

Perbedaan Pengaruh Jahe, Aromaterapi *Oil Lavender* dan Musik Klasik terhadap Pengurangan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I

The Differences of Effect in The Ginger, Oil Lavender Aromatherapy and Classic Music on Reduction of Emesis Gravidarum in Trimester I Pregnant Women

Henik Istikhomah¹, Sri Wahyuni²

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Surakarta Jurusan Kebidanan

¹Email: janeetaqueen@gmail.com

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan gangguan yang paling sering di jumpai pada 70% ibu hamil. Penatalaksanaan nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk menangani emesis gravidarum adalah jahe, aromaterapi oil lavender, dan musik klasik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh jahe, aromaterapi oil lavender, dan musik klasik terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasy-eksperiment* dengan rancangan *three group comparison pretest-posttest design* secara *time series*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, jumlah sampel 28 orang ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Jogonalan II, 22 orang ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kebonarum, dan 25 orang ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Prambanan. Kemudian dibagi menjadi 3 kelompok yaitu jahe, kelompok aromaterapi oil lavender, dan kelompok musik klasik. Jahe menurunkan score *emesis gravidarum* sebesar 3,23. Aromaterapi oil lavender menurunkan score *emesis gravidarum* sebesar 4,42. Musik klasik menurunkan score *emesis gravidarum* sebesar 2,03. Penelitian ini menunjukkan ada pengaruh pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I, tetapi perbedaan pengaruhnya tidak signifikan karena sama memiliki *p value* = 0,000 < 0,05.

Kata kunci : jahe, aromaterapi *oil lavender*, musik klasik, *emesis gravidarum*

ABSTRACT

Emesis gravidarum is the most common disorder found in 70% of pregnant women. Nonpharmacological treatments that can be used are ginger, oil lavender aromatherapy, and classical music. The purpose of this study was to determine the differences in the effect of ginger, oil lavender aromatherapy, and classical music on reducing *emesis gravidarum* in the first trimester of pregnant women. The research method used a *quasy-experiment* with a *three-group comparison pretest-posttest design* in a *time series*. The sampling technique used *purposive sampling*, the sample size was 28 pregnant women in the working area of the Jogonalan II Health Center, 22 pregnant women in the Kebonarum Health Center, and 25 pregnant women in the Prambanan Health Center. Then divided into 3 groups, namely the ginger group, the oil lavender aromatherapy group, and the classical music group. Ginger reduced the *emesis gravidarum* score by 3,23. Oil lavender aromatherapy reduced the *emesis gravidarum* score by 4,42. Classical music lowers the *emesis gravidarum* score by 2,03. This study shows that there is an effect of reducing *emesis gravidarum* in first trimester pregnant women, but the difference in the effects is not significant because they have the same *p value* = 0,000 < 0,05.

Keywords : ginger, oil lavender aromatherapy, classical music, *emesis gravidarum*

PENDAHULUAN

Emesis gravidarum merupakan gangguan pada masa kehamilan yang paling sering di jumpai pada 70% ibu

hamil. Gangguan ini biasanya dialami pada kehamilan usia 6 sampai 8 minggu dan rata-rata berkurang pada usia hamil 16 sampai 20 minggu (Fejzo et al.,

2019). Kasus *emesis gravidarum* sering dijumpai pada usia kehamilan 16 minggu pertama, biasanya terjadi 60-80% dengan kehamilan pertama serta 40-60% pada ibu yang sudah pernah hamil lebih dari satu kali (Kementrian Kesehatan RI, 2017).

Emesis gravidarum disebabkan oleh perubahan sistem endokrin di dalam tubuh ibu selama kehamilan, salah satunya karena meningkatnya hormon estrogen serta Human Chorionic Gonadotrophin (HCG). Kenaikan hormon ini belum ditemukan dengan jelas mengenai penyebabnya, kemungkinan bisa disebabkan oleh adanya penyampaian informasi mual di sistem saraf pusat atau berkurangnya proses pengosongan lambung, sehingga menyebabkan *emesis gravidarum*. (Tiran, 2009).

