

Article

## **MESSAGE COUNTER PRESSURE DAN AROMA TERAPI PAPPERMINT MENURUNKAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM DI PONED PUSKESMAS TANAH MERAH**

Zakkiyatus Zainiyah<sup>1</sup>, Eny Susanti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Pendidikan Profesi Bidan, STIKes Ngudia Husada Madura

### SUBMISSION TRACK

Recieved: February 28, 2022  
Final Revision: March 03, 2022  
Available Online: March 15, 2022

### KEYWORDS

*Massage, Counter Pressure, Peppermint, Hiperemesis Gravidarum*

### CORRESPONDENCE

Phone: 081216650509  
E-mail: zzainiyah@gmail.com

### A B S T R A C T

Hiperemesis gravidarum adalah mual dan muntah berlebihan yang terjadi selama masa hamil. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di ruang PONED Puskesmas Tanah Merah didapatkan data selama 3 bulan terakhir sebanyak 15 orang ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum dirawat di ruang PONED Puskesmas Tanah merah, dengan rata-rata lama perawatan 4 sampai 5 hari. Tujuan penelitian menganalisis pengaruh Massage Counter Pressure dan peppermint terhadap keluhan hiperemesis gravidarum di ruang poned puskesmas tanah merah. Desain penelitian ini adalah *Quasy Eksperimen* dengan pendekatan *Pretest posttest with control group design*. Variabel independen Massage Counter Pressure dan peppermint, variabel dependennya hiperemesis gravidarum. Populasi penelitian ini adalah pasien hiperemesis gravidarum dengan sampel 15 responden menggunakan teknik *Accidental sampling*. Alat ukur penelitian ini adalah skala PUQE, di analisis uji statistik *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Dan disetujui oleh komisi etik penelitian kesehatan dengan No:932/KEPK/STIKES-NHM/EC/II/2022. Hasil penelitian kelompok perlakuan sebelum diberikan intervensi Massage Counter Pressure rata-rata 12.67, setelah diberikan intervensi rata-rata 6.00. Hasil uji statistic didapatkan hasil *p Value*  $0.026 < \alpha (0,05)$  yang menunjukkan ada perbedaan keluhan sebelum dan sesudah diberikan Massage Counter Pressure. Kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi aromaterapi peppermint rata-rata 12.00 dan setelah diberikan intervensi pemberian aromaterapi peppermint rata-rata 5.83. Hasil uji statistik didapatkan hasil *p Value*  $0.026 < \alpha (0,05)$  ada perbedaan keluhan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi peppermint. Kelompok perlakuan dan kontrol, *p Value*  $0,665 > \alpha (0,05)$  yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan keluhan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil yang diberikan Massage Counter Pressure dan aromaterapi peppermint. Massage Counter Pressure dan peppermint dapat dimanfaatkan sebagai upaya untuk mengurangi keluhan hiperemesis gravidarum karena terbukti efektif.

## I. INTRODUCTION

Hiperemesis gravidarum merupakan masalah dalam kehamilan trimester pertama berupa gejala mual muntah yang berlebihan dan mengganggu aktifitas sehari hari karena melebihi muntah normal (Lowdermilk, 2012).

Menurut Herrell (2013) dari 80% ibu hamil yang dirawat karena keluhan hiperemesis gravidarum mengatakan keluhan tersebut dirasakan menetap sepanjang hari, dan sekitar 1,8% ibu hamil yang dirawat mengatakan gejala keluhan emesis pada pagi hari saja. Keluhan mual muntah ini dirasakan ibu hamil setelah 6 minggu setelah terlambatnya haid dan berlangsung sampai dengan usia kehamilan 10

hamil 20 minggu. Hiperemesis gravidarum adalah indikasi paling umum untuk rawat inap pada wanita hamil muda. Insiden hiperemesis gravidarum yang diobati adalah 11,4% dari semua ibu hamil yang diobati pada usia kehamilan muda. Menginap di rumah sakit untuk pasien dengan hiperemesis gravidarum biasanya 2 sampai 3 hari dengan perawatan yang baik. Lama rawat inap pada hiperemesis gravidarum dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: B. Status klinis, intervensi medis dan manajemen ibu yang dirawat di rumah sakit (Lowdermilk, 2012).

