

AROMATERAPI PAPPERMINT DALAM MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

Susanti^a, Silvia Mona^b, Melinda Rosa Lubis^c

^{a,b,c} Fakultas Ilmu Kesehatan, Kebidanan, Universitas Batam

Correspondent: susanti.1187@gmail.com

ABSTRACT

Nausea and vomiting occur in 60-80% of primigravida, and 1 in 1,000 pregnancies exacerbate these symptoms. Emesis gravida occurs during pregnancy worldwide. Data on pregnant women who experience vomiting worldwide vary in incidence, and the highest vomiting rate is in Norway at 2.2%. Approximately 400,000 and 350,000. Pregnant women in the United States and Canada each experience nausea and vomiting yearly. This study aims to see changes in emesis gravidarum using peppermint aromatherapy by applying Varney's documented seven-step midwifery management care. This type of research is descriptive research intended to investigate situations, conditions, or other events whose results are then presented in the form of research reports. Based on the results of the case study, the treatment achieved at the first visit was that the mother experienced nausea, vomiting, and weakness, could not do her usual activities, and had a lack of sleep. Upset after receiving additional midwives. Peppermint Oil Therapy, the mother understood and was willing to undergo all the health education offered. At the second visit, the mother felt that her nausea and vomiting had decreased, but she was still weak, and her sleep pattern was still disturbed. On the third visit, the mother's nausea and vomiting did not change, still the same as the second day, but at least she could eat a little. On the fourth visit, the mother felt less nausea and vomiting, was no longer weak, and the mother's appetite began. At the fifth visit, the mother felt that her nausea and vomiting had decreased and she was no longer soft, so she could move slowly, and her appetite began to improve. At the sixth visit, the mother felt that the nausea and vomiting had decreased, the mother's complaints were regular, and the mother's appetite had improved.

Keywords: : health education, mosquito nest eradication, dengue haemorrhagic fever

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), kehamilan adalah suatu peristiwa pada wanita yang dimulai pada saat bertemunya sel telur (ovum) dan sel sperma, dilanjutkan dengan pembuahan (konsepsi), implantasi, dan kehamilan (Sarwinanti, 2019). Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester. Trimester pertama berlangsung dari 0-12 minggu, dan trimester kedua dari 13-27 minggu. Trimester ketiga dimulai pada minggu ke 28-40 minggu kehamilan atau saat persalinan (Lubis et al. 2019). Gejala mual dan muntah biasanya berlangsung sekitar 6 mg sesudah HPHT, dan sekitar 10 minggu. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% wanita primipara. Menurut Sarwono (2014) dan Wardani (2019), gejala ini memburuk pada 1 dari 1.000 kehamilan. Pada mual Muntah kehamilan terjadi pada kehamilan di seluruh dunia (Linda oktaviani 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2015), muntah pada kehamilan menyumbang 12,5% dari kehamilan yang terjadi di seluruh dunia. Penelitian Aril (2012) dalam Khasanah (2017) menemukan bahwa data ibu hamil yang mengalami muntah gestasional tersedia di seluruh dunia dengan berbagai kejadian. 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia (0,3%) dan Swedia (0,5%). California (0,8%), Kanada (0,8%), Cina (0,9%), Norwegia (2,2%), Pakistan (1,9%), AS (0,5%-2%). Ritawani (2020) mencatat bahwa kejadian

muntah kehamilan tertinggi di Norwegia sebesar 2,2%. Sekitar 400.000 dan 350.000 wanita hamil merasakan mual muntah .setiap tahunnya di Amerika Serikat dan negara Kanada (Dhilon dan Azni 2018). Menurut data Kemenkes (2015), terdapat 8.606 kasus hiperemesis gravidarum pada tahun 2015, dengan 70-80% ibu hamil mengalami morning sickness dan 1-2% ibu hamil mengalami mual muntah berlebihan (Anggrani, Rahma, dan Andari 2022).

Muntah merupakan masalah umum pada ibu hamil muda dan terjadi di pertama kehamilan [2]. Mual muntah saat hamil disebut morning sickness, tidak terjadi begitu saja di pagi hari tetapi sebenarnya bisa terjadi kapan saja dan di malam hari [3]. Setiap ibu hamil memiliki tingkat mual yang berbeda-beda, ada yang tidak merasakan apa-apa tetapi ada yang mual dan ada yang sangat mual dan ingin muntah terus menerus [4]. Mual muntah terjadi pada tahap pertama hamil hingga usia 20 minggu (Carolin and Ummah, 2019). Emesis gravidarum, jika tidak segera diobati, menyebabkan mual dan muntah yang parah (hiperemesis gravidarum), yang menyebabkan penurunan cairan tubuh, yang menyebabkan penebalan darah (hemokonsentrasi), dehidrasi atau ketidak seimbangan elektrolit dalam tubuh, penurunan berat badan, defisiensi. gizi yang mengganggu. ke janin. Pertumbuhan dan perkembangan, muntah yang berlebihan dapat menyebabkan masalah (Zainiyah, 2019).