World Health Organization menyatakan bahwa angka kasus ketidaknyamanan *emesis gravidarum* pada ibu hamil sedikitnya terjadi pada 15% dari semua wanita hamil. Dan sedikitnya terdapat 10% jumlah kasus di Indonesia (WHO, 2014). Menurut BPS Jawa Tengah tahun 2021 terdapat 545813 ibu hamil yang telah melakukan kunjungan, dimana 80% diantaranya mengeluhkan *emesis gravidarum* dalam

kehamilan. Dari data tersebut, sejumlah 15386 diantaranya merupakan ibu hamil yang telah melakukan kunjungan K1 di Kabupaten Klaten dan hampir 90% diantaranya mengeluh *emesis gravidarum* dengan cakupan penanganan *emesis gravidarum* baru mencapai 82,6% dibandingkan wilayah lain yang bisa mencapai hampir 150% atau lebih. (BPS JATENG, 2021).

Berdasarkan lokasi penelitian yaitu Puskesmas Jogonalan II Klaten, dari 32 ibu hamil trimester I yang melakukan kunjungan K1, 28 (87,5%) diantaranya mengeluhkan *emesis gravidarum* dalam kehamilannya. Pada wilayah kerja Puskesmas Kebonarum Klaten, dari 25 ibu hamil trimester I yang telah melakukan kunjungan K1 sebanyak 22 (88%) ibu diantaranya juga mengeluhkan *emesis gravidarum* dalam kehamilannya. Pada wilayah kerja Puskesmas Prambanan Klaten, dari sejumlah 28 orang ibu hamil trimester I yang sudah datang untuk K1 sebanyak 25 (89%) orang diantaranya mengeluhkan *emesis gravidarum* dalam kehamilannya.

Emesis gravidarum merupakan kasus fisiologis pada ibu hamil yang akan hilang seiring menuanya usia kehamilan. Akan tetapi, banyak juga

kasus *emesis gravidarum* berkembang menjadi kasus *hiperemesis gravidarum* karena tidak segera diatasi. Dampak *emesis gravidarum* pada ibu hamil adalah perubahan keseimbangan elektrolit dalam tubuh, penurunan berat badan drastis, malnutrisi, dehidrasi, bahkan kerusakan organ. Selain itu dampak lebih buruk bisa menghambat pertumbuhan janin dan terjadinya persalinan prematur (Liu et al., 2022).

Penatalaksanaan *emesis gravidarum* yang terjadi pada kehamilan tergantung pada gejala yang dirasakan oleh ibu hamil. Pengobatan melalui metode farmakologi bisa berupa diberikan beberapa jenis obat seperti antiemetik, antihistamin, antikolinergik, dan kortikosteroid. Sementara itu, secara non farmakologi adalah dengan cara makan sering dalam porsi kecil, makan makanan karbohidrat tinggi, dan dengan terapi komplementer. Terapi komplementer yang dimaksud contohnya adalah akupunktur, minum peppermint tea, aromaterapi lemon, lavender, jahe, spearmint, dan ginger tea (Wiknjastro, 2009).

Jahe merupakan salah satu jenis tanaman herbal sekaligus bisa menjadi media terapi komplementer untuk menangani *emesis gravidarum*.

Kandungan minyak atsiri di dalam jahe terasa menyegarkan dan dapat mencegah rasa mual muntah sehingga sistem syaraf tubuh bisa bekerja dengan baik karena peredaran darah yang lancar, dan mual muntah pun bisa diatasi. (Nikita, 2011).

Terapi komplementer lain yang saat ini digunakan dalam pelayanan kebidanan adalah aromaterapi. Salah satu jenis aromaterapi adalah bunga lavender. Bunga lavender memiliki beberapa komposisi utama yang sangat berkhasiat tinggi diantaranya adalah *linalool*, *linalylacetat*, *1,8-cineole*, *Bocimene*, *terpinene-4-ol* dan kamper. Di dalam *linalool* terdapat zat sedaktive atau penenang yang akan memengaruhi sistem neorendokrin tubuh dimana efeknya memberikan pelepasan pada hormon neurotransmitter di dalam tubuh sehingga tubuh ibu hamil terasa lebih nyaman (J. Buckle, 2003).

