



Upaya Penatalaksanaan Mual dengan Aromaterapi Inhalasi Lemon pada Asuhan Keperawatan Ibu Hamil dengan Hyperemesis Gravidarum

Management Efforts Nausea With Lemon Inhalation Aromatherapy In Pregnant Mother Nursing Care With Hypertemesis Gravidarum

Sulastri

Prodi DIII Keperawatan STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

Email: lastrihicam127@gmail.com

Sri Mintarsih

Prodi DIII Keperawatan STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

Email: dwisawitri14@gmail.com

Dwi Sawitri

Prodi DIII Keperawatan STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Latar Belakang : Hyperemesis gravidarum adalah mual muntah berlebihan sehingga mengganggu pekerjaan sehari-hari. Mual dan muntah merupakan gangguan yang paling sering ditemui pada kehamilan trimester I. Kecenderungan pada wanita untuk menggunakan produk non-obat dan herbal dalam kehamilan telah meningkat, karena kekhawatiran tentang efek samping obat terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengetahui efek dari aromaterapi inhalasi lemon untuk mengurangi mual pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum trimester I. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efek dari aromaterapi inhalasi lemon terhadap mual selama kehamilan trimester I. Metode :

Desain penelitian yang digunakan adalah tipe studi kasus dengan pendekatan deskriptif yang bisa didapat melalui wawancara maupun observasi. Hasil : Penulis memberikan aromaterapi inhalasi lemon kepada Ny. I dan Ny. A untuk mengurangi mual. Kesimpulan : Aromaterapi inhalasi lemon efektif untuk mengurangi mual pada kehamilan trimester I.

Kata kunci : Aromaterapi Lemon, Hiperemesis Gravidarum, Mual

Abstract

Hyperemesis gravidarum is an excessive nausea of vomiting that interferes with daily work. Nausea and vomiting are the most common disorders of first trimester pregnancies. The trend in women to use non-medicinal and herbal products in pregnancy has increased, due to concerns about drug side effects on fetal growth and development. Therefore, the authors are interested to know the effect of lemon inhalation aromatherapy to reduce nausea in pregnant mother with hyperemesis gravidarum trimester I. The purpose of this study was to investigate the effect of lemon inhalation aromatherapy on nausea during the first trimester of pregnancy. The research design used is case study type with descriptive approach that can be obtained through interview and observation. Result: The author gives lemon inhalation aromatherapy to Mrs. I and Mrs. A to reduce nausea. Conclusion: A lemon inhalation aromatherapy is effective in reducing nausea in the first trimester of pregnancy.

Keywords: Hyperemesis Gravidarum, Lemon Aromatherapy, Nausea

PENDAHULUAN

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari *spermatozoa* dan *ovum* serta lanjut dengan *nidasi* atau *implementasi*. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga bayi lahir, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan *lunar* atau 9 bulan menurut kalender internasional (Prawirohardjo, 2008).

Tanda tanda kehamilan merupakan gejala-gejala subjektif dan tanda-tanda umum yang menunjukkan seorang wanita hamil, meliputi amenorrhea, rasa mual muntah, rasa lelah yang amat sangat, sering buang air kecil, quickening, pembesaran rahim, linea nigra, kloasma, striae gravidarum, pembesaran payudara, puting menghitam (Johnson, 2014).

Salah satu keluhan utama pada trimester pertama adalah hyperemesis gravidarum. Hyperemesis gravidarum adalah mual muntah berlebihan sehingga mengganggu pekerjaan sehari-hari dan keadaan umum menjadi buruk. Mual dan muntah merupakan gangguan yang paling sering ditemui pada kehamilan trimester I kurang lebih 6 minggu setelah haid terakhir selama 10 minggu. Sekitar 60-80% multigravida mengalami mual muntah, namun gejala ini terjadi lebih berat diantara 1 dari 1000 kehamilan (Mitayani, 2009).

Hiperemesis Gravidarum terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam mulai dari 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,3% dari seluruh kehamilan di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki, di Amerika Serikat, prevalensi Hiperemesis Gravidarum adalah 0,5-2% (Winkjosastro, 2009).

Rumah Sakit Umum Daerah Ungaran, Kabupaten Semarang pada tanggal 28 Desember 2016 sampai dengan tanggal 10 Januari 2017 diperoleh data jumlah ibu hamil untuk Januari 2016 sampai dengan Desember 2016 yaitu 96 orang ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum (15,76%). Data Rekam medik RSUD Ungaran tahun 2016; data buku register masuk, keluar dan diagnosa pasien tahun 2016 mulai dari Januari sampai Desember 2016). Menurut penelitian Cahyaningsih (2015), angka kejadian kasus hyperemesis gravidarum di RSUD Karanganyar sebesar 48 kasus dari 1555 ibu hamil atau 3,12%.

Penanganan yang kurang tepat pada hiperemesis gravidarum akan menyebabkan komplikasi pada ibu dan janin, seperti ibu akan dehidrasi, kekurangan asupan nutrisi. Hal ini akan memberikan

pengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan janin karena nutrisi yang tidak terpenuhi atau tidak sesuai dengan kehamilan, yang mengakibatkan peredaran darah janin berkurang serta terjadi perdarahan pada retina yang disebabkan oleh meningkatnya tekanan darah ketika penderita muntah (Setiawan, 2007)

Lemon minyak esensial (citrus lemon) adalah salah satu minyak yang banyak digunakan untuk kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Minyak esensial tersebut dapat mempengaruhi impuls dan refleks saraf, hingga mempengaruhi aktivitas fungsi kerja otak yang berhubungan dengan indera penciuman. Respon ini akan dapat merangsang *neurotransmitter*, yaitu yang berkaitan dengan psikis (seperti emosi, perasaan, pikiran dan keinginan) (Jaelani, 2009). Lemon juga berkhasiat menyembuhkan penyakit rematik, menghentikan mual dan muntah, mengobati radang mata, dan membersihkan luka-luka (Asy-Shayim, 2007).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 2 ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum di daerah Gatak, Sukoharjo dan Colomadu, Karanganyar. Diperoleh data bahwa klien mengalami mual pada trimester I, dan belum mengetahui cara yang efektif untuk mengatasi mual tersebut, klien pernah mengonsumsi obat untuk mengatasi mual, namun tidak diminum sampai habis. Saat dilakukan wawancara klien hanya menggunakan minyak kayu putih dan beristirahat untuk membantu mengatasi hiperemesis gravidarum.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka penulis tertarik mengambil judul “Upaya Penatalaksanaan Mual dengan Aromaterapi Inhalasi Lemon pada Asuhan Keperawatan Ibu Hamil dengan Hyperemesis Gravidarum”.

METODE STUDI KASUS

Dalam penyusunan karya tulis ini dengan pendekatan *case study research* (studi kasus), dengan kriteria studi kasus:

1. Ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum tingkat I dan kehamilan anak pertama.
2. Pasien menyukai aromaterapi lemon.

Pasien tidak sedang mengonsumsi obat antiemetik. Studi kasus ini dilakukan pada bulan Desember 2017 – Januari 2018 di Gatak, Sukoharjo dan Colomadu, Karanganyar. Peneliti

mendapatkan data-data klien menggunakan metode wawancara, pengukuran, demonstrasi, dokumentasi. Instrumen dari studi kasus dengan menggunakan format asuhan keperawatan, *nursing* kit, lembar observasi, minyak aromaterapi lemon dan tisu, SOP (Standar Operasional Prosedur) aromaterapi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pengkajian dilakukan pada tanggal 4 Januari 2018 jam 16.00 WIB. Data yang diperoleh dalam pengkajian pada pasien didapatkan melalui wawancara dan observasi langsung dengan pasien. Pasien I dengan nama Ny. I, umur 23 tahun, jenis kelamin perempuan, agama Islam, pendidikan S1, Pekerjaan ibu rumah tangga, nama suami Tn. A, beralamat di Gatak, Sukoharjo. Dengan diagnosa G₁P₀A₀. TTV: TD: 120/70 mmHg, nadi: 94 x/menit, respirasi: 20 x/menit, suhu: 36.5 °C. Pasien tidak mempunyai riwayat penyakit keturunan seperti Hipertensi dan Diabetes Mellitus.

Pengkajian pada pasien II pada tanggal 6 Januari 2018 jam 16.30 WIB. Data yang diperoleh dari wawancara dan observasi langsung dengan pasien. Nama Ny. A, umur 24 tahun, jenis kelamin perempuan, agama Islam, pendidikan S1, Pekerjaan ibu rumah tangga, nama suami Tn. A, beralamat di Colomadu, Karanganyar. Dengan diagnosa G₁P₀A₀. TTV: TD : 110/70 mmHg, nadi: 88 x/menit, respirasi: 20 x/menit, suhu: 36 °C. Pasien tidak mempunyai riwayat penyakit keturunan seperti Hipertensi dan Diabetes Mellitus.

Keluhan utama pada Ny. I mengatakan mual, badan terasa lemas. Pada Ny. A mengatakan mual, kepala terasa pusing, dan badan terasa lemas. Diagnosa keperawatan yang muncul pada Ny. I dan Ny. A berdasarkan hasil pengkajian yaitu mual berhubungan dengan kehamilan. Tujuan yang telah ditetapkan adalah setelah dilakukan tindakan keperawatan, klien dapat mengontrol mual.

Intervensi : Lakukan penilaian lengkap terhadap mual, termasuk frekuensi, durasi, tingkat keparahan, dan faktor-faktor pencetus (pengkajian); kendalikan faktor – faktor lingkungan yang mungkin membangkitkan mual; identifikasi strategi yang telah berhasil (dilakukan) dalam (upaya) mengurangi mual; dorong pasien untuk tidak mentolerir mual tapi bersikap asertif dengan penyedia layanan kesehatan dalam memperoleh bantuan farmakologi dan nonfarmakologi; ajari

penggunaan teknik nonfarmakologi untuk mengatasi mual; tingkatkan istirahat dan tidur yang cukup untuk memfasilitasi pengurangan mual; Monitor efek manajemen secara keseluruhan.

Implementasi keperawatan yang penulis lakukan adalah sesuai dengan perencanaan dan intervensi, yaitu melakukan tindakan aromaterapi inhalasi lemon

Evaluasi yang didapatkan terjadi penurunan mual setelah diberikan aromaterapi inhalasi lemon.

Pembahasan

Menurut Hidayati (2009) hiperemesis gravidarum adalah mual dan muntah berlebihan pada wanita hamil, sampai mengganggu pekerjaan sehari-hari karena keadaan umumnya menjadi buruk, sebagai akibatnya terjadilah dehidrasi.

Pada bab ini akan membahas masalah keperawatan pada Ny. I dan Ny A, dengan diagnosa mual berhubungan dengan kehamilan, didapat dari data subyektif: pasien mengatakan mual, badan lemas, dan aktivitasnya menjadi terganggu. Data obyektif: pasien tampak lemas.

Tujuan yang penulis harapkan dalam penanganan mual adalah setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam pasien dapat mengontrol mual dengan kriteria hasil: Mengetahui onset mual, menjelaskan faktor penyebab, menghindari bau yang tidak menyenangkan, melaporkan mual, muntah, muntah yang terkontrol, mengenali pencetus stimulus (muntah).

Tindakan yang dilakukan adalah mengkaji penilaian lengkap terhadap mual, termasuk frekuensi, durasi, tingkat keparahan, dan faktor-faktor pencetus, mengendalikan faktor-faktor lingkungan yang mungkin membangkitkan mual, mengidentifikasi strategi yang telah berhasil (dilakukan) dalam (upaya) mengurangi mual, meningkatkan istirahat dan tidur yang cukup untuk memfasilitasi pengurangan mual, memonitor efek manajemen secara keseluruhan, mendorong pasien untuk tidak mentolerir mual tapi bersikap asertif dengan penyedia layanan kesehatan dalam memperoleh bantuan farmakologi dan nonfarmakologi, mengajari penggunaan teknik nonfarmakologi dengan memberikan aromaterapi inhalasi lemon, dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien, yaitu pasien dalam posisi duduk dengan rileks. Meneteskan ke dalam tissue dengan aromaterapi, kurang lebih 4 tetes (1 ml). Mengajak pasien menghirup 3 kali dengan tarikan nafas dalam,

tindakan tersebut dilakukan kurang lebih 10 menit. Hasil yang didapat pada Ny. I dan Ny. A selama 3 hari yaitu pasien mengatakan mual berkurang dan menyukai aromaterapi tersebut, pasien tampak lebih rileks.

Menurut Jaelani (2009), terapi inhalasi sangat berguna untuk mengatasi dan meringankan keadaan-keadaan yang berhubungan dengan kondisi kesehatan tubuh seseorang. Adapun maksud dari cara terapi ini adalah untuk menyalurkan khasiat zat-zat yang dihasilkan oleh minyak esensial secara langsung. Yaitu, dengan mengalirkan uap minyak esensial secara langsung atau melalui alat bantu aromaterapi. Seperti tabung inhaler dan spray, anglo, lilin ataupun pemanas listrik. Zat-zat yang dihasilkan dapat berupa gas, tetes-tetes uap yang halus, dan asap. Salah satu bentuk dari aromaterapi adalah minyak citrus lemon.

Menurut Koensoemardiyah (2009), akses minyak atsiri melalui hidung (nasal passages) merupakan rute yang jauh lebih cepat dibanding cara lain dalam penanggulangan problem emosional seperti stres 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 atsiri.

