BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang berkelanjutan sejak ovulasi, konsepsi, implantasi hingga persalinan yang berlangsung sekitar 40 minggu dan terbagi menjadi tiga trimester. Trimester pertama adalah fase adaptasi awal yang ditandai dengan peningkatan signifikan hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (hCG), *estrogen*, dan *progesteron*, serta berbagai perubahan fisik, fisiologis, dan psikologis, sehingga trimester pertama sering disebut sebagai fase paling rentan dalam kehamilan (Nuraeni et al., 2025).

Salah satu keluhan yang paling sering dialami pada trimester pertama adalah *emesis gravidarum*. Kondisi ini umumnya muncul pada minggu ke-4 hingga ke-7, mencapai puncak pada minggu ke-9, dan mereda hingga minggu ke-20. Secara global, sekitar 85% wanita hamil mengalaminya (Rondanelli et al., 2025). Di Indonesia, data Kementerian Kesehatan tahun 2021 menunjukkan 50%-75% ibu hamil mengalami *emesis gavidarum* pada trimester pertama, dengan prevalensi lebih tinggi pada primigravida 60%-80% dibandingkan multigravida 40%-60% (Aulya et al., 2024). Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah juga mencatat bahwa dari 575.906 ibu hamil tahun 2021, sebanyak 56,60% mengalami *emesis gravidarum* (Fadila & Imamah, 2025).

Emesis gravidarum yang tidak ditangani dengan tepat dapat berkembang menjadi *hiperemesis gravidarum*, yaitu mual dan muntah berat yang menyebabkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, penurunan berat badan, serta gangguan nutrisi yang berdampak tidak hanya pada kesehatan ibu, tetapi juga pada pertumbuhan janin (Septiani & Handayani, 2024). Penanganan dapat dilakukan secara farmakologis menggunakan vitamin B6 atau antiemetik, namun menimbulkan kekhawatiran akan efek samping seperti sakit kepala, diare, mengantuk, hingga risiko kelainan kongenital, sehingga terapi non-farmakologis menjadi alternatif yang lebih aman dan semakin diminati (Harahap et al., 2022).

Salah satu terapi non-farmakologis yang terbukti aman dan efektif adalah aromaterapi lemon. Minyak esensial yang diekstrak dari kulit jeruk lemon (*Citrus lemon*) ini mengandung senyawa aktif limonene 66-80%, *geranyl acetate, linalyl acetate, α-pinene, β-pinene, terpinene, dan myrcene*. *Limonene* berperan menghambat *prostaglandin* serta mengontrol enzim *siklooksigenase* I dan II sehingga meredakan *emesis gravidarum*, sementara *linalyl acetate* memberikan efek relaksasi dan memperkuat sistem saraf (Sari et al., 2024). Mekanisme kerjanya melalui stimulasi sistem olfaktori yang diteruskan ke sistem limbik dan hipotalamus sehingga memicu respons relaksasi. Pemilihan aromaterapi lemon sebagai terapi komplementer dapat dikaitkan dengan prinsip thibbun nabawi yang menekankan pemanfaatan bahan-bahan alami sebagai terapi pengobatan dan pencegahan. Dalam kajian literatur mengenai herbal tradisi Timur Tengah dalam kitab karya Imam As-Suyuthi dan Al-Hafiz Adz-Dzahabi, dijelaskan bahwa berbagai bahan alami memiliki indikasi farmakologis yang sejalan dengan penelitian ilmiah modern dan dapat digunakan untuk mendukung kesehatan serta meningkatkan daya tahan tubuh (Nurfauzi, 2022).

Berbagai penelitian mendukung efektivitas aromaterapi lemon dalam menurunkan *emesis gravidarum*. (Rahmalia Putri et al., 2025) menunjukkan pengaruh signifikan aromaterapi lemon terhadap penurunan mual dan muntah trimester I. (Fitria et al., 2021) melaporkan penurunan skor *emesis gravidarum*, dan (Ramadhaniati et al., 2023) juga membuktikan pengaruh signifikan terhadap penurunan frekuensinya. Temuan-temuan ini mempertegas bahwa aromaterapi lemon merupakan terapi efektif, aman, mudah diaplikasikan, dan tanpa efek samping.

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Pajang Surakarta pada bulan Januari-Februari 2026, diperoleh sebanyak 31 ibu hamil trimester I mengalami *emesis gravidarum*. Selama ini penanganan yang dilakukan adalah pemberian vitamin B6 secara oral, namun pada praktiknya beberapa ibu mengalami kesulitan dalam mengonsumsi obat tersebut karena sering memuntahkannya kembali, sehingga efektivitas penanganan menjadi kurang

optimal. Atas dasar tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I menggunakan instrumen PUQE-24 sebagai alat ukur.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

"Apakah ada pengaruh inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan keluhan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I yang diukur menggunakan skor PUQE-24 di Puskesmas Pajang ?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pajang.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pajang sebelum diberikan inhalasi aromaterapi lemon.
b. Mengidentifikasi tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pajang setelah diberikan inhalasi aromaterapi lemon.
c. Menganalisis perbedaan tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pajang sebelum dan setelah diberikan inhalasi aromaterapi lemon.

