

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Pembahasan

Bab ini akan menjelaskan interpretasi hasil penelitian dan keterbatasan penelitian. Interpretasi hasil akan membahas mengenai hasil penelitian yang dikaitkan dengan teori yang ada pada tinjauan pustaka, sedangkan keterbatasan penelitian akan memaparkan keterbatasan peneliti dalam penelitian

5.1.1 Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Sebelum diberi Jus Lemon (*Citrus Lemon*)

Dari 15 responden sebagian besar (100%) mengalami mual muntah berat.

Mual Muntah (*Morning Sickness*) adalah gejala yang wajar atau sering terdapat pada kehamilan terdapat pada kehamilan trimester pertama di pagi hari. Mual biasanya terjadi pada pagi hari. Gejala-gejala ini biasanya terjadi enam minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung kurang lebih 10 minggu.

Pengaruh Mual Muntah (*Morning Sickness*) sangat besar. Morning Sickness dalam keadaan normal tidak banyak menimbulkan efek negative terhadap kehamilan dan janin, hanya saja apabila Morning Sickness ini berkelanjutan dan berubah menjadi hiperemesis gravidarum yang dapat meningkatkan resiko terjadinya gangguan pada kehamilan. Wanita-wanita hamil dengan gejala Morning Sickness yang berlebih berpotensi besar mengalami dehidrasi, kekurangan cadangan karbohidrat dan lemak dalam tubuh, dapat pula terjadi robekan kecil pada selaput lender esofagus dan lambung atau sindroma Mallary Weiss akibat perdarahan

gastrointestinal. Hiperemesis gravidarum adalah keluhan mual dan muntah hebat lebih dari 10 kali sehari dalam masa kehamilan yang dapat menyebabkan kekurangan cairan, penurunan berat badan, atau gangguan elektrolit, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari dan membahayakan janin dalam kandungan, sedangkan emesis gravidarum adalah keluhan mual dan muntah kurang dari 10 kali sehari dalam masa kehamilan. Hasil dari penelitian, sebagian besar responden pada ibu hamil sebelum diberi Jus Lemon (*Citrus Lemon*) yang mengalami mual muntah berat. Pada responden sebelum diberikan Jus Lemon (*Citrus Lemon*) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi mual muntah yaitu karakteristik, pekerjaan sehingga ibu kurang kooperatif.

5.1.1 Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Setelah diberi Jus Lemon (*Citrus Lemon*)

Dari 15 responden sebagian besar (47,7%) tidak mengalami mual muntah, dan sebagian kecil (20%) mengalami mual muntah sedang.

Di dalam buah lemon dikenal sebagai sumber vitamin C, tetapi sebenarnya buah ini juga mengandung zat gizi esensial lainnya, meliputi karbohidrat (zat gula dan serat makanan), potasium, folat, kalsium, thiamin, niacin, vitamin B6, fosfor, magnesium, tembaga, riboflavin, asam pantotenat, dan senyawa fitokimia. Karbohidrat dalam jeruk merupakan karbohidrat sederhana, yaitu fruktosa, glukosa, dan sukrosa. Karbohidrat kompleksnya berupa polisakarida non-pati (secara umum dikenal sebagai serat makanan) yang baik untuk kesehatan. Vitamin C dari buah Lemon aman dikonsumsi. Juice lemon yang mengandung vitamin C tidak berbahaya bagi ibu hamil. kandungannya tersebut dapat mengurangi rasa mual dan muntah pada ibu hamil.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan di PMB Sri Sulami A.md.Keb Kota Malang, dari 15 responden 7 diantaranya tidak mengalami mual muntah setelah minum Jus Lemon (*Citrus Lemon*) selama 7 hari. Hal ini karena Buah lemon mengandung asam-asam yang berperan pada pembentukan rasa asam buah. Buah lemon merupakan salah satu sumber vitamin C dan antioksidan yang berkhasiat bagi kesehatan manusia, serta sering dipakai sebagai bahan untuk penambah rasa masakan serta menghilangkan bau amis. Lemon mengandung Vitamin C yang dapat mengurangi rasah mual muntah pada ibu hamil. Sehingga juice lemon baik untuk mengurangi mual muntah. Kandungan buah lemon merupakan sumber vitamin C yang berguna untuk mengurangi rasah mual dan muntah yang terjadi pada ibu hamil.

5.1.1 Pengaruh Pemberian Jus Lemon (*Citrus Lemon*) Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Sri Sulami A.md.Keb Kota Malang.

Berdasarkan hasil analisis bivariante dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang artinya ada pengaruh Pemberian Jus Lemon (*Citrus Lemon*) Terhadap mual muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Sri Sulami A.md.Keb Kota Malang.

