

JURNAL PENELITIAN

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN AROMATERAPI CITRUS
DENGAN METODE UAP DAN METODE TISSU
TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH
PADA IBU HAMIL TM 1 DI PBM
SUMIARIANI DAN PBM PERA
TAHUN 2021**



Oleh :

EKA WAHYUNI PANGGABEAN
NIM:(P07524416009)

**PRODI D-IV KEBIDANAN JURUSAN KEBIDANAN
MEDAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN
TAHUN 2021**

**THE EFFECTIVENESS OF CITRUS AROMATHERAPY PROVISION USING THE STEAM AND
TISSU METHODS ON REDUCING NAUSEA AND VOMITING OF FIRST TRIMESTER
PREGNANT WOMEN AT SUMIARIANI AND PERA
MIDWIFERY INDEPENDENT PRACTICE IN 2021**

Eka Wahyuni Panggabean

**Medan Health Polytechnic of Ministry of Health
Extention Program of Applied Health Science In Midwifery
Email:ekawahyuni141198@gmail.com**

Abstract

Nausea and vomiting in pregnancy is a condition in which pregnant women experience nausea and even vomiting. This usually occurs in the first trimester of pregnancy. Citrus aromatherapy is one of the aromatherapy used in pregnancy and is considered a safe drug in pregnancy. This essential oil is produced from orange peel extract which is often used in aromatherapy. This study aims to determine the effectiveness of citrus aromatherapy provision with the steam and tissue method to reduce nausea and vomiting in first trimester pregnant women. The type of research used was Quasi Experiment with a two group pre-test and post-test without control design. The sampling technique used total sampling with a sample size of 34 respondents. The results of the study were tested by Wilcoxon using SPSS, and it was found that the p -value = 0.000 (<0.05) because it is smaller than H_0 was rejected and H_a was accepted or which can be interpreted as effectiveness of citrus aromatherapy using the steam and tissue method in reducing nausea and vomiting in pregnant women in first trimester at Sumiariani and Pera independent midwifery practice in 2021

Keywords: Nausea Vomiting, Citrus Aromatherapy, Steam Method, Tissue Method

ABSTRAK

Mual muntah dalam kehamilan merupakan keadaan dimana ibu hamil mengalami keadaan mual bahkan muntah. Hal ini biasanya terjadi pada awal kehamilan trimester I. Aromaterapi jeruk adalah salah satu aromaterapi yang digunakan dalam kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Minyak esensial ini dihasilkan dari ekstrak kulit jeruk yang sering digunakan dalam aromaterapi. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Efektivitas pemberian aromaterapi jeruk dengan metode uap dan metode tissue terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I. Jenis penelitian yang digunakan *Quasi Experiment* dengan rancangan *two group pre-test and post-test without control*. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah sampel adalah 34 responden. Hasil penelitian di uji Wilcoxon menggunakan SPSS, dan didapati hasil nilai p -value = 0,000 ($<0,05$) karena lebih kecil maka H_0 ditolak dan H_a diterima atau yang bisa diartikan efektifitas pemberian aromaterapi citrus dengan metode uap dan metode tissue dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil TM 1 di PBM Sumiariani dan PBM Pera tahun 2021

Kata Kunci : Mual Muntah, Aromaterapi Citrus, Metode Uap, Metode Tissue

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut World Health Organization Kehamilan dengan *hyperemesis gravidarum* tahun 2018 mencapai 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai dari 0,3% 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, sedangkan angka kejadian *hyperemesis gravidarum* di Indonesia adalah mulai dari 1-3% dari seluruh kehamilan (Maruroh & Ikke, 2016 dalam Kadir *et al*, 2018)

Lebih dari setengah (50-90%) wanita hamil mengalami mual dan muntah selama trimester pertama, 28% mengalami mual saja, sedangkan 52% mual dan muntah, gejala ini akan muncul pada minggu ke-4 dan menghilang pada minggu ke-16 serta mencapai puncak antara minggu ke-8 dan minggu-12 (Djanah & Kurniata, 2018). Keluhan mual dan muntah bisa menjadi berlebihan atau lebih dikenal dengan *hyperemesis gravidarum*. Hal ini menyebabkan makanan dan minuman yang dikonsumsi akan dimuntahkan oleh ibu yang dapat mempengaruhi keadaan umum serta aktivitas sehari-hari ibu (Prawihardjo, 2018).

