

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mual (nausea) dan muntah (emesis gravidarum) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester pertama. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala – gejala ini kurang lebih terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Mual dan muntah terjadi pada 60 – 80% primi gravida dan 40 – 60% multi gravida. Satu diantara seribu kehamilan, gejala – gejala ini menjadi lebih berat.¹

Setiap ibu hamil pada trimester pertama mengalami mual dan muntah. Keadaan ini merupakan hal yang wajar dan sering terjadi pada kehamilan terutama pada trimester pertama. Hampir 45% wanita mengalami muntah pada awal kehamilan dan hingga 90% wanita mengalami mual. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Dalam penelitian mengatakan bahwa sekitar 80% dari wanita melaporkan bahwa gejala mereka berlangsung sepanjang hari, dimana hanya 1,8% melaporkan gejala yang terjadi di pagi hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu.²

Emesis Gravidarum atau lebih dikenal dengan istilah *morning sickness* adalah gejala mual biasanya disertai muntah yang pada umumnya terjadi pada awal kehamilan, kondisi ini umumnya dialami oleh lebih dari separuh wanita

hamil yang disebabkan karena meningkatnya kadar hormon *Estrogen*, Hormon *Chorionic Gonadotropin* (HCG), meningkatnya sensitivitas pada bau, dan faktor psikologi ibu hamil. Biasanya setelah tiga bulan keluhan ini akan berkurang dan menghilang dengan sendirinya.³

Akibat yang dirasakan ibu hamil ketika mengalami mual muntah sangat berat, akan tetapi ibu hamil sering mengabaikan mual dan muntah ini karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi normal diawal kehamilan dan tidak mengetahui dampak hebat yang bisa ditimbulkannya pada seluruh kehidupan wanita hamil, baik pada keluarga, pekerjaan, dan kehidupan sosialnya. Permasalahan dalam penelitian ini adalah wanita yang mengalami mual muntah merasa terisolasi secara social seperti menyendiri, tidak mampu berinteraksi dengan orang lain dan lebih rentan terhadap kecemasan.⁴ Hal ini didukung oleh penelitian di inggris yang melaporkan bahwa mual muntah pada saat kehamilan memiliki dampak yang signifikan pada kehidupan keluarga, kemampuan untuk melakukan aktivitas biasa sehari-hari, fungsi sosial dan perkembangan situasi stres.^{5\}

Penanganan standar dalam mengatasi mual muntah adalah memberikan penerapan tentang kehamilan dan persalinan sebagai suatu proses yang fisiologik, memberikan keyakinan bahwa mual dan muntah merupakan gejala yang fisiologik pada kehamilan muda dan akan hilang setelah kehamilan 4 bulan, menganjurkan mengubah makan sehari – hari dengan makanan dalam jumlah kecil tapi sering, menganjurkan pada waktu bangun pagi jangan segera turun dari tempat tidur, terlebih dahulu makan roti kering atau biskuit dengan

teh hangat, makanan yang berminyak dan berbau lemak sebaiknya dihindarkan.⁶

Terapi komplementer untuk mengatasi mual muntah yang dirasakan oleh Ibu hamil pada masa kehamilannya yaitu terapi pendekatan nutrisi, terapi akupunktur, akupresur, pengobatan herbal dan terapi psikologis (relaksasi hypnobirthing, aromaterapi, kelas relaksasi, yoga, hipnoterapi).⁷

Hipnoterapi adalah salah satu cara yang sangat mudah, cepat, efektif dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar, melakukan pendidikan ulang dan menyembuhkan pikiran yang sakit. Penanganan mual dan muntah juga dapat dilakukan melalui hipnoterapi. Hal ini diperkuat oleh pendapat Madrid bahwa mual muntah dalam kehamilan sering disebabkan oleh masalah emosional atau psikologis yang tidak terselesaikan yang dapat dengan cepat diselesaikan dengan hipnosis.⁸

Hipnoterapi dapat dilakukan saat merencanakan kehamilan dan selama hamil. Pada metode ini seorang ibu hamil yang mengalami mual dan muntah bisa mendapatkan relaksasi yang mendalam, baik secara fisik, nafas dan pikiran, sehingga ibu akan merasakan kenyamanan dalam menjalani kehamilannya.

Penelitian yang dilakukan di Bojonegoro tentang Pengaruh *Hypnobirthing* Terhadap Kejadian Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I, di dapatkan hasil bahwa dari 10 ibu hamil trimester I yang berkunjung ke BPS, tiga ibu hamil di antaranya mengalami mual dan muntah dan tujuh ibu hamil hanya

mengalami mual saja, dengan mengikuti kelas *hypnobirthing* secara teratur mampu mengurangi rasa mual dan muntah yang di rasakan oleh ibu hamil.⁸

Berdasarkan uraian latar belakang peneliti ingin mengkaji lebih lanjut mengenai mutu pelayanan kebidanan dan kepuasan pasien, maka dilakukan literature review dengan judul pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah (*emesis gravidarum*) kehamilan trimester I.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah dalam studi literature ini yaitu bagaimana pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah (*emesis gravidarum*) kehamilan trimester I?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah (*emesis gravidarum*) kehamilan trimester I.

2. Tujuan Khusus

1. Menganalisis mual muntah (*emesis gravidarum*) kehamilan trimester I sebelum dan sesudah dilakukan intervensi hipnoterapi
2. Mengkaji pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah (*emesis gravidarum*) kehamilan trimester I.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat membantu memberikan informasi ilmiah dibidang kebidanan, terkait tentang penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I .

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu Hamil

Dapat meningkatkan pengetahuan serta menambah informasi bagi ibu hamil dan masyarakat untuk mengatasi terjadinya mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan melakukan teknik hipnoterapi.

b. Bagi Institusi

Hasil literature review ini diharapkan dapat menjadi salah satu informasi penyempurnaan bahan ajar, khususnya dalam ruang lingkup kebidanan. Literature review ini juga diharapkan dapat digunakan untuk menambah daftar perpustakaan STIKes Dharma Husada dan bahan literatur bagi mahasiswi yang ingin mengetahui lebih dalam tentang hipnoterapi terhadap mual muntah (*emesis gravidarum*) kehamilan trimester I.

c. Bagi peneliti

Literature review ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk dan menjadi referensi yang dapat membantu terkait pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah (*emesis gravidarum*) kehamilan trimester I.

E. Ruang Lingkup

Literature review ini dilakukan pada bulan April sampai Juni 2020. Literature review ini dilakukan dalam ruang lingkup kebidanan yang membahas tentang pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah (*emesis gravidarum*) kehamilan trimester I.