TOUR ABDIMAS JOURNAL
https://tourjurnal.akupuntour.com/index.php/tourabdimasjournal

PELAKSANAAN PEMBERIAN KOMBINASI AROMATERAPI PEPPERMINT DAN LEMON DALAM MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL DI KLINIK PRATAMA TANJUNG

Friska Margareth Parapat*[1], Suci Nanda Resti Tarigan[2], Eva Simanjuntak[3]

[1,2,3] Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Ilmu kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia
Jl. Kapten Muslim No. 79 Medan, 061-8476769
e-mail: *[1]1chamidwifeparapat@gmail.com, [2]cicitarigan86@gmail.com, [3]evasimanjuntak92@gmail.com

Abstract

One of the problems that occur during pregnancy which can increase the degree of pain is the occurrence of gestosis during pregnancy and one of the gestosis in pregnancy is hyperemesis gravidarum. The impact can occur on the mother and fetus. The aim of this service is to provide a combination of Peppermint and Lemon Aromatherapy to reduce nausea and vomiting in pregnant women. This service uses a quantitative type and will be carried out in April 2024 at the Tanjung Clinic. The sampling technique in this service is total sampling with a sample size of 10 pregnant women. The instrument in this service uses the PUQE-24 Scoring System observation sheet. Based on service data from 10 respondents before being given the intervention, 6 of them experienced severe nausea and vomiting and 4 respondents experienced moderate nausea and vomiting and after the intervention there was a decrease in the level of nausea and vomiting, namely 6 respondents experienced moderate nausea and vomiting and 4 respondents experienced a decrease in mild nausea and vomiting. The statistical test in this service uses the Paired Sample T Test. The results of statistical tests using the Paired Sample Test obtained a p value of 0.000 < 0.05. The conclusion from the results of this service is that the combination of peppermint and lemon aromatherapy is effective in reducing excessive nausea and vomiting in pregnant women, especially in the first trimester.

Keywords : Pregnant Women, Nausea and Vomiting, Combination of Peppermint and Lemon Aromatherapy

Abstrak

Salah satu masalah yang terjadi pada masa kehamilan yang bisa meningkatkan derajat kesakitan adalah terjadinya gestosis pada masa kehamilan dan salah satu gestosis dalam kehamilan adalah hiperemesis gravidarum. Dampak yang ditimbulkan dapat terjadi pada ibu dan janin. Tujuan pengabdian ini untuk memberikan pemberian kombinasi Aromaterapi Peppermint dan Lemon dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Pengabdian ini menggunakan jenis kuantitatif dan dilakukan pada bulan April tahun 2024 di Klinik Tanjung. Teknik pengambilan sampel dalam pengabdian ini adalah total sampling dengan jumlah sampel 10 orang ibu hamil. Instrumen dalam pengabdian ini menggunakan lembar observasi PUQE-24 Scoryng System. Berdasarkan data pengabdian dari 10 responden sebelum diberikan intervensi 6 diantaranya mengalami mual muntah berat dan 4 responden mengalami mual muntah sedang dan setelah dilakukan intervensi terjadi

penurunan tingkatan mual muntah yaitu 6 responden dengan mual muntah sedang dan 4 responden mengalami penurunan mual muntah ringan. Uji statistik dalam pengabdian ini menggunakan uji Paired Sample T Test. Hasil uji statistik dengan Paired Sample Test diperoleh nilai p value 0,000 < 0,05. Kesimpulan dari hasil pengabdian ini yaitu bahwa kombinasi aromaterapi peppermint dan lemon efektif dalam mengurangi mual muntah berlebihan pada ibu hamil khususnya trimester satu.

Kata kunci : Ibu Hamil, Mual dan Muntah, Kombinasi Aromaterapi Peppermint dan Lemon

PENDAHULUAN

Di dalam komponen keluarga, ibu dan anak merupakan kelompok rentan. Hal ini terkait dengan fase kehamilan, persalinan dan nifas pada ibu dan anak menjadi salah satu prioritas Pembangunan Kesehatan di Indonesia. Keberhasilan program Kesehatan ibu dapat dinilai melalui indikator utama Angka Kesehatan Ibu (AKI). Kematian ibu dalam indikator ini didefinisikan sebagai semua kematian selama periode kehamilan, persalinan, dan nifas yang disebabkan oleh pengelolaannya tetapi bukan karena sebab lain seperti kecelakaan atau incidental (Profil Kesehatan, 2021).

