

**STUDI LITERATUR: EFEKTIVITAS *ESSENTIAL PEPPERMINT*  
TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER I**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**PROGRAM STUDI D3 KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM  
TAHUN 2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**STUDI LITERATUR: EFEKTIVITAS ESSENTIAL PEPPERMINT**  
**TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL**  
**TRIMESTER I**

**KARYA TULIS ILMIAH**



Disusun Oleh

**ENDANG**  
NIM : 518010005

Telah memenuhi persyaratan dan telah di setujui untuk mengikuti ujian proposal penelitian pada program studi D3 kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram

Hari/Tanggal.....

Pembimbing Utama

(Catur Esty Pamungkas S.ST M.Keb)  
NIDN:0813028902

Pembimbing Pendamping

(Indriyani Makmun S.ST M.Keb)  
NIDN: 1104128801

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**STUDI LITERATUR: EFEKTIVITAS ESSENTIAL PEPPERMINT**  
**TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL**  
**TRIMESTER I**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Disusun Oleh:  
**ENDANG**  
NIM:518010005

Di pertahankan di depan dewan penguji dan di terima sebagai syarat untuk  
mendapatkan gelar ahli madya kebidanan pada program studi D3 kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Mataram

Dewan Penguji:	tanggal	Tanda Tangan
1. Ketua tim penguji Catur Esty Pamungkas S.ST.M.keb	10-01-2022	
2. Penguji I : Aulia Amini S.ST.M.keb	03-01-2022	
3. Penguji II : Indriyani Makmun S.ST.M.Keb	05-01-2022	

**Mengesahkan**

Universitas Muhammadiyah Mataram  
Fakultas Ilmu Kesehatan

Dekan :



(Apt. Nurul Qiyam, M.Farm, Klin)  
NIDN.0827108402

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Dengan ini menyatakan:

1. Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "efektivitas essential peppermint terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I" ini merupakan hasil karya tulis asli yang saya ajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan Pada Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram.
2. Semua sumber dalam penulisan yang saya gunakan pada karya tulis ilmiah ini telah saya cantumkan sesuai ketentuan yang berlaku di Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram.
3. Jika di kemudian hari terbukti bahwa karya saya tersebut bukti hasil karya tulis atau jiplakan dari orang lain maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram.

Mataram 21 Desember 2021



( Endang )  
518010005



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM**  
**UPT. PERPUSTAKAAN**

Jl. K.H.Ahmad Dahlan No. 1 Mataram Nusa Tenggara Barat  
 Kotak Pos 108 Telp. 0370 - 633723 Fax. 0370-641906  
 Website : <http://www.ikhmataram.ac.id> E-mail : [perpustakaan@ummat.ac.id](mailto:perpustakaan@ummat.ac.id)

**SURAT PERNYATAAN BEBAS  
 PLAGIARISME**

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Mataram, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Endang  
 NIM : 518610005  
 Tempat/Tgl Lahir : Medan 26 Januari 1999  
 Program Studi : D3. Kebidanan  
 Fakultas : Ilmu Kesehatan  
 No. Hp : 082 74 176 993  
 Email : Endangendangce81@ummat.ac.id

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi/KTI/Tesis\* saya yang berjudul :

Efektifitas Essensial peppermint terhadap cecak  
gravidarum pada ibu hamil trimester I.

*Bebas dari Plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain.* 25%

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari Skripsi/KTI/Tesis\* tersebut terdapat indikasi plagiarisme atau bagian dari karya ilmiah milik orang lain, kecuali yang secara tertulis disitasi dan disebutkan sumber secara lengkap dalam daftar pustaka, saya bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Mataram.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun dan untuk dipergunakan sebagai mana mestinya.

Mataram, 11 Januari 2022  
 Penulis

  
 Endang  
 NIM. 518610005

Mengetahui,  
 Kepala UPT. Perpustakaan UMMAT

  
 Iskandar, S.Sos.,M.A.  
 NIDN. 0802048904

\*pilih salah satu yang sesuai



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM  
UPT. PERPUSTAKAAN

Jl. K.H.Ahmad Dahlan No. 1 Mataram Nusa Tenggara Barat  
Kotak Pos 108 Telp. 0370 - 633723 Fax. 0370-641906  
Website : <http://www.ikhmatmat.ac.id> E-mail : [perpustakaan@ikhmatmat.ac.id](mailto:perpustakaan@ikhmatmat.ac.id)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN  
PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Mataram, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Endang .....  
NIM : 518010005 .....  
Tempat/Tgl Lahir : Pr/U 20 Januari 1999 .....  
Program Studi : D3 Bibliotek .....  
Fakultas : Ilmu Keguruan .....  
No. Hp/Email : 082 791 176 903 .....  
Jenis Penelitian :  Skripsi  KTI  Tesis  .....

Menyatakan bahwa demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Mataram hak menyimpan, mengalih-media/format, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Repository atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama *tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta* atas karya ilmiah saya berjudul:

Efek hwyar esensial papawad terlampar euresis  
gawidaru pada ibu hawl trimester I

Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah ini menjadi tanggungjawab saya pribadi.  
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Mataram, 11 Januari .....2022  
Penulis

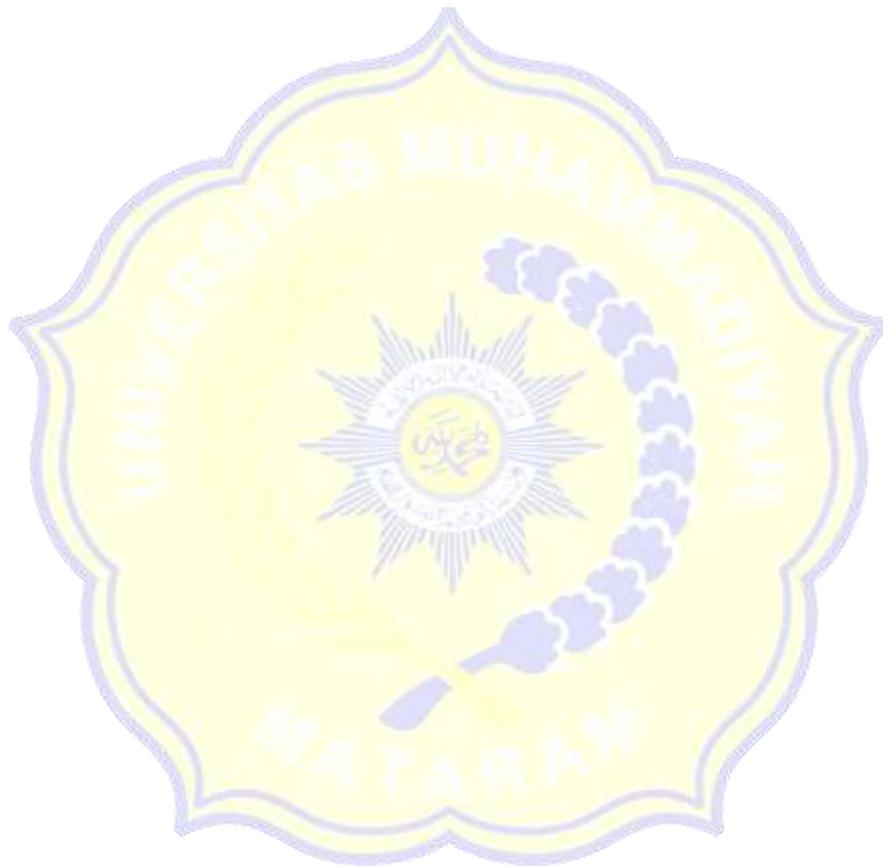
  
Endang  
NIM. 518010005

Mengetahui,  
Kepala UPT. Perpustakaan UMMAT

  
Endang, S.Sos., M.A.  
NIDN. 0802048904

## **MOTO**

**Jika disana ada seribu orang maka jadilah salah satu yang terbaik  
jika disana ada sepuluh orang terbaik maka jadilah salah satu yang terbaik  
dan jika disana ada satu orang terbaik maka jadilah satu satunya yang  
terbaik.**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas segala karunia dan limpahan rahmat, karunia serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan karya tulis ilmiah ini yang berjudul “***Studi Literatur : Efektivitas Essential Peppermint Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I***” ini dapat terselesaikan. Karya tulis ilmiah ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan diploma (D3) kebidanan Universitas Muhammadiyah Mataram Tahun Akademik 2020/2021.

Bersama ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Dr.H.Arsyad Abd Gani M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Mataram yang telah memberikan fasilitas penulis dalam menyusun Karya tulis Ilmiah ini
2. Apt.Nurul Qiyaam,M.Farm.,Klin, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram yang telah memberikan kesempatan serta bantuan fasilitas pendidikan yang sedang penulis ikuti.
3. Aulia Amini, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi D3 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram sekaligus selaku penguji karya tulis ilmiah yang penuh kesabaran serta memberikan dorongan, bimbingan, pengarahan serta saransaran yang bermanfaat bagi penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini
4. Catur Esty Pamungkas, SST., M.Keb., selaku pembimbing pendamping I yang penuh kesabaran serta memberikan dorongan, bimbingan, pengarahan yang bermanfaat dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Indriyani Makmun.,M.Keb.selaku pembimbing pendamping II yang telah membimbing saya dalam menyusun karya tulis ilmiah serta memberikan masukan masukan yang bermanfaat dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini
6. Seluruh Dosen Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehtan Universitas Muhammadiyah Mataram yang telah banyak memberikan bekal pengetahuan dan wawasan kepada penulis.

Pada akhirnya penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca sehingga karya tulis ilmiah menjadi lebih bermanfaat khususnya untuk profesi Kebidanan.

Mataram 25 Januari 2021

Penulis

ABSTRAK

Endang, 2021

Catur Esty Pamungkas, Indriyani Makmun.

**STUDI LITERATUR: EFEKTIFITAS ESSENSTIAL PEPPERMINT TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I**

Mual dan muntah merupakan keluhan paling umum dialami 70-80% ibu hamil terutama di trimester pertama. Salah satu upaya untuk menurunkan mual dan muntah adalah menggunakan aromaterapi yang mampu menurunkan mual muntah tetapi tetapi belum terbukti secara empiris.

Tujuan Penelitian ini yaitu Mengetahui efektifitas penggunaan *peppermint* terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I. Metode penelitian yang digunakan adalah metode *systematic literatur rivew* metode yang melalui penelusuran dengan membaca berbagai sumber baik dari buku, jurnal, dan terbitan-terbitan lain yang berkaitan dengan topik penelitian, untuk menjawab permasalahan yang ada.

Hasil studi literatur penelitian dari ke lima jurnal didapatkan karakteristik menurut usia terbanyak ada pada usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 49 responden. Sedangkan karakteristik terbanyak menurut paritas ada pada primipara yaitu 68 responden. Sedangkan di ketahui efektifitas penggunaan *peppermint* terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I berdasarkan *review* ke lima jurna bahwa empat jurnal *review* menjelaskan bahwa ada hubungan antara pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Sedangkan pada Peneliti Iskandar, menjelaskan tidak ada hubungan antara penggunaan *peppermint* terhadap ibu yang mengalami *emesis gravidarum*.

Kesimpulan: ada pengaruh pemberian *essenstial peppermint* terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

**Kata kunci: essenstial peppermin, emesis gravidarum**

**Referensi :jurnal 2015-2021**

ABSTRACT

Endang, 2021

Catur Esty Pamungkas, Indriyani Makmun.

**LITERATURE STUDY: EFFECTIVENESS OF PEPPERMINT ON EMESIS GRAVIDARUM IN TRIMESTER I PREGNANT WOMEN**

Nausea and vomiting are the most prevalent problems among pregnant women, especially in the first trimester, with 70-80 per cent reporting them. Aromatherapy, which has been shown to reduce nausea and vomiting but has not been empirically confirmed, is one of the efforts to reduce nausea and vomiting.

This study aimed to see if peppermint could help pregnant women with emesis gravidarum in the first trimester. A systematic literature review strategy was utilized to address the existing challenges, which involved searching through multiple sources such as books, journals, and other publications connected to the research topic.

The analysis of research literature from five journals revealed that the age group with the most characteristics was 20-35 years old, with 49 respondents. While primiparas, with 68 respondents, had the greatest traits according to parity. While the usefulness of peppermint against emesis gravidarum in first-trimester pregnant women is recognized, four review journals explain that there is a link between administering peppermint aromatherapy to emesis gravidarum in first-trimester pregnant women based on a review of five articles. Peppermint is used in the treatment of emesis gravidarum in pregnant women.

Conclusion: Essential peppermint has been shown to reduce emesis gravidarum in first-trimester pregnant women.