Terapi komplementer lain yang bisa digunakan adalah terapi musik. Terapi musik memiliki banyak manfaat, diantaranya adalah dapat menyembuhkan penyakit serta ketidaknyamanan fisik maupun psikis pasien. Selain itu musik juga memberikan rangsangan pada sistem saraf otonom berupa rangsangan

simpatis dan parasimpatis dimana efeknya dapat menurunkan frekuensi nadi serta bisa memberikan perasaan rileks pada tubuh (Natalia, 2013).

Menurut Rosalinda (2019) pemberian aromaterapi lavender lebih signifikan menurunkan tingkat *emesis gravidarum* dibandingkan dengan pemberian konseling pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil.

Menurut Herviza wulandary, Ririn anggraeni sitorus (2020) terdapat pengaruh musik klasik terhadap penurunan *emesis gravidarum* yang terjadi pada ibu hamil trimester I dengan nilai $p\text{-value } 0,000 < 0,05$.

Menurut (Herawati, 2022) kombinasi aromaterapi lavender dipadukan dengan distraksi terapi musik (mozart) efektif dalam mengurangi *emesis gravidarum* dan bisa digunakan dalam media pengobatan non farmakologi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh aromaterapi oil lavender dan musik klasik terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Kabupaten Klaten.

METODE PENELITIAN

Menggunakan jenis penelitian *quasi-eksperimen* dengan rancangan *three group comparison pretest-posttest secara time series design* yang memilih kelompok dengan 3 kelompok sampel dan dilakukan secara *time series* serta dilakukan intervensi sebanyak 4 kali perlakuan. Sebelum dilakukan perlakuan yang pertama dilakukan pretest dan setelah dilakukan perlakuan yang pertama dilakukan posttest, dan dilanjutkan sampai perlakuan keempat tetapi hanya dilakukan posttest setiap dilakukan perlakuan.

Intervensi yang dilakukan adalah pengonsumsi kapsul jahe 500 mg 1x4 hari, inhalasi aromaterapi oil lavender secara inhalasi selama 1x4 hari selama 10 menit, di ruangan yang tenang, tertutup, dan duduk bersandar dengan jarak 3-5 cm dari hidung, serta pemberian terapi musik klasik selama 1x4 hari selama 10 menit di ruangan tenang, tertutup dan duduk bersandar menggunakan headset

Populasi penelitian ini meliputi 32 ibu hamil dari Puskesmas Jogonalan II, 25 ibu hamil dari Puskesmas Kebonarum, dan 28 ibu hamil dari Puskesmas Prambanan yang mengalami

keluhan mual muntah dalam kehamilannya. Kemudian dengan teknik *purposive sampling* diambil 75 sampel yang dibagi menjadi 3 kelompok yaitu

25 ibu hamil intervensi jahe, 25 ibu hamil intervensi aromaterapi oil lavender, dan 25 ibu hamil intervensi musik klasik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Jahe, Aromaterapi Oil Lavender, dan Musik Klasik.

Tabel 1. Tingkat *Emesis Gravidarum* Pada Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Jahe, Aromaterapi Oil Lavender dan Musik Klasik Pada Ibu Hamil Trimester I

Tingkat <i>Emesis Gravidarum</i> (Score)	Jahe (%)		Oil Lavender (%)		Musik Klasik (%)	
	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
Tidak <i>Emesis Gravidarum</i> (0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
Ringan (1-20)	14 (56.0)	15 (60.0)	16 (64.0)	19 (76.0)	16 (64.0)	18 (72.0)
Sedang (21-40)	9 (36.0)	9 (36.0)	9 (36.0)	6 (24.0)	8 (32.0)	7 (28.0)
Berat (41-60)	2 (8.0)	1 (4.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (4.0)	0 (0.0)
Sangat Berat (61-80)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

n = jahe (25); n = lavender (25); n = musik klasik (25)

Tingkat *emesis gravidarum* setelah mendapatkan jahe, aromaterapi oil lavender, dan musik klasik mengalami penurunan setelah dilakukan intervensi, yaitu terjadi perubahan tingkat *emesis gravidarum* dari berat menjadi sedang, dari sedang menjadi ringan. Namun pada *emesis gravidarum* tingkat ringan setelah diberikan

intervensi tetap berada pada *emesis gravidarum* tingkat ringan.