Menurut Runiari (2010), aromaterapi adalah salah satu pengobatan alternatif yang dapat diterapkan dengan menggunakan minyak esensial tumbuhan dan herbal. Setiap minyak esensial memiliki efek farmakologis yang unik, seperti antibakteri, antivirus, diuretik, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal. 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 hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stres, memori, keseimbangan hormon, dan pernapasan. Hal ini membuat efek langsung dari minyak atsiri dalam mewujudkan keseimbangan emosional dan fisiologis.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Nur Kholifah Fatolani (2016) dengan judul Aromaterapi Inhalasi Lemon Untuk Mengurangi Mual menyatakan aromaterapi lemon efektif mengurangi mual pada kehamilan Trimester I.

Berdasarkan tindakan yang dilakukan aromaterapi inhalasi lemon efektif mengurangi mual pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum trimester I, karena minyak aromaterapi lemon

bersifat menyegarkan, membangkitkan gairah, mengobati mual, serta menanggulangi problem emosional seperti stres.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil beberapa simpulan antara lain:

1. Penulis menyusun resume keperawatan yaitu asuhan keperawatan hiperemesis gravidarum dengan aromaterapi inhalasi lemon untuk mengurangi mual dengan melakukan pengkajian, intervensi, implementasi dan evaluasi. Dari hasil pengkajian didapatkan data pasien mengalami mual, badan lemas sehingga aktivitasnya terganggu dan didapatkan masalah keperawatan yaitu mual berhubungan dengan kehamilan. Implementasi yang dilakukan untuk mengurangi mual yaitu melakukan aromaterapi inhalasi lemon. Evaluasi yang didapatkan terjadi penurunan mual setelah diberikan aromaterapi inhalasi lemon.
2. Manfaat aromaterapi inhalasi lemon mampu mengurangi mual, dan menghasilkan rasa nyaman.

REFERENSI

- Aisah. 2017. *Hubungan Gravida Dan Usia Dengan Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Sumowono Kabupaten Semarang*. <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/5769.pdf>. Diakses pada 22 Oktober 2017.
- Asy-Shayim. 2007. *30 Tumbuhan Pilihan Sehat Alami Secara Islami*. Solo: Pustaka Arafah.
- Bulechek, G. M., Butcher, H. K., Dchterman, J. M., Wagner, C.M. 2016. *Nursing Interventions Classification (NIC)*. Yogyakarta: Moco Media.
- Cahyaningsih. 2015. *Asuhan Kebidanan Ibu Hamil pada Ny. W G₂P₁A₀ Hamil 7⁺³ Minggu dengan Hiperemesis Gravidarum derajat II di RSUD Karanganyar*. http://eprints.uns.ac.id/16954/1/HALAMAN_AWAL_kti.pdf. Diakses pada 22 Oktober 2017.
- Fauziyah. 2012. *Obstetri Patologi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Fatolani. 2016. *Aromatherapi Inhalasi Lemon Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Ny. N G2p1a0 Umur 36 Tahun Di Bpm Widi Rianah Gombang Kebumen*. <http://elib.stikesmuhgombang.ac.id/319/>. Diakses pada 22 Oktober 2017.
- Herdman, T. H., Kamitsuru, S. 2016. *NANDA International Inc. Diagnosis Keperawatan: Definisi & Klasifikasi 2015 – 2017, Ed. 10*. Jakarta: EGC.
- Hidayati. 2009. *Asuhan Keperawatan pada Kehamilan Fisiologis dan Patologis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hutahaean. 2013. *Perawatan Antenatal*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Jaelani. 2009. *Aromaterapi*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Joyce Y Johnson. 2014. *Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Koensoemardiyah. 2009. *A-Zaromaterapi untuk kesehatan, Kebugaran dan Kecantikan*. Yogyakarta: Lili Publisher.
- Kumalasari. 2015. *Panduan Praktik Laboratorium dan Klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir dan Kontrasepsi*. Jakarta Selatan: Salemba Medika Mitayani.
2009. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Moniz. 2017. *Asuhan Kebidanan Pada Ny. R Umur 24 Tahun Gip0a0 Dengan Hiperemesis Gravidarum Grade I Di Ruang Flamboyan Rsud Ungaran Kabupaten Semarang*. <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/5589.pdf>. Diakses pada 22 Oktober 2017
- Moorhead, S., Johnson, M., Maas, M, L., Swanson, E. 2016. *Nursing Outcomes Classification (NOC) Pengukuran Outcome Kesehatan*. Yogyakarta: Moco Media.
- Prawirohardjo. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka.
- Purwaningsih & Fatmawati. 2010. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Runiari. 2010. *Asuhan keperawatan pada Klien dengan Hiperemesis Gravidarum Penerapan Konsep dan Teori Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Setiawan, A. 2007. *Metode Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Susilo R., Notoatmodjo dan Soekidjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.