Kebutuhan nutrisi yang tidak terpenuhi pada ibu hamil akan

berpengaruh pada janin, salah satunya adalah janin mengalami BBLR (Berat Badan Lahir Rendah), hal ini disebabkan karena penurunan asupan zat besi dan kurangnya pengetahuan ibu tentang pemeriksaan antenatal care (Indrayani, 2018 dalam Kadir *et al*, 2018).

Sehubungan dengan kejadian yang ada, peran bidan pada masa kehamilan sangatlah penting dalam memberikan asuhan sesuai dengan kebutuhan ibu dan mengupayakan agar ibu tetap berada pada kondisi fisiologis. Mual muntah dapat diatasi dengan berbagai cara, yaitu dengan menggunakan metode farmakologi berupa obat-obatan *analgesic* dan metode non farmakologi salah satunya adalah menggunakan aromaterapi jeruk (Dhilon dan Azni, 2018).

Aromaterapi jeruk memiliki kandungan senyawa *limonene, myrcene, linalool, oktanal, decanal, sitronelal, neral, granial, valensen, β sinensial, α sinensial*, yang bermanfaat untuk menekan rasa mual dan mencegah terjadinya muntah karena kandungan senyawa tersebut mampu menimbulkan efek tenang, antidepresi, dan tonik antiseptik sehingga menstabilkan nafsu makan (Moelyono dan Muchtaridi, 2015 dalam Dhilon dan Azni, 2018).

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Design Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *Quasi Experiment* dengan rancangan *two group pre-test and post-test without control*. Penelitian ini menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan I diberikan aromaterapi jeruk dengan metode uap dan kelompok perlakuan II diberikan aromaterapi jeruk dengan metode tisu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Setelah dilakukan penelitian terhadap 34 responden hasil penelitian dan pembahasan mengenai “Efektifitas Pemberian Aromaterapi Citrus dengan Metode Uap dan Metode Tisu terhadap Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil TM1 di Wilayah Kota Medan Tahun 2021.

1. Analisis Univariat

Analisis data univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dan persentase dari variable penelitian

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Skala Mual dan Muntah Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Citrus di Klinik Kota Medan Tahun 2021

	Sebelum		Sesudah	
	m	%	m	%
Metode Uap				
Muntah Ringan	3	1	1	5
Muntah Sedang	7,6	0	8,8	
Muntah Berat	7	4	7	4
Muntah Ringan	1,2		1,2	
Muntah Sedang	7	4	0	0
Muntah Berat	1,2			
Metode Tisu				
Muntah Ringan	3	1	1	5
Muntah Sedang	7,6	0	8,8	
Muntah Berat	7	4	7	4
Muntah Ringan	1,2		1,2	
Muntah Sedang	7	4	0	0
Muntah Berat	1,2			

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa pada kelompok dengan metode uap, sebelum diberikan aromaterapi citrus didapatkan mayoritas skala muntah berat yaitu 7 orang (41,2%), dan setelah diberikan aromaterapi citrus didapatkan mayoritas skala muntah sedang yaitu 7

orang (41,2%) dan muntah ringan 10 orang (58,8%). Sedangkan pada kelompok dengan metode tisu, sebelum diberikan aromaterapi citrus didapatkan mayoritas skala muntah berat yaitu 7 orang (41,2%), dan setelah diberikan aromaterapi citrus didapatkan mayoritas skala muntah sedang yaitu 7 orang (41,2%) dan muntah berat tidak ada.

1.1 Nilai rata-rata frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil TM1

Tabel 4.2 Sesudah diberikan Aromaterapi citrus metode Uap

		M	M	9
		ean	edian	5%
Pr	7	1	2,0	1
etest		,35	0	,10-1,61
Po	7	2	3,0	2
stest		,71	0	,46-2,95

Tabel 4.3 Sesudah diberikan Aromaterapi citrus metode Tisu

		M	M	9
		ean	edian	5%
Pr	7	1	2,0	1
etest		,75	0	,38-2,15

Po	7	2	3,0	2
stest		,59	0	,33-2,85

Berdasarkan Table 4.2 diatas dapat diketahui bahwa rata-rata ibu hamil mual dan muntah sebelum diberikan aromaterapi citrus dengan metode Uap yaitu 1,35% dan sesudah diberikan aromaterapi citrus dengan metode uap yaitu 2,71%.