Score tingkat *emesis gravidarum* baik pada kelompok responden jahe, kelompok aromaterapi oil lavender, dan kelompok musik klasik sebelum dan sesudah diberikan intervensi disajikan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Uji *Paired Sample t-test* Pada Kelompok Jahe, Aromaterapi Oil Lavender, dan Musik Klasik

Variabel	N	SUM Score		Selisih Score	SUM Mean		Selisih Mean
		Pretest	Posttest		Pretest	Posttest	
Jahe	25	544.00	463.25	80.75	21.76	18.53	3.23
Aromaterapi Oil Lavender	25	470.00	359.50	74.50	18.80	14.38	4.42
Musik Klasik	25	473.00	422.25	50.75	18.92	16.89	2.03

n = jahe (25); n = lavender (25); n = musik klasik (25)

Tabel 2 diatas menunjukkan tingkat *emesis gravidarum* pada kelompok responden dengan jahe,

aromaterapi oil lavender maupun musik klasik setelah dilakukan intervensi akan terjadi perubahan tingkat emesis dari

berat menjadi sedang, dari sedang menjadi ringan. Namun pada *emesis gravidarum* tingkat ringan setelah diberikan intervensi tetap berada pada *emesis gravidarum* tingkat ringan.

Menurut J. Buckle (2003) dalam Pratiwi & Subarnas (2020) buku *essential oils in practice second edition* menyebutkan bahwa kandungan minyak esensial yang terdapat dalam aromaterapi memiliki beberapa manfaat seperti sebagai *mood modulator* dan memberikan efek *sedative* serta *anxiolytic*. Hal ini terjadi karena adanya kandungan utama berupa *linalool* dalam lavender. *Linalool* bermanfaat dalam memperbaiki sistem kerja saraf dalam tubuh serta otot tubuh yang terasa tidak nyaman. Selain itu juga terdapat kandungan utama lain dari bunga lavender yaitu *linalil*. Khasiat dari kandungan *linalil* dalam bunga lavender adalah memberikan efek menenangkan, *sedatif* serta membantu dalam meregulasikan sistem saraf pusat. Bau lavender yang berasal dari molekul ini juga berpengaruh dalam memberikan efek rileks serta tenang pada sistem saraf pusat dengan cara menstimulasi saraf olfaktorius sehingga berdampak pada penurunan frekuensi *emesis gravidarum*.

Menurut Assa Aprin Tania et al. (2022) jenis terapi herbal dapat digolongkan menjadi dua jenis sediaan berupa sediaan aromaterapi dan sediaan ekstrak. Sediaan aromaterapi memiliki keefektifan dalam menurunkan frekuensi *emesis gravidarum*. Jenis terapi herbal tersebut diantaranya adalah bisa berupa mint, lemon, jahe, dan lavender. Sediaan aromaterapi dapat menurunkan frekuensi *emesis gravidarum* dengan perlakuan selama 10 menit dengan menggunakan 2-3 tetes oil sebagai dosisnya.

Jahe memiliki kandungan yang dapat menghentikan serotonin yaitu neurotransmitter yang disintesis pada neuron - neuron serotonergis dalam sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan sehingga bermanfaat sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut dan dapat mengatasi *emesis gravidarum* (Ahmad, 2013 dalam (Parwitasari, 2013).

Mekanisme jahe dalam mencegah mual muntah adalah diawali dengan memberikan stimulasi motilitas pada traktus gastrointestinal yang sebelumnya hormon progesterone sudah menurunkannya dan stimulasi sekresi air liur, empedu serta produk sekresi

lambung yang lain. Kemudian aktivasi 5-HT₃ akan dihambat oleh jahe serta memberikan efek antagonis 5-HT₃ dan ondansetron yang menimbulkan rasa ingin mual dan muntah akibat kontraksi di perut. Manfaat jahe disini adalah akan memperbaiki saluran pencernaan yang tegang sehingga memberikan efek mual muntah menjadi berkurang. Adanya efek karminatif yang dikeluarkan jahe akan mencegah terjadinya pengeluaran gas pada lambung. Efek dimenhydinat pada jahe adalah antagonis zat histamin (H₁) dimana dapat menghambat stimulasi vestibular yang bekerja pada sistem otolit serta apabila penggunaan dalam dosis besar juga menghambat stimulasi pada kanal semisirkular. Dan yang terakhir jahe melalui hambatan saraf pusat atau perifer dapat menurunkan efek cisplatin (Rahmani, Al and Aly, 2014).

