

Edukasi Pemanfaatan Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Kejadian Emesis Gravidarum Pada Kehamilan Trimester Pertama

Ketut Novia Arini^{1*}, Ni Nyoman Deni Witari²

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng

²Politeknik Kesehatan Kartini Bali

e-mail: noviaarini85@yahoo.com, dnoksaelus@yahoo.co.id

*Penulis Korespondensi: E-mail: noviaarini85@yahoo.com

Abstract

In the philosophy of maternity care, it is believed that the changes that occur in women during pregnancy are physiological. One of the complaints that often appears in early pregnancy (generally in the first months of pregnancy until the end of the first trimester) is emesis gravidarum. Nausea and vomiting are normal symptoms and are often experienced in the first trimester of pregnancy. The development of complementary therapies has recently been in spotlight in various countries. Complementary medicine is an important part of health services. Some research results say that the use of aromatherapy can help to reduce complaints of nausea and vomiting during pregnancy. There are various kinds of aromatherapy that can be used, namely peppermint, lemon, lavender ginger aromatherapy. This activity was carried out for 40 days, starting with coordinating with village heads and primary health care, outreach to the implementation of education. This education involves six students and two supervisors with the target of education being 50 people. The provision of education significantly increases the knowledge of pregnant women on the use of complementary therapies to treat emesis gravidarum.

Keywords: Complementary therapies; Emesis Gravidarum

Abstrak

Asuhan kehamilan memiliki salah satu filosofi yakni diyakininya bahwa perubahan-perubahan yang terjadi pada wanita selama kehamilannya bersifat fisiologis. Keluhan yang sering muncul umumnya pada bulan-bulan pertama kehamilan sampai akhir trimester pertama yaitu emesis gravidarum. Mual (*nausea*) dan muntah (*emesis*) adalah gejala fisiologis dan sering dialami pada kehamilan trimester pertama. Perkembangan terapi komplementer akhir-akhir ini menjadi sorotan di berbagai negara. Pengobatan komplementer menjadi bagian penting dalam pelayanan kesehatan. Hasil penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa penggunaan aromaterapi dapat membantu mengurangi keluhan mual muntah pada kehamilan. Berbagai macam aromaterapi yang dapat digunakan yakni aromaterapi *peppermint*, lemon, lavender, dan jahe. Kegiatan ini dilaksanakan selama 40 hari yang diawali dengan melakukan koordinasi kepada kepala desa dan Puskesmas, sosialisasi kepada masyarakat sampai dengan pelaksanaan edukasi. Edukasi ini melibatkan enam orang mahasiswa dan dua orang dosen pembimbing dengan sasaran edukasi berjumlah 50 orang. Pemberian edukasi meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan terhadap pemanfaatan terapi komplementer untuk mengatasi emesis gravidarum.

Kata kunci: Terapi Komplementer; Emesis Gravidarum

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses yang alamiah, namun bila tidak dikelola dengan baik, dapat menimbulkan komplikasi pada ibu dan janin. Asuhan kehamilan memiliki filosofi yakni diyakininya bahwa perubahan-perubahan yang terjadi pada wanita selama kehamilannya bersifat fisiologis. Asuhan yang diberikan pun adalah asuhan yang meminimalkan adanya intervensi. Kehamilan merupakan pengalaman yang sangat bermakna bagi perempuan dan keluarga. Perilaku ibu selama masa kehamilannya, akan mempengaruhi kehamilannya, perilaku ibu dalam mencari pertolongan akan mempengaruhi kesehatan ibu dan janin yang dilahirkan. Dalam rangka menjamin proses kehamilan berjalan dengan baik, maka ibu hamil akan diberikan pelayanan kesehatan bagi ibu hamil (antenatal). Pelayanan antenatal adalah pelayanan kesehatan yang diberikan kepada ibu hamil oleh

petugas kesehatan sesuai dengan standar pelayanan kebidanan. Salah satu standar pelayanan antenatal adalah tatalaksana kasus, yaitu petugas kesehatan akan melakukan tatalaksana sesuai dengan kasus yang ditemukan pada masing-masing ibu hamil. Kehamilan rata-rata berlangsung selama 38-40 minggu yang terbagi ke dalam tiga periode yaitu trimester I (0-12 minggu kehamilan), trimester II (13-24 minggu kehamilan) dan trimester III (25-40 minggu kehamilan) (Sari, 2015).

Salah satu keluhan yang sering muncul pada awal kehamilan (umumnya pada bulan-bulan pertama kehamilan sampai akhir trimester pertama) yaitu mual dan muntah (*emesis gravidarum*) (Jannah, 2017). Pengeluaran asam lambung yang berlebihan ini akan menimbulkan reaksi mual muntah yang biasa terjadi pada pagi hari, sehingga sering disebut juga sebagai *morning sickness*. Mual (*nausea*) dan muntah (*emesis*) adalah gejala yang wajar dan sering dialami pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat juga timbul setiap saat. Gejala ini kurang lebih terjadi pada enam minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda. Terjadinya kehamilan akan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita. Hal ini disebabkan oleh meningkatnya kadar hormon estrogen, progesteron dan dihasilkannya *Human Chorionic Gonadotropine* (HCG) plasenta. Pada umumnya, hormon inilah yang menyebabkan emesis gravidarum (Walyani, 2016).

Sebanyak 90% ibu hamil mengalami keluhan mual muntah pada trimester pertama kehamilan dan 2% diantaranya meningkat menjadi hyperemesis gravidarum. Dari 90% ibu hamil yang mengalami mual muntah tersebut, 10% diantaranya mendapatkan terapi untuk mengatasi mual muntah tersebut. *The American College of Obstetricians and Gynecologists* (ACOG) merekomendasikan pilihan pertama adalah vitamin B6, jika gejala tidak mereda, maka akan diganti dengan doxylamine sebagai pilihan kedua (Murdiana, 2016). Keparahan mual muntah pada masa kehamilan dimulai antara umur kehamilan 4-9 minggu dan mencapai puncaknya antara umur kehamilan 7-12 minggu. Gejala mual muntah akan menurun pada umur kehamilan 12-16 minggu kehamilan dan hanya 15% wanita yang mengalami gejala mual muntah lebih dari 16 minggu masa kehamilan (Murdiana, 2016).

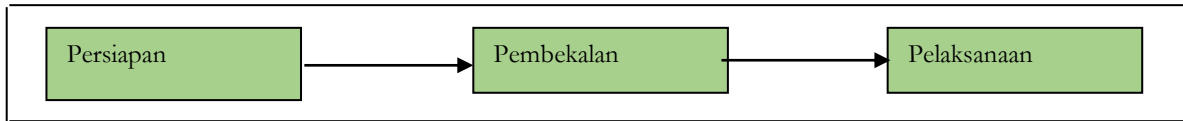
Perkembangan terapi komplementer akhir-akhir ini menjadi sorotan di berbagai negara. Pengobatan komplementer atau alternatif menjadi bagian penting dalam pelayanan kesehatan. Komplementer adalah penggunaan terapi tradisional ke dalam pengobatan modern. Definisi tersebut menunjukkan terapi komplementer sebagai pengembangan terapi tradisional yang diintegrasikan dengan terapi modern yang mempengaruhi keharmonisan individu dari aspek biologis, psikologis dan spiritual. Pengobatan dengan menggunakan terapi komplementer selain memiliki manfaat meningkatkan kesehatan, juga lebih murah dan terjangkau. Minat masyarakat Indonesia terhadap terapi komplementer mulai meningkat. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya tempat terapi tradisional di berbagai tempat. Selain itu, pelatihan-pelatihan penerapan terapi komplementer yang berkaitan dengan pelayanan kebidanan, makin marak dilaksanakan. Macam-macam terapi komplementer meliputi gaya hidup (pengobatan holistik, nutrisi); botanikal (homeopati, herbal, aromaterapi); manipulatif (kiropraktik, akupresur, akupunktur, refleksi, *massage*); *mind-body* (meditasi, *healing*, hinoterapi). Pemberian jenis terapi komplementer, sangat dipengaruhi oleh indikasi yang dibutuhkan oleh masing-masing klien (Widyatuti, 2018).

Beberapa hasil penelitian menyebutkan bahwa penggunaan aromaterapi dapat membantu untuk mengurangi keluhan mual muntah pada masa kehamilan. Terdapat berbagai macam aromaterapi yang dapat digunakan yakni aromaterapi *peppermint*, lemon, lavender, dan jahe. Zakiyah (2015) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa pemberian jahe efektif dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I karena kandungan minyak atsiri yang bersifat aromatik memberikan pengaruh langsung pada saluran gastrointestinal, sedangkan efek *antiemetik* pada jahe juga disebabkan oleh kerja *antikolinergik* dan *antihistamin*.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Padang Sambian Kaja, Kota Denpasar dengan mengambil tempat di Balai Desa yang dilaksanakan pada tanggal 2 Maret – 28 Juli 2022. Adapun sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah seluruh ibu hamil trimester I yang berdomisili di Desa Padang Sambian Kaja, Kota Denpasar. Dalam proses perencanaan, dilakukan koordinasi dengan kader setempat terkait jumlah ibu hamil yang ada. Metode yang diterapkan berupa partisipasi

masyarakat, dosen dan mahasiswa yang bertugas melalui pemberian edukasi mengenai cara mengatasi emesis gravidarum dengan memanfaatkan terapi komplementer. Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yang dapat dilihat pada gambar berikut:

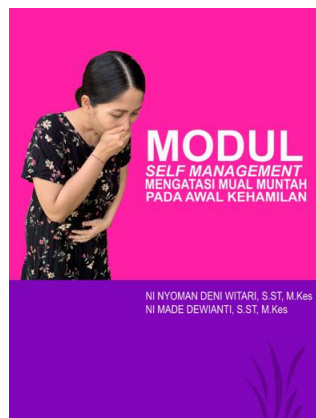


Gambar 1. Metode

Berdasarkan Gambar 1. maka kegiatan ini dilakukan dengan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap persiapan

Proses persiapan didahului dengan dilaksanakannya produksi media edukasi berupa modul, susu ibu hamil khusus untuk emesis gravidarum, daftar hadir, *snack box*, *lunch box*, serta alat-alat pemeriksaan yang dibutuhkan berupa timbangan berat badan, pengukur lingkaran lengan atas, tensimeter, serta doppler. Selain itu, dalam tahap persiapan juga dilakukan koordinasi dengan Kepala Desa dan Puskesmas I Denpasar Barat yang mewilayahi Desa Padang Sambian Kaja.



Gambar 2. Media



Gambar 3. Makanan dan Minuman Yang Dianjurkan Untuk Ibu



Gambar 4. Makanan dan Minuman Yang Harus

2. Tahap pembekalan

Pembekalan dilaksanakan untuk memberikan pemahaman kepada mahasiswa tentang materi yang akan disampaikan kepada sasaran kegiatan, serta pembagian tugas sesuai dengan tingkat semester mahasiswa. Mahasiswa semester II diberikan tugas untuk melakukan pengukuran tanda-tanda vital meliputi berat badan, lingkaran lengan atas, serta tekanan darah, sedangkan mahasiswa semester IV diberikan tugas untuk melakukan pemeriksaan tinggi fundus uteri dan detak jantung janin, dan mahasiswa semester VI bertugas untuk melakukan penyuluhan kepada sasaran dengan media modul yang telah disiapkan.

3. Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini, mahasiswa melakukan tugasnya masing-masing sesuai dengan pembekalan yang telah diberikan. Sebelum kegiatan edukasi dilakukan, maka seluruh sasaran diberikan lembar presensi untuk mendata jumlah dan identitas sasaran. Kemudian dilaksanakan pemberian edukasi dengan membagikan media edukasi berupa modul, serta dilaksanakannya *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan kuesioner yang telah disediakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 2 Maret-28 Juli 2022 dengan melibatkan enam orang mahasiswa dan dua orang dosen pembimbing, serta jumlah ibu hamil yang berperan serta dalam kegiatan ini berjumlah 50 orang. Dari kegiatan ini, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Sasaran Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

No	Variabel	Frekuensi	Persentase
Status Kehamilan			
a.	Primigravida	18	36
b.	Multigravida	32	64
Tingkat Pendidikan Ibu Hamil			
a.	SMP/SMA	40	80
b.	Perguruan Tinggi	10	20
Status Pekerjaan			
a.	Bekerja	29	58
b.	Ibu Rumah Tangga	21	42
Total		50	100

Tabel 2. Hasil Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Terapi Komplementer Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum

No	Tingkat Pengetahuan	Sebelum Edukasi	Setelah Edukasi
	Baik	9 (18%)	28 (56%)
	Cukup	12 (24%)	19 (38%)
	Kurang	29 (58%)	3 (6%)
Total		50 (100%)	50 (100%)

Kegiatan diawali dengan melakukan koordinasi dengan Kepala Desa Padang Sambian Kaja dan Puskesmas I Denpasar Barat. Kendala yang dihadapi di lapangan yakni sulitnya mengumpulkan sasaran mengingat sebagian besar sasaran bekerja.

Dari seluruh sasaran edukasi tentang pemanfaatan terapi komplementer untuk mengatasi emesis gravidarum pada trimester I, diperoleh bahwa 64% memiliki status kehamilan multigravida, 80% berpendidikan menengah (SMP/SMA) dan 58% memiliki status bekerja. Seluruh sasaran diberikan kuesioner untuk mengukur pengetahuan tentang terapi komplementer yang dapat

digunakan untuk mengatasi emesis gravidarum. Kuesioner diberikan sebelum dan setelah edukasi diberikan.

Jika dilihat dari tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi, diperoleh hasil adanya peningkatan tingkat pengetahuan sasaran yang signifikan terhadap pemanfaatan terapi komplementer untuk mengatasi kejadian emesis gravidarum pada kehamilan trimester I, dimana sebelum dilaksanakan edukasi, 58% sasaran memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori kurang dan menurun menjadi 6% setelah diberikannya edukasi. Diperoleh juga informasi bahwa 80% sasaran belum pernah memperoleh informasi mengenai terapi komplementer untuk mengatasi emesis gravidarum sehingga belum pernah memanfaatkan terapi komplementer untuk mengatasi emesis gravidarum yang dirasakan dan 84% sasaran juga memiliki persepsi bahwa terapi komplementer memiliki efek yang tidak baik bagi janin yang sedang dikandungnya, sehingga konsumsi obat kimia lebih banyak digunakan. Selama ini sasaran ibu hamil hanya mengonsumsi obat kimia yang diberikan oleh tenaga kesehatan ketika melakukan pemeriksaan kehamilan.

Menurut Liana (2017), diperoleh informasi bahwa pengetahuan mempengaruhi perilaku masyarakat dalam memanfaatkan obat tradisional. Pengetahuan dapat diperoleh seseorang melalui beberapa cara yaitu melalui pengalaman pribadi, pendidikan formal dan informal. Pengetahuan mengenai pengobatan tradisional untuk mengatasi keluhan kesehatan pada dasarnya adalah bersifat warisan dalam keluarga. Dalam hal ini keluarga menjadi tempat paling penting dalam mempertahankan pengetahuan mengenai obat tradisional yang dapat dimanfaatkan untuk mengatasi keluhan penyakit. Pengalaman orang tua dalam menggunakan obat tradisional merupakan bentuk sosialisasi yang paling baik.

Tingkat pengetahuan tentang obat tradisional akan mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam memanfaatkan obat tradisional untuk mengatasi keluhan kesehatan yang dialaminya. Semakin tinggi pengetahuan seseorang tentang obat tradisional, maka semakin tinggi pula kemungkinan orang tersebut untuk memanfaatkan obat tradisional tersebut. Jika masyarakat memiliki pengetahuan yang baik, maka penggunaan obat tradisional yang dilakukan masyarakat akan tepat. Akan tetapi, jika masyarakat memiliki pengetahuan yang tidak tepat mengenai khasiat, dosis dan penggunaan obat tradisional, maka hal ini dapat menyebabkan obat tradisional yang dapat menyembuhkan menjadi berbahaya bagi kesehatannya (Wulandari, 2021).

Tingginya minat masyarakat dalam memanfaatkan terapi komplementer dipengaruhi oleh faktor sosial dan budaya. Dukungan dari keluarga dan kepercayaan yang diwariskan oleh keluarga merupakan salah satu alasan bagi pasien untuk memanfaatkan terapi komplementer dibandingkan dengan terapi medis (Ariyanti, 2020). Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Liana (2017), yang mengatakan bahwa responden yang memiliki kepercayaan terhadap pemanfaatan obat tradisional memiliki peluang 34,156 kali untuk menggunakan obat tradisional sebagai bentuk swamedikasi yang dilakukan oleh keluarga. Hal ini didukung pula dengan teori yang menyatakan bahwa kepercayaan adalah komponen kognitif dari faktor sosio-psikologis, yang berhubungan dengan keyakinan bahwa sesuatu itu benar atau salah. Kepercayaan ini akan meningkatkan keyakinan pasien bahwa obat tradisional yang dikonsumsi bermanfaat untuk meningkatkan kesehatannya dan mampu mengatasi keluhan yang dialaminya (Ariyanti, 2020).

Sembiring (2015) mengatakan bahwa pemanfaatan terapi komplementer sangat berkaitan dengan kepercayaan masyarakat terhadap manfaat yang ditimbulkan oleh obat yang dikonsumsi. Adanya tradisi yang dilakukan berulang-ulang untuk mengatasi suatu masalah kesehatan yang dihadapi oleh masyarakat, dapat diartikan sebagai warisan nenek moyang. Hal ini dapat dimanfaatkan untuk mengobati diri sendiri, mengobati anggota keluarga dan dapat pula digunakan sebagai sumber pendapatan ekonomi tambahan. Menurut Ervina (2018), menyebutkan bahwa kepercayaan seseorang terhadap obat tradisional memiliki hubungan yang signifikan terhadap pemanfaatan obat-obat tradisional dalam mengatasi keluhan kesehatan yang dihadapinya.



Gambar 5. Pelaksanaan Edukasi Pemanfaatan Terapi Komplementer Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi tentang pemanfaatan terapi komplementer untuk mengatasi emesis gravidarum dilakukan di Balai Desa Padang Sambian Kaja dengan melibatkan enam orang mahasiswa dan dua orang dosen pembimbing dengan jumlah sasaran yang hadir pada saat kegiatan berjumlah 50 orang. Media edukasi yang dimanfaatkan pada kegiatan ini berupa modul yang berisi tentang hal-hal yang dianjurkan kepada ibu hamil dan hal-hal yang tidak boleh dilakukan selama ibu hamil mengalami emesis gravidarum. Kegiatan ini memberikan dampak yang positif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang terapi komplementer yang dapat dimanfaatkan untuk mengatasi emesis gravidarum pada kehamilan trimester I. Hal ini ditandai dengan adanya peningkatan yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil, serta seluruh sasaran menyatakannya bahwa kegiatan edukasi ini sangat bermanfaat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIKES Buleleng, Direktur Politeknik Kesehatan Kartini Bali serta Kepala Desa Padang Sambian Kaja yang telah memberikan dukungan kepada penulis baik yang bersifat moril maupun materil, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, K., 2020. Kepercayaan Masyarakat Terhadap Pengobatan Komplementer Akupuntur di Praktik Perawat Mandiri Latu Usadha Abiansemal Badung. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKLA*, 10(2), pp. 107-116.
- Ervina, L., 2018. Peran Kepercayaan Terhadap Penggunaan Pengobatan Tradisional Pada Penderita Hipertensi di Kota Bengkulu. *Perilaku dan Promosi Kesehatan*, 1(1), pp. 1-9.
- Jannah, N., 2017. Buku Ajar Asuhan Kebidanan: Kehamilan. 2 ed. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Liana, Y., 2017. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keluarga Dalam Penggunaan Obat Tradisional Sebagai Swamedikasi di Desa Tuguharum Kecamatan Madang Raya. *JKK*, 4(1), pp. 121-128.
- Murdiana, H., 2016. Terapi Mual Muntah Pada Kehamilan di Rawat Jalan Rumah Sakit Kelas D. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, 12(2), pp. 73-78.
- Sari, A., 2015. Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. 1 ed. Bogor: Penerbit In Media.
- Sembiring, S., 2015. Pengetahuan dan Pemanfaatan Metode Pengobatan Tradisional Pada Masyarakat Desa Suka Nalu Kecamatan Barus Jahe. *Perspektif Sosiologi*, 3(1), pp. 104-117.
- Walyani, E. S., 2016. Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. I ed. Yogyakarta: Pustaka Baru.

- Widyatuti, 2018. Terapi Komplementer Dalam Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(1), pp. 53-57.
- Wulandari, A., 2021. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Terhadap Penggunaan Obat Tradisional di Kelurahan Sukamaju Baru Kecamatan Tapos Kota Depok. *Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 14(2), pp. 70-78.
- Zakiah, A., 2015. Efektifitas Minuman Jahe Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Adi Husada Nursing Journal*, 1(2), pp. 1-5.