Menurut Utaminingtyas and Pebrianty (2020) Gejala emesis gravidarum termasuk mual bahkan muntah, kehilangan nafsu makan, kelelahan dan biasanya perasaan tidak stabil. Keadaan ini normal, namun dengan mual dan muntah yang terus-menerus dapat menjadi tidak normal dan mengganggu keseimbangan nutrisi, cairan dan elektrolit. Pada langkah pertama kehamilan, meningkatnya hormon pada estrogen yang besar, sehingga merangsang pusat muntah di medula oblongata, sedangkan pada peningkatan hormon progesteron dapat melemaskan otot polos saluran cerna, sehingga motilitas pada lambung menjadi turun dan pengosongan lambung melambat [6]. Turun Kondisi ini dapat diperparah oleh penyebab muntah lainnya yang bersangkutan dengan faktor psikologis, spiritual, lingkungan dan sosial budaya. Faktor psikologis ini merupakan faktor terpenting di samping pengaruh hormon (Runiari, 2010). Morning sickness dapat menimbulkan berbagai dampak pada ibu hamil, salah satunya adalah penurunan nafsu makan [7], yang menyebabkan perubahan keseimbangan elektrolit yaitu keseimbangan kalium, kalsium dan natrium sehingga terjadi perubahan nafsu makan, mengubah metabolisme tubuh (Eka, 2020).

Terjadinya muntah sering terjadi pada setiap ibu hamil, namun jika tidak ditangani tepat waktu dan benar maka akan menyebabkan hiperemia [9]. Hiperemesis gravidarum mempengaruhi ibu hamil, antara lain keseimbangan cairan tubuh dan elektrolit, kurang energi, ke aliran darah, kurang potasium, dapat mengakibatkan masalah saluran kemih dan ginjal, dan air mata dapat terbentuk pada selaput lendir kerongkongan dan lambung (Anggraini dan Subekti, 2018).

Penatalaksanaan non farmakologis muntah kehamilan meliputi pengaturan pola makan/nutrisi, konsumsi minuman jahe, pemantauan aktivitas, kebersihan diri, dan relaksasi. (Yuwinten et al., 2018). Terapi komplementer dengan akupunktur, akupresur, hipnoterapi, ekstrak jahe dan aromaterapi. Terapi

komplementer tidak mahal dan tidak memiliki efek farmakologis. Jenis aromaterapi yang digunakan untuk mengatasi mual dan muntah antara lain peppermint, lavender, dan lemon [11].

Prinsip utama aromaterapi adalah menggunakan aroma tumbuhan dan bunga untuk mengubah keadaan emosional, psikologis dan spiritual seseorang serta mempengaruhi kondisi fisik seseorang melalui hubungan antara pikiran dan tubuh pasien (Cholifah, 2019). Seperti menenangkan dan menyegarkan, juga membantu wanita hamil melawan mual. Aromaterapi yang biasa digunakan adalah peppermint (*Mentha piperita*). Peppermint termasuk dalam keluarga mint dan memiliki kandungan aromatik yang sangat tinggi serta memiliki efek mendinginkan, menyejukkan dan menyegarkan. Aroma mentol yang kuat dan gelap. Minyak esensial peppermint adalah obat yang sangat baik untuk masalah pencernaan. Minyak ini mengandung sifat antispasmodik dan penyembuhan yang andal untuk mual, gangguan pencernaan, gas, diare, dan sembelit. Ini sama efektifnya untuk sakit kepala, migrain, dan pingsan. Ini menargetkan otot polos di seluruh saluran pencernaan dan empedu dan memiliki efek karsinogenik dan antispasmodik (Sari, 2018).

Menurut Rafika (2013) Pengajaran seni aromaterapi sering digunakan dalam beberapa cara inhalasi. Penghirupan disarankan pada orang dengan masalah pernafasan dan dapat dilakukan dengan menambahkan beberapa tetes minyak esensial ke dalam semangkuk air kukus. Uap tersebut kemudian dihirup untuk jangka waktu yang lama. Bahkan lebih efektif jika Anda menutupi kepala dan kepala dengan handuk untuk menciptakan naungan yang memerangkap udara lembab dan bau. Artinya penghirupan dapat dilakukan dengan menggunakan dua metode: penghirupan modern dan penghirupan sederhana. Metode nebulizer modern Nebulizer modern adalah alat nebulizer yang menggunakan mekanisme listrik (nebulizer) dengan atau tanpa menggunakan air untuk langsung mengeluarkan zat yang dihasilkan.

Teknik Inhalasi Sederhana Inhalasi sederhana, atau perawatan dengan cara inhalasi, menggunakan bahan dan metode yang sederhana dan mudah dilakukan. Salah satu alat yang bisa Anda gunakan adalah menggunakan sapu tangan yang dicelupkan ke dalam minyak esensial. 5-10 menit. Lakukan prosedur ini dua kali sehari, pagi dan sore hari, selama 3 hari, dan bisa juga dihirup saat ibu merasa mual. Penggunaan aromaterapi peppermint untuk ibu hamil trimester pertama merupakan cara alternatif untuk mengurangi timbulnya mual karena terbukti sederhana, mudah, efektif dan bebas efek samping.