**Keywords:** essential peppermint, emesis gravidarum

**Reference:** 2015-2021 journal

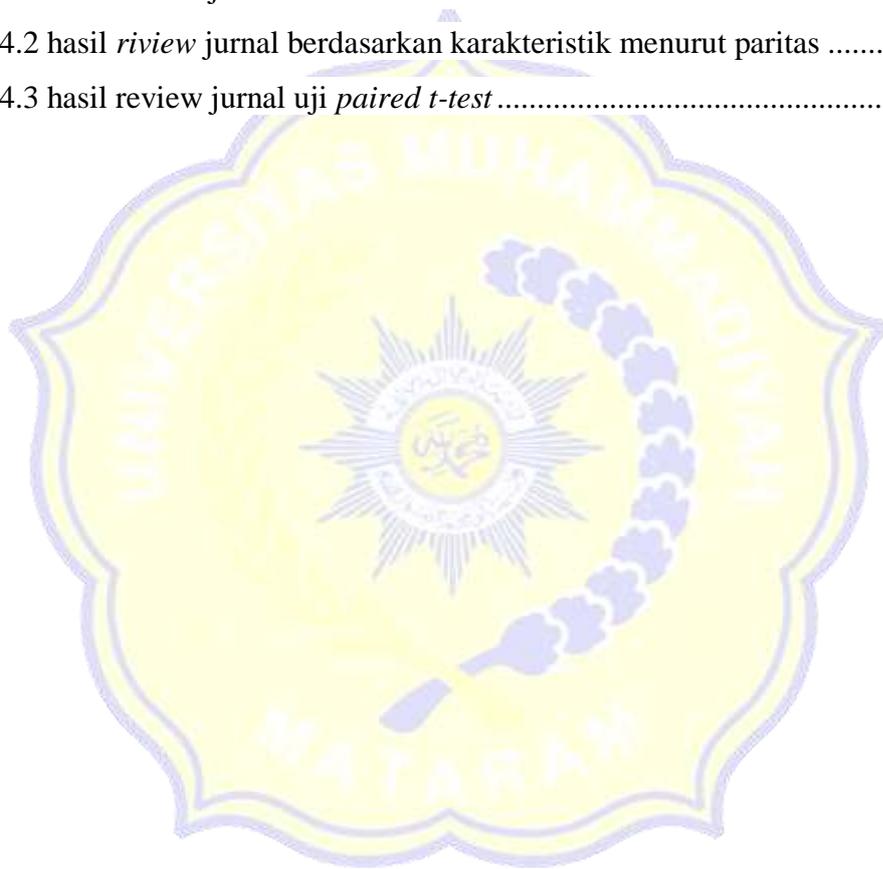


## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH .....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....	v
MOTO .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
ABSTRAK .....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
A. Kehamilan .....	6
B. Emesis gravidarum .....	7
C. peppermint .....	33
D. Kerangka Konsep .....	40
E. Kerangka Teori .....	41
F. Hipotesis .....	41
BAB III METODE PENELITIAN .....	42
A. Desain Penelitian .....	42
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	42
C. Definisi Operasional .....	42
D. Populasi dan Sampel .....	42
E. Sumber Data .....	43
F. Prosedur Penelitian .....	43
G. Metode Pengumpulan Data .....	44
H. Alur Penelitian Study Literatur Riview .....	44
BAB IV PEMBAHASAN .....	45
BAB V PENUTUP .....	48
DAFTAR PUSTAKA	

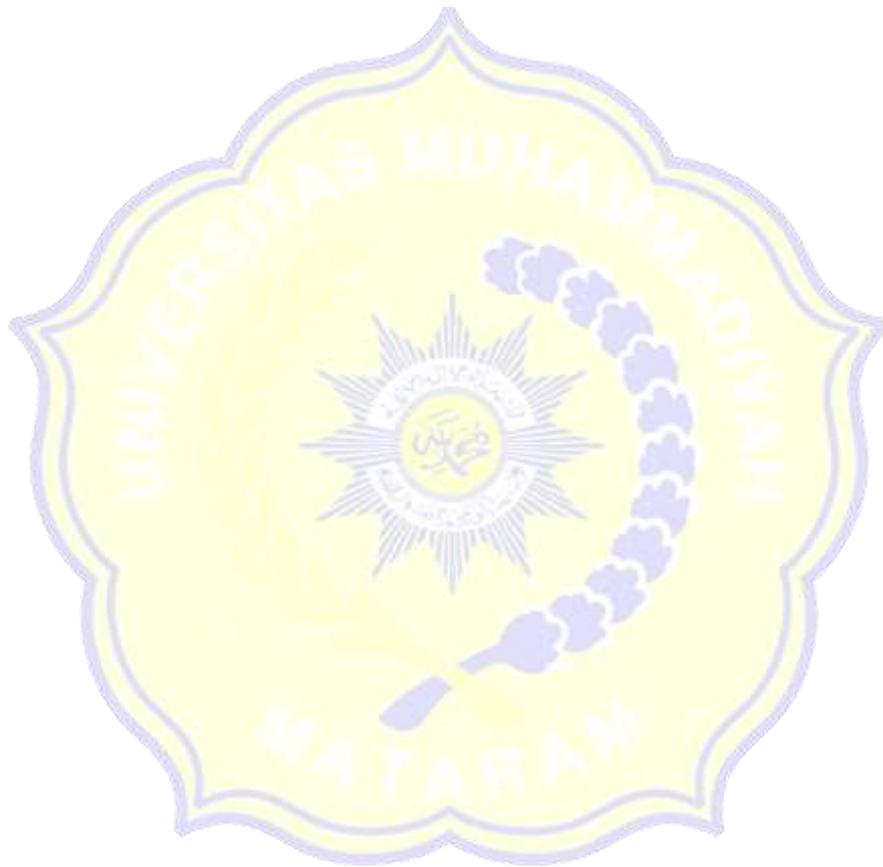
## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Konversi untuk Menghitung Konsentrasi Larutan.....	29
Tabel 2.2 <i>Mentha piperita</i> (Lamiaceae).....	30
Tabel 3.1 Waktu dan tempat penelitian masing-masing jurnal.....	37
Tabel 3.2 devinisi operasional .....	38
Tabel 3.3 Hasil temuan jurnal penelitian .....	42
Tabel 4.1 hasil <i>review</i> jurnal berdasarkan karakteristik usia .....	43
Tabel 4.2 hasil <i>riview</i> jurnal berdasarkan karakteristik menurut paritas .....	44
Tabel 4.3 hasil review jurnal uji <i>paired t-test</i> .....	44



## DAFTAR GAMBAR

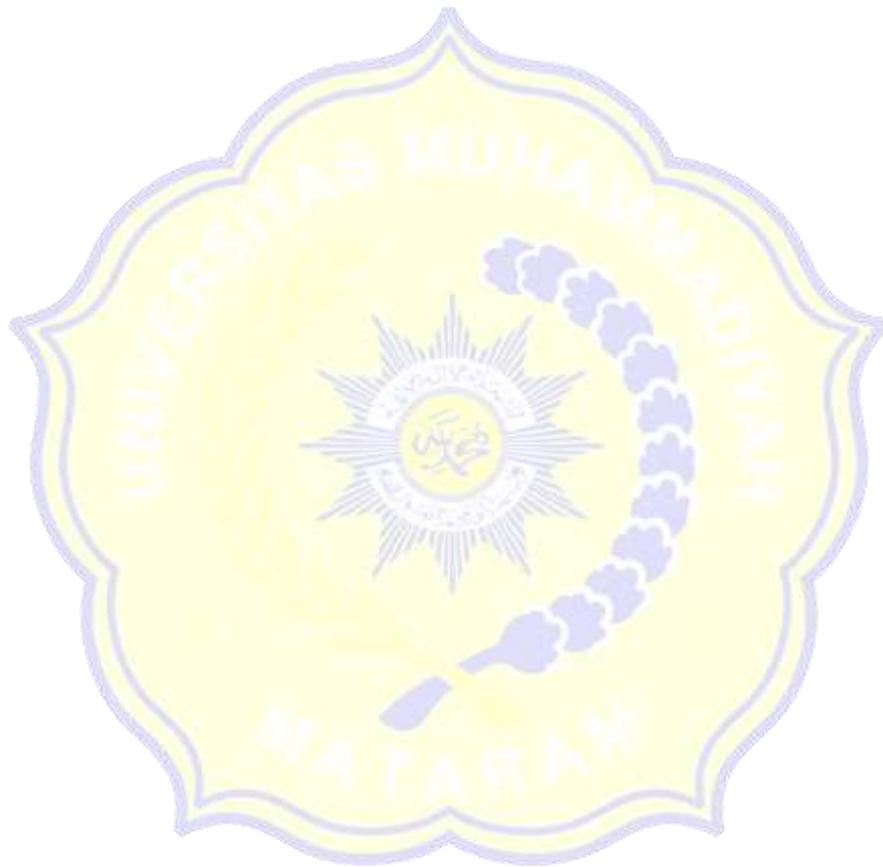
Gambar 2.1 Kerangka\ Teori.....	35
Gambar 2.2 kerangka konsep .....	35
Gambar 3.1 Adapun skema analisisnya .....	41
Gambar 3.2 Alur penelitian study literature.....	42



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 5 jurnal penelitian

Lampiran 2 lembar konsultasi proosan dan KTI



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Ibu hamil sering mengalami mual dan muntah, terutama pada trimester pertama. Perubahan hormonal pada ibu hamil menyebabkan hal ini. Makanan tertentu juga dapat menyebabkan mual dan muntah. Emesis gravidarum merupakan masalah awal kehamilan yang sering terjadi (Manuaba, 2013).

Morning sickness mempengaruhi 70-80% wanita hamil di seluruh dunia. Pada tahun 2011, emesis gravidarum terjadi pada 50-90 persen ibu hamil di Provinsi Jawa Timur, sedangkan hiperemesis gravidarum terjadi pada 10-15 persen. Mual dan muntah merupakan gejala umum pada 60-80% Primigravida dan 40-60% Multigravida (Wahyuningrum, et al, 2016).

Pada tahun 2015 terdapat 5.285.759 kehamilan di Indonesia, diantaranya 979.472 di Jawa Barat, 176.506 di Lampung, dan 22.922 di Gorontalo (Kemenkes RI, 2016). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 385 dari 2.093 pasien ibu hamil mengalami emesis pada tahun 2015-2016. Menurut Profil Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2016, emesis gravidarum terjadi pada 50-90 persen ibu hamil, sedangkan hiperemesis gravidarum terjadi pada 10-15 persen (Dinkes Lampung, 2017) Bandar Lampung.

Kadar estrogen dan progesteron tubuh dapat menyebabkan emesis gravidarum (Winkjosastro, 2012). Aspek psikologis, lingkungan, sosial, budaya, dan ekonomi berdampak pada kejadian emesis gravidarum. Ketegangan mental dapat memperburuk mual dan muntah sebagai indikasi bawah sadar keengganan untuk hamil atau sebagai pelarian (Prawirohardjo, 2010). Emesis gravidarum dapat menyebabkan peningkatan produksi asam lambung, menyebabkan sering mual dan muntah, serta mempengaruhi kondisi gizi ibu hamil (Winkjosastro, 2012).

Perkembangan janin dapat dipengaruhi oleh keadaan gizi ibu hamil, karena kesehatan janin dan kandungannya bergantung padanya (Sulystiawati, 2008). Ada hubungan antara emesis gravidarum yang berlebihan dan asupan nutrisi yang lebih rendah pada trimester pertama kehamilan, yang dapat

menyebabkan persalinan prematur, kematian janin, dan anomali pada sistem saraf pusat pada trimester kedua dan ketiga. Mual dan muntah yang berlebihan selama kehamilan juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, yang dapat menyebabkan hiperemesis gravidarum (Berdasarkan penelitian, Ivon (2015) menunjukkan bahwa penurunan berat badan merupakan salah satu dampak dari mual dan muntah selama kehamilan.

Di antara wanita hamil, hal positif lebih umum (71 persen), sedangkan negatif (10 persen) lebih umum (29 persen). Tingkah laku seseorang dipengaruhi oleh keadaan pikiran dan perasaan objek tersebut. Pengaruh budaya, media, institusi pendidikan, institusi keagamaan dan variabel emosional terhadap predisposisi ibu hamil untuk berperilaku baik dan menghindari kejadian hiperemesis gravidarum merupakan beberapa elemen yang berkontribusi terhadap sikap. Mengatur pola makan, menggunakan pengobatan herbal/alami seperti jahe atau peppermint, banyak istirahat dan tidur nyenyak adalah cara yang efektif untuk memerangi mual, tetapi ibu hamil harus berpengalaman dalam hal ini sehingga mereka dapat membuat keputusan yang tepat tentang bagaimana menangani masalah dan menghindari komplikasi. kehamilan berikutnya mungkin akan terpengaruh secara negatif oleh kehamilan ini (Denise, 2013).

Akupunktur, nutrisi, dukungan emosional, dan jahe adalah contoh pengobatan nonfarmakologis. Mengambil setengah sendok teh jahe (direndam dalam air panas selama lima menit) empat kali sehari adalah obat yang disarankan untuk morning sickness. Aromaterapi dan perawatan alternatif lainnya dapat membantu meringankan mual selama trimester pertama kehamilan. Untuk inhaler, aromaterapi mungkin memiliki berbagai dampak. Bahkan untuk wanita hamil, rasa tenang dan segar mungkin bisa membantu dalam memerangi mual di pagi hari. Ada banyak jenis minyak esensial peppermint, tetapi peppermint adalah yang paling sering digunakan karena aromanya yang menyenangkan dan menyengat. Itu milik keluarga labiate dan dikenal karena kemampuannya untuk meringankan masalah pencernaan. Selain bersifat anti kejang, minyak ini juga dikenal mampu menyembuhkan mual,

gangguan pencernaan, diare, dan sembelit. Juga bermanfaat dalam mengobati sakit kepala, migrain, dan pingsan, serta mual, muntah, dan diare (Wawan & Dewi, 2011).

Karena kandungan mentol yang tinggi (50 persen) dan konsentrasi menthone, peppermint dapat digunakan untuk meredakan mual dan muntah pada ibu hamil (10 persen -30 persen). Selain itu, peppermint telah lama dikenal karena tindakan karnimasi dan antispasmodiknya, yang terutama berfungsi pada otot polos saluran pencernaan dan seluruh empedu, serta aromaterapi dan minyak esensial yang memiliki efek farmakologis. Aromaterapi adalah kegiatan terapeutik yang menggunakan mineral esensial untuk memperbaiki masalah fisik dan psikologis sehingga dapat diperbaiki. Menghirup minyak esensial. Sistem limbik, yang terkait dengan adrenal, kelenjar pituitari, hipotalamus, dan bagian lain dari tubuh yang mengatur detak jantung, tekanan darah, memori stres, keseimbangan hormonal, dan pernapasan, akan dirangsang oleh molekul. . Untuk informasi lebih lanjut, lihat Proverawati, 2010

Karena masih banyak kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama, peneliti dapat menyimpulkan bahwa penelitian ini sangat signifikan berdasarkan data yang mereka kumpulkan selama ini.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang rumusan masalah yang di ambil dalam penelitian ini adalah bagaimana efektivitas *essential peppermint* terhadap *emesis gravidarum*.?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk melakukan literatur *review* mengenai efektifitas *essential peppermint* terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik usia dan paritas ibu hamil trimester I

- b. Mengetahui efektifitas penggunaan *peppermint* terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat penelitian

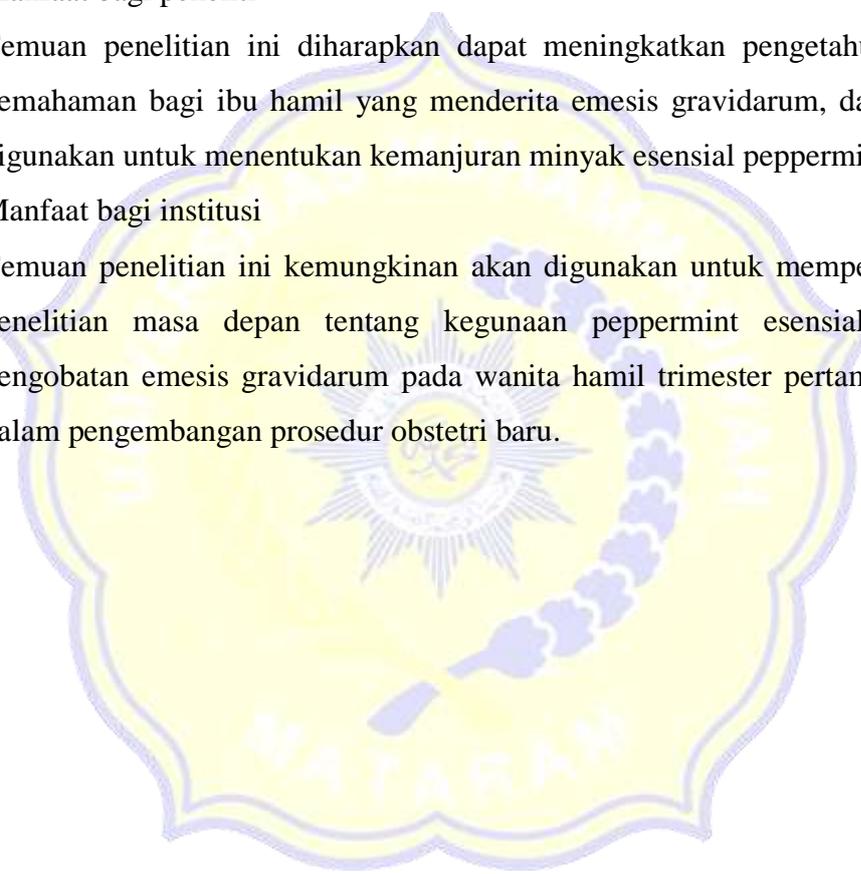
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan pengetahuan, serta bahan referensi bagi para sarjana di masa depan.

2. Manfaat bagi peneliti

Temuan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman bagi ibu hamil yang menderita *emesis gravidarum*, dan dapat digunakan untuk menentukan kemanjuran minyak esensial *peppermint*.

3. Manfaat bagi institusi

Temuan penelitian ini kemungkinan akan digunakan untuk mempengaruhi penelitian masa depan tentang kegunaan *peppermint* esensial dalam pengobatan *emesis gravidarum* pada wanita hamil trimester pertama, serta dalam pengembangan prosedur obstetri baru.



## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **A. Pengertian Kehamilan**

##### **1. Pengertian**

Dalam proses pembuahan, sel telur/ovum betina bertemu dengan sel germinal/spermatozoa jantan, yang menghasilkan pembelahan sel (zigot), yang kemudian ditanamkan pada endometrium saluran reproduksi (endometrium). Kemudian zigot-embrio-janin tumbuh dan berkembang menjadi individu baru yang disebut kehamilan (Sukarni, 2013). Trimester pertama, kedua, dan ketiga kehamilan semuanya berlangsung selama tiga bulan, dengan trimester pertama kehamilan terjadi antara 0-12 minggu dan trimester kedua terjadi masing-masing antara 13-28 minggu kehamilan. selama total 42 minggu (Manuaba, 2010)

##### **2. Kehamilan Trimester Pertama**

Untuk ibu hamil, tiga bulan pertama kehamilan sangat penting. Tiga periode triwulanan ditentukan oleh tingkat perkembangan janin. Cara tradisional untuk menghitung jumlah trimester adalah mulai dengan konsepsi (dua minggu setelah menstruasi terakhir). Pada minggu ke-28, trimester kedua berakhir, dan trimester ketiga meliputi minggu-minggu kehamilan yang tersisa (Stoppard, 2013).

Pada trimester pertama kehamilan, tubuh beradaptasi dengan perubahan yang datang dengan kehamilan. Selama trimester pertama kehamilan. Aktivitas hormonal akan mulai berdampak pada berbagai aspek kehamilan di awal kehamilan, meskipun janin belum lahir. Mual sering terjadi pada trimester pertama kehamilan. Hal ini terkait dengan peningkatan kadar estrogen dalam tubuh. Motilitas saluran pencernaan berkurang ketika tonus otot menurun. Motilitas saluran pencernaan menurun. Makanan bertahan lebih lama di lambung, sedangkan isi usus tetap lebih lama setelah dicerna. Kemacetan, keluhan umum di antara wanita hamil, mungkin disebabkan oleh hal ini, yang sangat baik untuk

resorpsi tetapi buruk untuk resorpsi. Muntah adalah gejala umum pada trimester pertama kehamilan (emesis). Di pagi hari, itulah sebabnya disebut "morning sickness.

## **B. Emesis Gravidarum**

### **1. Pengertian**

Mual dan muntah yang dialami oleh ibu hamil merupakan hal yang wajar, terutama pada tahap awal kehamilan pada trimester pertama. Perubahan hormonal yang diinduksi kehamilan harus disalahkan. Selain itu, banyak makanan dapat menyebabkan mual dan muntah hanya dengan menciumnya. Emesis Gravidarum merupakan gejala yang sering terjadi pada trimester pertama kehamilan (Manuaba, 2013).

Gejala normal kehamilan, seperti mual dan muntah (morning sickness), biasa terjadi pada trimester pertama. Ini paling sering terjadi di pagi hari, meskipun bisa terjadi kapan saja, siang atau malam. Sekitar enam minggu telah berlalu sejak hari pertama periode menstruasi sebelumnya ketika gejala ini mulai muncul, dan mereka bertahan sekitar sepuluh minggu (Saifuddin et al, 2010).

### **2. Insiden Emesis**

Penyakit kehamilan mempengaruhi 70-90 persen dari semua wanita, menurut Beverly O'Brien. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa wanita yang lebih tua lebih rentan mengalami mual dan muntah (Wesson, 2010), dengan 50% wanita melaporkan pernah mengalami muntah setidaknya sekali. Sekitar enam minggu setelah hari pertama siklus menstruasi sebelumnya, wanita mengalami mual dan muntah yang berlangsung sekitar sepuluh minggu. 66 hingga 89 persen kehamilan dan 38 hingga 57 persen kehamilan dipengaruhi oleh mual. Sebagian besar kejadian mual di pagi hari dan mual yang terkait dengan kehamilan dimulai pada sekitar 9-10 minggu kehamilan, mencapai puncaknya sekitar 11-13 minggu, dan berkurang setengah dari semua kasus sekitar 12 minggu. 14 bulan. Ini berlangsung selama sekitar 20 hingga 22 minggu.

### 3. Patofisiologi Emesis

Aktivasi langsung melalui CTZ menyebabkan muntah, meskipun ada banyak proses lain yang dapat menyebabkan muntah, seperti saraf penciuman yang distimulasi (Zona Pemicu Kemoreseptor 17). Di sumsum tulang belakang, tetapi di luar sawar darah-otak, CTZ adalah wilayah dengan banyak reseptor. CTZ menerima impuls peredaran darah berkat neurotransmitter dopamin (DA). Stimulasi sistem peredaran darah oleh zat eksogen (Tjay, 2010). Pusat muntah menerima stimulus dan mengirimkannya. CTZ berpotensi terkait dengan darah dan cairan serebrospinal, menurut beberapa perkiraan. itu (Tjay, 2010). Hal-hal berikut berdampak pada pusat muntah: CTZ adalah tempat kemoreseptor mendeteksi:

- a. Estrogen, alkohol, nikotin, opioid, zat besi, obat anestesi, hormon tiroid hanyalah beberapa dari sekian banyak zat yang ditemukan dalam aliran darah.
- b. Gangguan keseimbangan elektrolit (kadar natrium yang rendah)
- c. Pada saat cedera, darah mengedarkan produk kerusakan jaringan (Jordan, 2011) Melalui pusat muntah medula regulasi otot polos dan rangka di dinding lambung, sistem pernapasan, zona pemicu kemoreseptor di dasar perut ventrikel keempat, muntah dipicu. Muntah dipicu. Terletak dekat dengan saraf vagus. Obat-obatan dan racun yang dihasilkan dalam situasi klinis tertentu dapat merangsang zona pemicu kemoreseptor, yang berada di luar sawar darah-otak. Mual dan muntah yang diinduksi gerakan juga dapat ditelusuri kembali ke zona pemicu kemoreseptor. Jaringan yang rentan di lambung, usus, dan saluran pernapasan dirangsang untuk mulai muntah oleh sinyal listrik dari pusat muntah (Tiran, 2014).

### 4. Penyebab Emesis Gravidarum

- a. Etiologi emesis gravidarum tidak diketahui. Ada kemungkinan bahwa emesis gravidarum disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk: Mual dan muntah awal kehamilan, atau emesis gravidarum, adalah

penyakit yang sering terjadi. Hormon wanita bergeser saat mereka hamil, saat estrogen, progesteron, dan HCG dari plasenta semuanya naik ke tingkat yang baru. Emesis gravidarum diduga disebabkan oleh hormon-hormon ini (Manuaba, 2010).

- b.** Tidak dipahami apa yang menyebabkan mual; namun, peningkatan kadar HCG, hipoglikemia, tuntutan metabolisme yang lebih tinggi dan efek pencernaan dari progesteron semuanya dianggap memiliki peran (Mrdfort, 2012)

Variasi HCG (human chorionic gonadotrophin) selama kehamilan adalah penyebab utama mual dan muntah selama kehamilan, terutama pada 12-16 minggu pertama kehamilan, ketika kadar HCG berada pada titik tertinggi. Karena konsentrasi tinggi HCG dan fakta bahwa sel-sel trofoblas memproduksinya, pada dasarnya sama dengan LH (hormon luteinizing). Lapisan korionik plasenta mengambil alih produksi estrogen dan progesteron begitu HCG melampaui kendali ovarium di hipofisis. Satu minggu setelah pembuahan, darah wanita hamil dapat mendeteksi hormon HCG, yang merupakan dasar dari sebagian besar tes kehamilan (Tiran, 2014).