Menurut Tuner (2010) dalam buku music therapy menyebutkan bahwa perjalanan musik klasik dalam mengurangi emesis gravidarum melewati beberapa tahap. Tahap mekanisme musik klasik dalam mengurangi emesis gravidarum dimulai dari musik klasik yang didengarkan melalui gendang telinga, kemudian akan

menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta, kemudian akan menghasilkan stimulus yang kemudian ditransfer melalui akson pada serabut sensori asenden menuju neuron di Reticular Activating System (RAS). Kemudian nuclei spesifik akan mentransmisikan stimulus dari thalamus yang dalam perjalannya melewati area pada korteks cerebral, sistem limbik, dan korpus collosum serta melewati sistem saraf otonom yang berisi saraf simpatis dan parasimpatis serta melewati sistem neuroendokrin. Ketika melewati saraf simpatis dan parasimpatis akan menenangkan pikiran dan kataris emosi. Ketenangan yang dihasilkan oleh otak akan memberikan rasa relaks dan menurunkan hormon ACHT, prolaktin, dan menurunkan tingkat mual muntah pada ibu hamil. Hormon ACHT atau hormon adrenokortikotropik merupakan hormon di dalam tubuh yang berfungsi mengatur sekresi hormon kortisol. Hormon kortisol ini yang memengaruhi mual muntah pada seseorang. Jika musik klasik berhasil menurunkan hormon ACHT, maka hormon kortisol juga turun sehingga ibu hamil mengalami penurunan tingkat emesis gravidarum. Peningkatan kortisol adalah

penyebab stres pada ibu hamil yang dampaknya dapat memberikan stimulasi meningkatnya kadar hormon progesteron. Peningkatan hormon progesteron ini yang menjadi penyebab emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I (Prawirohardjo, 2014).

Alvarsson et al. (2010) dalam penelitiannya menyebutkan musik klasik nature sounds dengan volume 50 dB sangat efektif dalam coping stres ibu hamil. Stres ibu hamil berasal dari aktivitas mental akibat pengaruh keluarga ataupun lingkungannya, sehingga bisa memicu kerja lambung lebih berat dan terjadi emesis gravidarum. Apabila musik klasik nature sounds dapat mengendalikan stres pada ibu hamil khususnya pada trimester awal kehamilan, maka emesis gravidarum yang dialami ibu juga bisa dikurangi karena rangsangan musik.

Menurut (Mulyadi, 2010) terapi musik suara alam dapat menyembuhkan

kesehatan baik fisik, mental, emosional, dan spiritual seseorang. Dengan suara alam ibu hamil akan terdistraksi yaitu pengalihan pikiran dan konsentrasi atas rasa tidak nyaman yang dialami sehingga musik menjadikan pernafasan seseorang menjadi lebih rileks, dapat menurunkan denyut jantung seseorang, memberikan rasa nyaman, serta bisa menurunkan kadar kortisol yang tinggi dalam tubuh ketika stres. Prosesnya dimulai ketika musik suara alam didengarkan melewati telinga kemudian memengaruhi hipotalamus sehingga berpengaruh dalam pelepasan endorfin, peningkatan endorfin akan memengaruhi pelepasan kortisol. Endorfin dilepaskan menuju sistem peredaran darah serta menuju medula sponalis dan otak yang mana berfungsi dalam meningkatkan mengurangi nyeri serta meningkatkan perasaan rileks.