Sebuah penelitian sebelumnya menemukan bahwa 25% ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum dirawat di rumah sakit beberapa kali, dan kadang-kadang kondisi tersebut berlanjut dan sulit diobati, membuat ibu hamil ingin mengakhiri kehamilannya. Saya punya ide (Gunawan, 2011). Pada wanita hamil yang dirawat di rumah sakit karena hiperemesis gravidarum pada kehamilan sebelumnya,

20% kehamilan berikutnya memerlukan rawat inap (Herrell, 2013)

Penyebab dari hiperemesis gravidarum sampai saat ini belum diketahui penyebab pasti, kejadian hiperemesis gravidarum sering disebabkan karena perubahan hormonal di awal kehamilan namun juga disebabkan berbagai faktor lainnya. Diantara faktor lainnya adalah ibu primigravida (hamil pertama kali), merokok, dan sering mengonsumsi minuman yang mengandung alkohol (Cunningham, 2014). Selain faktor tersebut, hiperemesis juga berkaitan dengan usia ibu saat hamil yang terlalu muda, jarak kehamilan terlalu dekat, ibu yang obesitas dan ibu yang merokok (Creasy 2014).

Salah satu perawatan aromaterapi yang paling aman selama kehamilan adalah aromaterapi peppermint untuk mengatasi mual, morning sickness, dan pusing. Pijat merangsang tubuh untuk melepaskan endorfin. Endorfin bertindak sebagai penghilang rasa sakit dan menciptakan sensasi yang menyenangkan. Pijatan lembut dapat membantu menyegarkan, merilekskan dan menghibur ibu selama persalinan. (Cathy, 2015).

## II. METHODS

Penelitian ini menggunakan desain Quasy eksperimen, yaitu pre post test design with control group design. Variabel independen Massage Counter Pressure dan peppermint, variabel dependennya hiperemesis gravidarum. Populasi penelitian ini adalah pasien hiperemesis gravidarum dengan sampel 16 responden menggunakan teknik *Accidental sampling* pada bulan Februari-Maret 2022. Kriteria inklusi ibu hamil trimester 1 dengan keluhan hiperemesis gravidarum dan tidak mempunyai penyakit lain seperti gastritis dan hepatitis. Alat ukur penelitian ini adalah skala PUQE untuk mengukur keluhan

hyperemesis gravidarum (Irianti, 2014). Analisis uji statistik *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Dan disetujui oleh komisi etik penelitian kesehatan dengan No:932/KEPK/STIKES-NHM/EC/II/2022

**III. RESULT**

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden

Variabel	Massage Counter Pressure		Peppermint	
	Jumlah	%	Jumlah	%
<b>Usia</b>				
21 – 25	6	100	8	80
26 – 30	0	0	2	20
<b>Paritas</b>				
Primi	5	55.5	4	57.1
Multi	4	44.5	3	42.9

Usia pada kelompok massage counter pressure seluruhnya 21-35 tahun, pada kelompok peppermint sebagian besar juga berusia 21-35 tahun, paritas pada

kelompok massage counter pressure sebagian primigravida dan pada papperint juga primigravida.

Tabel 2 Keluhan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Hiperemesis Gravidarum yang Diberikan Massage Counter Pressure

Kode Responden	Frekuensi mual dan muntah (Indeks PUQE)	
	Pre test	Post test
1	13	6
2	15	7
3	10	6
4	14	7
5	14	7
6	10	3
7	10	3
8	15	7
Mean	13.67	6.00

P value: .026  
 Uji Statistik Wilcoxon Positif Rank: 0<sup>b</sup>  
 Negatif Rank: 6<sup>a</sup>  
 Ties: 0<sup>c</sup>

Hasil frekuensi mual dan muntah yang dinilai dengan indeks PUQE sebelum

diberikan intervensi pemberian massage

counter pressure dengan hasil mean 12.67 dan didapatkan hasil frekuensi

Berdasarkan hasil uji statistik wilcoxon didapatkan hasil *p Value*  $0.026 < \alpha (0,05)$  yang menunjukkan ada perbedaan keluhan mual dan muntah sebelum dan setelah diberikan massage counter pressure.