Salah satu masalah yang terjadi pada masa kehamilan yang bisa meningkatkan derajat kesakitan adalah terjadinya gestosis pada masa kehamilan atau penyakit yang khas terjadi pada masa kehamilan, dan salah satu gestosis dalam kehamilan adalah hiperemesis gravidarum (Rukiyah, 2010). Emesis terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Seratus dari seribu kehamilan, gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya kadar hormon estrogen dan Hcg dalam serum. Pengaruh fisiologik kenaikan hormon ini belum jelas, mungkin karena sistem saraf atau pengosongan lambung yang berkurang sehinnga menyebabkan mual muntah pada ibu hamil (Santi, 2013). Sebagian besar kejadian emesis dan hiperemesis mulai terjadi pada usia kehamilan 4 sampai 10 minggu dan umumnya mulai membaik pada usia kehamilan 20 minggu (Paauw, et al., 2005). Sebagian kecil dapat berlanjut sampai usia kehamilan 20-24 minggu (Manuaba, 2020).

Dampak yang ditimbulkan dari mual muntah dapat terjadi pada ibu dan janin, seperti ibu akan kekurangan nutrisi dan cairan sehingga keadaan fisik ibu menjadi lemah dan lelah. Pada bayi, jika hiperemesis ini terjadi hanya di awal kehamilan tidak berdampak terlalu serius, tapi jika sepanjang kehamilan si ibu menderita hiperemesis gravidarum, maka kemungkinan bayinya mengalami BBLR, IUGR, prematur hingga terjadi abortus (Rukiyah, 2014).

Rasa mual muntah dapat dicegah dengan menggunakan pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Metode farmakologis dapat diberikan cairan pengganti seperti glukosa 5% sampai dengan 10%, vitamin C dan vitamin B, serta anti mual muntah (Manuaba, 2020).

Sedangkan terapi non farmakologis dapat 2 dilakukan dengan akupuntur, diet dan aromaterapi (Handerson, 2005). Namun penggunaan obat-obatan farmakologi dapat menyebabkan efek samping pada ibu dan bayi, untuk itu pengobatan non farmakologi menjadi salah satu alternatif untuk mengurangi mual dan muntah. Menurut Spaber (2005) terapi komplementer dapat digunakan sebagai single therapy ketika digunakan untuk meningkatkan kesehatan (Dewi & Rahmita, 2019).

METODE PELAKSANAAN

1. Mesurvai tempat
2. Mengobservasi suasana dan kondisi ruangan klinik
3. Meminta ijin kepada pihak Klinik Pratama Tanjung
4. Penentuan sarana dan prasarana yang diperlukan untuk mendukung terselenggaranya kegiatan pelaksanaan pemberian kombinasi aromaterapi peppermint dan lemon dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil di klinik Pratama Tanjung
5. Mempersiapkan perlengkapan (alat dan bahan) untuk materi pelaksanaan pemberian kombinasi aromaterapi peppermint dan lemon dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil di klinik Pratama Tanjung
6. Hal-hal yang dianggap perlu dalam melaksanakan kegiatan
7. Pelaksanaan kegiatan pelaksaan pelaksanaan pemberian kombinasi aromaterapi peppermint dan lemon dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil di klinik Pratama Tanjung

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pelaksanaan pengabdian Masyarakat yang telah dilaksanakan pada ibu hamil yang ada di klinik Pratama Tanjung dengan jumlah peserta 30 orang ibu hamil. Maka diperoleh hasil sebagai berikut :

a. Karakteristik ibu hamil berdasarkan umur, Pendidikan dan pekerjaan

Karakteristik	Frekuensi	%
Umur		
20-35 Tahun	24	80
< 20 dan > 35 Tahun	6	20
Total	**30**	**100**
Pendidikan		
SD	2	6,7
SMP	13	43,3
SMU	10	33,3
PT	5	16,7
Total	**30**	**100**
Pekerjaan		
IRT	16	53,3
Wiraswasta	5	16,7
PNS	4	13,3
Pegawai Swasta	5	16,7
Total	**30**	**100**
Gravida		
Primigravida	16	53,3
Secundigravida	10	33,3
Multigravida	4	13,4
Total	**30**	**100**

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas adalah responden yang berusia antara 20-35 tahun yaitu sebanyak 24 responden (80%), Tingkat Pendidikan mayoritas tamat SMp yaitu 13 responden (43,3%), pekerjaan mayoritas IRT yaitu 16 responden (53,3%) dan Gravida mayoritas adalah primipara yaitu 16 responden (53,3%).

b. Distribusi frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah dilakukan pemberian kombinasi aromaterapi peppermint dan lemon

Waktu Mual Muntah	Mual-muntah	F	%
Sebelum Tindakan (Pre)	Mual-muntah ringan	5	16,7
	Mual muntah sedang	12	40
	Mual muntah berat	13	43,3
Jumlah	**30**	**100**	**100**
Sesudah Tindakan (Post)	Mual-muntah ringan	16	53,3
	Mual muntah sedang	10	33,3
	Mual muntah berat	4	13,4
Jumlah	**30**	**100**	**100**