Berdasarkan Table 4.3 diatas dapat diketahui bahwa rata-rata ibu hamil mual dan muntah sebelum diberikan aromaterapi citrus dengan metode Tisu yaitu 1,75% dan sesudah diberikan aromaterapi citrus dengan metode tisu yaitu 2,59%

2. Analisis Bivariat

2.1 Uji Normalitas Data

Dari hasil test uji normalitas data dengan *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa hasil uji normalitas pada kelompok metode uap dan metode tisu tidak berdistribusi normal dimana p value sebelum diberikan aromaterapi citrus pada kelompok metode uap adalah 0,000 dan sesudah diberikan aromaterapi citrus adalah 0,000 ($p > 0,05$). Begitu pula dengan kelompok tisu, sebelum diberikan aromaterapi citrus p value 0,002 dan sesudah diberikan aromaterapi citrus adalah 0,000 ($p > 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa semua data tidak berdistribusi normal. sehingga analisis

biavariat dilakukan menggunakan uji T-Dependent non parametrik yaitu uji *Wilcoxon* untuk membandingkan pengaruh metode uap dan tissu untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil.

Tabel 4.4
Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*
metode Uap

		Ranks	
		N	Sum of Ranks
Sebelum pemberian Uap	Negative	0 ^a	0
	Positive	15 ^b	80,00
	Ties	2 ^c	0
	Total	17	120,00

ssu	Positive	1	7,83	94,0
	Ties	3		
	Total	1		
Sebelum pemberian Uap		7		

Berdasarkan table 4.4 diatas, dijelaskan bahwa data hasil uji *wilcoxon Signed Ranks Test* terdapat perubahan nilai sebelum sesudah diberikan intervensi *Positive Ranks* dengan nilai 15 artinya 15 dari 17 sampel mengalami peningkatan hasil dari *pretest* ke *posttets*. *Negative Ranks* dengan nilai 0 artinya 0 dari 17 sample mengalami penurunan hasil nilai dari *pretest* ke *posttest*. *Mean Ranks* atau rata-rata peningkatan sebesar 80,00 dan *Sum Of Ranks* atau jumlah rangking positifnya sebesar 120,00, serta nilai *Ties* adalah 2 berarti ada kesamaan nilai *pretest* dan *posttest*.sedangkan

Tabel 4.5
Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*
metode Tissu

		Ranks		Sum of Ranks
		N	Mean Rank	
Sebelum pemberian Tissu	Negative	2 ^a	5.50	11.0
	Positive			0

Berdasarkan table 4.5 diatas, dijelaskan bahwa data hasil uji *wilcoxon Signed Ranks Test* terdapat perubahan nilai sebelum sesudah diberikan intervensi *Positive Ranks* dengan nilai 12 artinya 12 dari 17 sampel mengalami peningkatan hasil dari *pretest* ke *posttets*. *Negative Ranks* dengan nilai 2 artinya 2 dari 17 sample mengalami penurunan hasil

nilai dari *pretest* ke *posttest*. *Mean Ranks* atau rata-rata peningkatan sebesar 5,50 dan *Sum Of Ranks* atau jumlah rangking positifnya sebesar 110,00, serta nilai *Ties* adalah 3 berarti ada kesamaan nilai *pretest* dan *posttest*.

Tabel 4.6
Hasil Uji Statistik Pemberian
Aromaterapi citrus dengan metode
Uap

	Sesudah Sebelum
Z	-3.508 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Tabel 4.7
Hasil Uji Statistik Pemberian
Aromaterapi Citrus dengan metode
Tissu

	Sesudah Sebelum
Z	-2.725 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.006

Berdasarkan tabel 4.6 dari test statistik uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh nilai Asimptotik Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 dengan metode uap, karena nilai signifikansi 0,000 artinya nilai signifikansi < 0,05

Berdasarkan tabel 4.7 dari test statistik uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh nilai Asimptotik Sig. (2-tailed) sebesar 0,006 dengan metode

tissu, karena nilai signifikansi 0,006 artinya nilai signifikansi < 0,05. maka pemberian aromaterapi citrus dengan metode uap dan Tissu berpengaruh menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil .

B. Pembahasan

1. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Citrus dengan Metode Uap terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil TM 1

Mual muntah dalam kehamilan merupakan keadaan dimana ibu hamil mengalami keadaan mual bahkan muntah. Hal ini biasanya terjadi pada awal kehamilan trimester I (Hackly *et al*, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 17 ibu hamil TM 1 di klinik Sumiariani di ketahui sebelum di berikan Aromaterapi Citrus dengan Metode Uap didapatkan muntah berat yaitu 7 orang (41,2 %) dan muntah sedang 7 orang (41,2%). setelah diberikan aromaterapi citrus dengan metode uap didapatkan muntah sedang 7 orang (41,2%) dan muntah ringan 10 orang (17,6%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dhilon dan Azni (2018) mengemukakan bahwa aromaterapi citrus dengan metode uap mempengaruhi intensitas mual pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja

Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru dengan $P \text{ value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$).

Metode uap merupakan bentuk inhalasi secara tidak langsung, metode ini menggunakan perantara uap yang berasal dari air panas untuk mengantarkan aroma citrus dan akan dihirup oleh hidung, Andini dan Rizal (2019).

Menurut asumsi peneliti, pada metode uap ibu dapat menggunakan perantara uap yg berasal dari air panas dan aroma citrus mempengaruhi intensitas mual pada ibu hamil sejalan dengan penelitian Andini dan Rizal (2018)

2.Pengaruh Pemberian Aromaterapi Citrus dengan Metode Tisu terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil TM 1

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 17 ibu hamil TM 1 di klinik Pera di ketahui sebelum di berikan Aromaterapi Citrus dengan Metode tisu didapatkan muntah berat yaitu 7 orang (41,2 %) dan muntah sedang 7 orang (41,2%).setelah diberikan aromaterapi citrus dengan metode tisu didapatkan muntah sedang 7 orang (41,2%) dan muntah ringan 10 orang (17,6%).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakuan oleh Megasari dan Novita (2018) yang dilakukan di Klinik Pratama Deliana S

Pekanbaru mengemukakan bahwa aromaterapi citrus dengan metode tisu juga mempengaruhi intensitas mual pada ibu hamil trimester I dengan $P \text{ value} = 0,001$ ($\alpha < 0,05$).

Metode tisu merupakan bentuk inhalasi langsung dikarenakan minyak citrus yang diteteskan pada tisu dapat dihirup secara langsung oleh hidung tanpa harus ada perantara (Agusta, 2018).

Wangi yang dihirup akan masuk ke hidung ditangkap oleh *bulbus olfactory* yang berakhir pada sistem limbik. Setelah ke limbik, aromaterapi citrus menstimulasi pengeluaran enkefalin pada kelenjar hipotalamus. Enkefalin merangsang daerah di otak yang disebut *raphe nucleus* untuk mensekresi serotonin sehingga menimbulkan efek rileks, tenang, dan dapat menurunkan rasa mual (Karlina, Subandi 2018).

Menurut Asumsi peneliti,pada metode tisu hanya dapat menghirup aroma citrus saja tanpa perantara karena hanya diteteskan di tisu saja sejalan dengan penelitian sebelumnya (Agusta, 2018).

3.Efektifitas Pemberian Aromaterapi Citrus dengan Metode Uap dan Metode Tisu terhadap penurunan Mual Muntah pada ibu hamil TM1

Berdasarkan Hasil Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* yang

dilakukan pada kelompok dengan metode uap dan metode tissu diperoleh nilai $P= 0,012$ ($\alpha < 0,05$) menyimpulkan bahwa secara statistik terdapat perbedaan dengan hasil selisih mean pada kelompok uap yaitu 2,71 dan pada kelompok tissu 2,59. Dari hasil yang telah ada dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi citrus dengan metode uap lebih efektif dalam menurunkan skala mual muntah pada ibu hamil TM 1.