Bagaimana Aromaterapi Bekerja: sistem penciuman terdiri dari berbagai reseptor saraf yang berkomunikasi langsung dengan dunia luar dan menyediakan jalur langsung ke otak, di mana hingga delapan molekul dapat memicu impuls listrik di ujung saraf. Aromaterapi bekerja dengan merangsang 40 ujung saraf sebelum seseorang menyadari bahwa mereka sedang bernapas. sampai delapan molekul dapat memicu impuls listrik di ujung saraf. Aromaterapi bekerja dengan merangsang 40 ujung saraf sebelum seseorang tahu apa yang mereka hirup [15].

Sel saraf menafsirkan aroma aromaterapi dan memengaruhi sistem limbik. Rangsangan tersebut kemudian dikirim ke hipotalamus. Aroma minyak atsiri yang dihirup terdiri dari molekul yang mudah menguap yang mengandung unsur penyedap yang masuk melalui hidung. Dalam aromaterapi, molekul

minyak atsiri dibawa melalui udara ke "atap" hidung, tempat silia lunak muncul dari sel reseptor. Ketika molekul menempel pada rambut, pesan elektrokimia ditransmisikan ke sistem limbik melalui olfactory bulb dan olfactory bulb, memberikan efek antidepresan dengan meningkatkan rasa kesejahteraan dan relaksasi tubuh, serta menurunkan kadar darah ibu. Dengan meningkatkan relaksasi tubuh dan mengurangi tingkat kecemasan, mengurangi intensitas muntah kehamilan pada ibu hamil. (Zuraida & Sari, 2018).

Aromaterapi yang biasa digunakan yaitu Peppermint (*Mentha piperita*). Peppermint milik keluarga mint, memiliki kandungan wewangian yang sangat tinggi, dan ditandai dengan aroma menyegarkan yang kuat dan aroma mentol yang dalam. Minyak esensial peppermint adalah obat yang bagus untuk masalah gangguan pencernaan. Minyak ini mengandung sifat antispasmodik dan penyembuhan yang andal untuk mual, gangguan pencernaan, gas, diare, dan sembelit. Ini sama efektifnya untuk sakit kepala, migrain, dan pingsan. Ini menargetkan otot polos di seluruh saluran pencernaan dan empedu dan memiliki sifat karsinogenik dan antispasmodik. (Sari, 2018). Menthol mengandung mentol (35-45%) dan menthone (10-30%) yang mengendurkan lambung dan lapisan usus dengan menghambat kontraksi otot yang disebabkan oleh serotonin dan zat lain, memiliki antiemetik dan antispasmodik. (Lubis, 2019).

Minyak ini mengandung sifat antispasmodik dan penyembuhan yang kuat untuk mual, gangguan pencernaan, perut kembung, diare, dan sembelit. Ini juga sama efektifnya untuk sakit kepala, migrain, dan pingsan. Ini menargetkan otot polos di seluruh saluran pencernaan dan saluran empedu dan memiliki sifat antispasmodik dan karsinogenik [17]. Jumlah mentol untuk mengurangi rasa mual pada ibu hamil di awal kehamilan adalah dengan menghirup 3-5 cm dari hidung selama 5-10 menit, kemudian diteteskan 2-3 tetes ke tisu (Putri, 2020).

Hasil penelitian (Zuraida, 2018), Menjelaskan perbedaan efek pemberian minyak atsiri, penelitian ini melaporkan bahwa intensitas mual dan muntah pada ibu hamil menurun dari 11,57 menjadi 6,14 sebelum dan sesudah pijat sungai minyak atsiri perak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat mual dan muntah menurun rata-rata 5,42 kali sebelum dan sesudah menggunakan mentol. Saat itu peneliti mengungkapkan keprihatinannya karena masih kurangnya edukasi dan pengetahuan tentang manfaat aromaterapi peppermint dalam menurunkan intensitas muntah saat hamil pada ibu hamil, khususnya pada komunitas pemula. Saat ini kami sedang melakukan penelitian berjudul "Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Muntah pada Ibu Hamil Trimester I" di PMB Nurlela Kota Batam 2023.

TINJAUAN PUSTAKA

Mual muntah terjadi pada tahap pertama hamil hingga usia 20 minggu (Carolin and Ummah, 2019). Emesis gravidarum, jika tidak segera diobati, menyebabkan mual dan muntah yang parah (hiperemesis gravidarum), yang menyebabkan penurunan cairan tubuh, yang menyebabkan penebalan darah (hemokonsentrasi), dehidrasi atau ketidak seimbangan elektrolit dalam tubuh, penurunan berat badan, defisiensi gizi yang mengganggu ke janin. Pertumbuhan dan perkembangan, muntah yang berlebihan

dapat menyebabkan masalah (Zainiyah, 2019). Hiperemesis gravidarum mempengaruhi ibu hamil, antara lain keseimbangan cairan tubuh dan elektrolit, kurang energi, ke aliran darah, kurang potasium, dapat mengakibatkan masalah saluran kemih dan ginjal, dan air mata dapat terbentuk pada selaput lendir kerongkongan dan lambung (Anggraini dan Subekti, 2018).