*L acasse et al*, 2009, mengatakan Mual dan muntah selama kehamilan seringkali sulit dijelaskan, meskipun dapat dilihat sebagai konsekuensi dari kondisi yang kompleks. Hormon, sistem vestibular, sistem pencernaan, psikologi, hiperolfaksi, keturunan, dan variabel lainnya adalah beberapa penjelasan yang dikemukakan untuk menjelaskan mual dan muntah. Perubahan fisiologis pada tubuh ibu hamil menyebabkan mual dan muntah, oleh karena itu ibu hamil mengalaminya. Infeksi *Helicobacter pylori* dapat menyebabkan mual dan muntah selama kehamilan, serta perubahan sistem endokrin dan sistem vestibular lainnya.

## **5. Faktor yang Mempengaruhi Emesis Gravidarum**

### **a. Hormonal**

Human Chorionic Gonadotropin (HCG) dalam serum plasenta meningkatkan kadar estrogen dan progesteron, yang pada gilirannya memicu mual dan muntah pada ibu hamil. Morning sickness mungkin menyerang pada siang, sore, atau tengah malam. Karena hormon setiap wanita bereaksi berbeda, maka tidak setiap ibu hamil mengalami mual dan muntah (Aritonang, 2010).

### **b. Faktor Psikososial**

Dengan tidak adanya penyebab lain, gejala mual dan muntah biasanya cukup untuk menentukan kehamilan seorang wanita. Kehamilan dapat menimbulkan berbagai emosi, mulai dari kegembiraan dan antisipasi hingga kekhawatiran atas kesehatan ibu dan bayi hingga kekhawatiran tentang situasi keuangan atau hubungan Anda dengan pasangan. Kehamilan dan persalinan dapat membangkitkan emosi yang campur aduk pada wanita, dan ini mungkin membuat mereka takut bahwa mereka akan kehilangan kemandirian mereka dalam waktu dekat. Mungkin ada masalah dengan persepsi dan ketakutan yang tulus untuk mengambil lebih banyak tanggung jawab. Beberapa wanita mungkin lebih mungkin menderita mual dan muntah selama kehamilan jika mereka memiliki riwayat masalah kesehatan mental. Kehamilan yang tidak direncanakan, tidak nyaman, tidak diinginkan, atau karena tekanan keuangan atau pekerjaan dapat membawa tekanan emosional, ambivalensi, dan konflik. Kekhawatiran akan komplikasi selama persalinan, seperti hiperemesis gravidarum atau preeklamsia, berdasarkan pengalaman sebelumnya. Wanita yang mengalami kesulitan membentuk hubungan lebih mungkin menderita penderitaan mental dan fisik. Jika kehamilan kembar ditemukan, atau jika kehamilan terjadi berdekatan, alasan emosional mungkin membuat mual dan muntah lebih terasa (Tiran, 2014).

### **c. Masalah Pekerjaan**

Kesibukan di pagi hari untuk bekerja bisa memicu mual dan muntah karena kurangnya waktu untuk sarapan. Menurut jenis pekerjaan yang dilakukan seorang wanita dan tempat dia bekerja, dia mungkin merasa mual dan muntah. Ketika mual dan muntah diperburuk oleh merokok, tidak jelas apakah efek penciuman (penciuman) atau nutrisi yang harus disalahkan, atau apakah praktik kebiasaan dan ketidaknyamanan psikoemosional terkait. Asap rokok tidak menggugah selera bagi banyak wanita yang menderita mual dan muntah (Tiran, 2014).

### **c. Status Gravida**

Emesis gravidarum lebih mungkin terjadi pada ibu yang baru pertama kali melahirkan karena mereka belum beradaptasi dengan hormon estrogen dan gonadotropin koreografis. Sementara itu, multigravida dan grande multigravida telah mampu menyesuaikan diri dengan hormon estrogen dan gonadotropin koreonik karena mereka sebelumnya telah memiliki pengalaman dengan kehamilan dan persalinan (Prawirohardjo, 2011). Kurangnya pemahaman, informasi, dan komunikasi yang buruk antara wanita dan penyedia mereka mempengaruhi pengalaman wanita tentang gejala mual dan muntah pada trimester pertama kehamilan juga. Gejala emesis gravidarum dapat diatasi oleh multigravidae dan grandegravidae, yang telah memiliki banyak pengalaman, informasi, dan pemahaman tentang kondisi tersebut (Tiran, 2014).

## **6. Tanda dan Gejala Emesis Gravidarum**

Pada awalnya, muntah didahului oleh mual, yang memanifestasikan dirinya sebagai wajah memerah, air liur berlebihan, detak jantung cepat dan pernapasan tidak teratur. Pada titik ini, perut rileks dan aktivitas antiperistaltik berkembang di usus kecil, yang mendistribusikan isi usus kecil ke kantong perut. Muntah kemudian diikuti dengan diare. Tertutupnya laring, menahan napas, dan relaksasi

katup esofagus dan lambung terjadi sebagai akibat dari gejala ini. Terakhir, terjadi kontraksi teratur pada diafragma dan otot-otot pernapasan, yang diikuti oleh lambung yang membuang isinya ke dalam lambung (Tjay, 2010). Selama kehamilan, mual dan muntah paling sering terjadi di pagi hari, meskipun bisa terjadi kapan saja. Dihipotesiskan bahwa hormon plasenta ini, yang bekerja pada zona pemicu kemoreseptor di pusat muntah, bertanggung jawab atas timbulnya gejala, yang biasanya terjadi segera setelah implantasi dan pada saat yang sama saat produksi hCG mencapai puncaknya. Sebagian besar wanita hamil menderita mual dan muntah pada tingkat yang berbeda-beda, yang dapat terjadi kapan saja, tetapi lebih sering terjadi pada pagi dan sore hari. Sindrom ini biasanya menghilang setelah minggu ke-12 (bulan ke-3) kehamilan, sementara itu mungkin bertahan untuk jangka waktu yang lebih lama dalam situasi tertentu. Mayoritas wanita mengalami mual dan muntah ringan selama kehamilan. Mual dan muntah adalah gejala dan indikator yang sering dikaitkan dengan masalah pencernaan, serta penyakit dan kondisi lainnya.

Mual dan muntah dapat dianggap sebagai fenomena yang memanifestasikan dirinya dalam tiga tahap: mual, muntah (yang terjadi sebelum muntah), dan muntah yang sebenarnya. Mati rasa dan muntah biasa terjadi selama tahap awal mual, yang ditandai dengan sensasi yang sangat mengerikan di bagian belakang tenggorokan dan epigastrium. Gejala hidung disertai dengan berbagai manifestasi gastrointestinal, termasuk peningkatan air liur, nada perut yang lebih rendah, dan peristaltik yang melambat. Peningkatan tonus duodenum dan jejunum menginduksi refluks isi duodenum ke dalam lambung. Meskipun tidak ada bukti yang menunjukkan bahwa itu menyebabkan mual, tidak ada gejala atau indikator mual yang terkait dengannya.

Tahap kedua, retching, adalah usaha muntah yang terjadi sebelum muntah dan sering disertai mual. Hal ini ditandai dengan gerakan

pernapasan spasmodik terhadap glotis serta gerakan inspirasi dari dinding dada dan diafragma, dan ini paling sering terjadi pada anak-anak. Selama ekspirasi, kontraksi otot perut mengatur pergerakan paru-paru selama inspirasi. Saat fundus berelaksasi, pilorus dan antrum distal berkontraksi, menyebabkan perut mengembang.

Refleks pada tahap ketiga untuk mengeluarkan isi lambung/usus ke dalam mulut. Korteks, organ vestibular, zona pemicu kemoreseptor (CTZ), dan serat aferen, termasuk yang berasal dari sistem pencernaan, semuanya memberikan masukan ke pusat muntah. Untuk muntah, pusat muntah yang terletak di dasar ventrikel keempat di regio postrema medulla oblongata dirangsang. Stimulasi saraf vagal dan simpatis, serta rangsangan emetik yang mengaktifkan zona pemicu kemoreseptor, dapat menyebabkan muntah. Jalur eferen menerima sinyal yang mendorong otot perut, gastrointestinal, dan pernapasan untuk bergerak secara ekspulsif, berkoordinasi dengan epifenomenon emetik sebelumnya, untuk dikeluarkan. Muntah dapat menyebabkan hipersalivasi dan gerakan pernapasan karena pusat muntah terletak dekat dengan pusat salivasi dan pernapasan (Price & Wilson, 2011). Muntah dan gejala gangguan gastrointestinal lainnya sering terjadi.

muntah/emesis gravidarum berupa:

- a. Rasa mual, bahkan dapat sampai muntah
- b. Kebanyakan orang mengalami mual dan muntah sekali atau dua kali sehari, umumnya di pagi hari, meskipun bisa terjadi kapan saja. Namun, beberapa orang harus menghadapinya sepanjang hari dan tidak dapat melakukan aktivitas apa pun karena kondisi yang melelahkan..
- c. Nafsu makan berkurang
- d. Mudah lelah
- e. Emosi yang cenderung tidak stabil.

Ini adalah kejadian umum, tetapi jika mual dan muntah berlanjut dan menyebabkan nutrisi, hidrasi, dan keseimbangan elektrolit tubuh terganggu, itu mungkin menjadi tidak normal. Ibu hamil yang

menderita emesis gravidarum berisiko mengalami dehidrasi yang dapat berdampak negatif pada kehamilan.

#### **7. Tanda Bahaya Emesis Gravidarum**

Keluhan atau gejala fisiologis adalah yang paling umum. Namun, jika tubuh tidak dapat menyesuaikan, situasinya hanya akan menjadi lebih buruk. Untuk menghentikan masalah serupa terjadi di masa depan, pemahaman patologi yang mendasari adalah kebutuhan (Achidiat, 2011).

Penurunan berat badan, malnutrisi, perubahan status gizi, dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, dan ketosis merupakan indikasi peringatan yang harus diperhatikan. Akibatnya, keseimbangan nutrisi, cairan, dan elektrolit tubuh terganggu dan lebih dari 5% berat badan hilang sebelum hiperemesis gravidarum dikenali. Aborsi, IUFD, partus prematur, BBLR, IUGR, sindaktili, dan polidaktili hanyalah beberapa komplikasi yang mungkin terjadi pada bayi yang sedang berkembang.

#### **8. Komplikasi**

Wanita yang menderita mual dan muntah melaporkan bahwa rutinitas sehari-hari mereka terlempar. Lebih dari separuh wanita di angkatan kerja mengatakan produktivitas mereka terhambat oleh kondisi ini, dan seperempat dari wanita tersebut mengatakan mereka membutuhkan waktu istirahat untuk pulih (Golberg, 2010).

Ada 20 persen wanita yang mengalami penurunan berat badan dan ketidakseimbangan elektrolit. Suatu kondisi yang dikenal sebagai hiperemesis gravidarum dapat menyebabkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, masalah metabolisme dan defisit nutrisi (Coad & Dunstall, 2011). Muntah kronis dan parah adalah gejala hiperemesis gravidarum. Ada beberapa akibat yang mungkin timbul akibat hiperemesis, antara lain gagal hati dan ginjal.

#### **9. Penatalaksanaan**

Cara mengatasi mual muntah pada kehamilan antara lain yaitu:

#### a. Farmakologis

##### 1) Piridoksin (Vitamin B6)

Peran piridoksin dalam mengurangi mual dan muntah selama kehamilan belum ditangani dengan baik. Tidak ada keraguan bahwa piridoksin membantu tubuh mengubah protein dari makanan menjadi asam amino yang dibutuhkannya. Karbohidrat diubah menjadi energi oleh piridoksin juga. Jika transit lambung diperpanjang selama kehamilan, piridoksin dapat membantu meringankan mual dan muntah. Wanita hamil membutuhkan 2,2 miligram piridoksin setiap hari. Morning sickness diobati dengan dosis 25 mg (Pressman, 2011).

##### 2) Antihistamin

Antihistamin, terutama doxylamine, atau kombinasi doxylamine dan pyridoxine, adalah pengobatan yang paling sering direkomendasikan untuk morning sickness ibu hamil. Diphenhydramine, loratadine, dan H-1 blocker lainnya merupakan antihistamin yang aman untuk digunakan ibu hamil (Niebyl, 2010).

##### 3) Fenotiazin dan Metoklopramid

Jika antihistamin gagal meredakan gejala, kedua obat ini biasanya merupakan langkah selanjutnya. Sebagai antagonis prokinetik dan dopamin, metoklopramid dapat menyebabkan diskinesia (gerakan tak terkendali), namun ini adalah efek samping yang jarang terjadi. Pemberian obat selama lebih dari 12 minggu dan dosis kumulatif total keduanya berisiko, dan wanita hamil tidak boleh meminumnya (Niebyl, 2010).

##### 4) Ondansetron

Ondansetron sering digunakan sebagai pilihan terakhir ketika obat lain gagal meringankan gejala mual di pagi hari. Wanita hamil yang menggunakan ondansetron selama kurang dari tiga

bulan kehamilan (rata-rata, 5 hingga 9 minggu kehamilan) belum terbukti memiliki kelainan janin, menurut penelitian Einarson.

5) Kortikosteroid

Pengobatan hiperemesis gravidarum dengan deksametason dan prednison telah terbukti bermanfaat, meskipun penggunaan selama trimester pertama kehamilan dikaitkan dengan peningkatan kemungkinan memiliki langit-langit mulut sumbing (Dipiro, 2010).

b. Non Farmakologis.

- 1) Sering mengkonsumsi, tetapi dalam jumlah kecil, seperti setiap dua jam atau lebih (bahkan di malam hari)
- 2) Hindari makanan yang berbau menyengat, terlalu asin, atau pedas. Ibu hamil mungkin tidak bisa mengonsumsi daging, telur, atau susu karena kondisinya.
- 3) Mencoba ngemil crackers setelah bangun pagi
- 4) Makanan yang kaya karbohidrat harus dikonsumsi (madu, pisang, kentang, nasi, sereal dan tahu)
- 5) Minum jus manis atau flat soda di pagi hari
- 6) Selama trimester pertama, jangan merokok atau minum alkohol, dan konsumsi kopi seminimal mungkin.
- 7) Mendapat dukungan dari pasangan dan mengurangi stress

c. Komplementer

- 1) Mencoba akupuntur untuk meringankan derita mual
- 2) Minum peppermint tea
- 3) Jika masih mual, mencoba mengulum permen mint, spearmint.
- 4) Aromaterapi jahe, spearmint, pappermint, lemon.
- 5) Cobalah teh jahe (rebus jahe dalam air, saring dan campur dengan madu atau Anda juga bisa menggunakan aromaterapi jahe, lemon dan peppermint) (Hana Wanita, 2011).

## 10. Pengukuran Mual dan Muntah

Ada sejumlah alat yang dapat digunakan untuk mengukur berbagai elemen mual, namun tidak semuanya cukup valid dan terstandarisasi. Parameter paling penting yang sering dinilai dalam studi klinis adalah frekuensi, tingkat keparahan, dan lamanya waktu muntah (Favero et al, 2010).

### C. Konsep Dasar Aromaterapi

#### 1. Pengertian Aromaterapi

Aromaterapi didefinisikan sebagai penggunaan minyak esensial terapeutik dan konstituen kimianya dalam bentuk paling murni. Ilmu herbal (herbalisme) meliputi aromaterapi (Poerwadi, 2010). Aromaterapi, di sisi lain, didefinisikan oleh Sharma (2010) sebagai "perawatan menggunakan aroma." Ini juga digunakan untuk menggambarkan penggunaan minyak esensial dalam terapi holistik untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan mengembalikan keseimbangan fisik. Homeopati, aromaterapi, dan akupunktur merupakan pengobatan alternatif yang dapat dikombinasikan dengan pengobatan tradisional (Jones, 2011).

Minyak wangi dibuat oleh tanaman aromatik. Bahan kimia berbahaya ini harus ditangani dengan sangat hati-hati selama proses penyulingan. Respons kulit umum terjadi pada sebagian besar zat ini, tetapi bila dikonsumsi dengan benar, mungkin bermanfaat. Senyawa seperti ini dapat dihirup, digunakan secara topikal, dimandikan, atau dimasukkan ke dalam minyak pijat (Jones, 2011). Manusia dan tumbuhan memiliki hubungan yang erat karena semua organisme hidup terdiri dari sel-sel yang tersusun dengan cara yang hampir sama. Materi genetik yang ditemukan pada tumbuhan dan manusia sebagian besar memiliki susunan molekul yang sebanding. Menurut Donald Kennedy, seorang ahli neurobiologi, hanya ada beberapa perbedaan antara tumbuhan dan manusia. Dinding sel termasuk organel dan setiap sel mengandung nukleus yang memegang materi genetik; ini berlaku untuk kedua jenis sel (DNA). Ketika tanaman melepaskan oksigen ke atmosfer, koneksi kimia yang disebut hem pada

manusia mentransfernya ke dalam sirkulasi. Klorofil, penghubung kimiawi pada tumbuhan, melakukan fungsi yang sama sebagai pengangkut karbon dioksida bagi manusia.

Menggunakan minyak esensial, alam menawarkan jaringan penyembuhan yang sangat terapeutik dan sangat aman bagi manusia. Untuk menyembuhkan penyakit fisik, mental, dan emosional, minyak esensial dengan konsentrasi tinggi sangat cocok. Karena itu, menerima perawatan aromaterapi sangat penting jika Anda ingin tetap sehat. Baik kemampuan penyembuhan yang melekat pada tubuh dan keselarasan mental didukung oleh pendekatan holistik aromaterapi. Tujuan pengobatan aromaterapi adalah untuk mempercepat proses penyembuhan dengan memperkuat daya tahan tubuh atau mengurangi kesulitan yang mungkin muncul. Seperti obat-obatan alami lainnya seperti homeopati dan obat herbal, dasar-dasar aromaterapi serupa. Makanan organik, prinsip yin-yang, dan gagasan tentang kekuatan hidup semuanya memainkan peran penting dalam terapi alami. Pendekatan alami ini sangat bergantung pada keunikan masing-masing prinsip ini, yang membuatnya sulit untuk digeneralisasikan. Akibatnya, dari pasien ke pasien dan tindakan ke tindakan, metode pengobatan sangat berbeda dalam situasi tertentu.

## **2. Sejarah Aromaterapi**

Bahkan di Mesir kuno, tanah yang terkenal dengan pencapaiannya ilmiahnya yang luar biasa, aromaterapi telah dipraktikkan. Merekalah yang menciptakan dan merevitalisasi industri farmasi, kosmetik, dan wewangian. Ketika aromaterapi pertama kali diperkenalkan di Mesir, aromaterapi menyebar ke seluruh Asia sebelum mencapai Eropa pada Abad Pertengahan. Ketika ilmu kedokteran dikenal luas pada abad ke-19, beberapa dokter masih menggunakan minyak esensial dalam praktik rutin mereka. Robert Tisserand, penulis *The Art of Aromatherapy* di era aromaterapi kontemporer, mempelajari aromaterapi dan menulis buku tentangnya (Poerwadi, 2010). Baru-baru ini ditemukan bahwa bau yang kita alami memiliki pengaruh yang signifikan terhadap emosi kita. Bau

memiliki pengaruh langsung pada otak, seperti halnya obat-obatan, menurut penelitian ilmiah. Sebagai contoh, frekuensi gelombang alfa di bagian belakang otak seseorang meningkat ketika seseorang mencium aroma lavender, yang dihubungkan dengan rasa tenang (Sharma, 2011).

### **3. Kekuatan Penyembuhan Tanaman Aromaterapi**

Kotoran tanaman mengandung sel dan komponen yang mencerminkan jaringan manusia, itulah sebabnya minyak esensial diproduksi. Selain berbau dan larut dalam lemak, minyak ini sangat mudah menguap. Alkohol terpen, aldehida, ester keton, fenol dan alkohol semuanya dihasilkan dalam sitoplasma sel tanaman dan dapat ditemukan dalam aromaterapi tanaman ini. Ekstrak aromaterapi dari tanaman telah digunakan untuk mengobati berbagai macam penyakit. Ekstrak tumbuhan aromatik telah terbukti meniru tindakan hormon dalam tubuh manusia, menurut sejumlah penelitian terbaru dalam pengobatan kontemporer. Ekstrak aromatik dan hormonal memiliki hubungan fungsional yang sangat mirip, meskipun komposisinya sangat berbeda. Sistem ekobiologi kehidupan tumbuhan sangat rumit, antara lain:

- a. Melakukan ekskresi bahan beracun untuk fungsi-fungsi katabolisme
- b. Menghasilkan efek antibiotic untuk melindungi diri dari infeksi jamur, bakteri, virus, atau serangga;
- c. Mengeluarkan ektohormon untuk membantu proses tumbuh kembang dan proses pematangan;
- d. Mempertahankan diri dari segala paparan dari dunia luar;
- e. Mengeluarkan substansi untuk menarik perhatian binatang maupun serangga untuk proses penyerbukan; dan
- f. mengaktifkan aktivitas metabolisme tanaman itu sendiri. Mengaktifkan energi dan metabolisme dalam tubuh dan meningkatkan aktivitas sel-sel tubuh dengan meningkatkan sirkulasi dalam jaringan tubuh manusia hanyalah beberapa dari banyak cara tanaman dapat membantu memperbaiki masalah.

#### 4. Cara Kerja Aromaterapi peppermint

Aromaterapi mempengaruhi tubuh manusia secara farmakologis dalam dua cara: melalui sistem saraf dan melalui sistem peredaran darah. Senyawa aromatik dikenali oleh jaringan saraf sistem saraf, yang kemudian merangsang sistem saraf vegetatif, bagian dari sistem saraf yang bertanggung jawab untuk mengendalikan aktivitas organ termasuk detak jantung, pelebaran pembuluh darah, dan motilitas GI.

a. Melalui saluran pencernaan

Di Prancis, oleh dokter dan ahli aromaterapi. Sejumlah penelitian yang dilakukan oleh ahli aromaterapi medis (ahli aromaterapi) mengungkapkan bahwa setiap tetes minyak esensial yang digunakan dengan cara ini mencapai sistem dalam tubuh manusia.

b. Indra penciuman

Stres dan keputusasaan dapat dikurangi dengan cepat dan efektif melalui penggunaan indra penciuman. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa sistem saraf pusat dan rongga hidung memiliki hubungan yang erat, dan begitulah cara kerja minyak atsiri. Hidung bukanlah organ penciuman dengan sendirinya; itu hanya berfungsi untuk mengontrol suhu dan kelembaban udara yang masuk dan untuk melindungi tubuh dari menghirup zat yang berpotensi berbahaya. Molekul volatil dalam minyak esensial mengangkut konstituen aromatik minyak ke bagian atas hidung saat dihirup. Geotaxin, yang berfungsi sebagai reseptor, akan mengirimkan sinyal elektrokimia ke otak. Pusat emosi dan memori seseorang akan diaktifkan oleh pesan ini, dan sistem peredaran darah kemudian akan mengirimkan sinyal-sinyal ini ke seluruh tubuh. Ini adalah pelepasan zat neurokimia dalam tubuh yang mengubah pesan yang disampaikan ke seluruh tubuh menjadi tindakan. Beberapa molekul akan mencapai paru-paru sebagai hasil dari menghirup. Penerima dengan masalah pernapasan harus menggunakan pendekatan ini dengan sangat hati-hati. Lapisan mukosa sistem pernapasan, termasuk bronkus dan percabangan kecil bronkus (bronkiolus), dengan mudah menyerap

senyawa aromatik. Sebagai hasil dari pertukaran gas alveolus, molekul mikroskopis ini dibawa ke paru-paru oleh aliran darah. Menghirup lebih banyak zat aromatik ke dalam tubuh dimungkinkan dengan pernapasan dalam.

Menurut Dr. Alam Huch, kepala pusat penelitian bau dan rasa di Chicago, "bau memiliki dampak langsung pada otak seperti halnya obat-obatan." Hidung mampu mendeteksi lebih dari 100.000 aroma berbeda, banyak di antaranya tidak terdeteksi oleh pengguna. Minyak atsiri memasuki hidung melalui silia, dan berinteraksi dengan selaput lendir hidung (rambut halus di dalam hidung). Bulbus olfaktorius terhubung ke otak di puncaknya. Bau diterjemahkan menjadi sinyal listrik oleh silia dan dikirim ke sistem limbik, yang merupakan area otak yang bertanggung jawab atas emosi, ingatan, dan pembelajaran kita. Sistem limbik menerima semua sinyal ini. Dalam sistem limbik, semua aroma yang mencapai sistem limbik memiliki pengaruh langsung terhadap suasana hati (Sharma, 2011). Untuk penyakit yang berhubungan dengan stres, masalah psikosomatik dan infeksi kulit, serta rambut rontok dan peradangan, minyak wangi mungkin merupakan anugerah. Ada lebih banyak kegunaan yang tak terhitung banyaknya untuk minyak atsiri; ini hanya beberapa contoh (Sharma, 2011).

## **5. Macam-Macam Aromaterapi**

### **a. Bergamot**

Kebiasaan untuk menggunakan aroma jeruk dari pohon bergamia jeruk dalam parfum dan sabun, dan untuk meningkatkan rasa makanan. Pengurangan stres, stimulasi hati, perbaikan pencernaan, pengurangan eksim, dan peningkatan suasana hati adalah semua manfaat minyak bergamot, menurut penelitian tentang penggunaannya dalam aromaterapi dan kesehatan holistik. Untuk informasi lebih lanjut, silakan lihat Riskesdas (2013).

**b. Lavender**

Lavender telah lama digunakan sebagai penyegar ruangan dan garam mandi karena aromanya yang menyegarkan. Beberapa bentuk masakan, campuran teh, dan makanan penutup mungkin juga mengandung esensi bunga lavender. Stres, sakit kepala, migrain, dan penyakit lainnya dapat dikurangi dengan penggunaan minyak esensial lavender. (Dewi 2013, hal. 63)

**c. Peppermint**

Dalam jenis wewangian ini, aroma mentol sangat berbeda dan dapat ditemukan di berbagai macam barang, termasuk barang-barang rumah tangga, produk kosmetik, serta makanan dan minuman. Ada beberapa cara di mana peppermint dapat meningkatkan kesehatan mental Anda, meningkatkan energi, memperbaiki sistem pencernaan Anda, mengurangi mual atau muntah, dan bahkan membantu iritasi kulit dan ruam. (Pramila dkk, 2012)

**d. Tea Tree**

Parfum, losion, sampo, sabun, dan obat kumur adalah kegunaan umum untuk aroma yang berasal dari ekstrak daun teh ini. Menurut kepercayaan populer, sifat anti-infeksi dan anti-inflamasi minyak pohon teh dapat membantu tubuh melawan infeksi, mempercepat penyembuhan luka, menenangkan sistem pernapasan, mengurangi ketombe, dan bahkan mengusir serangga. Menurut (Damhaz, 2015),

**e. Ylang-Ylang**

Ylang-ylang dari bunga Kenanga memiliki intensitas aroma tinggi yang dikenali dengan jelas. Ylang-ylang secara tradisional digunakan sebagai afrodisiak dan penghilang stres. Manfaat lain dari menggunakan aromaterapi kenanga termasuk menghilangkan rasa sakit yang berhubungan dengan sakit kepala serta mual dan menormalkan tekanan darah (Bown 2010).

## **6. Cara Terapi Menggunakan Aromaterapi**

### **a. Pijat**

Teknik perawatan aromaterapi yang paling populer adalah pijat. Berbagai jaringan dan organ bagian dalam mendapat manfaat dari penyembuhan dan efek terapeutik minyak esensial karena dapat melewati kulit untuk diserap oleh tubuh. Untuk menghindari reaksi alergi, minyak yang digunakan pada pijatan awal dicampur dengan minyak dasar dan tidak boleh dioleskan ke kulit dalam bentuk murni. Berdasarkan riwayat medis pasien dan pengetahuan luas tentang minyak esensial, ahli aromaterapi dapat membuat pijat seluruh tubuh seseorang. Sikap pasien dan kesulitan medis dan emosional tertentu akan dipertimbangkan saat memilih minyak. Terlepas dari kenyataan bahwa tidak ada pengganti pijat aromaterapi profesional untuk penyembuhan jangka panjang, metode ini sederhana untuk dikuasai dan dapat dipraktikkan sendiri di rumah.

### **b. Penghirupan / Inhalasi**

Ketika berhadapan dengan masalah emosional seperti stres dan depresi, serta beberapa jenis sakit kepala, hidung memiliki kontak langsung dengan bagian otak yang bertanggung jawab untuk merangsang efek yang disebabkan oleh hidung, sehingga mengakses minyak esensial melalui saluran hidung jauh lebih cepat daripada metode lainnya. Minyak kayu putih. Karena tidak benar-benar berbau, hidung hanya berfungsi untuk mengubah suhu dan kelembapan udara yang masuk dan mengumpulkan partikel berbahaya yang mungkin tertelan. Bau diterima oleh sel-sel reseptor di otak melalui saraf kranial (otak). Silia halus ini berkembang dari sel reseptor di atap hidung saat aromaterapi dihirup, dan molekul minyak yang mudah menguap bergerak ke sana. Pesan elektrokimia akan disampaikan oleh bola dan jalur penciuman ke dalam sistem limbik ketika molekul terhubung ke folikel rambut.

Memori dan reaksi emosional akan dirangsang sebagai akibat dari ini. Karena berfungsi sebagai relai dan pengatur, hipotalamus secara konstan menciptakan sinyal yang harus dikirim ke bagian lain dari otak dan bagian tubuh lainnya. Itu kemudian diubah menjadi tindakan dengan produksi bahan kimia elektrokimia yang menghasilkan euforia, relaksasi, atau kantuk sebagai akibat dari pesan yang diterima. Sistem limbik bertanggung jawab atas sebagian besar ekspresi emosional. Inhalasi dapat dilakukan dengan berbagai cara, termasuk:

1) Dengan bantuan botol semprot

Botol semprot (spray bottle) biasanya digunakan untuk mengeluarkan udara yang berbau tidak sedap di kamar pasien. Minyak yang umum digunakan adalah minyak *Pine sylvestris*, *Thymus vulgaris*, *Syzigium aromaticum*, *Eucalyptus smithii*, dan *Mentha piperita*. Dengan dosis 10-12 tetes dalam 250 ml air, setelah dikocok kuat-kuat terlebih dahulu, kemudian disemprotkan ke kamar pasien.

2) Dihirup Melalui Tissue

Ketika hasil yang cepat diperlukan, menghirup kertas tisu dengan 4-5 tetes minyak esensial (3 tetes untuk anak kecil, orang tua, dan orang hamil) sangat bermanfaat. Ambil 2-3 napas dalam-dalam setelah menghirup kertas tisu. Jaringan tambahan dapat dipasang di dada untuk memastikan bahwa minyak atsiri yang menguap akibat panas tubuh masih diserap oleh napas pasien, sehingga menghasilkan dampak yang lebih lama. Menurut Rachmi (2011), aromaterapi harus disegarkan setiap 10 menit karena sangat mudah menguap dan bercampur dengan udara, artinya jika digunakan dalam waktu lama aromaterapi akan habis dengan sendirinya.

3) Dihisap Melalui Telapak Tangan

Namun, hanya disarankan untuk orang dewasa menggunakan telapak tangan untuk menarik napas karena itu cara

yang lebih efektif. Satu tetes minyak esensial diletakkan di telapak tangan, yang kemudian dibalik, digosok bersama, dan tangan kemudian ditutup di atas hidung untuk menyelesaikan prosedur. Saat melakukan prosedur ini, mata pasien harus ditutup. Dianjurkan agar pasien mengambil beberapa napas dalam-dalam. Prosedur ini sering digunakan untuk meringankan kesulitan bernapas atau gangguan yang berhubungan dengan stres, serta mual dan muntah.

#### 4) Penguapan

Pengobatan untuk gangguan pernapasan dan pilek biasa dilakukan dengan menggunakan strategi ini. Ini dilakukan dengan mengisi setengah wadah dengan air panas dan menambahkan 4 tetes minyak esensial, atau 2 tetes untuk anak-anak dan wanita hamil, ke dalam campuran air. Untuk mencegah uap keluar, kepala pasien dibalik wadah dan ditutup dengan handuk, memungkinkan dia untuk bernapas dalam-dalam. Untuk mendapatkan terapi, pasien diinstruksikan untuk memejamkan mata (Koesoemidyah, 2010).

#### 5) Kompres

Dimungkinkan untuk menggunakan kompres untuk mengobati berbagai jenis rasa sakit, seperti yang disebabkan oleh nyeri otot dan radang sendi, serta ruam dan sakit kepala. Untuk membuat kompres, campurkan 5 tetes minyak dengan semangkuk kecil air dalam mangkuk kecil. Pra-rendam sepotong kecil kain flanel atau bahan pembuat serbet lainnya dalam larutan selama sekitar 15 menit. Peras kain basah ekstra (meskipun kompresnya masih relatif lembab) dan ikat dengan pembalut atau tambahkan sedikit lapisan petroleum jelly agar tidak bergerak. Kompres harus diulang sampai mencapai suhu darah untuk nyeri akut; sebagai alternatif, itu harus disimpan di tempat setidaknya selama dua jam, dan idealnya semalaman, agar efektif. Saat mengobati demam, nyeri akut, atau pembengkakan ekstrem, air dingin harus digunakan,

sedangkan air panas yang haus harus digunakan jika rasa sakitnya berkepanjangan. Jika pasien mengalami demam, kompres harus diganti secara teratur.

#### 6) Mandi

Pemandian yang menurut kebanyakan orang bermanfaat untuk relaksasi adalah pemandian air panas yang sebelumnya telah ditambahkan preparat pewangi yang memiliki kemampuan khusus. Sebagian besar persiapan ini termasuk minyak esensial yang digunakan dalam aromaterapi, yang membuat mereka sangat santai. Dimungkinkan untuk mendapatkan efek menenangkan dan rileks dengan menambahkan beberapa tetes minyak esensial ke air mandi. Minyak atsiri mungkin juga memiliki dampak yang merangsang, yang dapat membantu mengurangi kelelahan dan memulihkan vitalitas.

Selain itu, uap minyak yang keluar dari air panas memiliki manfaat tambahan untuk mendisinfeksi udara. Mandi yang dapat diselesaikan sama dengan mandi. Tuangkan beberapa tetes 5-10 minyak esensial ke dalam bak mandi setelah diisi dengan air, lalu tutup pintunya untuk mencegah uap menyebar terlalu cepat. Pilihan minyak sepenuhnya terserah pada individu, tergantung pada efek yang diinginkan; namun, orang yang memiliki kulit sensitif disarankan untuk menggunakan minyak yang telah diuji pada kulit sensitif; Disarankan juga untuk menggunakan minyak yang telah dilarutkan dalam minyak dasar sebelum mandi untuk mengurangi risiko iritasi kulit. Menurut minyak yang digunakan, mandi minyak esensial dapat merangsang dan menggembirakan atau santai dan menghibur. Misalnya, minyak mawar dan pinus dapat digunakan untuk menenangkan dan merilekskan anggota tubuh yang lelah atau sakit, sementara minyak chamomile dan lavender masing-masing populer untuk meredakan gejala insomnia dan kecemasan. Dengan merendam spons dalam kombinasi minyak esensial dan kemudian

menggosoknya ke seluruh tubuh sambil disemprot dengan air hangat, efek serupa (meskipun tidak menenangkan) dapat dicapai di tengah-tengah mandi.

7) Mandi kaki (Rendam Kaki)

Mandikan kaki Anda dengan air hangat dengan 4-5 tetes minyak esensial lavender, peppermint, rosemary, atau thyme akan membantu meredakan kaki yang lelah dan bengkak serta mengurangi pembengkakan. Untuk mendapatkan manfaatnya, aduk campuran dan biarkan selama minimal 10 menit.

8) Cuci vulva

Sementara pembersihan vulva bermanfaat dalam membantu menghindari infeksi, semprotan vagina tidak boleh digunakan selama periode intrapartum dan pascapersalinan kehamilan. Untuk dioleskan ke area vulva, campurkan 3 tetes minyak esensial dalam satu liter air hangat, lalu oleskan larutan tersebut ke area tersebut. (2015); (Medforth, 2015); (Medforth, 2015)

9) Spray Ruangan

Ini dilakukan dengan melarutkan 10 tetes minyak dalam 200 mL air, yang paling baik dilakukan dalam tabung semprot kecil (Medforth et al., 2015).

10) Penguap (vaporizer atau diffuser)

Pembakaran murni tidak diizinkan di unit bersalin, namun alat penguap listrik adalah metode penguapan yang paling tepat dan paling aman dalam pengaturan tersebut. Saat menggunakan minyak esensial, 1-2 tetes diinfuskan dan alat penguap dinyalakan tidak lebih dari 10-15 menit setiap jam untuk menghindari minyak menjadi memabukkan. Jika wanita lebih suka menguapkan minyak esensial di rumah menggunakan pembakar murni, mereka harus diberi konseling tentang cara melakukannya dengan aman dan diperingatkan tentang risiko yang terlibat dalam melakukannya (Medforth, et al. 2012)

### 7. Dosis Pemberian Aromaterapi.

Zat yang sangat ampuh, minyak atsiri, menurut Dr. Primadiati dan Rachmi (2010), dan disarankan untuk diencerkan sebelum digunakan. Menggunakan minyak esensial dalam jumlah ganda tidak berarti bahwa Anda akan mendapatkan keuntungan dua kali lipat sebagai hasilnya. Dosis minyak esensial yang berlebihan sangat beracun dan dapat menyebabkan mual dan muntah pada orang-orang tertentu. Minyak pengencer, juga dikenal sebagai minyak pembawa, seperti Virgin Olive Oil adalah metode paling efektif untuk melarutkan minyak esensial dalam air.

Para ahli telah menghitung tingkat solusi optimal yang dapat digunakan dengan aman dengan minyak esensial di bawah pengaturan khas untuk memastikan bahwa mereka dapat digunakan dengan aman (yaitu tanpa indikasi atau tanpa kelainan). Untuk wajah, digunakan larutan standar dengan konsentrasi 1 hingga 2 persen, dan untuk tubuh, digunakan larutan dengan konsentrasi 3 persen; kedua konsentrasi tersebut dikenal sebagai larutan standar.

Tabel 2.1 Konversi untuk Menghitung Konsentrasi Larutan

Konsentrasi	$\Sigma$ Minyak Esensial	$\Sigma$ Minyak Karier (untuk campuran)
Larutan 1%	5-6 tetes	1 oz ( $\pm$ 30 ml) minyak karier
Larutan 2%	10-12 tetes	1 oz ( $\pm$ 30 ml) minyak karier
Larutan 3%	15-18 tetes	1 oz ( $\pm$ 30 ml) minyak karier

Sumber : Primardiat Rahmi 2010

## D. Tanaman Peppermint

### 2. Taksonomi

Dikenal sebagai tanaman peppermint (mint) dalam literatur ilmiah, *Mentha piperita* (Lamiaceae), sering dikenal sebagai peppermint, adalah tanaman herbal harum yang tumbuh di sebagian besar wilayah dunia dan telah lama digunakan sebagai ramuan obat di masyarakat (Pramiladkk., 2012). Ada tiga jenis tanaman peppermint, menurut klasifikasinya:

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Superdivision	: Spermatophyta
Division	: Magnoliophyta
Class	: Magnoliopsida
Subclass	: Asteridae
Order	: Lamiales
Family	: Lamiaceae/Labiatae
Genus	: <i>Mentha</i> L.
Spesies	: <i>Mentha piperita</i> L.

**Tabel 2.2 *Mentha piperita* (Lamiaceae)**

### 3. Deskripsi peppermint

Ini adalah produk persilangan antara *Mentha spicata*L. (spearmint) dan *Mentha aquatica* (watermint). *Mentha* peppermint, yang termasuk tanaman obat esensial dari keluarga Lamiaceae dan dikenal luas sebagai peppermint, merupakan tanaman hibrida (Singh, 2011).

Mint is a well-known natural plant that can be found growing in almost any country, regardless of its climate. Habitus is a small annual shrub that grows to a height of 10-50 centimeters. The stems are delicate, hairy, and purple in color. When young, stems are rectangular, but when mature, they become spherical. The leaves are solitary, with a pointed tip, oval in form, with a pointed apex and a rounded base, and

have a single vein running through them. The growth of the leaves is alternating. The margins of the leaf are serrated. Leaves are 3-5 cm long and 15-30 mm broad, and they are bone pinnate. Compound blooms in the form of grains. It has four stamens and four petals, however the pistil is not visible since the petals are naked. It will produce four fruits, each with a hairy head and a purple center. Bulbi fruit, which is dark brown in color, is the kind of fruit in question. Taproot with a white background (Badan POM RI, 2010).

#### **E. Kandungan**

Minyak esensial peppermint ditemukan dalam konsentrasi mulai dari 1,2 hingga 1,5 persen. Minyak atsiri dari *Mentha piperitae aetheroleum*, juga dikenal sebagai *Menthae piperitae aetheroleum* atau *Menthae piperitae aetheroleum*, memiliki kerapatan relatif 0,900-0,916 dan nilai pH tidak lebih dari 1,4, dan mengandung 30-70 persen mentol dan ester mentol bebas, sebagai serta lebih dari 40 senyawa lainnya. Menthol (29 persen), mentone (20-30 persen), dan menthyl acetate adalah tiga konstituen utama minyak peppermint (3-10 persen). Temuan in vitro menunjukkan bahwa minyak peppermint dan mentol memiliki aksi antibakteri ringan terhadap bakteri baik jenis Gram-positif maupun Gram-negatif. *Streptococcus thermophilus* dan *Lactobacillus bulgaricus* keduanya rentan terhadap sifat bakteriostatik ekstrak peppermint. Menthol adalah bakterisida terhadap *Staphylococcus pyogenes*, *Staphylococcus aureus*, *Streptococcus pyogenes*, *Serratia marcescens*, *Escherichia coli*, dan *Mycobacterium avium*, di antara bakteri patogen lainnya. Komponen lain yang diidentifikasi dalam peppermint termasuk flavonoid (12 persen), polifenol terpolimerisasi (19 persen), karoten, tokoferol, betaine, dan kolin. Flavonoid ditemukan dalam konsentrasi tinggi pada peppermint (WHO, 2010).

#### **F. Menthol**

Dalam minyak esensial *Mentha x piperita* L., mentol dapat ditemukan sebagai bahan utama. Menthol adalah alkohol siklik monoterpen dengan

struktur molekul yang mirip dengan mentol (peppermint). Menthol, menthone, isomenthone, dan bahan kimia mint lainnya berkontribusi pada rasa menyegarkan dan aroma unik tanaman, terutama yang termasuk dalam genus *Mentha* (Lawrence, 2013).

[5-metil-2-(1-metiletil)sikloheksanol; 2 isopropil-5-metilsikloheksanol atau p-metan-3-ol] adalah nama kimia untuk mentol.  $C_{10}H_{20}O$  adalah rumus molekulnya (berat molekul 156.27) kimia alami yang memiliki tiga atom karbon asimetris, memungkinkan untuk membuat empat pasang isomer optik, yaitu (+) dan (-) isomenthol, (+) dan (-) - mentol, (+) dan (-) Neomenthol, dan (+) dan (-) Neoisomenthol (-)- Menthol (L mentol) adalah bentuk alami yang paling umum dari mentol dan memiliki struktur kimia berikut: 1R, 3R, 4S. Ini adalah isomer mentol yang paling sering digunakan karena paling efektif dalam menurunkan suhu tubuh. Menthol berinteraksi dalam berbagai cara dan dapat dioksidasi menjadi menthone, seperti alkohol jenuh lainnya. Ini memiliki kepadatan 0,890 kg/dm<sup>3</sup> (pada 25oC) dan titik leleh 41-44oC, menjadikannya kristal putih atau tidak berwarna (tergantung kemurnian). Alkohol, dietil eter, dan kloroform adalah satu-satunya pelarut di mana mentol larut seluruhnya (435,5 mg/L pada 25oC) (Lawrence, 2013).

Aktivitas 30 nalgescic, antibakteri, dan antijamur mentol telah ditunjukkan dalam beberapa penelitian *in vitro* dan *in vivo*. Mekanisme yang mungkin dari efek antibakteri untuk mentol dan minyak peppermint telah ditunjukkan, namun masih belum jelas (Kamatou et al., 2013).

Aktivitas antibakteri minyak esensial mentol dan komponen monoterpenoidnya secara tradisional dikaitkan dengan efek berbahaya minyak pada struktur dan fungsi membran. Pada kenyataannya, partisi monoterpen ke dalam struktur membran melalui fase air karena sifat lipofiliknya. Hal ini menyebabkan pembesaran membran, peningkatan fluiditas dan permeabilitas, gangguan protein membran, penekanan respirasi, dan perubahan mekanisme transpor ion. Permeabilitas selubung luar mikroorganisme target juga merupakan faktor dalam penyerapan

monoterpen. Namun, sedikit yang diketahui tentang proses tertentu di mana monoterpen mengerahkan efek antimikroba mereka (Trombetta 2010).

#### **G. Khasiat**

Antispasmodik, antivirus, antimikroba, antivirus, dan antivirus hanyalah beberapa dari banyak efek biologis minyak peppermint. Ini juga bertindak sebagai ekspektoran, 31 nalgesic, tonik dan vasodilator (Meamambashi, 2013). Terhadap *Staphylococcus aureus*, konsentrasi bakterisida minyak Peppermint adalah 2,25 mg/ml (Radaelli et al., 2016).

Bakteri gram positif dan gram negatif berhasil dihambat oleh minyak peppermint. Bakteri gram positif seperti *Staphylococcus aureus* dan *Bacillus subtilis* lebih responsif terhadap minyak peppermint daripada *B. cereus*, yang kurang rentan. *E. coli*, di sisi lain, lebih rentan terhadap bakteri Gram-negatif. Sejalan dengan peningkatan konsentrasi, aktivitas antibakteri minyak peppermint meningkat (Jeyakumar, Lawrence & Pal 2011).

#### **H. Hubungan aromaterapi peppermint terhadap mual muntah**

Aromaterapi, terutama minyak peppermint, adalah metode yang umum digunakan untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil (*mentha piperita*). Genus labiate, yang termasuk peppermint, memiliki aroma dan aroma yang sangat kuat. Minyak esensial peppermint memiliki aroma mentol yang mendinginkan, menyegarkan, kuat, dan dalam yang merupakan obat terbaik untuk masalah perut. Selain bersifat anti kejang, minyak ini juga dikenal mampu menyembuhkan mual, gangguan pencernaan, diare, dan sembelit. Ini juga bermanfaat dalam mengobati sakit kepala, migrain, dan pingsan, serta mual, muntah, dan diare (Lawrence, 2013).

a. Metode pemberian aromaterapi peppermint

1. Hirup

Cara paling sederhana dan tercepat aromaterapi dikembangkan dengan diperkenalkannya teknik ini. Selain itu, inhalasi adalah teknik paling kuno. Melalui alveolus di paru-paru, aromaterapi memasuki tubuh dan memasuki aliran darah dari luar dalam satu langkah sederhana.

Jika Anda ingin menggunakan inhalasi sebagai alternatif pendekatan penciuman, Anda dapat melakukannya hanya dengan menarik napas dalam-dalam dan merangsang penciuman. Ada beberapa cara menghirup aromaterapi, antara lain menggunakan diffuser bertenaga listrik atau baterai dan sedikit aromaterapi yang dioleskan pada kain atau kapas. Untuk efek menenangkan dan menenangkan, oleskan minyak esensial (Walls, 2017)

2. Penguapan

Perangkat aromaterapi yang memanfaatkan penguapan termasuk lubang seperti gua di bagian atas untuk lilin kecil atau lampu minyak dan baskom seperti cangkir di bagian bawah untuk sedikit air dan minyak esensial (Sharma, 2015). Untuk menggunakannya, tambahkan beberapa tetes minyak esensial ke air dalam cangkir di atas kompor, lalu nyalakan dengan lilin, lampu minyak, atau listrik. Penguapan mengisi ruang dengan parfum yang memabukkan ketika air dan minyak dipanaskan. Untuk memasukkannya ke dalam istilah yang lebih sederhana

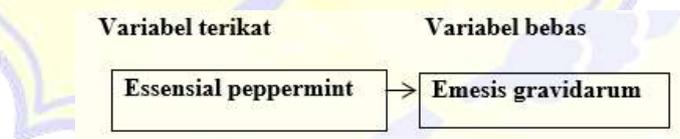
## I. Kerangka Teori



**Gambar 2.1 Kerangka Teori**

Sumber: Manuaba,(2010) Manuaba,(2013) Pramila *et al.*,( 2012)

## J. Kerangka Konsep



**Gambar 2.2 kerangka konsep**

## K. Hipotesis

Ada pengaruh pemberian aromaterapi Peppermint terhadap emesis gravidarum

### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Desain Penelitian

Dengan menggunakan pendekatan Studi Literatur, penelitian ini bertujuan untuk menemukan, menganalisis, dan menginterpretasikan semua hasil penelitian yang relevan guna menjawab pertanyaan penelitian yang telah ditentukan sebelumnya. Gunakan penelitian ilmiah untuk mempelajari buku-buku yang Anda minati.

##### B. Waktu dan Tempat Penelitian

*Studi literatur* jurnal dilakukan sejak tanggal 1 Januari 2021 hingga 30 maret 2021 melalui situs jurnal yang ada di google scholar

**Tabel 3.1 Waktu dan tempat penelitian masing-masing jurnal**

No	Judul Jurnal	Tempat	Waktu
1	efektifitas peppermin terhadap hiperemesis gravidarum	Rumah Sakit Daerah Haji kota Makassar	2017
2	Perbedaan efektifitas pemberian essensial oil peppermint dan aroma terapi lavender terhadap intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I	Kelurahan sukoharjo	2 juli 2020
3	Pemberian aromaterapi minyak peppermint secara inshalasi berpengaruh terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil	BPM pancur batu	2019
4	Pengaruh aromaterapi peppermint terhadap kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I	Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta	28 juli 2017
5	Efektifitas aromaterapi peppermint inshalasi terhadap mual muntah ibu hamil Trimester I	Di puskesmas yogyakarta	Tahun 2017

### C. Definisi Operasional

jurnal adalah sebuah literatur yang digunakan dalam SLR yang telah diterbitkan dalam lima tahun terakhir dan diindeks oleh Google Scholar atau telah diterbitkan oleh jurnal terakreditasi, seperti salah satu yang membahas efektivitas minyak esensial peppermint terhadap emesis gravidarum di ibu hamil pada trimester ketiga.