D. Manfaat Penelitian

1. Penulisan ini diharapkan dapat memperkaya pengembangan referensi ilmiah di bidang kebidanan, khususnya terkait penggunaan terapi non-farmakologis melalui metode inhalasi aromaterapi lemon pada ibu hamil trimester pertama yang mengalami *emesis gravidarum*, sekaligus memberikan bukti ilmiah (*evidence-based*) mengenai efektivitasnya sebagai terapi komplementer dalam asuhan kehamilan yang dapat diterapkan dalam praktik klinis kebidanan.

2. Penelitian ini diharapkan memberikan alternatif penanganan *emesis gravidarum* yang aman, mudah, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh ibu hamil, sehingga mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan *antiemetik* yang mungkin memiliki efek samping dan meningkatkan kualitas hidup ibu hamil dengan mengurangi keluhan *emesis gravidarum*.
3. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi data pendukung dalam pengembangan standar pelayanan kebidanan di Puskesmas Pajang, khususnya dalam penerapan terapi komplementer untuk mengatasi ketidaknyamanan kehamilan. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi institusi kesehatan untuk mengembangkan edukasi dan promosi kesehatan terkait penanganan *emesis gravidarum* secara non-farmakologis.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini disusun dan dilaksanakan oleh peneliti sendiri serta belum ditemukan penelitian lain yang sepenuhnya sama. Meskipun demikian, terdapat beberapa studi terdahulu yang memiliki kemiripan dengan penelitian ini.

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Siti Nuraeni, Agustina Sari, Aprilya Nency (2025)	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1	a) Variabel independen aromaterapi lemon b) Variabel dependen *emesis gravidarum* c) Subjek penelitian ibu hamil trimester I d) Teknik Sampling : *Total Sampling* e) Instrumen PUQE-24 f) Analisis: Uji *Wilcoxon* g) Desain Penelitian : pre-eksperimen (*one group pre test post test*) h) Frekuensi dan Durasi : 2 kali sehari selama 7 hari	a) Lokasi: PMB Reni Apriyanti Banjar Pandeglang Banten, sedangkan penelitian ini di Puskesmas Pajang Surakarta b) Sampel Penelitian terdahulu : 30 responden, penelitian ini : 31 responden
2	Dita Rahmalia Putri, Ranida Arsi, Fitri Afdhal, Alkhusari (2025)	Pengaruh Aromatheraphy Lemon Terhadap Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas 7 Ulu Kota Palembang	a) Variabel independen aromaterapi lemon b) Variabel dependen *emesis gravidarum* c) Subjek penelitian ibu hamil trimester I d) Instrumen PUQE-24 e) Analisis: Uji *Wilcoxon*	a) Lokasi: Puskesmas 7 Ulu Kota Palembang, sedangkan penelitian ini di Puskesmas Pajang Surakarta b) Teknik sampling: Penelitian terdahulu *purposive sampling*, penelitian ini *total sampling* c) Desain Penelitian : Quasi eksperimen (*pretest and posttest with*

			f)	Frekuensi dan Durasi : 2 kali sehari selama 7 hari		*control group*), sedangkan penelitian ini pre-eksperimental. d) Sampel: Penelitian terdahulu 28 responden, penelitian ini 31 responden
3	Riska Septiani & Sri Handayani (2024)	Pengaruh aromaterapi lemon terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I	a) b) c) d) e) f) g)	Variabel independen aromaterapi lemon Variabel dependen *emesis gravidarum* Subjek penelitian ibu hamil trimester I Instrumen PUQE-24 Analisis: Uji *Wilcoxon* Desain Penelitian : pre-eksperimen (*one group pre test post test*) Frekuensi dan Durasi : 2 kali sehari selama 7 hari	a) b) c)	Lokasi: Penelitian terdahulu di Puskesmas Karanganyar, sedangkan penelitian ini di Puskesmas Pajang Surakarta Teknik sampling: Penelitian terdahulu *accidental sampling*, penelitian ini *total sampling* Sampel: Penelitian terdahulu 21 responden, penelitian ini 31 responden.

Berdasarkan tabel keaslian penelitian, perbedaan penelitian ini dengan ketiga penelitian terdahulu yaitu terletak pada lokasi dan waktu serta jumlah sampel. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pajang Surakarta dengan 31 responden. Selain itu, penelitian ini juga menggabungkan prinsip thibbun nabawi sebagai dasar pelengkap dalam penelitian sebelumnya, sehingga memberikan kontribusi keilmuan yang berbeda.