Prinsip utama aromaterapi adalah menggunakan aroma tumbuhan dan bunga untuk mengubah keadaan emosional, psikologis dan spiritual seseorang serta mempengaruhi kondisi fisik seseorang melalui hubungan antara pikiran dan tubuh pasien (Cholifah, 2019). Seperti menenangkan dan menyegarkan, juga membantu wanita hamil melawan mual. Aromaterapi yang biasa digunakan adalah peppermint (*Mentha piperita*). Peppermint termasuk dalam keluarga mint dan memiliki kandungan aromatik yang sangat tinggi serta memiliki efek mendinginkan, menyejukkan dan menyegarkan. Aroma mentol yang kuat dan gelap. Minyak esensial peppermint adalah obat yang sangat baik untuk masalah pencernaan. Minyak ini mengandung sifat antispasmodik dan penyembuhan yang andal untuk mual, gangguan pencernaan, gas, diare, dan sembelit. Ini sama efektifnya untuk sakit kepala, migrain, dan pingsan. Ini menargetkan otot polos di seluruh saluran pencernaan dan empedu dan memiliki efek karsinogenik dan antispasmodik (Sari, 2018).

Teknik Inhalasi Sederhana Inhalasi sederhana, atau perawatan dengan cara inhalasi, menggunakan bahan dan metode yang sederhana dan mudah dilakukan. Salah satu alat yang bisa Anda gunakan adalah menggunakan sapu tangan yang dicelupkan ke dalam minyak esensial. 5-10 menit. Lakukan prosedur ini dua kali sehari, pagi dan sore hari, selama 3 hari, dan bisa juga dihirup saat ibu merasa mual. Penggunaan aromaterapi peppermint untuk ibu hamil trimester pertama merupakan cara alternatif untuk mengurangi timbulnya mual karena terbukti sederhana, mudah, efektif dan bebas efek samping. Bagaimana Aromaterapi Bekerja: sistem penciuman terdiri dari berbagai reseptor saraf yang berkomunikasi langsung dengan dunia luar dan menyediakan jalur langsung ke otak, di mana hingga delapan molekul dapat memicu impuls listrik di ujung saraf. Aromaterapi bekerja dengan merangsang 40 ujung saraf sebelum seseorang menyadari bahwa mereka sedang bernapas. sampai delapan molekul dapat memicu impuls listrik di ujung saraf. Aromaterapi bekerja dengan merangsang 40 ujung saraf sebelum seseorang tahu apa yang mereka hirup [15].

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis studi kasus ini adalah laporan studi kasus untuk penelitian deskriptif, yaitu penelitian untuk menyelidiki keadaan, situasi, atau peristiwa lain. Hasilnya kemudian dipublikasikan dalam bentuk laporan penelitian (Arikunto, 2019). Fasilitas penelitian berlokasi di Pancul Bui Lestari 2, Kecamatan Sungai Beduk, kelurahan Mangsang, Provinsi Kepulauan Riau, Kota Batam. Asuhan kebidanan akan diberikan mulai 10 Juli hingga 22 Juli 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Data Subjektif

Pada kunjungan pertama pada 10-Juli- 2023, sang ibu mengatakan usianya 25 tahun. Ibu sering mengalami morning sickness, disertai lemas dan kehilangan nafsu makan. Dia sering mual dan muntah tujuh kali sehari, katanya lidahnya kering, dan dia mengatakan beratnya 53 kg sebelum dan 51 kg setelah hamil. ibu hamil muntah. Pada kunjungan kedua tanggal 11 Juli 2023, ibu tersebut menyatakan bahwa mual dan muntahnya sudah berkurang akibat promosi kesehatan rutinnnya, namun masih lemas dan pola tidurnya masih terganggu.

Pada kunjungan ketiga tgl 12 Juli 2023, ibu mengatakan lupa memberikan aroma terapi peppermint pada malam hari, tidak ada yg berubah, masih sama seperti hari kedua, tapi makannya sedikit sekali, saya bilang bisa. Pada kunjungan keempat tanggal 13 Juli 2023, ibu mencatat mual dan muntah sudah berkurang, tidak lemas lagi, dan nafsu makan sudah kembali. Pada kunjungan ke 5 tanggal 14 juli 2023 ibu menyatakan sudah rutin melakukan aromaterapi peppermint, mual muntah sudah berkurang, ibu sudah tidak lemas lagi dan sudah bisa bergerak lebih lambat, nafsu makan meningkat. mulai membaik. Pada kunjungan keenam tanggal 15 Juli 2023, ibu mengatakan mual dan muntahnya sudah berkurang, aktivitasnya seperti biasa, dan nafsu makannya sudah membaik. Pada kunjungan ketujuh tanggal 16 Juli 2023, ibu melaporkan mual dan muntah sudah berkurang secara signifikan, sudah bisa beraktivitas normal, nafsu makan membaik, dan ritme tidur tidak terganggu.