No	Variabel	Definisi Operasional
1.	Usia ibu	Adalah usia yang diperoleh melalui pengisian kuesioner. Usia aman seorang ibu untuk kehamilan maupun persalinan yaitu umur 20-30 tahun.
2.	Paritas	Adalah jumlah total kehamilan ibu, termasuk kehamilan ektopik, dan mola hidatidosa (benso & Perno 2013).
3.	Essensial oil peppermint	<i>Mentha piperita</i> (Lamiaceae), <i>peppermint</i> (mint) adalah herbal aromatik yang dibudidayakan di sebagian besar dunia, secara tradisional telah digunakan sebagai obat di masyarakat (Pramila <i>et al.</i> , 2012)
4.	Emesis gravidarum	Emesis gravidarum adalah hal yang paling sering dialami oleh ibu hamil, terutama terjadi pada awal-awal kehamilan atau pada trimester pertama. Disebabkan oleh perubahan hormon yang terjadi pada ibu hamil.

**Tabel 3.2 Definisi operasional**

### D. Populasi dan Sampel

Sampel adalah bagian dari keseluruhan populasi. Akibatnya, tidak akan ada sampel yang tersedia. Jika tidak ada populasi, maka populasi dan sampel dapat ditentukan sebagai berikut: jika tidak ada populasi

#### 1. Populasi

Menurut Arikunto (2013) Seluruh tujuan penelitian adalah untuk mempelajari kelompok tertentu, yang hanya dapat dicapai dengan sejumlah kecil subjek dan bukan sejumlah besar orang. Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang membaca artikel jurnal tentang "keampuhan peppermint essential terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama".

#### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi sumber data yang sebenarnya dalam penelitian (Nawawi.2012). Sampel pada penelittian ini

adalah jurnal penelitian yang memenuhi kriteria Inklusi dan Eksklusif. Kriteria Inklusi

- a) Ibu hamil dengan emesis gravidarum
- b) Intervensi pemberian esensial peppermint
- c) Artikel/jurnal full paper

Kriteria Eksklusif

- a) Ibu hamil tidak emesis
- b) Artikel / jurnal tidak full paper

#### **E. Sumber Data**

Informasi yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari sumber sekunder. Data sekunder adalah informasi yang dikumpulkan dari sumber selain pengamatan langsung. Data ini, di sisi lain, berasal dari temuan studi sebelumnya yang dilakukan oleh peneliti lain. Bab-bab buku dan laporan ilmiah primer atau asli yang diterbitkan dalam artikel atau jurnal (cetak dan/atau noncetak) merupakan contoh sumber data sekunder. Penyelidikan dilakukan secara online melalui penggunaan program Google Cendekia.

#### **F. Prosedur Penelitian**

##### **1. Pengumpulan Jurnal Penelitian**

Untuk itu diperlukan pengadaan artikel penelitian dengan memanfaatkan database elektronik yang telah disetujui atau diindeks oleh Google Scholar. Untuk menemukan jurnal yang relevan, kami mencarinya menggunakan kata kunci berikut: Kegunaan vital Peppermint dalam pengobatan emesis gravidarum didokumentasikan dengan baik.

##### **2. Penyeleksian Jurnal Penelitian**

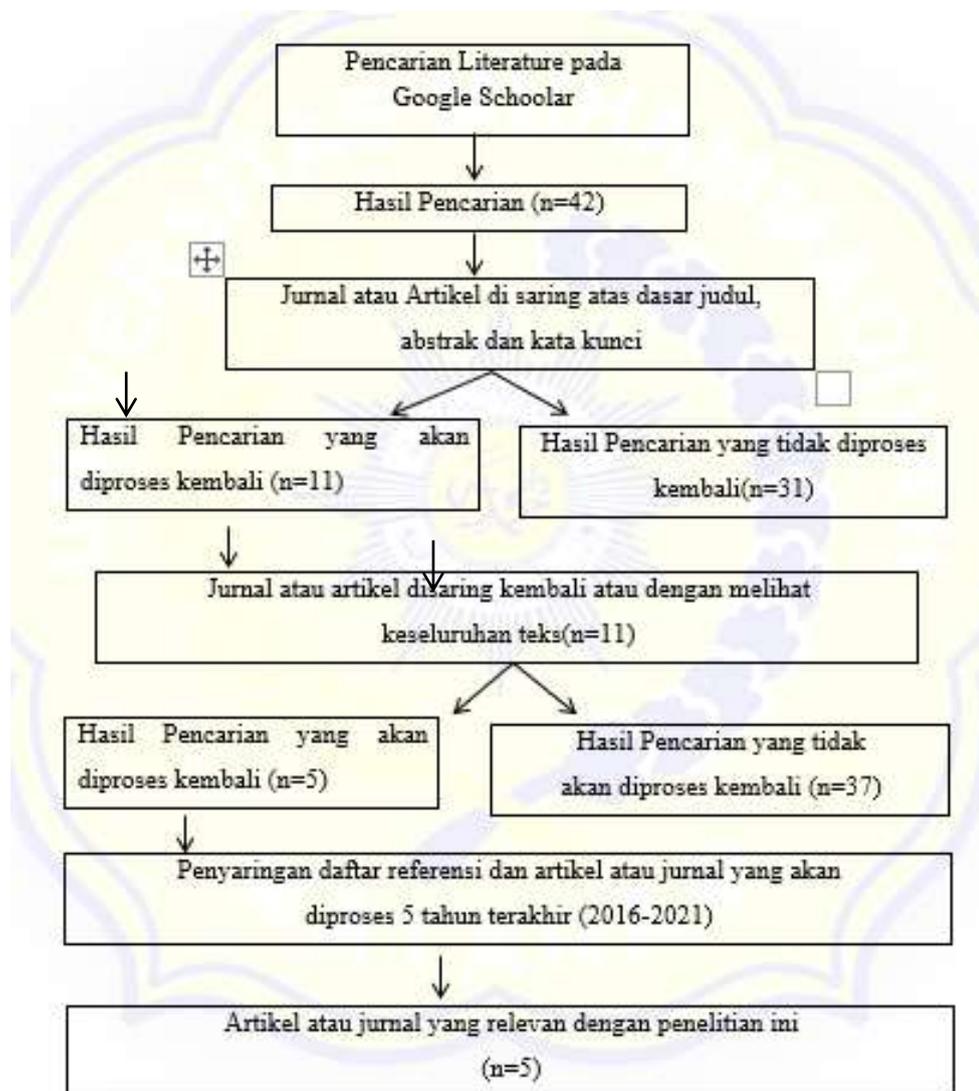
Penyeleksian jurnal penelitian dapat dilakukan dengan cara pendekatan kriteria jurnal. Jurnal dipilih berdasarkan :

- a. Menurut jurnal, "kegunaan peppermint esensial untuk emesis gravidarum pada wanita hamil trimester pertama" sedang diselidiki. Tahun 2015 merupakan tahun paling awal terbitnya sebuah jurnal. Hasil jurnal penelitian dapat dibuat berdasarkan informasi database

untuk memudahkan langkah seleksi. Berikut ini adalah contoh informasi database:

**Tabel 3.3 Hasil temuan jurnal penelitian**

Data Base	Temuan	Penyaringan	Literatur terpilih
Google scholar	42	11	5
Jumlah	42	11	5



**Gambar 3.1** Adapun skema analisisnya adalah seperti contoh sebagai

a. *Reading* Jurnal Penelitian

*Reading* Jurnal Penelitian Penelitian dilakukan dengan cara membaca dengan seksama atau membaca artikel jurnal penelitian dengan seksama, sebagaimana mestinya. Dimulai dengan abstrak dan sampai pada kesimpulan.

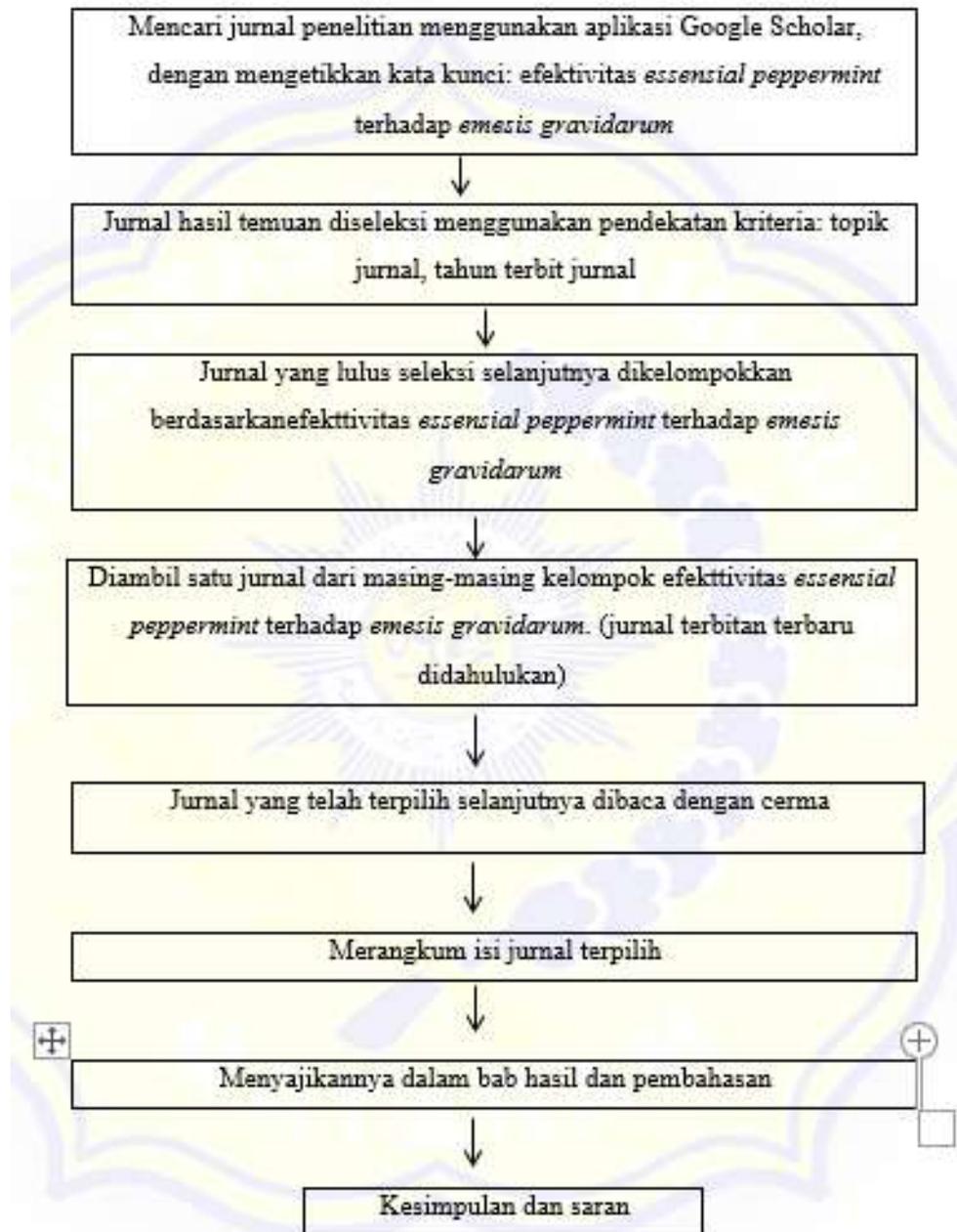
b. Pengolahan Jurnal Penelitian

Meringkas isi jurnal penelitian adalah metode di mana jurnal penelitian diproses. Kemudian, di bab hasil dan diskusi, Anda akan melaporkan temuan Anda.

**G. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data adalah pendekatan dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini. Untuk mengumpulkan data, peneliti menggunakan metode dokumentasi, yaitu mencari atau menggali informasi dari literatur yang relevan dengan masalah yang diteliti. Teknik ini dilakukan melalui membaca, mempelajari, meninjau, dan mencari literatur yang berkaitan dengan efektivitas peppermint esensial untuk emesis gravidarum. Ini telah dikumpulkan dari hasil pencarian jurnal di program pencarian Google Cendekia.

## H. Alur Penelitian studi Literatur Review



Gambar 3.2 Alur penelitian study literature

