



EFEKTIVITAS METODE SITZ BATH TERHADAP INTENSITAS NYERI LUKA PERINEUM PADA IBU POSTPARTUM DI TPMB MEI PUJI LESTARI, AMD.KEB

Ayu Resky Mustafa¹, Robaini²

^{1,2}Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara
robaini97@gmail.com

Abstrak

90% ibu bersalin mengalami robekan perineum baik spontan ataupun karena episiotomi. Robekan pada perineum akan menimbulkan rasa sakit yang pada akhirnya memunculkan ketidaknyamanan pada ibu nifas. Salah satu metode-non farmakologi, yaitu hidroterapi dengan sitz bath yaitu metode yang digunakan untuk mengurangi rasa nyeri pascapersalinan. Untuk mengetahui efektivitas metode *Sitz Bath* terhadap intensitas nyeri luka perineum pada ibu postpartum di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb Tahun 2024. Menggunakan *quasi eksperimen* dan pendekatan *one group pre-post test design*. Populasi penelitian adalah ibu bersalin sebanyak 60 responden. Sampel penelitian menggunakan rumus slovin yang didapatkan jumlah sampel 38 responden. Analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner dan lembar observasi penelitian. Hasil uji *Wilcoxon Signed Test* diperoleh nilai $p=0.000<0.05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat adanya pengaruh terhadap efektivitas metode *sitz bath* terhadap intensitas nyeri luka perineum pada ibu postpartum di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb. Ada pengaruh terhadap Efektivitas Metode *Sitz Bath* Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb Tahun 2024. Penelitian ini dapat menjadi bahan bacaan sebagai sumber pengetahuan bagi masyarakat serta sebagai acuan masyarakat dalam menerapkan metode *sitz bath* sebagai upaya meredakan nyeri post Sectio Caesarea pada diri sendiri, keluarga, maupun kerabat.

Kata Kunci : *Sitz Bath, Postpartum, Nyeri, Luka Perineum, Ruptur Perineum*

Abstract

90% of mothers experiencing perineal tears either spontaneously or due to episiotomy. Tearing in the perineum will cause pain which ultimately causes discomfort for the postpartum mother. One non-pharmacological method, namely hydrotherapy with a sitz bath, is a method used to reduce postpartum pain. To determine the effectiveness of the method *Seat Bath* on the intensity of perineal wound pain in postpartum mothers at TPMB May Puji Lestari, Amd.Keb in 2024. Use *quasi experiment* and approach *one group pre-post test design*. The research population was 60 mothers giving birth. The research sample used the *Slovin* formula which obtained a sample size of 38 respondents. Bivariate analysis uses tests *Wilcoxon*. The research instrument used a questionnaire sheet and research observation sheet. Test results *Wilcoxon Signed Test* The obtained p value = $0.000 < 0.05$ so it can be concluded that there is an influence on the effectiveness of the method *seat bath* on the intensity of perineal wound pain in postpartum mothers at TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb. There is an influence on the effectiveness of the method *Seat Bath* Regarding the Intensity of Perineal Wound Pain in Postpartum Mothers at TPMB May Puji Lestari, Amd.Keb 2024. This research can be used as reading material as a source of knowledge for the community and as a reference for the community in applying the *sitz bath* method as an effort to relieve post *Sectio Caesarea* pain in oneself, family or relatives.

Keywords : *Seat Bath, Postpartum, Pain, Perineal Wounds, Perineal Rupture*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author : Robaini

Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta

Email : robaini97@gmail.com

Phone : 085796506548

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan ari) yang telah cukup bulan atau telah dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir, dengan bantuan atau tanpa bantuan. Persalinan sering terjadi perlukaan pada perineum baik itu karena robekan spontan maupun episiotomi (Pasaribu et al., 2023). Tidak menutup kemungkinan untuk melahirkan secara normal dengan dibantu dengan forceps, vakum, atau operasi Caesar (Dwienda Ristica & Afni, 2021).

Perdarahan pasca persalinan dengan kontraksi uterus yang baik umumnya disebabkan oleh robekan jalan lahir (rupture perineum dinding vagina dan robekan serviks) yang mengakibatkan terjadinya nyeri (Widyastuti, et al, 2022).

Tingginya angka kesakitan dan kematian pada ibu hamil, bersalin, dan pasca persalinan masih menjadi masalah yang cukup besar. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan pemberian pelayanan kesehatan masih harus diperbaiki secara menyeluruh. Salah satu faktor dari angka kesakitan ini adalah nyeri pasca persalinan yang disebabkan oleh robekan perineum (Yudianti et al., 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2024) hampir 90% proses persalinan normal mengalami robekan di perineum baik dengan atau tanpa episiotomi. Angka kejadian ruptur perineum di dunia pada tahun 2023 adalah sebanyak 2,7 juta kasus, di mana angka ini diperkirakan akan semakin meningkat hingga mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Prevalensi ruptur perineum pada wanita primipara adalah sekitar 90,4%, yang menurun menjadi sekitar 68,8% pada wanita multipara. Di Amerika dari 26 juta ibu bersalin terdapat 40% mengalami ruptur perineum. Di Asia masalah robekan perineum cukup banyak, dalam masyarakat 50% dari kejadian robekan perineum di Dunia terjadi di Asia. Robekan perineum dapat terjadi selama proses persalinan, baik secara spontan maupun dengan alat atau tindakan (WHO, 2024).

Kejadian ibu bersalin yang mengalami robekan perineum di Indonesia pada golongan 25-30 tahun yaitu 24% dan pada umur 32-39 tahun sebesar 62%. Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia tahun 2023 sebesar 305 per 100 kelahiran hidup. Berdasarkan penyebabnya, sebagian besar kematian ibu pada tahun 2023 disebabkan oleh perdarahan sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.110 kasus, dan gangguan sistem peredaran darah sebanyak 230 kasus. Kasus perdarahan dapat terjadi pada

saat hamil, persalinan dan nifas (KEMENKES RI, 2023).

Ibu hamil yang menjalani persalinan dengan ditolong oleh tenaga kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan sebesar 86%. Angka kematian ibu nifas masih tinggi karena disebabkan oleh infeksi pada masa nifas. Infeksi nifas dapat disebabkan oleh luka perineum, luka perineum dialami oleh 57% ibu yang mendapat jahitan perineum (28% akibat episiotomi dan 29% akibat rupture spontan. Pada tahun 2016, sebesar 52% ibu bersalin yang mengalami luka perineum disebabkan karena melahirkan bayi dengan berat lahir cukup atau lebih (KEMENKES RI, 2023).

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat angka kejadian ruptur perineum di Jawa barat pada tahun 2022 sebesar 60% dari seluruh jumlah persalinan. Sedangkan kejadian ruptur perineum di Kabupaten Karawang pada tahun 2022 sebesar 63% dari jumlah ibu yang melahirkan (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2022).

Ruptur perineum terjadi pada 40% ibu yang baru pertama kali melahirkan dan 20% kehamilan berikutnya. Sayatan bedah yang disebut episiotomi dapat dilakukan agar janin dapat dilahirkan tanpa memberikan tekanan berlebihan pada ibu atau perineum. Sesuai dengan namanya, episiotomi memotong kala dua persalinan. Episiotomi pertama dilakukan dengan menggunakan sayatan perineal pada tahun 1742 (Dwienda Ristica & Afni, 2021). Karena risiko kerusakan sfingter dan rektum yang lebih tinggi terkait dengan sayatan amedian (garis tengah), sayatan amediolateral mungkin lebih disukai ketika anepisiotomi diperlukan (Salwa et al., 2022).

Komplikasi episiotomi selain terjadi kerusakan pada anatomi, kehilangan banyak darah, ketidaknyamanan perineum, dan spareunia. Kegunaan otot perineum meliputi: duduk, berjalan, jongkok, membungkuk, buang air kecil, dan buang air besar (O. Ristica & Afni, 2021).

Robekan pada perineum akan menimbulkan rasa sakit yang pada akhirnya memunculkan ketidaknyamanan pada ibu nifas. Rasa sakit karena robekan ini bervariasi bergantung pada derajat robekan perineum. Semakin tinggi derajat robekan perineum, tentu akan semakin sakit yang ibu rasakan. (Salwa et al., 2022).

Berbagai macam metode untuk mengurangi nyeri jahitan perineum baik secara farmakologis, maupun non farmakologis. Secara

farmakologis, terapi yang umumnya diberikan adalah NSAID (*Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs*). Penggunaan kedua terapi ini dapat digunakan sebagai obat individu bersamaan. Penggunaan NSAID dapat mengurangi nyeri 13,3%, paracetamol 56,30% dan menggunakan NSAID bersamaan dengan paracetamol menurunkan nyeri 30,37% (Kurniatia et al., 2022).

Salah satu teknik pengurangan rasa nyeri dengan nonfarmakologi yaitu *Sitz Bath*. *Sitz Bath* adalah metode mengurangi rasa nyeri pasca persalinan dengan cara rendam duduk di air hangat atau air dingin untuk meningkatkan sirkulasi daerah lokal (daerah perineum). Air hangat akan menghambat rasa nyeri sehingga memberikan efek penekanan atau pengurangan rasa sakit (Novira et al., 2022).

Terapi *Sitz Bath* meliputi perendaman bagian perineum dalam air hangat atau panas untuk mengurangi ketidaknyamanan serta meningkatkan proses kesembuhan luka dengan cara membersihkan perineum dan anus yang akan membantu meningkatkan sirkulasi darah serta mengurangi inflamasi, *Sitz Bath* dilakukan antara 15-30 menit (Martini & Anggraini, 2022).

Penelitian Rantika & Susanti (2020) menunjukkan bahwa nyeri perineum sebelum dilakukan proses hidroterapi *Sitz Bath* dengan air hangat adalah 4,03 dan sesudah dilakukan hidroterapi *Sitz Bath* dengan air hangat adalah 2,7, berarti hidroterapi baik dengan air hangat maupun air dingin efektif mengurangi rasa sakit pada luka perineum pada ibu nifas (Rantika & Susanti, 2020).

Penelitian ini juga sejalan dengan O. Ristica & Afni (2021) tentang "Intensitas Nyeri Perineum pada Ibu Post Partum dengan Terapi Rendam Duduk Air Hangat" didapatkan dari 11 responden yang belum diberi terapi rendam duduk air hangat, diantaranya 6 ibu (54,6%) mengalami nyeri sedang. Dan setelah diberi terapi rendam duduk air hangat didapatkan hasil sebanyak 8 ibu (72,7%) yang mengalami nyeri ringan.

Pada pengambilan data awal di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb bahwa jumlah ibu melahirkan pada tahun 2023 sebanyak 75 persalinan, berdasarkan data tersebut sebagian besar mengalami *rupture perineum* yaitu sebanyak 60 ibu bersalin (71%). Penanganan untuk mengurangi rasa nyeri *rupture perineum* yaitu dengan pemberian terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu terapi farmakologi yaitu pemberian analgesik. Tetapi pemberian analgesik masih menimbulkan pertentangan karena

menyebabkan efek samping pada penggunaannya. Selain itu walaupun analgesik dapat menghilangkan nyeri dengan efektif, tenaga kesehatan cenderung tidak melakukan upaya analgesik dalam penanganan nyeri karena informasi obat yang tidak benar, serta adanya kekhawatiran klien akan mengalami ketagihan obat, cemas akan melakukan kesalahan dalam menggunakan analgesik.

Sedangkan secara nonfarmakologis lebih aman diterapkan karena mempunyai risiko yang lebih kecil, tidak menimbulkan efek samping serta menggunakan proses fisiologis. Terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mengurangi nyeri antara lain distraksi, biofeedback, hipnosis diri, mengurangi persepsi nyeri, stimulasi kutaneus, *sitz bath*, serta massase. Berdasarkan berbagai permasalahan yang telah diuraikan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam dengan judul "Efektivitas Metode *Sitz Bath* Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb.

METODE

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon dan Rebusan Jahe Terhadap Pengurangan Efektivitas Metode *Sitz Bath* Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum di Indonesia tahun 2024. Penelitian ini terdiri dari 2 variabel yaitu variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Notoatmodjo, 2018). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *sitz bath*, sedangkan variabel terikat pada penelitian ini yaitu intensitas nyeri luka perineum. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat menggunakan uji hipotesis *Wilcoxon test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pekerjaan, Pendidikan dan Paritas Ibu di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb

Kategori	Kriteria	F	%
Usia	<25 - >35 Tahun	8	21,1
	20-35 Tahun	30	78,9
	Total	38	100
Pekerjaan	Tidak Bekerja	18	47,4
	Bekerja	20	52,6
	Total	38	100
Pendidikan	SD - SMP	6	15,8
	SMA-PT	32	82,2
	Total	38	100
Paritas	Primipara	16	42,1
	Multipara	18	47,6
	Grande Multipara	4	10,5
	Total	38	100

Berdasarkan tabel 5.1 diketahui dari 38 responden yang diteliti sebagian besar berusia produktif 20–35 tahun sebanyak 30 responden (78,9%), dan usia <20 dan >35 tahun sebanyak 8 responden (21,1%). Untuk kategori pekerjaan, ibu yang tidak bekerja sebanyak 18 responden (47,4%) sedangkan yang bekerja sebanyak 20 responden (52,6%). Untuk kategori Pendidikan Sebagian besar ibu dengan Pendidikan SMA-PT sebanyak 32 responden (82,2%) dan ibu yang pendidikan SD-SMP sebanyak 6 responden (15%), sementara untuk kategori paritas sebagian besar ibu dengan multipara sebanyak 18 responden (47,8%) dan ibu dengan grande multipara sebanyak 4 responden (10,5%).

2. Gambaran Nyeri Luka Perineum Sebelum dan Setelah Diberikan Metode Sitz Bath Pada Ibu Postpartum

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nyeri Luka Perineum Sebelum dan Setelah Diberikan Metode Sitz Bath Pada Ibu Postpartum Di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb Tahun 2024

Nyeri Luka Perineum	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Ringan	0	0	0	0
Sedang	6	15,8	36	94,7
Berat	32	84,2	2	5,3
Total	38	100	38	100

Berdasarkan tabel 5.1 , bahwa intervensi yang dilakukan terbukti efektif dalam mengurangi intensitas nyeri luka perineum pada pasien. Sebelum intervensi, mayoritas pasien mengalami nyeri berat (84,2%), namun setelah intervensi, angka tersebut menurun drastis menjadi hanya 5,3%, sementara pasien dengan nyeri sedang meningkat signifikan dari 15,8% menjadi 94,7%. Tidak ada pasien yang melaporkan nyeri ringan baik sebelum maupun sesudah intervensi. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi mampu secara substansial meningkatkan kenyamanan pasien

dengan mengalihkan nyeri dari kategori berat ke sedang.

Analisa Bivariat

1. Uji Normalitas

Tabel 3. Uji Normalitas Data

Metode Sith Bath	Test Of Normality			Keterangan
	Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	
Pre Tes	0,439	38	0,000	Tidak Berdistribusi
Post Test	0,237	38	0,000	Normal

Berdasarkan tabel 5.4 pada uji normalitas diperoleh nilai $p = <.000 <.005$ maka dapat dikatakan data tersebut berdistribusi tidak normal sehingga analisis data yang digunakan adalah uji *wilcoxon range list*.

2. Efektivitas Metode Sitz Bath Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum

Tabel 4. Efektivitas Metode Sitz Bath Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb Tahun 2024

		N	Rank		Z	p-value
			Mean Rank	Sum Of Ranks		
Pretest Dan Postes	Negative Rank	30	15,50	465,00	-5,477	0,000
	Positive Rank	0	0,00	0,00		
Pemberian Metode Sith Bath	Ties	8				
	Total	38				

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan post-test setelah pemberian Metode *Sitz Bath* Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb Dari 38 sampel, 30 di antaranya menunjukkan perbedaan negatif (negative rank) dengan rata-rata peringkat 15,50 dan jumlah peringkat 465,00, sementara tidak ada data yang menunjukkan perbedaan positif. Terdapat 8 sampel yang tidak menunjukkan perbedaan (ties). Nilai Z adalah -5,477 dengan p-value 0,000, yang menunjukkan bahwa perbedaan antara pretest dan post-test sangat signifikan ($p < 0,05$) yang artinya pemberian metode *sitz bath* terhadap intensitas nyeri luka perineum pada ibu postpartum efektif dalam mengurangi nyeri luka perineum pada ibu postpartum di TPMB Mei Puji Lestari, Amd.Keb.

Pembahasan

Karakteristik Ibu Hamil Trimester I Di TPMB Riyanti

1. Usia

Berdasarkan tabel 5.1 diketahui dari 30 responden yang diteliti sebagian besar berusia produktif 20–35 tahun sebanyak 16 responden (53,3%), dan usia <20 dan >35 tahun sebanyak 14 responden (46,7%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Sulistiyowati, 2021) menunjukkan dari 34 responden, usia 20-35 tahun berjumlah 28 responden, sedangkan usia <20 dan >35 tahun berjumlah 6 responden, hal tersebut menunjukkan usia 20-35 tahun tidak ada hubungan dengan kejadian mual muntah pada ibu hamil Trimester I Di Puskesmas Karanganyar II Kabupaten Demak.

Hasil penelitian ini memiliki kesamaan terhadap penelitian (Agoesta et al, 2023) menunjukkan bahwa usia ibu hamil trimester I didapatkan sebagian besar responden sebanyak 31 orang (69%) berusia antara 20–35 tahun, dan hampir setengahnya 14 orang (31%) responden berusia <20 tahun dan >35 tahun. Hal tersebut menunjukkan usia 20-35 tahun tidak ada hubungan dengan kejadian mual muntah pada ibu hamil Trimester I di Desa Suciharjo Kecamatan Parengan Kabupaten Tuban.

Berdasarkan tabel 5.1 menurut asumsi peneliti usia ibu hamil Trimester I sebagian besar 20 sampai dengan 35 tahun. Ibu hamil Usia antara 20 sampai dengan 35 merupakan hasil yang baik karena ibu siap menerima kehamilan, mental sudah matang dan ibu hamil sudah mampu merawat bayi sehingga ibu siap dalam segi kesehatan, fisik, mental.

2. Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian dari tabel 5.1 didapatkan status pekerjaan didapatkan jumlah yang sama yaitu 15 responden (50.0%) ibu tidak bekerja dan 15 responden (50.0%) ibu bekerja.

Hasil penelitian (Rudiyanti. N & Rosmadewi, 2022) analisis hubungan antara pekerjaan dengan emesis gravidarum diperoleh bahwa diantara responden yang mengalami emesis gravidarum tidak normal terdapat 70,5 % (31 org) yang tidak bekerja dan 32,6% (15 org) yang bekerja. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{ value}=0.01$, disimpulkan secara statistik ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan emesis gravidarum. Berdasarkan hasil

analisis diperoleh pula nilai $OR= 4,928$, artinya responden yang tidak mempunyai pekerjaan mempunyai peluang 4,928 kali untuk mengalami emesis gravidarum tidak normal dibandingkan dengan responden yang bekerja

Berdasarkan hasil penelitian (Rindasari Munir et al, 2022) mengenai kaitan antara status pekerjaan dengan kejadian hiperemesis gravidarum diperoleh bahwa diantara responden yang mengalami hiperemesis gravidarum terdapat 70 orang (58,3%) pada kelompok tidak bekerja dan 30 orang (63,8%) pada kelompok bekerja. Hasil uji statistik dieperoleh nilai $p\text{ Value} = 0,05$ maka dapat disimpulkan ada kaitan antara status pekerjaan dengan kejadian hiperemesis gravidarum.

Menurut (Sarina & Simanullang, E, 2023) bekerja di kantor lebih baik daripada di rumah karena bekerja dapat melupakan gangguan saat kehamilan. Faktor pekerjaan sering dihubungkan dengan keadaan status sosial ekonomi. Ibu hamil status sosial ekonomi rendah menjadi salah satu faktor risiko terjadinya mual muntah, hal ini didukung oleh pernyataan bahwa wanita tidak bekerja memiliki risiko untuk mengalami mual muntah. Ibu yang tidak bekerja memiliki pendapatan yang rendah sehingga menyebabkan perubahan pada imunitas karena faktor asupan nutrisi yang kurang bergizi.

3. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.1 menunjukkan Tingkat Pendidikan Sebagian besar ibu dengan Pendidikan SMA-PT sebanyak 24 responden (80.0%) dan ibu yang Pendidikan SD-SMP sebanyak 6 responden (%)

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh (Sulistiyowati, 2021) di RSUD dr. Adjidarmo Rangkasbitung menunjukan dari 35 responden didapatkan 24 ibu hamil pendidikan terakhi SMP sampai SMA dengan, dari hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan antara pendidikan dengan kejadian mual muntah.

Menurut Notoatmodjo (2007) dalam (Sulistiyowati, 2021) pendidikan mempengaruhi seseorang terhadap perilaku, pola hidup sehingga dapat memotivasi untuk siap berperan pada perubahan kesehatan. Rendahnya pendidikan seseorang menyebabkan sedikitnya keinginan untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan, dan sebaliknya makin tingginya pendidikan seseorang, makin mudah untuk menerima informasi dan memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada.

Pendidikan merupakan faktor predisposisi pada individu seperti halnya pengetahuan dan sikap terhadap kesehatan misalnya pemeriksaan kesehatan bagi ibu hamil diperlukan pengetahuan tentang manfaat periksa hamil, baik bagi kesehatan ibu maupun bagi janinnya. Rendahnya pendidikan akan menyebabkan seseorang mengalami stres. Stres dan kecemasan yang terjadi disebabkan kurangnya informasi yang didapatkan. Stres dan kecemasan merupakan salah satu faktor psikologi yang dapat memicu terjadinya mual dan muntah berlebihan selama kehamilan dan bila terus berlangsung dapat menjadi hiperemesis gravidarum (Sulistiyowati, 2021).

4. Paritas

Berdasarkan tabel 5.1 untuk kategori paritas sebagian besar ibu dengan primipara sebanyak 26 responden (86,7%) dan ibu dengan grande multipara sebanyak 1 responden (3,3%).

Dari Hasil penelitian (Rahmi. S et all, 2023) memperlihatkan dari 28 orang ibu hamil paritas primipara sebagian besar mengalami hiperemesis gravidarum yaitu sebanyak 16 orang (57.1%). Terdapat pula 12 orang (42.9%) ibu hamil primipara yang tidak mengalami hiperemesis gravidarum. Hasil penelitian juga menunjukkan dari 40 orang ibu hamil paritas multipara sebagian besar tidak hiperemesis gravidarum yaitu sebanyak 30 orang (75.0%). Namun masih terdapat 10 orang (25.0%) ibu hamil multipara yang mengalami hiperemesis gravidarum. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi square, diperoleh nilai p value $(0.01) < (0.05)$ yang berarti bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara paritas dengan kejadian hiperemesis gravidarum di wilayah kerja Puskesmas Pasar Manna Kabupaten Bengkulu Selatan, dengan nilai OR sebesar 4 yang artinya ibu hamil dengan paritas primipara mempunyai peluang 4 kali lebih besar mengalami hiperemesis gravidarum dibandingkan dengan ibu hamil paritas multipara.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Munir R. et all, 2022) dimana diperoleh hasil dari 68 orang sampel terdapat 23 ibu hamil primipara yang mengalami hiperemesis gravidarum dan berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan hasil p -value 0,015 yang artinya ada hubungan antara paritas dengan hiperemesis gravidarum.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Manuaba (2017) dalam (Sulistiyowati, 2021) yang menyatakan bahwa hiperemesis terjadi pada primipara, karena pada primipara belum bisa beradaptasi terhadap hormon estrogen dan hormone koreonik gonadotropin serta psikologis ibu hamil yang masih belum siap dengan kehamilannya, masih menyesuaikan diri menjadi orangtua dengan tanggung jawab yang lebih besar dapat memicu terjadinya kejadian hiperemesis gravidarum. Sedangkan menurut (Adilah Fatin & Irma Permata Sari, 2023) ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum lebih banyak terjadi pada primigravida disebabkan karena kelelahan fisik dan mental sehingga dapat meningkatkan risiko mual di pagi hari, selain tu pada primigravida disebabkan faktor fisik dan psikologi. Secara fisik, tubuh yang baru pertama kali mengalami kehamilan belum siap untuk mengalami peningkatan hormon dan perubahan lain dibandingkan tubuh yang sudah pernah hamil.

Efektivitas Pemberian Aroma Terapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap Pengurangan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024

Berdasarkan tabel 4 diketahui hasil dari uji *Wilcoxon* didapatkan hasil posttes bahwa pemberian aroma terapi lemon dan rebusan jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I memiliki *positive mean rank* 0.00 diperoleh nilai p -value $0.000 < 0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya Pengaruh terhadap Efektivitas Aromaterapi Lemon Dan Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Rimester I di TPMB Riyanti Jakarta Barat Tahun 2024.

Dalam penelitian ini, terapi kombinasi diberikan kepada responden dengan memberikan vitamin B6 setelah pemeriksaan ANC. Aromaterapi lemon dan rebusan jahe menjadi alternatif untuk membantu mempercepat penurunan frekuensi mual dan muntah (emesis gravidarum) pada ibu hamil. Vitamin B6 dikonsumsi 1 kali sehari dengan dosis 10mg, dan ditambah dengan konsumsi rebusan jahe dan menghirup aroma terapi lemon. Rebusan jahe yang memiliki kandungan zingiberol yang bekerja menghambat reseptor serotonin dan menimbulkan efek antiemetic, jahe juga mempunyai kandungan minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti radang, sehingga jahe dapat menghambat proses peradangan yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori*.

oleh karena itu, frekuensi mual muntah yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori* dapat dikurangi. Aromaterapi lemon dapat membantu meredakan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Lemon dapat memblokir serotonin, yaitu rasa ingin muntah. Untuk mendapatkan hasil yang baik, dapat meneteskan beberapa tetes minyak esensial lemon ke dalam diffuser atau pembakar minyak (Sulistyowati, 2021).

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa nilai p -value = 0,001, yang berarti kurang dari nilai 0,05. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam penurunan frekuensi mual dan muntah setelah pemberian terapi kombinasi ini. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi kombinasi menghirup aroma terapi lemon dan mengkonsumsi air rebusan jahe efektif dalam mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil (Sulistyowati, 2021).

Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi. R & Rahmi, 2020) yang menyatakan bahwa pemberian aromaterapi lemon dan rebusan jahe secara signifikan dapat mengurangi intensitas mual dan muntah (emesis gravidarum) pada ibu hamil (p -value=0,000). Selain itu, penelitian ini juga menemukan perbedaan antara aromaterapi lemon dan rebusan jahe terkait intensitas mual dan muntah pada ibu hamil (p -value=0,045). Piridoksin (vitamin B6) terbukti efektif dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil dan ketika dikombinasikan dengan konsumsi air rebusan jahe dan menghirup aromaterapi lemon dapat memenuhi kebutuhan vitamin B6 yang diperlukan oleh ibu hamil.

Menghirup aromaterapi lemon dan meminum air rebusan jahe dapat memberikan manfaat baik secara langsung dalam mengurangi mual dan muntah, dan juga memberikan asupan asam folat yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Rebusan jahe yang memiliki kandungan zingiberol yang bekerja menghambat reseptor serotonin dan menimbulkan efek antiemetik jahe juga mempunyai kandungan minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti radang, sehingga jahe dapat menghambat proses peradangan yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori*. oleh karena itu, frekuensi mual muntah yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori* dapat dikurangi (Sulistyowati, 2021).

SIMPULAN

1. Diketahui dari 30 responden yang diteliti sebagian besar berusia produktif 20–35 tahun sebanyak 16 responden (53,3%), dan usia <20 dan >35 tahun sebanyak 14 responden (46,7%). Untuk kategori pekerjaan dengan jumlah yang sama yaitu 15 responden (50.0%) ibu tidak bekerja dan 15 responden (50.0%) ibu bekerja. Untuk kategori pendidikan sebagian besar ibu dengan pendidikan sma-pt sebanyak 26 responden (86.7) dan ibu yang pendidikan sd-smp sebanyak 4 responden (13.3%), sementara untuk kategori paritas sebagian besar ibu dengan primipara sebanyak 26 responden (86,7%) dan ibu dengan grande multipara sebanyak 1 responden (3,3%).
2. Didapatkan hasil intervensi setelah pemberian aromaterapi lemon dan rebusan jahe pada ibu hamil trimester I, Sebagian besar mengalami penurunan mual muntah kategori sedang sebanyak 16 responden (53.7%) dan tidak ada yang mengalami mual muntah berat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, D. (2022). Efektivitas Wedang Jahe Dan Daun Mint Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Pmb Yf Kota Bukittinggi Tahun 2017. *Human Care Journal*, 2(3). <https://doi.org/10.32883/Hcj.V2i3.642>
- Adilah Fatin & Irma Permata Sari. (2023). FAKTOR-FAKTOR RESIKO TERJADINYA EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU FAKTOR-FAKTOR RESIKO TERJADINYA EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU TAHUN 2023. Retrieved 11 25, 2024
- Adrianto, M. H. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB A Klapanunggal Bogor Tahun 2022. Retrieved 11 08, 2024, from <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/11554>
- Agoesta et all. (2023). Kejadian Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Desa Suciharjo Kecamatan Parengan Kabupaten Tuban. Retrieved 11 11, 2024, from https://Agoesta+Pralita_ihsj_FIX.pdf
- Agoesta Pralita Sari & Isnaini Novitasari. (2023). Kejadian Emesis Gravidarum pada Ibu

- Hamil Trimester I di Desa Suciharjo Kecamatan. Retrieved 10 20, 2024, from http://Agoesta+Pralita_ihsj_FIX.pdf
- Andi Nina Raudatul Fariha, , Een Kurnaesih & Nurul Husnah. (2023). Asuhan Kebidanan Antenatal pada Ny. F dengan Emesis Gravidarum. Retrieved 11 08, 2024, from <https://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/wom/article/view/wom>
- Anggraini, Y. D. (2022). PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP STRES MAHASISWA TINGKAT AKHIR S1 KEPERAWATAN KELAS B PROGRAM A STIKES MUHAMMADIYAH SAMARINDA. Retrieved 11 07, 2024, from <https://dspace.umkt.ac.id/bitstream/handle/463.2017/931/DOKUMEN%20SOFT%20FILE%20pdf%20baru.pdf?sequence=2>
- Arum, S. (2020). *Kehamilan Sehat Mewujudkan Generasi Yang Berkualitas Di Era New Normal*. Cirebon: Insania.
- Badan Statistik Provinsi DKI Jakarta. (2023). Jumlah Ibu Hamil, Melakukan Kunjungan K1, Melakukan Kunjungan K4, Kurang Energi Kronis (KEK), dan Mendapat Tablet Zat Besi (Fe) di Provinsi DKI Jakarta, 2023. Retrieved 11 08, 2024, from <https://jakarta.bps.go.id/id/statistics-table/2/NTIyIzI=/jumlah-ibu-hamil-melakukan-kunjungan-k1-melakukan-kunjungan-k4-kurang-energi-kronis-kek-dan-mendapat-tablet-zat-besi-fe-di-provinsi-dki-jakarta.html>
- Dinkes DKI Jakarta. (2023). Profil Kesehatan DKI Jakarta.
- Dinkes Provinsi Banten. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Banten. Retrieved 10 10, 2024, from <https://dinkes.bantenprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bant>
- Dinkes Provinsi DKI Jakarta. (2023). Profil Kesehatan Provinsi DKI Jakarta. Retrieved 11 08, 2024, from <https://PROFIL%20KESEHATAN%20DINKES%20DKI%202023.pdf>
- Dyana F & Febrianti P. (2023). Pemberian Aromaterapi Ginger Oil terhadap Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Morning Sickness. doi:<https://doi.org/10.32583/keperawatan.v12i1.689>
- Elvika. (2022). Efektivitas Pemberian Pisang Ambon Dan Vitamin B Untuk Menurunkan Hiperemesis Gravidarum Dibpm Endah Bekti Tahun 2022. Retrieved 10 20, 2024, from https://www.researchgate.net/publication/325014122_Efektivitas
- Elvika Fit Ari Shanti, Liberty Barokah & Budi Rahayu. (2022). EFEKTIVITAS PEMBERIAN PISANG AMBON DAN VITAMIN BUNTUK MENURUNKAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM DI BPM ENDAH BEKTI. Retrieved 10 20, 2024, from https://www.researchgate.net/publication/325014122_EFEKTIVITAS_PEMBERIAN_PISANG_AMBON_DAN_VITAMIN_B_UNTUK_MENURUNKAN_HIPEREMESIS_GRAVIDARUM_DI_BPM_ENDAH_BEKTI
- Eny Astuti, Retty Nirmala Santiasari & Veronika Srifatimah. (2022). PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON DAPAT MEREDAKAN KELUHAN MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER PERTAMA DI TEMPAT PRAKTIK MANDIRI BIDAN (TPMB) SURABAYA. *JURNAL KEPERAWATAN*. doi:[https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Kep/article/view/376#:~:text=PEMBERIAN%20AROMATERAPI%20LEMON%20DAPAT%20MEREDAKAN,\(TPMB\)%20SURABAYA%20%7C%20Jurnal%20Keperawatan](https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Kep/article/view/376#:~:text=PEMBERIAN%20AROMATERAPI%20LEMON%20DAPAT%20MEREDAKAN,(TPMB)%20SURABAYA%20%7C%20Jurnal%20Keperawatan)
- Ermawati C & Noviyani E.P. (2023). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Pemberian Seduhan Jahe Merah Hangat Pada Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I di PMB Cahyani Tahun 2023. Retrieved 10 10, 2024
- Ermawati. C & Noviyani. E.P. (2023). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Pemberian Seduhan Jahe Merah Hangat Pada Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I di PMB Cahyani Tahun 2023. Retrieved 11 2024, 17, from <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/9358/6705>
- Fitria, R. (2023). Efektifitas Jahe Untuk Menurunkan Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di Puskesmas Dolok Masihul Kec. Dolok Masihul Kab. Serdang Bedagai. Retrieved 11 17, 2024, from <https://media.neliti.com/media/publications/138358-ID-none.pdf>