Keterangan Rutin Melakukan Tindakan				
HARI & TANGGAL	YA		TIDAK	
	P	M	P	M
10 Juli 2023	✓	✓		
11 Juli 2023	✓	✓		
12 Juli 2023	✓			✓
13 Juli 2023	✓	✓		
14 Juli 2023	✓	✓		
15 Juli 2023	✓	✓		
16 Juli 2023	✓	✓		

2. Data Objektif

Kunjungan I Ibu dalam keadaan umum baik dan tanda-tanda vital : tekanan darah 90/60 mmHg. Tingkat pernapasan adalah 18 kali / menit. Denyut nadi 80 kali/menit, suhu 36,8 °C, dan pembesaran perut ibu sesuai dengan usia kehamilannya. Usia kehamilan adalah 9 minggu, dihitung dengan rumus Niegle. Kunjungan II Kondisi ibu secara umum baik dengan tanda vital: tekanan darah 100/60 mmHg. Tingkat pernapasan adalah 20 kali / menit. Denyut nadinya 80 kali/menit dan suhu tubuhnya 36,5 °C. Usia kehamilan adalah 9 minggu 1 hari dari hasil perhitungan dengan menggunakan rumus Nagle. Kunjungan III Ibu dalam keadaan umum baik dengan tanda-tanda vital: tekanan darah 110/90 mmHg. Tingkat pernapasan

adalah 24 kali / menit. Denyut nadi 80 kali/menit. Suhu nya 36,8°C. Rumus Nagle memberikan usia kehamilan 9 minggu dan 2 hari. Kunjungan IV Ibu dalam keadaan umum baik dan fungsi vital baik: tekanan darah 100/60 mmHg. Tingkat pernapasan adalah 20 kali / menit. Denyut nadinya 80 kali/menit dan suhu tubuhnya 36,5 °C. Dihitung dengan rumus Nagle, yaitu dari usia kehamilan 9 minggu 3 hari. Kunjungan V Ibu dalam keadaan umum baik dan tanda vital : tekanan darah 110/90 mmHg. Tingkat pernapasan adalah 24 kali / menit. Denyut nadi 80 kali/menit. Suhu nya 36,8 °C. Rumus Nagle memberikan usia kehamilan 9 minggu dan 4 hari. Kunjungan VI Ibu dalam keadaan umum baik dan fungsi vital baik : tekanan darah 120/60 mmHg. Tingkat pernapasan adalah 20 kali / menit. Denyut nadinya 80 kali/menit dan suhu tubuhnya 36,5 °C. Dihitung dengan rumus Nagle, yaitu dari usia kehamilan 9 minggu 5 hari. Kunjungan VII Ibu dalam keadaan umum baik dan fungsi vital baik : tekanan darah 120/70 mmHg. Tingkat pernapasan adalah 24 kali / menit. Denyut nadi 80 kali/menit. Suhu nya 36,8°C. Rumus Nagle memberikan usia kehamilan 9 minggu dan 6 hari.

3. Assessment

Ny M, usia 25, G1P0A0, hamil 9 minggu, intrauterin, kondisi ibu dengan muntah .

4. Planning

- a. Beri tahu ibu hasil tesnya, TTV: TD= 90/60 mmHg, HR = 80x/1, RR = 18 x/1, T = 36,80c
- b. Beri tahu ibu bahwa Anda mengalami muntah gestasional
- c. Jelaskan pada ibu cara meredakan mual muntah terutama menggunakan aromaterapi peppermint dengan minyak esensial menthol.
- d. Beritahu ibumu untuk istirahat yang cukup.
- e. Menyarankan ibu untuk makan makanan bergizi dan minum air putih walaupun dalam jumlah sedikit.
- f. Beri ibu tablet besi pada pagi hari dan 1x1 Kalc per hari pada malam hari.
- g. Anjurkan para ibu untuk berkunjung kembali pada tanggal 10 Agustus 2023. Namun, jika Anda memang memiliki keluhan, Anda dapat segera menghubungi faskes atau faskes terdekat.

PEMBAHASAN

1. Pengkajian (Data Dasar)

Pada pengkajian dalam studi data dari ibu hamil Menurut [5] Tanda-tanda muntah selama kehamilan termasuk mual dan muntah, kehilangan nafsu makan, kelelahan, dan menjadi emosional. Hal ini sesuai dengan apa yang kami temukan berdasarkan prosedur evaluasi data subjektif dan objektif. Kami memperoleh data subyektif dari Ibu M (25 tahun, G1P0A0) yang mengeluh mual, muntah, lemas, anoreksia, dan penurunan berat badan, gejala ibu dikenali. Tekanan darah saat evaluasi adalah 90/60 mmHg. Oleh karena itu, tidak ada kesenjangan antara teori dan praktek di bidang ini.