Muntah didefinisikan sebagai pengeluaran isi lambung dengan kuat melalui mulut yang berkaitan dengan kontraksi susunan otot abdomen dan dinding dada, muntah meliputi pembukaan mulut, hipersalivasi, hambatan motilitas lambung, kontraksi retroperistaltik pada usus kecil, duodenum, lambung, takikardi, menahan nafas, sikap tubuh, kontraksi otot abdomen dan pengeluaran isi lambung melalui mulut yang terbuka (Hacklyet *al*, 2018).

Pada metode uap selain menghirup aroma citrus, ibu juga dapat merasa rileks karena kehangatan dari uap air panas yang membantu pembuluh darah melebar sehingga aliran darah lancar (Marlina, 2018).

Menurut asumsi peneliti, pada metode tissu ibu hanya dapat menghirup aroma citrus saja. Sedangkan pada metode uap, selain dari aroma citrus ibu juga dapat

merasakan rileks dengan adanya kehangatan yang didapat dari uap air panas tersebut. Oleh karena itu, metode uap lebih efektif dalam menurunkan skala mual muntah dibandingkan dengan metode tissu.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan mengenai Efektifitas Pemberian Aromaterapi Citrus Dengan Metode Uap dan Metode Tissu Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil TM 1 Di PBM Sumiariani dan PBM Pera Tahun 2021

1. Adanya pengaruh pemberian Aromaterapi Citrus dengan Metode Uap terhadap penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil TM1. Hasil uji statistik yang menyatakan bahwa terjadi penurunan rerata skala mual muntah pada metode uap sebesar 2,71 poin dengan $Pvalue=0,000$ ($\alpha < 0,05$).

2. Adanya pengaruh pemberian Aromaterapi Citrus dengan Metode Tissu terhadap penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil TM1. Hasil Uji statistik yang menyatakan bahwa terjadi penurunan rerata skala mual muntah pada metode tissu sebesar 2,59 poin poin dengan $Pvalue=0,000$ ($\alpha < 0,05$).

3. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* yang dilakukan pada kelompok dengan metode uap dan metode tisu diperoleh nilai $P=0,012$ ($\alpha < 0,05$) menyimpulkan bahwa secara statistik terdapat perbedaan hasil yang bermakna antara kedua metode sehingga pemberian aromaterapi citrus dengan metode uap lebih efektif terhadap penurunan skala mual muntah pada penurunan mual muntah TM1.

B. Saran

1. Bagi bidan di klinik bersalin khususnya Klinik Sumiariani, Klinik Pera agar dapat mengaplikasikan aromaterapi citrus dengan metode uap dan metode tisu untuk menurunkan skala mual muntah ibu yang akan menghadapi proses kehamilan

2. Bagi institusi agar dapat memfasilitasi perpustakaan di jurusan kebidanan dan menyediakan buku-buku yang berhubungan dengan aromaterapi dengan tahun yang update.

3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengembangkan penelitian tentang pemberian aromaterapi citrus menggunakan metode uap dengan meneliti variabel perancu seperti durasi pemberian intervensi dan lama waktu kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

Dhilon, D. A., & Azni, R. (2018). Pengaruh Pemberian Terapi Aroma Jeruk Terhadap Intensitas Rasa Mual

dan Muntah pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 2(1), 58–65.

Djanah & Kurniati (2015). Self Hipnosis terhadap Mual Muntah Kehamilan Trimester I. *Kesehatan Ibu Dan Anak*, 7(1), 125–140.

Kadir, I. N., Saleha, S., & Nadyah. (2019). Manajemen Asuhan Kebidanan Antenatal Care pada Ny “N” dengan Hiperemesis Gravidarum Tingkat III di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tanggal 3 Juni-12 Juli 2019. *Jurnal Midwifery*, 1(2), 110–128.

Megasari, Miratu & Novita Lusiana (2018). Pemberian Aromaterapi Jeruk dengan Penurunan Rasa Mual pada Ibu Hamil Trimester I di Klinik Pratama Deliana S. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. 9(2), 120-122.

Prawihardjo, S. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Somoyani, N. K. (2018). Literature Review: Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Masa Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1), 10–17.

Yantina, Y., Susilawati, & Ate Yuviska, I. (2018). Pengaruh Pemberian Essensial Oil Peppermint Terhadap Intensitas Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Way Harong Timur Kecamatan Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun 2016. *[Journal]*, 2, No 4, 194–199.

WHO. World Health Statistics (2018). World Health Organization 2018