- Haridawati. (2020). PENGARUH JAHE (ZINGIBER OFFICINALE) HANGAT DALAM MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUMDI WILAYAH KERJA PUSKESMAS HARAPAN RAYA PEKANBARU. Retrieved 11 17, 2024, from <https://jurnal.ikta.ac.id/kebidanan/article/view/424/123>
- Haridawati. (2023). PENGARUH JAHE (ZINGIBER OFFICINALE) HANGAT DALAM MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUMDI WILAYAH KERJA PUSKESMAS HARAPAN RAYA PEKANBARU. Retrieved 10 10, 2024, from <https://jurnal.ikta.ac.id/kebidanan/article/view/424/123>
- Hasna Fauzi Nafilah & Bambang Kholiq Mutaqin. (2023). Analisis Pemasaran Jahe Merah Serbuk secara Offline dan Online di Masa Pandemi Covid-19 Kasus di PT Wangunsari Pratama. Retrieved 10 10, 2024, from <https://45523-184167-1-PB.pdf>
- Indah, W. (2023). PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI JAHE TERHADAP PENURUNAN EMESIS GRAVIDARUM. Retrieved 10 10, 2024, from <https://5109-Article%20Text-19736-1-10-20231108.pdf>
- Jordan, S. (2021). *Farmakologi Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- KEMEMKES RI. (2023). PROFIL KESEHATAN INDONESIA TAHUN 2023. Retrieved 11 08, 2024, from <https://172231123666a86244b83fd8.51637104.pdf>
- KEMENKES RI. (2022). PROFIL KESEHATAN INDONESIA TAHUN 2022. Retrieved 11 08, 2024, from <https://1702958336658115008345c5.53299420.pdf>
- Khadijah, S. R. (2020). Perbedaan Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Ibu Hamil dengan Mual Muntah Trimester I di BPM Nina Marlina Bogor tahun 2020. Retrieved 11 2024, 17, from <https://media.neliti.com/media/publication/s/330892-perbedaan-efektivitas-pemberian-aromater-543b94e2.pdf>
- Khasandra Nur Azaria, Anjarwati. (2023). Pengaruh Aromaterapi Jahe Untuk Mengurangi Mual dan Muntah. Retrieved 10 10, 2024, from <https://926-Article%20Text-4524-1-10-20230821.pdf>
- Kristiningtyas Y.D & Nurcahyati A.D. (2023). EFEKTIVITAS REBUSAN JAHE TERHADAP PENURUNAN EMESIS GRAVIDARUM. Retrieved 10 10, 2024, from <https://jurnal.ikta.ac.id/kebidanan/article/view/424/123>
- Kurnia, H. (2024). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. doi:<https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v11i1.617>
- Kusmiyati, Y. (2022). Perawatan Ibu Hamil. Retrieved 10 2024, 20, from https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=BaVpfusAAAAJ&citation_for_view=BaVpfusAAAAJ:u5HHmVD_uO8C
- Lestari, L. (2019). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum Di BPM Ruji Aminah Amd. Keb Desa Pojoksari Kec. Ambarawa Kab. Semarang. 2019. Retrieved 11 08, 2024
- Mandang, Jenni, dkk. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Bogor: In Media.
- Meliala et all. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kabanjahe Kab. Karo Tahun 2023. Retrieved 11 08, 2024, from <http://01-14+Faktor-Faktor+Yang+Mempengaruhi+Kejadian+Hiperemesis+Gravidarum+Pada+Ibu+Hamil+Di+Puskesmas+Kabanjahe+Kab.+Karo+Tahun+2023.pdf>
- Munir R. et all. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hiperemesis Gravidarum. Retrieved 11 25, 2024, from <https://formilkesmas.respati.ac.id/index.php/formil/article/view/460/179>
- Persis Mary Hamilton, Ni Luh Gede. (2021). Dasar-dasar keperawatan maternitas. Retrieved 10 2024, 20, from <https://lib.ui.ac.id/detail.jsp?id=20284507>
- Poerwadi, R. (2023). *Aromaterapi : Sahabat Calon Ibu*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Putri, Dwi. A dan Haniarti. (2022). Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. Retrieved 11 17, 2024, from <https://eprints.uad.ac.id/5407/>

- Rahmi. S et all. (2023). Hubungan Usia Gestasi Dan Paritas Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Manna Kabupaten Bengkulu Selatan. Retrieved 11 25, 2024, from https://www.researchgate.net/publication/380718758_Hubungan_Usia_Gestasi_Dan_Paritas_Dengan_Kejadian_Hiperemesis_Gravidarum_Pada_Ibu_Hamil_Di_Wilayah_Kerja_Puskesmas_Pasar_Manna_Kabupaten_Bengkulu_Selatan/fulltext/664a9db7bc86444c72eea31c/Hubungan-Usia-Ge
- Rindasari Munir et all. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil. doi:<https://doi.org/10.35842/formil.v7i3.460>
- Rudiyanti. N & Rosmadewi. (2022). HUBUNGAN USIA, PARITAS, PEKERJAAN DAN STRESS DENGAN EMESIS GRAVIDARUM DI KOTA BANDAR LAMPUNG. Retrieved 11 11, 2024, from https://Hubungan_Usia_Paritas_Pekerjaan_dan_Stres_dengan_E.pdf
- Sarina & Simanullang. E. (2023). Hubungan Status Nutrisi terhadap Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil di BPM Sarina Banyuasin Sumatera Selatan Tahun 2023. doi:<https://doi.org/10.62383/ikg.v1i4.891>
- Sulistiyowati, R. (2021). *EFEKTIVITAS PEMBERIAN REBUSAN JAHE DAN MADU TERHADAP MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS KARANGANYAR II KABUPATEN DEMAK*. Retrieved 11 11, 2024, from <https://repository.unissula.ac.id/23897/>
- Sulistiyowati, R. (2021). *EFEKTIVITAS PEMBERIAN REBUSAN JAHE DAN AROMA TERAPI LEMON TERHADAP MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS KARANGANYAR II KABUPATEN DEMAK*. Retrieved 12 2024, 15
- Suririnah. (2022). *Buku Pintar Kehamilan Dan Persalinan Panduan Bagi Calon Ibu Menjalani Kehamilan Yang Sehat Dan Menyenangkan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Syafiq. A, Fikawati. S & Karima. K. (2022). *Gizi Ibu Dan Bayi*. Depok: Rajawali Press.
- Syamsudin. (2022). *Farmakoterapi Gangguan Saluran Pencernaan*. Jakarta: EGC.
- WHO. (2020). HEALTH TOPIC: MORNING SICKNESS. Retrieved 11 08, 2024, from <https://www.who.int/health-topics/#E>