2. Identifikasi Diagnosa Masalah dan Kebutuhan

Berdasarkan hasil data, interpretasi dari data dasar dianggap muntah gestasional, kondisi umum yang dimediasi oleh kehamilan muda dan terjadi di awal kehamilan. Mual dengan muntah atau muntah kehamilan dikenal sebagai morning sickness, tetapi ini bisa terjadi kapan saja di malam hari, tidak hanya di pagi hari [4]. Menurut Hasil penelitian (Zuraida, 2018), Menjelaskan perbedaan efek pemberian minyak esensial, penelitian ini melaporkan bahwa intensitas mual dan muntah pada ibu hamil menurun dari 11,57 menjadi 6,14 sebelum dan sesudah aromaterapi minyak peppermint. Hasil tersebut menunjukkan penurunan rata-rata penurunan intensitas mual dan muntah sebesar 5,42 kali lipat sebelum dan sesudah aromaterapi minyak peppermint. Hal ini sesuai dengan apa yang kami temukan dalam prosedur data yang dilakukan, termasuk mendiagnosis masalah dan kebutuhan. Diagnosis dibuat oleh Ms M, 25 tahun, G1P0A0, usia kehamilan 9 minggu, intrauterin, kondisi ibu dengan muntah kehamilan. Dalam hal ini diperlukan penyuluhan kesehatan mengenai penggunaan aromaterapi peppermint untuk muntah kehamilan pada ibu hamil trimester pertama. Pada langkah ini tidak ada gap antara teori, jurnal penelitian dan praktek lapangan.

3. Diagnosa Masalah Potensial

Potensi Masalah Muntah kehamilan, jika tidak segera ditangani, dapat menyebabkan mual dan muntah yang berlebihan (hiperemesis gravidarum), mengakibatkan pengentalan darah (hemokonsentrasi) akibat penipisan cairan tubuh, dehidrasi dan ketidakseimbangan elektrolit dalam tubuh. Mendorong penurunan berat badan, malnutrisi. Perkembangan gangguan janin dan muntah dapat menyebabkan penyakit hati, gawat janin, penyakit lambung dan kematian pada ibu hamil (Zainiyah, 2019). Hal ini sesuai dengan apa yang kami temukan berdasarkan langkah-langkah untuk mendiagnosis potensi masalah. Artinya, jika muntah kehamilan tidak dapat diatasi, akan ditemukan masalah berikut: dehidrasi, retardasi pertumbuhan janin, dan stunting. Pada tahap ini, tidak ada kesenjangan antara teori dan praktek di lapangan.

4. Tindakan Segera

Wanita hamil dengan mual di pagi hari yang parah berisiko lebih tinggi mengalami mual di pagi hari yang parah dan memiliki bayi dengan berat lahir rendah atau prematur jika tidak segera ditangani. Berhati-hatilah saat itu terjadi. Langkah ini merupakan kelanjutan dari kemungkinan masalah di masa mendatang dan tidak ada tindakan segera saat ini.

5. Intervensi/ Perencanaan

Konseling, motivasi, dan dukungan emosional terkait kondisi kehamilan sangat diperlukan untuk masalah ini. Kebutuhan adalah kebutuhan pasien yang tidak teridentifikasi oleh diagnosis atau masalah yang dapat diidentifikasi melalui analisis data (Suryaningrat, 2016). Hal ini sesuai dengan apa

yang ditemukan berdasarkan langkah-langkah perencanaan yang telah dilakukan. Artinya, pada pemeriksaan pertama, Kemenkes berencana akan mengobati muntah untuk mual muntah yang dilakukan dua kali dalam setahun. Minum 2-3 tetes setiap hari selama 5-10 menit dan pantau mual dan muntah setiap minggu. Karena mual dan muntah sudah mereda pada kunjungan kedua, kami berencana untuk melanjutkan pendidikan kesehatan pada kunjungan pertama. Tidak ada kesenjangan antara teori dan praktik lapangan pada langkah ini.

6. Implementasi

Menurut Hasil penelitian (Zuraida, 2018), yang menyebutkan perbedaan efektivitas penggunaan minyak atsiri melaporkan penurunan tingkat mual dan muntah pada ibu hamil sebelum dan sesudah menerima aromaterapi minyak peppermint, 11,57 menjadi 6,14. Hasil tersebut menunjukkan bahwa rerata penurunan intensitas mual muntah menurun 5,42 kali lipat sebelum dan sesudah pemberian mentol. Hal ini sesuai dengan yang ditemukan berdasarkan tindakan yang dilakukan manajemen yaitu pada kunjungan awal, ibu diberitahu indikasi pengobatan mual muntah dengan aromaterapi mint, pada kunjungan kedua untuk mual muntah, dan rasa keluhan berkurang, manajemen harus terus mempromosikan kesehatan sejak kunjungan pertama. Dan pada kunjungan ke 3 mual ibu belum juga reda masih seperti hari kedua, sehingga disarankan untuk melanjutkan inhalasi menthol sebelumnya sampai mual ibu berhenti. Pada kunjungan keempat, karena mual muntah ibu sudah berkurang dan keluhannya berkurang maka dilakukan penatalaksanaan untuk terus meningkatkan kesehatan pada kunjungan sebelumnya.