Lemon adalah semua tumbuhan berbunga anggota marga *Citrus* dari suku *Rutaceae* (suku jeruk-jerukan). Anggotanya berbentuk pohon dengan buah yang berdaging dengan rasa asam yang segar, meskipun banyak di antaranya yang memiliki rasa manis. Rasa asam berasal dari kandungan asam sitrat yang memang terkandung pada semua anggotanya. Jeruk Citrus (dari bahasa Belanda, citroen), atau lemon adalah sejenis jeruk yang buahnya biasa dipakai sebagai penyedap dan

penyegar dalam banyak seni boga dunia. Pohon jeruk sitrun berukuran sedang(dapat mencapai 6 m) tumbuh di daerah beriklim tropis dan subtropis serta tidak tahan akan cuaca dingin. Sitrun dibudidayakan di Spanyol, Portugal, Argentina, Brasil, Amerika Serikat dan negara-negara lainnya di sekitar Laut Tengah. Tumbuhan ini cocok untuk daerah beriklim kering dengan musim dingin yang relatif hangat. Suhu ideal untuk sitrun agar dapat tumbuh dengan baik adalah antara 15-30 °C (60-85°F). Jeruk lemon dapat tumbuh baik di dataran rendah hingga ketinggian 800meter di atas permukaan. Lemon mengandung Vitamin C yang dapat mengurangi rasah mual muntah pada ibu hamil. Sehingga jus lemon baik untuk mengurangi mual muntah. Kandungan buah lemon merupakan sumber vitamin C yang berguna untuk mengurangi rasah mual dan muntah yang terjadi pada ibu hamil. Kandungan vitamin C sangat beragam antar-varietas, tapi berkisar antara 27-53 mg/100 gr daging buah yang dikonsumsi. Vitamin ini mudah larut dalam air sehingga bila vitamin yang dikonsumsi melebihi dari yang dibutuhkan tubuh, maka kelebihan tersebut akan dibuang dalam urine. Vitamin C dari buah Lemon aman dikonsumsi. Juice lemon yang mengandung vitamin C tidak berbahaya bagi ibu hamil. Kandungannya tersebut dapat mengurangi rasah mual dan muntah pada ibu hamil. Menurut penelitian Siti Cholifah lemon efektif menurunkan mual muntah

pada ibu hamil trimester I. Jus lemon dikutip dari *Healthy Life Tricks* (24/11) minum 1 cup atau sekitar 180 ml air lemon memenuhi 85 asupan vitamin C harian yang direkomendasikan. Lemon Rasanya yang asam segar yang berpengaruh membantu menghilangkan mual ketika hamil. Berdasarkan buku bertajuk *Lemon Health Benefits by Chris Shaw*, dalam satu buah lemon segar tanpa dikupas hanya mengandung 17 kalori dan tinggi

vitamin serta mineral seperti niacin, kalsium, magnesium, asam folat, dan riboflavin. Buah bercita rasa asam ini juga mengandung asam sitrat yang ampuh membakar lemak dalam tubuh, menyingkirkan racun, menambah energi, dan keseimbangan hormon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan Jus Lemon (*Citrus Lemon*) pada ibu hamil trimester I didapatkan hasil dari 15 responden sebagian besar (100%) mengalami mual muntah berat,. Setelah diberikan Jus Lemon (*Citrus Lemon*) selama 7 hari didapatkan hasil bahwa dari 15 responden sebagian besar (46,7%) tidak mengalami mual muntah , dan sebagian kecil (20%) mengalami mual muntah sedang. Lemon minyak esensial (cirus lemon) adalah salah satu yang paling banyak digunakan minyak herbal dalam kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Menurut sebuah studi, 40% wanita telah menggunakan aroma lemon untuk meredakan mual dan muntah, dan 26,5% dari mereka telah dilaporkan sebagai cara yang efektif untuk mengontrol gejala mual muntah. Karena meningkatnya minat dalam penggunaan obat herbal pada kehamilan, ketersediaan lemon disemua musim, dan berbagai tinggi digunakan dalam masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh inhalasi lemon untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I.(1,5,6) Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran pada tahun 2014 terdapat 346 ibu hamil, yang mengalami Hiperemesis Gravidarum Grade I sebanyak 10 (2,89%) ibu hamil, pada tahun 2014 terdapat 367 ibu hamil, yang mengalami Hiperemesis Gravidarum Grade I sebanyak 18 (4,90%) ibu hamil.

5.2 Keterbatasan Penelitian

Setelah melakukan penelitian, peneliti menemukan keterbatasan sehingga peneliti tidak dapat pertimbangkan dengan maksimal, yaitu pada penelitian ini tidak dapat mengkaji faktor-faktor lain penyebab mual muntah dalam kehamilan karena keterbatasan waktu, tidak mengkaji psikologi pada ibu, faktor usia kehamilan yang terlalu muda ibu kurang kooperatif,serta tidak mengkaji hormon pada ibu hamil.