Besar Pengaruh Jahe, Aromaterapi Oil Lavender, dan Musik Klasik Terhadap Pengurangan *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I

Tabel 3. Pengaruh Jahe, Aromaterapi Oil Lavender, dan Musik Klasik Terhadap Pengurangan *Emesis Gravidarum* Ibu Hamil Trimester I

Variabel	n	SD		Mean		Selisih Mean	t	p-value
		Pretest	Posttest	Pretest	Posttest			
Jahe	25	11.17393	10.26557	21.76	18.53	3,23	12.228	0.000
Aromaterapi Oil Lavender	25	8.93495	7.90310	18.80	14.38	4.42	12.967	0.000
Musik Klasik	25	8.52530	8.82530	18.89	16.89	2.03	9.839	0.000

n = jahe (25); n = lavender (25); n = musik klasik (25)

Besarnya pengaruh terapi jahe terhadap pengurangan *emesis gravidarum* dilihat dari nilai *t* sebesar 12,228 dengan besarnya score pengurangan *emesis gravidarum* sebesar 3,23. Besarnya pengaruh yang diberikan aromaterapi oil lavender terhadap proses pengurangan *emesis gravidarum* dapat dilihat dari nilai *t* sebesar 12,967 dengan besarnya pengurangan score *emesis gravidarum* sebesar 4,42. Besarnya pengaruh terapi musik klasik terhadap proses pengurangan *emesis gravidarum* dapat dilihat dari nilai *t* sebesar 9,839 dengan besarnya pengurangan score *emesis gravidarum* sebesar 2,03.

Hasil uji statistik penelitian ini menunjukkan pemberian ketiga intervensi didapatkan hasil $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ yang menunjukkan terdapat pengaruh signifikan dalam pemberian terapi jahe, aromaterapi oil lavender, dan musik klasik terhadap pengurangan *emesis gravidarum* ibu hamil trimester I di Kabupaten Klaten.

Pada penelitian eksperimental oleh (McLain DE, 2009) aromaterapi oil lavender yang diberikan secara inhalasi manfaatnya dalam mengurangi keluhan *emesis gravidarum* signifikan. Hal ini karena didalam bunga lavender terdapat

kandungan linalool dan linalyl asetat yang tinggi dan kandungan ini memiliki efek sedatif yang dapat memberikan rasa nyaman akibat ketidaknyamanan *emesis gravidarum*.

Defrin (2014) membuktikan terdapat pengaruh jahe dalam menurunkan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I dengan hasil $p\text{ value} = 0,021 < 0,05$.

Hasil lain dari penelitian yang dilakukan oleh Ebtavanny et al (2022) menunjukkan jika pemberian jahe efektif dalam menurunkan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil dengan rerata sebesar 11% sampai 135% dimana ini juga menurunkan serta mengurangi tingkat keparahan *emesis gravidarum* menjadi tingkat ringan.

Hasil penelitian pada responden musik klasik ini juga sejalan dengan Rismawati dkk (2020) bahwa setelah diberikan intervensi terapi musik klasik diperoleh penurunan rata-rata *emesis gravidarum* dari 9,50 menjadi 7,72 yang menunjukkan bahwa musik klasik memiliki pengaruh signifikan terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

Perbedaan Pengaruh Jahe, Aromaterapi Oil Lavender dan Musik Klasik Terhadap Pengurangan *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I

Tabel 4. Perbedaan Pengaruh Pemberian Jahe, Aromaterapi Oil Lavender, dan Terapi Musik Klasik Terhadap Pengurangan *Emesis Gravidarum* Ibu Hamil Trimester I

Variabel	N	Mean		Selisih Mean	T	p-value
		Pretest	Posttest			
Jahe	25	21.76	18.53	3.23	12.228	0.000
Aromaterapi Oil Lavender	25	18.80	14.38	4.42	12.967	0.000
Musik Klasik	25	18.89	16.89	2.03	9.839	0.000

n = jahe (25); n = lavender (25); n = musik klasik (25)

Berdasarkan tabel 4 hasil uji statistik menunjukkan nilai rata-rata pengurangan tingkat *emesis gravidarum* ibu hamil trimester I sebelum diberikan intervensi jahe adalah sebesar 21.76 dan setelah diberikan intervensi menjadi 18.53 dengan selisih pengurangan tingkat *emesis gravidarum* sebesar 3,23. Sebelum diberikan intervensi aromaterapi oil lavender tingkat *emesis gravidarum* responden adalah sebesar 18,80 dan setelah diberikan intervensi terapi aromaterapi oil lavender adalah sebesar 14,38 dengan selisih pengurangan tingkat *emesis gravidarum* sebesar 4,42. Sedangkan rerata pengurangan tingkat *emesis* sebelum dilakukan intervensi sebesar 18,89 dan setelah diberikan perlakuan pada kelompok terapi musik klasik adalah sebesar 16,89 dengan selisih pengurangan *emesis gravidarum* sebesar 2,03.

Dari data statistik yang ada didapatkan kesimpulan bahwa besarnya

pengaruh antara jahe, aromaterapi oil lavender, dan musik klasik dalam penurunan score *emesis gravidarum* aromaterapi oil lavender pengaruhnya lebih besar dibandingkan jahe dan musik klasik (aromaterapi oil lavender = 4,42 ; jahe = 3,23 ; musik klasik = 2,03) akan tetapi apabila dilihat dari nilai p-value sebesar 0,000 dapat diartikan besarnya perbedaan pengaruh jahe, aromaterapi oil lavender, dan musik klasik tidak menunjukkan perbedaan. Keduanya memberikan pengaruh penurunan score *emesis gravidarum* yang signifikan karena kedua p-value 0,000 (sig $p < 0,05$). Hasil uji statistik ini menunjukkan jika jahe tidak lebih menurunkan *emesis gravidarum* dibandingkan aromaterapi oil lavender dan musik klasik.

Hasil ini didukung oleh penelitian dari Rosalina (2019) dan Herawati (2022) bahwa aromaterapi lavender memberikan pengaruh dalam pengurangan *emesis gravidarum* pada

ibu hamil trimester I dibandingkan terapi lainnya. Bau yang sudah tercium akan terhubung dengan saraf otak (cranial) yang saraf ini terhubung dengan indera pembau dan kemudian dihubungkan pada sel-sel reseptor. Ketika aromaterapi oil lavender dihirup melalui hidung, molekul dari aromaterapi akan dibawa oleh arus keatas hidung dan mengenai silia-silia yang lembut reseptor yang ada dan menempel pada rambut-rambut hidung, bola serta saluran olfactory menuju sistem limbik akan mentransmisikan pesan elektrokimia, pesan ini kemudian akan merangsang memori dan respon emosional bagi otak.

Hipotalamus kemudian akan meneruskan ke bagian otak lain. Kemudian akan muncul pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan efek relaks, euphoria, dan sedatif yang dihasilkan oleh otak. Sistem limbik akan memengaruhi perilaku tubuh untuk mencegah terjadinya mual muntah ibu hamil (Maria, 2006).

Sementara pada intervensi jahe stimulasi motilitas traktus gastrointestinal yang sebelumnya dihasilkan oleh hormon progesterone akan lebih dulu terjadi serta

stimulasinya akan disekresikan oleh saliva, empedu serta produk sekresi lambung yang lain. Kemudian, jahe mampu mengurangi aktivasi 5-HT₃, dan mencegah emesis gravidarum akibat adanya efek yang mirip dengan antagonis serotonin dan ondansetron yang kandungannya sering menyebabkan kontraksi pada perut.

Selain itu juga, terapi musik klasik hanya akan memicu hormon ACHT terlebih dahulu, yaitu yang berfungsi mengatur sekresi hormon kortisol. Peningkatan kortisol pada ibu hamil akan mengakibatkan tubuh dapat menstimulasi peningkatan hormon progesteron untuk mengurangi emesis gravidarum yang terjadi pada ibu hamil khususnya trimester pertama kehamilan (Prawirohardjo, 2014).

SIMPULAN

Tingkat *emesis gravidarum* pada kelompok responden dengan jahe, aromaterapi oil lavender maupun musik klasik setelah dilakukan intervensi akan terjadi perubahan tingkat *emesis gravidarum* dari berat menjadi sedang, dari sedang menjadi ringan. Namun pada *emesis gravidarum* tingkat ringan setelah diberikan intervensi tetap berada pada emesis gravidarum tingkat ringan.

Besarnya pengaruh jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum ditunjukkan dengan nilai $t = 12,228$ dan $p\text{-value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) dengan menurunkan tingkat emesis gravidarum sebesar 3,23. aromaterapi oil lavender terhadap pengurangan emesis gravidarum ditunjukkan dengan nilai $t = 12,967$ dan $p\text{-value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) dengan menurunkan tingkat emesis sebesar 4,42. Besarnya pengaruh terapi musik klasik terhadap pengurangan emesis gravidarum ditunjukkan dengan nilai $t = 9,839$ dan $p\text{-value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) dengan pengurangan tingkat emesis gravidarum sebesar 2,03.

Terdapat perbedaan pengaruh antara jahe, aromaterapi oil lavender dan musik klasik dibuktikan dengan perbedaan score t , namun perbedaan pengaruh tersebut tidak signifikan. Antara pemberian terapi jahe, terapi aromaterapi oil lavender, dan terapi musik klasik dalam pengurangan *emesis gravidarum* ibu hamil trimester I di Kabupaten Klaten memiliki nilai $p\text{-value}$ yang sama ($p\text{-value} < 0,05$). Aromaterapi oil lavender lebih mengurangi *emesis gravidarum* dengan rata-rata pengurangan tingkat *emesis gravidarum* sebesar 4,42. Sementara itu

terapi jahe memiliki rata-rata pengurangan tingkat *emesis gravidarum* sebesar 3,23 dan terapi musik klasik memiliki rata-rata pengurangan tingkat *emesis gravidarum* lebih rendah sebesar 2,03.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvarsson, J. J., Wiens, S., & Nilsson, M. E. (2010). Stress recovery during exposure to nature sound and environmental noise. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 7(3), 1036–1046. <https://doi.org/10.3390/ijerph7031036>
- Assa Aprin Tania, Ika Yudianti, Eny Sendra, & Ririn Indriani. (2022). The Effect of Herbal Therapy on Emesis Gravidarum. *Indonesian Journal of Sport Management and Physical Education*, 1(1), 11–38. <https://doi.org/10.55927/ijsmpe.v1i1.2207>
- Defrin, D. P. (2014). *Pengaruh Minuman Jahe Terhadap Frekuensi Emesis Pada Ibu Hamil Trimester Pertama di Puskesmas Pekkabata Kec. Polewali Kab. Polewali Mandar*.
- Ebtavanny, T. G., Hariadini, A. L., Mukti, A. W., Rahayu, A., Sari, P., Farmasi, J., Kedokteran, F., Brawijaya, U., & Farmasi, S. (2022). *Narrative Review: Pengaruh Jahe (Zingiber Officianale) terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil*. 3(1), 38–49.

- Fejzo, M. S., Trovik, J., Grooten, I. J., Sridharan, K., Roseboom, T. J., Vikanes, Å., Painter, R. C., & Mullin, P. M. (2019). Nausea and vomiting of pregnancy and hyperemesis gravidarum. *Nature Reviews Disease Primers*, 5(1). <https://doi.org/10.1038/s41572-019-0110-3>
- Lavender Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 48–55. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2489>
- Tuner, W. . (2010). *Music therapi*. <http://www.musictherapy.org>
- Herawati, I. (2022). Efektifitas Kombinasi Pemberian Aromaterapi Lavender dan Distraksi Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Penurunan Intensitas Skala Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Antara Kebidanan*, 5(1), 47–55.
- Herviza wulandary, Ririn anggraeni sitorus, R. (2020). *Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Desa Sei Serindan*. XII(01), 129–137.
- Mclain DE. (2009). Chronic Health Effect Assessment of Spike Lavender Oil. In *Walker Doney and Associates* (pp. 1–18).
- Mulyadi, E. (2010). Pengaruh musik suara alam terhadap tekanan darah ibu hamil di polindes pagar batu kecamatan saronggi Kabupaten Sumenep. *Jurnal Kesehatan "Wiraraja Medika,"* 3–9.
- Pratiwi, F., & Subarnas, A. (2020). Aromaterapi Sebagai Media Relaksasi. *Farmaka*, 18(3), 66–75. <https://jurnal.unpad.ac.id/farmaka/article/view/27910>
- Prawirohardjo, S. (2014). Ilmu Kebidanan. In *Jakarta: PT. Bina Pustaka*.
- Rosalinna, R. (2019). Aromaterapi