Tabel 3 Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Hiperemesis Gravidarum yang Diberikan Aromaterapi

Kode Responden	Frekuensi mual dan muntah (Indeks PUQE)	
	Pre test	Post test
1	14	7
2	10	6
3	13	7
4	13	6
5	9	3
6	13	6
7	13	6
8	13	6
Mean	13.00	5.83

P value: .026  
 Uji Statistik Wilcoxon Positif Rank: 0<sup>b</sup>  
 Negatif Rank: 6<sup>a</sup>  
 Ties: 0<sup>c</sup>

Hasil frekuensi mual dan muntah yang dinilai dengan indeks PUQE sebelum diberikan intervensi pemberian aromaterapi peppermint dengan hasil

mean 12.00 dan didapatkan hasil frekuensi mual dan muntah yang dinilai dengan indeks PUQE setelah diberikan intervensi pemberian aromaterapi peppermint di ruang Poned Puskesmas Tanah Merah dengan hasil mean 5.83. Berdasarkan hasil uji statistik wilcoxon didapatkan hasil *p Value*  $0.026 < \alpha (0,05)$  yang menunjukkan ada perbedaan keluhan mual dan muntah setelah diberikan aromaterapi peppermint.

Tabel 4 Perbedaan Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum yang Diberikan Massage Counter Pressure dan Aromaterapi Peppermint.

Kode Responden	Frekuensi Mual dan Muntah 12 jam terakhir (Indeks PUQE)	
	Kelompok	Kelompok Kontrol

mual dan muntah yang dinilai dengan indeks PUQE setelah diberikan intervensi pemberian

massage counter pressure di ruang Poned Puskesmas Tanah Merah dengan hasil mean 6.00.

	Perak (002)	(Peppermint)
1	6	7
2	7	6
3	6	7
4	7	6
5	7	3
6	3	6
7	3	6
8	3	6
Mean	6.00	5.83

---

*Uji Mann Whitney U*  
 $Z = -.433$   
*Asymp. sign (P Value)=0.665*

---

Hasil mean 6.00 pada kelompok perlakuan dan 5.83 pada kelompok kontrol. Pada uji statistik *Mann Whitney U*, di dapatkan hasil *p Value*  $0,665 > \alpha (0,05)$  yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan keluhan hiperemesis

#### IV. DISCUSSION

##### **Keluhan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum yang Diberikan Massage Counter Pressure dan Aromaterapi Peppermint.**

Berdasarkan hasil uji *Mann Whitney U* pada dua kelompok perlakuan dan kontrol di dapatkan nilai *p Value*  $0,665 > \alpha (0,05)$  yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan keluhan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil setelah diberikan massage counter pressure dan aromaterapi peppermint di ruang Poned Puskesmas Tanah Merah, Massage counter pressure dan aroma terapi peppermint sama-sama efektif dalam menurunkan keluhan mual dan muntah pada hyperemesis gravidarum.

Pemberian massage counter pressure dan aromaterapi peppermint memberikan pengaruh terhadap keluhan hiperemesis gravidarum, karena terapi komplementer menjadi salah satu pengobatan alternatif yang dapat digunakan pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum. massage counter pressure dan aromaterapi peppermint dapat memberikan kenyamanan (relaksasi) bagi yang menggunakannya. Minyak atsiri aromaterapi dapat mengatasi penyakit fisik dan psikis. Cara termudah adalah penciuman dengan mencium minyak esensial.

gravidarum pada ibu hamil yang diberikan massage counter pressure dan aromaterapi peppermint di ruang Poned Puskesmas Tanah Merah.

Bau merangsang memori emosional dengan memicu respons fisik dalam bentuk perilaku. Aroma yang sangat lembut dan menyenangkan dapat membangkitkan kegembiraan dan perasaan tenang dan rileks (Alankar, 2009).