Pada kunjungan kelima saat mual dan muntah ibu telah mereda dan rasa keluhannya berkurang, penatalaksanaan dilakukan untuk terus meningkatkan kesejahteraan. pada kunjungan keenam setelah mual muntah ibu berkurang dan keluhan berkurang maka asuhan yang diberikan adalah tetap meningkatkan kesehatan pada kunjungan sebelumnya. Pada kunjungan ketujuh karena mual muntah ibu sudah mereda dan gejala sudah berkurang dan ibu sudah bisa beraktivitas seperti biasa maka penatalaksanaan dilanjutkan promosi kesehatan sampai setelah trimester pertama. Tidak ada kesenjangan antara teori, penilaian penelitian dan praktek di bidang ini.

7. Evaluasi

Saat pengkajian, pada kunjungan pertama, ibu merasa mual dan muntah, merasa lemas, dan ibu mengerti serta bersedia melakukan semua tindakan promosi kesehatan yang ditawarkan, untuk mengetahui: Minyak peppermint. Rasa mual dan muntah sudah berkurang. Pada kunjungan ke 3, ibu merasa mual dan muntahnya tidak berkurang, masih seperti hari kedua, nafsu makannya masih sedikit. Pada kunjungan ke empat, mual muntah ibu sudah berkurang dan sudah tidak lelah lagi, nafsu makan ibu mulai berkurang dan keluhannya berkurang. Pada kunjungan yang kelima ibu merasa mual dan muntahnya sudah berkurang, sudah tidak terasa lemas lagi dan nafsu makan ibu mulai berkurang serta

keluhannya berkurang. Pada kunjungan keenam, ibu merasa mual dan muntahnya sudah berkurang, tidak lemas lagi dan ibu mulai nafsu makan dan keluhannya berkurang. Pada kunjungan ketujuh, ibu merasa mual dan muntahnya sudah berkurang dan sudah tidak lemas lagi, nafsu makan ibu sudah membaik dan keluhan berkurang, dan ibu sudah bisa beraktifitas seperti biasa.

SIMPULAN DAN SARAN

Setelah penulis menyelesaikan manajemen asuhan kebidanan di Ny. M dengan Emesis gravidarum di BPM Nurlela Lumban Gaol S.Tr.Keb Sungai Beduk Desa Mangsang Kota Batam. Oleh karena itu, penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut:

1. Dilakukan pemeriksaan pada ibu hamil 9 minggu Ny.M dengan keluhan mual,muntah,lelah dan pusing,tekanan darah :90/60 mm Hg, Respirasi:18x/saya, Nadi:80 x / i , dan Suhu 36 0 C .
2. Data Intervensi pada kasus ini memiliki diagnosa pada kasus ini yaitu Ny M, usia kehamilan 9 minggu, Rahim, Masalah pada kasus Ny M berarti Emesis gravidarum
3. Mendiagnosis masalah yang mendasari pada Ny. M adalah Emesis gravidarum
4. Tindakan yang segera dilakukan pada Ny.M pada pasien yaitu Pemberian aromaterapi peppermint Menthol .
5. Perencanaan dalam hal ini yaitu pada kunjungan pertama dilakukan perencanaan yaitu Promkes tentang mentol dan menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup. Pada kunjungan kedua kondisi ibu sudah sedikit membaik, rencananya pada kunjungan pertama akan melanjutkan perawatan dan menganjurkan ibu untuk rutin menghirup menthol yang telah diberikan. Dan pada kunjungan ke 3 ibu mengatakan mual dan muntahnya tidak ada perubahan, masih sama seperti hari ke 2. perencanaan yang dilakukan yaitu menganjurkan ibu untuk tetap rutin menggunakan Aromaterapi peppermint, menganjurkan ibu untuk minum tablet Fe, dan petugas kesehatan memantau kehamilan. Seiring dengan membaiknya kondisi ibu pada kunjungan ke empat, rencananya adalah melanjutkan pengobatan pada kunjungan pertama dan menganjurkan ibu untuk rutin menghirup aromaterapi peppermint yang diberikan dan menganjurkan ibu untuk meminum tablet Fe dan istirahat yang cukup. Pada saat kunjungan kelima sampai ketujuh karna kondisi ibu sudah membaik maka perencanaan yang dilakukan adalah meneruskan asuhan pada saat kunjungan pertama dan menganjurkan ibu untuk tetap rutin menghirup aromaterapi peppermint yang sudah diberikan dan menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi tablet Fe,dan istirahat yang cukup.
6. Penatalaksanaan pada kasus ini yaitu pada kunjungan pertama penatalaksanaan yang diberikan adalah memberitahu ibu tentang manfaat ,serta kandungan yang ada pada aromaterapi peppermint, anjurkan ibu untuk istirahat yang cukup, anjurkan ibu untuk tetap memenuhi kebutuhan nutrisi ibu agar ibu dan janin tetap berkembang normal ketidaknyamanan ibu trimester pertama dan anjurkan ibu untuk tetap memberikan aromaterapi secara teratur peppermint 2-3 tetes sebanyak 2 kali dalam sehari pagi dan malam .