Tabel 2 menunjukkan bahwa Sebagian besar responden sebelum dilakukan pemberian aromaterapi mengalami mual muntah berat sebanyak 13 responden (43,3%) dan setelah dilakukan pemberian aromaterapi Sebagian besar responden tidak mengalami mual muntah berat tapi mengalami mual muntah ringan yaitu sebanyak 16 responden (53,3%). Sebelum dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dalam pelaksanaan pemberian aromaterapi maka perlu dilakukan persiapan khususnya jumlah peserta. Tempat dan media dipersiapkan sesuai dengan kebutuhan serta antisipasi kemungkinan masalah yang terjadi. Tempat dipersiapkan Bersama pengelola klinik sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai secara optimal. Pada tanggal pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat partisipasi ibu-ibu hamil yang hadir pada kegiatan tersebut adalah sebanyak 25 orang.

KESIMPULAN

Laporan kegiatan pelaksanan program pengabdian Masyarakat dalam bentuk pelaksanaan kegiatan pemberian aromaterapi pad ibu hamil untuk mengurangi mual muntah yang dapat dikemukan adalah sebagai berikut :

1. Kegiatan terlaksana sesuai dengan tujuan dan rencana
2. Kegiatan ini mendapat sambutan baik dari pihak klinik

SARAN

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan responden ibu hamil dan keluarga dapat mengaplikasikan pemberian kombinasi aromaterapi peppermint dan lemon ataaupun jenis aromaterapi lain sebagai salah satu alterenatif (non farmakologis) untuk

mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Universitas Sari Mutiara Indonesia, Pemimpin Klinik Pratama Tanjung serta semua pihak yang ikut dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Fauziyah , Y. (2016). Obstetric Patologi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Hardisman. (2021). Tanya Jawab Metodologi Penelitian Kessehatan. Yogyakarta: Gosyen Publishing.

Indonesia, P. K. (2021). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Jaelani. (2017). Aromaterapi Jaelani. Jakarta: Pustaka Populer Obor.

Joulaeerad, N., Ozgoli, G., Hajimehdipoor, H., Ghasemi, F., & Salehimoghaddam, F. (2018). Effect of Aromatherapy with Peppermint Oil on the Severity of Nausea and Vomiting in Pregnancy: A Single-blind, Randomized, Placebo controlled trial. J Reprod Infertil, 19 (1), 32-38.

Kartiani, A., Ariyandy, A., Ramadhani, S., Sartini, Nilawati, A., Prihantono, & Umar, F. (2023). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Kombinasi Peppermint dan Lemon Dalam Menurunkan Intensitas Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Dan II. Jurnal Keperawatan, Vol 15 No 2. Retrieved from http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan

Manuaba, I. A., Manuaba, I. B., & Manuaba, I. B. (2020). Buku Ajar Patologi Untuk Mahasiswa Kebidanan. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.

Muaris, H. J. (2013). Khasiat Lemon Untuk Kestabilan Kesehatan Fakta Gizi Lemon dan Manfaat Untuk Kesehatan. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.

Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Profil Kesehatan Indonesia. (2021). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Putri, D. M., & Amalia, R. N. (2019). Terapi Komplementer Konsep Dan Aplikasi Dalam Keperawatan. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.

RI, D. K. (2022). Laporan Kinerja .

Riyanto, A. (2021). Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Rukiyah, A., & Yulianti, L. (2014). Asuhan Kebidanan Patologi. Jakarta: CV Trans Info Media.

Safajou, F., Taghizadeh, M., & Sandrous, M. (2020). The Effect of Combined inhalation aromatherapy with lemon and peppermint on nausea and vominting of pregnancy (Vols. 25 (5) 401-406). Iran: Iranian J Nursing Midwifery. doi:10.4103/ijnmr.IJNMR_11_19 Ibu

Saragih, A. W. (n.d.). Efektifitas Aromaterapi Lemon Dalam

Mengurangi Mual Pada Hamil Trimester Pertama. Retrieved from https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/17621/121101023.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sastroasmoro, S., & Ismael. (2018). Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis. Jakarta : Sagung Seto.

Silalahi, L. N. (n.d.). Aktivitas Gel Sitonelal Dan Minyak Lavender Sebagai Penolak Nyamuk. 16-18.

Sutanto, A. V., & Fitriana, Y. (2021). Asuhan Pada Kehamilan. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.

Zuliyati, I. C., Fatmawati, A., & Mulyaningsih, S. (2023). The effectiveness of aromatherapy combination of pepperlav (peppermint and lavender) to 47 relieve nausea vomiting in pregnant women. JNKI. Retrieved from http:ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI