2024)**.**

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2021), kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 50% sampai 75% selama trimester pertama atau awal kehamilan. Angka emesis gravidarum di Kota Bengkulu pada tahun 2020, terdapat 1.115 kasus dari 9.465 kehamilan, yang berarti sekitar 11,78%. Pada tahun 2021, jumlah kasus meningkat menjadi 1.650 dari 9.760 kehamilan. Terdapat peningkatan jumlah kasus dari tahun ke tahun, yang menunjukkan bahwa emesis gravidarum menjadi masalah kesehatan yang semakin diperhatikan di Kota Bengkulu (Dinkes Kota Bengkulu 2023).

HEG merupakan kondisi mual dan muntah berlebihan yang sering terjadi pada ibu hamil, terutama di trimester pertama. HEG dapat diklasifikasikan secara klinis menjadi HEG tingkat I, tingkat II, dan tingkat III. Ibu dengan HEG mengalami tingkat I mual dan muntah yang terus menerus ditandai dengan penurunan nafsu makan dan minum. Ibu dengan HEG tingkat II memuntahkan semua makanan yang dimakan dan diminum, berat badan yang cepat menurun dan rasa haus yang hebat. Ibu dengan HEG tingkat III yang

jarang terjadi ditandai dengan muntah yang berkurang atau berhenti tetapi kesadaran pasien menurun (delirium sampai koma) dan dapat disertai dengan ikterus, sianosis, nistagmus, serta gangguan jantung (Safura, 2022)**.**

Penyebab pasti HEG belum diketahui, tetapi diduga terkait dengan perubahan hormonal selama kehamilan, terutama peningkatan kadar hormon *human chorionic gonadotropin* (HCG), estrogen, dan progesterone. Selain itu, adanya gangguan fungsi hati, gerak peristaltik yang lambat dari sistem pencernaan, dan infeksi yang dapat menyebabkan terjadinya HEG. Peningkatan kadar estrogen dan progesteron dapat memengaruhi keasaman lambung dan menyebabkan rasa mual pada ibu hamil sedangkan peningkatan kadar HCG akan menginduksi ovarium untuk memproduksi estrogen yang dapat merangsang mual dan muntah dan memperlambat pengosongan lambung, membuat perut terasa kembung dan tidak nyaman. Hormon ini juga dapat mempengaruhi motilitas usus, dan memperparah gejala mual muntah. Peningkatan hormon HCG menyebabkan *chemoreceptor trigger zone* (CTZ) di otak, yaitu bagian dari otak yang mengatur refleks muntah, sehingga menyebabkan hipersensitivitas terhadap bau dan rasa (Andayani, 2019).

Selain faktor hormonal usia ibu hamil, riwayat keluarga, kelebihan berat badan, dan kehamilan pertama dapat memengaruhi tingkat keparahan HEG. HEG lebih sering terjadi pada ibu primigravida, dengan angka kejadian mencapai 60–80% sedangkan pada multipara sekitar 40–60%. Kehamilan pada usia kurang dari 20 tahun memiliki risiko lebih tinggi karena organ reproduksi yang belum matang serta kesiapan fisik dan mental yang masih berkembang, sedangkan kehamilan di atas usia 35 tahun dapat memperburuk gejala mual dan muntah karena faktor psikologis seperti stres atau ketidaksiapan menghadapi kehamilan Meliala *et al.*, (2024). Beberapa ibu hamil mengalami HEG dengan gejala yang mengganggu aktivitas sehari-hari, seperti kehilangan nafsu makan, lemas, dehidrasi, dan penurunan berat badan. Beberapa ibu hamil kesulitan menjalani aktivitas sehari-hari akibat frekuensi mual dan muntah yang tinggi (Wijaya *et al*., 2023).

HEG yang berat dapat menyebabkan dehidrasi, gangguan elektrolit, penurunan berat badan, serta defisit nutrisi yang berdampak buruk bagi kesehatan ibu. Berbeda dengan mual muntah kehamilan biasa, HEG ini membutuhkan perawatan medis dan terapi cairan. HEG juga dapat menyebabkan tekanan psikologis, kecemasan, hingga depresi pada ibu hamil, yang dapat memengaruhi kualitas hidup dan hubungan sosial ibu. Selain mual

dan muntah yang berlebihan HEG tidak hanya membahayakan nyawa ibu, tetapi juga dapat meningkatkan risiko komplikasi pada janin, seperti keguguran, berat badan lahir rendah, kelahiran prematur, dan cacat lahir (Ningsih *et al.,* 2020)**.**

Sebagian besar ibu hamil yang mengalami HEG belum mengetahui alternatif terapi nonfarmakologis secara pasti untuk mengatasi HEG, sehingga banyak ibu hamil yang bergantung pada obat medis. Hal ini menunjukkan bahwa perlunya edukasi dan intervensi yang tepat dalam penanganan HEG untuk meningkatkan kualitas hidup ibu hamil Aromaterapi lemon efektif dalam membantu meredakan mual secara alami. Minyak esensial lemon yang diekstrak dari kulit jeruk *(citrus lemon*), aman digunakan selama kehamilan dan persalinan. Minyak ini memiliki sifat antibakteri, antijamur, dan efektif menghilangkan bau tidak sedap. Selain itu, aromaterapi lemon dapat mengurangi kecemasan, depresi, dan stres, serta meningkatkan fokus dan suasana hati (Diana & Sumarni, 2024)

Penelitian Cholifah & Nuriyanah, (2020) menunjukkan bahwa aromaterapi lemon membantu mengurangi gejala hiperemesis gravidarum, dengan penurunan skor gejala setelah empat hari penggunaan. Sekitar 40% wanita memilih aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan lebih dari setengahnya menganggapnya efektif.

Selain aromaterapi lemon, terapi suplemen *ginger* atau jahe merupakan terapi yang dapat membantu menurunkan mual muntah. Penggunaan suplemen yang mengandung ekstrak jahe *(zingiber officinale)* yang bertujuan untuk menurunkan HEG. selain itu, suplemen jahe juga membantu pengosongan lambung sehingga mengurangi rasa penuh dan tidak nyaman yang sering memicu mual. Jahe dapat digunakan dengan cara dikonsumsi dalam bentuk minuman hangat, permen, atau manisan. Jahe memiliki sifat anti inflamasi, antioksidan, dan antinausea, serta berpotensi membantu dalam pengelolaan nyeri, gangguan pencernaan, dan kondisi peradangan. Jahe mengandung minyak atsiri yang dapat mengurangi rasa mual dengan memblokir refleks muntah, dan mengandung oleoresin yang memberikan rasa pedas dan menghangatkan tubuh. Komponen diterpenoid seperti *gingerol, shaogaol,* dan *galanolactone* juga berkontribusi pada efek antiemetik (Yanti, 2022)**.**

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa jahe merupakan bahan terapi untuk meredakan dan mengurangi rasa mual dan muntah. Hasil penelitian Sulistyowati (2021)

menginformasikan bahwa sekitar 40% wanita hamil memilih aromaterapi lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan lebih dari setengah dari ibu hamil menyatakan bahwa aromaterapi ini efektif.

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan pada tanggal 05 Maret 2025, kepada 7 orang ibu hamil trimester satu didapatkan yang mengalami mual muntah, 5 orang (71,4%) menggunakan aromaterapi sebagai upaya untuk mengurangi gejala mual. Dari lima orang yang menggunakan aromaterapi didapatkan 3 orang (42,9%) menggunakan aromaterapi lemon dan 2 orang (28,6%) menggunakan minyak kayu putih, sedangkan ibu hamil yang 2 orang (28,57%) menggunakan obat mual dari dokter. Sebagian besar ibu yang menggunakan aromaterapi mengatakan adanya penurunan frekuensi dan intensitas mual muntah meskipun tidak sepenuhnya hilang. Sementara itu, sementara itu ibu yang menggunakan obat medis merasakan penurunan mual muntah yang lebih cepat, namun khawatir terhadap efek samping obat yang dikonsumsi selama hamil. Hasil studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa terapi non farmakologis seperti aromaterapi dapat menjadi alternatif dalam menurunkan gejala HEG.

Berdasarkan permasalahan yang diuraikan pada latar belakang perlu dilakukan intervensi keperawatan untuk menurunkan tanda dan gejala mual muntah kehamilan. Oleh sebab itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus tentang "Penerapan Aromaterapi Lemon Dan Suplemen Jahe Untuk Menurunkan HEG Pada Ibu Hamil Trimester Satu".

B. Rumusan Masalah

Ibu hamil terutama pada trimester satu berisiko mengalami HEG. Kondisi ini ditandai dengan mual muntah yang berlebihan sehingga menganggu kondisi fisik dan psikologis ibu hamil. Sebagian besar ibu hamil mengatasi HEG dengan menggunakan aromaterapi. HEG dapat menyebabkan ketidakseimbangan cairan dan elektrolit serta penurunan berat badan pada ibu hamil. Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah pemberian aromaterapi lemon dan suplemen jahe dapat menurunkan HEG pada ibu hamil trimester satu di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan, Kota Bengkulu?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketahui penerapan aromaterapi lemon dan suplemen jahe secara oral untuk menurunkan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester satu.

2. Tujuan Khusus
   a. Diketahui karakteristik ibu hamil meliputi usia ibu, pendidikan, pekerjaan, riwayat HPHT, paritas, usia kehamilan, riwayat keluarga dengan HEG.
   b. Diketahui gambaran karakteristik mual muntah kehamilan pada ibu hamil trimester satu yang mengalami HEG meliputi frekuensi mual muntah, durasi mual muntah serta dampak terhadap aktivitas sehari-hari
   c. Diketahui gambaran pelaksanaan penerapan suplemen jahe dan aromaterapi lemon dalam menurunkan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester satu.
   d. Diketahui gambaran hasil penurunan mual muntah setelah dilakukan penerapan aromaterapi lemon dan suplemen jahe pada ibu hamil.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, yakni :

1. **Bagi Instansi Pendidikan (Dosen dan Mahasiswa)**

   Sebagai reverensi bahan ajar dan menambah pengetahuan dan pengalaman sertentang kombinasi penerapan aromaterapi lemon dan suplemen jahe untuk menurunkan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester satu.

2. **Bagi Ibu Hamil dan Keluarga**

   Bagi ibu hamil dan keluarga dapat meningkatkan pengetahuan tentang HEG serta cara mengurangi HEG dengan terapi non farmakologis seperti aromaterapi lemon dan suplemen jahe.

3. **Bagi Perawat/Bidan Puskesmas**

   Bagi perawat/bidan puskesmas bisa menerapkan kombinasi penerapan aromaterapi lemon dan suplemen jahe untuk menurunkan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester satu.

4. **Bagi peneliti selanjutnya**

   Penelitian ini mampu memberikan informasi tambahan untuk penelitian selanjutnya tentang penerapan aromaterapi lemon dan suplemen jahe. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat digunakan untuk menerbitkan jurnal keperawatan terbaru berdasarkan pengalaman praktik.