7. Evaluasi Pada langkah evaluasi yang didapatkan pada kunjungan pertama yaitu ibu mengalami mual muntah dan lelah serta ibu mengerti dan siap memberikan semua pelayanan kesehatan sampai ibu melahirkan nanti. Selama kunjungan kedua, ibu merasa bahwa mual dan muntahnya sudah berkurang pada kunjungan ketiga mual dan muntah ibu tidak berkurang masih sama seperti hari kedua dan ibu tidak merasakan nafsu makannya suda mulai ada walaupun hanya sedikit. Pada kunjungan keempat sampai ketujuh, seiring dengan membaiknya kondisi ibu, rencana perawatan pada kunjungan pertama tetap dilanjutkan dan anjurkan ibu untuk rutin menghirup menthol yang telah diberikan dan dianjurkan Anjurkan ibu untuk minum tablet Fe sampai cukup. istirahat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Dewi, “Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan,” vol. IV, no. 02, pp. 35–48, 2020.
- [2] S. Susanti, S. Mona, P. Yunita, U. Ulpawati, and N. Yulianti, “Edukasi komplementer pemanfaatan jahe upaya mengatasi hiperemesis gravidarum,” *Indones. Berdaya*, vol. 4, no. 3, pp. 1059–1066, 2023, doi: 10.47679/ib.2023524.
- [3] Ulpawati, S. Mona, and Susanti, “The Effect Of Ginger On Nausea And Vomiting In Pregnant Women In The First Trimester,” <https://trialsearch.who.int/Trial2.aspx?TrialID=IRCT20120605009948N4>, vol. 9, no. 1, 2018.
- [4] Linda oktaviani, “Aplikasi Aromaterapi Lemon Pada Ny. N Dan Ny. I Trimester I Dengan Ketidakseimbangan Nutrisi Kurang Dari Kebutuhan Tubuh Karya Tulis Ilmiah,” 2020.
- [5] F. Utamingtyas and L. Pebrianty, “Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Trimester I Tentang Emesis Gravidarum,” *Bali Heal. Publ. J.*, vol. 2, no. 1, pp. 37–43, 2020, doi: 10.47859/bhpj.v2i1.190.
- [6] Susanti, *Aplikasi terapi komplementer di kebidanan*, 1st ed. global eksekutif teknologi, 2022.
- [7] Susanti, “Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Ibu Hamil Tentang Manfaat Jahe (*Zingiber Officinale*) Dalam Mengatasi Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Botania Kota Batam,” *Menara Ilmu*, vol. 13, no. 11, pp. 89–95, 2019.
- [8] U. Jurnal, “HAMIL SAAT MENGALAMI EMESIS GRAVIDARUM DI PUSKESMAS MUSTIKASARI BEKASI TAHUN 2020 EKA SETIANINGSIH Ekasetianingsih@gmail.com Universitas Islam As- Syafi ’ iyah PENDAHULUAN Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intra uteri mulai dari ko,” vol. 8, no. 2, 2020.
- [9] Susanti and Ulpawati, *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan (Buku Pintar Ibu Hamil)*. Eureka Media Aksara, 2022.
- [10] N. W. S. Adnyani, “Adnyani, N.W.S. (2021) ‘Karakteristik Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum Di Praktik Mandiri Bidan ‘PS’”, *Nuevos sistemas de comunicación e información*, 1, pp. 2013–2015. Karakteristik Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum Di Praktik Mandiri Bidan ‘PS,’” *Nuevos*

- Sist. Comun. e Inf., vol. 1, p. 2020, 2021.
- [11] H. Hodijah, H. Febriyanti, and R. Sanjaya, "Pengaruh Inhalasi Peppermint dengan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I," *J. Res. Soc. Sci. Humanit.*, vol. 1, no. 1, pp. 23–26, 2021, doi: 10.47679/jrss.v1i1.8.
- [12] Sulistiwayati, "(IHNWL;WDVVSelf ManagementModuleGDODPP 0HQJDWDVLLMorning Sickness," vol. 5, no. April, 2019.
- [13] A. R. Salsabilla, "Aromaterapi Lavender sebagai Penurun Tingkat Kecemasan Persalinan," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 12, no. 2, pp. 761–766, 2020, doi: 10.35816/jiskh.v12i2.407.
- [14] S. Sunaeni, "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum," *J. Kebidanan Sorong*, vol. 2, no. 1, pp. 1–10, 2022, doi: 10.36741/jks.v2i1.163.
- [15] S. Maesaroh and M. Putri, "Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil," *J. Kesehat. Metro Sai Wawai*, vol. 12, no. 1, p. 30, 2019, doi: 10.26630/jkm.v12i1.1741.
- [16] H. F. A. Subratha and D. A. A. Kusumayuni, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Emesis Gravidarum Dengan Perubahan Berat Badan Trimester 1 Di Puskesmas Baturiti 1 Tahun 2017," *J. Med. Usada*, 2018.
- [17] E. Zuraida, "Efektivitas Pemberian Essensial Oil Peppermint terhadap Intensitas Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam Tahun 2017," *J. Menara Ilmu*, vol. 12, no. 4, pp. 142–151, 2018.
- [18] I. M. S. Adiputra, N. W. Trisnadewi, N. P. W. Oktaviani, and S. A. Munthe, "Metodologi Penelitian Kesehatan," 2021.