Bau mempengaruhi kesehatan dalam jangka panjang dan mempengaruhi memori dan emosi dalam jangka pendek, mengirimkan pesan elektrokimia ke bagian sistem saraf pusat, merevitalisasi dan mengirimkan pesan positif ke seluruh tubuh melalui sistem peredaran darah. Pesan yang menyebar ke seluruh tubuh diterjemahkan menjadi tindakan yang melepaskan kegembiraan, relaksasi, dan ketenangan (Amilia, 2018).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sihaloho, 2018). Tekanan balik juga dapat merangsang pelepasan reseptor opiat pada ujung saraf sensorik perifer melalui tekanan dan pijatan. Pijatan kuat dan tekanan yang menghalangi dan mengaktifkan endorfin yang mengendurkan otot, membuat Anda merasa nyaman dan rileks. Ini juga sesuai dengan penelitian Elinda (2015) menyatakan bahwa sentuhan merupakan cara yang efektif untuk memberikan kenyamanan. Teknik strong pressure counter pressure massage ini mengaktifkan endorfin pada sinapsis di sumsum tulang belakang dan sel saraf di otak, membuat pasien merasa nyaman dan rileks, serta dapat mengurangi rasa mual. Akupresur

dapat dimanfaatkan untuk pencegahan penyakit, penyembuhan, rehabilitasi, meningkatkan daya tahan tubuh.

Akupresur dapat meredakan rasa sakit dan gejala berbagai penyakit, termasuk: B. Meredakan nyeri punggung (LBP) dan penurunan denyut jantung pada pasien stroke. Akupresur dapat mengobati nyeri umum selama persalinan. (Setwati, 2018)

Pengobatan komplementer untuk mual dan muntah dapat diberikan. Salah satunya adalah terapi akupresur. Menggunakan akupresur dapat memulai aliran qi dan darah, menyebabkan sistem endokrin melepaskan serangkaian endorfin sesuai dengan kebutuhan tubuh. Rasa tenang untuk menengahi (Hartono, 2012 dan Rohmah, 2018).

Sebuah studi oleh Putri (2014) menemukan bahwa pijat shiatsu acupoint efektif untuk morning sickness. Penelitian akupresur pada morning sickness yang dilakukan oleh Geby (2015) menyimpulkan bahwa efek akupresur PC6 dan St6 dapat digunakan sebagai pengobatan nonfarmakologis untuk mengurangi frekuensi mual dan muntah.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, pemberian aromaterapi peppermint lebih efektif dalam mengurangi keluhan hiperemesis gravidarum. Hal ini dikarenakan aromaterapi peppermint memiliki aroma yang lebih segar sehingga keluhan mual dan muntah yang dirasakan oleh ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum dapat berkurang.

Salah satu kemampuan daun peppermint untuk mengurangi mual dan muntah selama kehamilan diduga terkait dengan kandungan minyak atsirinya, yaitu jenis -, -pinelimonene-1,8-cineole. Seiring dengan minyak esensial lainnya seperti limonene (1,0-5,0%), cineol (3,5-14,0%) dan menthone (14,0-32,0%), mentol adalah komponen minyak esensial peppermint yang paling penting. menthofuran (1,0-9,0%), isomentone (1.510,0%), mentil asetat (2,8-10,0%), isopulegol (0,2%), mentol (55,0%), pulegone (4,0%), carvone (hingga 1,0%) (Balakrishnan, 2015).

Salah satu penyebab hiperemesis pada ibu hamil disebabkan oleh proliferasi *Helicobacter pylori*. Minyak dan mentol yang ditemukan dalam peppermint juga memiliki sifat antibakteri terhadap bakteri Gram-negatif dan Gram-positif. Studi in vitro lain pada kelinci percobaan dan kelinci menunjukkan bahwa peppermint berperan dalam mengurangi kejang otot polos gastrointestinal yang disebabkan oleh kekurangan kalsium di usus besar dan usus kecil (Agnes, 2017).

## V. CONCLUSION

Tidak terdapat perbedaan keluhan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil yang diberikan Massage Counter

Pressure dan aromaterapi peppermint. Massage Counter Pressure dan peppermint dapat dimanfaatkan sebagai upaya untuk mengurangi hiperemesis gravidarum karena terbukti efektif.

## REFERENCES

- Amilia, Riskia. (2018) Efektivitas Aromaterapi Peppermint Inhalasi Terhadap Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Yogyakarta. *Jurnal Ners Indonesia* vol 2 (Naskah Asli diterbitkan Februari 2018)
- Alankar, S. (2009). A Review On Peppermint Oil. *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*. Volume 2, Issue 2, April – June, 2009.
- Arif Gunawan. 2011. Remaja dan Permasalahannya. Yogyakarta : Hanggar Kreator. Beni Ahmad Saebani.
- Bobak, Lowdermilk, Jense. 2012. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC.
- Cathy, Cassata. 2015. What is Hyperemesis Gravidarum. Rosalyn Carson-DeWitt, MD diakses tanggal 2 Februari 2021 (09.45 WIB) melalui <https://www.everydayhealth.com/>
- Creasy, Robert K, Robert Resnik, Jay D Iams, Charles J Lockwood, dan Michael Greene. 2014. *Creasy and Resnik's Maternal-Fetal Medicine Principle and Practice*. Philadelphia : Elsevier.
- Cunningham, et al. 2014. *Obstetri Williams Edisi 23*. Jakarta: EGC
- Fristiana, Erinda. 2015. Aplikasi Tindakan Teknik Counterpressure Terhadap Penurunan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Ny S Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Di Ruang VK RSUD Sukoharjo. Diakses tanggal 27 Oktober 2016. [http://digilib.stikeskusuma\\_husada.ac.id/files/disk1/17/01\\_gdlheniekales-839-1\\_ktiheni6.pdf](http://digilib.stikeskusuma_husada.ac.id/files/disk1/17/01_gdlheniekales-839-1_ktiheni6.pdf)
- Hartono, R. I. (2012). Akupresur untuk berbagai penyakit. Rapha Publishing: Yogyakarta
- Herrel, Ernest Howard. 2013. Nausea and Vomiting of Pregnancy. *American Family Physician* 89 (12) :965-970.
- Irianti, B., Halida, E.M., Duhita, F., Prabandari, F., Yulita, N., Yulianti, N., et al. (2014). Asuhan kehamilan berbasis bukti. Jakarta: Sagung Seto
- Miranti, Nova, 2021 Perbedaan Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Dan Akupresur Terhadap Penurunan Emesis Gravidraum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Tempat Praktik Mandiri Bidan Wilayah Tegineneng Pesawaran. Diploma thesis, Poltekkes Tanjungkarang.
- Rohmah, N. N. (2018). Pengaruh pemberian terapi akupresur untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil dengan emesis gravidarum di Wilayah kerja puskesmas Yosomulyo dan puskesmas Sumber Sari Bantul tahun 2018. Undergraduated thesis. Program Studi Kebidanan Metro Poltekkes Tanjung Karang
- Setyowati, H. (2018). Akupresur untuk kesehatan wanita. Magelang: Unimma Press
- Sihaloho, W M. 2018. Efektifitas Relaksasi Nafas Dalam Dan Massage Counterpressure Terhadap Respon Adaptasi Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Dina Medan. Poltekkes Kemenkes RI Medan Jurusan Kebidanan Prodi D IV Kebidanan Medan
- Widya, Agnes. 2017. Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Mlati li Sleman Yogyakarta.

## BIOGRAPHY

**First Author** I am a lecturer and doctoral in Institute of Health Science Ngudia Husada Madura, i did researchs on maternal and neonatal health area, some of them were published in Obsgyn Journal in Institute of Health Science.



**Second Author** lecturer and doctoral in Institute of Health Science Ngudia Husada Madura, i did researchs on maternal and neonatal health area, some of them were published in Obsgyn Journal in Institute of Health Science.