

PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN MINT UNTUK MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM PADA TRIMESTER I

THE EFFECT OF GIVING BOILED WATER FROM MINT LEAVES TO REDUCE EMESIS GRAVIDARUM IN THE 1ST TRIMESTER

Septiana Rahayu¹, Lina Contesa²

1,2 STIK BINA HUSADA PALEMBANG

*KORESPONDENSI PENULIS : septiana30rahayu@yahoo.com

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda. Keluhan mual muntah pada emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang berbahaya, diperlukan penanganan baik farmakologi maupun non farmakologi. pengobatan non farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian aromaterapi menggunakan air rebusan daun mint, diketahui bisa menjadi obat yang aman dan efektif untuk mengobati mual muntah pada ibu hamil. **Tujuan penelitian** : untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun mint terhadap penurunan emesis gravidarum di PMB Sri Gundarti Palembang. **Metode**: menggunakan design penelitian Pra-eksperimen yang bersifat one grup pretest-posttest Sampel ambil secara purposive sampling sebanyak 38 orang. Analisis bivariat menggunakan uji paired t-test untuk melihat pengaruh pemberian air rebusan daun mint terhadap emesis gravidarum. **Hasil penelitian** : di dapatkan bahwa mayoritas responden berada pada umur 20 –30 tahun yaitu sebanyak 18 orang (59,3%). Berdasarkan variabel paritas mayoritas multigravida sebanyak 21 orang (65,6%). Berdasarkan variable pekerjaan Mayoritas ibu rumah tangga atau tidak bekerja sebanyak 25 orang (78,1%). Pengaruh pemberian air rebusan daun mint terhadap mual dan muntah, sebelum diberikan intervensi rata-rata responden mengalami emesis gravidarum sebanyak 7 kali sehari, setelah diberikan intervensi air rebusan daun mint rata-rata frekuensi emesis gravidarum menurun menjadi 3,8 kali dalam sehari dengan nilai Pvalue=0,000. Untuk para ibu hamil harus sering dilakukan penyuluhan oleh tenaga kesehatan tentang manfaat air rebusan daun mint bagi ibu dan janin sehingga seHINGGA mengurangi emesis gravidarum selama kehamilan.

Kata Kunci : Air Rebusan Daun Mint, Emesis Gravidarum

Abstract

*Emesis gravidarum is a common complaint that occurs in young pregnancies. Complaints of nausea vomiting in emesis gravidarum are physiological, but if this complaint is not immediately overcome it will be a dangerous thing, both pharmacological and non-pharmacological treatment is needed. Non-pharmacological treatment can be done by giving aromatherapy using mint leaf boiled water, known to be a safe and effective remedy to treat nausea vomiting in pregnant women. **The purpose of the study**: to determine the effect of mint leaf decoction on reducing emesis gravidarum in PMB Sri Gundarti Palembang. **Method**: using a pre-experimental research design that is one group pretest-posttest Samples take purposive sampling as many as 38 people. Bivariate analysis used paired t-test to see the effect of mint leaf cooking water on emesis gravidarum. **The results of the study**: it was found that the majority of respondents were at the age of 20-30 years, namely as many as 18 people (59,3%). Based on the variable parity of the majority of multigravida as many as 21 people (65,6%). Based on job variables, the majority of housewives or non-working as many as 25 people (78,1%). The effect of giving mint leaf decoction water on nausea and vomiting, Before the intervention was given, the average respondent experienced emesis gravidarum 7 times a day, after being given the intervention of mint leaf boiled water, the average frequency of emesis gravidarum decreased to 3.8 times a day with a value of Pvalue = 0.000. For pregnant women, frequent counseling by health*

Submitted : 5 Februari 2024

Accepted : 3 Mei 2024

Website : jurnal.stikespamenang.ac.id | Email : jurnal.pamenang@gmail.com

workers about the benefits of mint leaf boiled water for the mother and fetus so as to reduce emesis gravidarum during pregnancy.

Keywords : Mint Leaf Boiled Water, Emesis Gravidarum.

PENDAHULUAN

Wanita hamil membutuhkan beberapa penyesuaian untuk melakukan aktivitasnya yang baru. Seorang wanita diharapkan mengubah kebiasaannya yang dapat membahayakan kehamilannya sejak dini yaitu dengan cara mengetahui ragam gejala awal kehamilan (Putri, 2018).

Keluhan emesis gravidarum merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stress yang dikaitkan dengan kehamilan (Tiran, 2019). Kusmiyati (2019) menyatakan, emesis gravidarum terjadi sekitar 60- 80% pada primigravida dan 40-60% pada multigravida.

Menurut Wibisono dan Dewi (2018), emesis gravidarum atau morning sickness merupakan istilah yang digunakan dalam dunia kedokteran yang artinya mual muntah. Faktor yang menyebabkan emesis gravidarum antara lain perubahan hormon dalam tubuh selama hamil yaitu meningkatnya estrogen dan hCG (human chorionic gonadotrophin). hCG merupakan hormon yang diproduksi plasenta selama masa kehamilan dalam tubuh ibu hamil, selain itu faktor psikologis seperti perasaan cemas, rasa bersalah, termasuk dukungan yang diberikan suami pada ibu, faktor lingkungan sosial, budaya dan kondisi ekonomi (Tiran, 2019; Putri, 2018).

Gejala emesis gravidarum dapat ditangani dengan beberapa cara meliputi pengaturan pola makan, pengobatan herba/alamiah seperti mengkonsumsi jahe/peppermint, istirahat dan tidur, dukungan psikologis, pola hidup, serta obat-obatan seperti vitamin B6, antihistamin. Oleh karena itu calon ibu diharapkan memiliki pengetahuan yang cukup mengenai mual agar ibu dapat menentukan sikap untuk mengatasi masalahnya, sehingga tidak terjadi komplikasi kehamilan yang dapat mengganggu kehamilan selanjutnya (Tiran, 2019)

Menurut WHO (2020) dari total seluruh kehamilan di Dunia terdapat 12,5% jumlah kejadian hyperemesis gravidarum. Mual dan muntah ini dapat mengakibatkan

ketidakesimbangan cairan dan dapat mengganggu oragan ginjal dan hati menjadi nekrosis. Ibu hamil yang mengalami mual dan muntah dapat terjadi komplikasi sekitar 60-80% terjadi pada primigravida dan sekitar 40-60% pada multigravida (Manuaba et al., 2015).

Emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis akan tetapi apabila tidak segera diatasi akan menjadi hal yang patologis, sebagian besar emesis gravidarum dapat diatasi dengan berobat jalan serta pemberian obat penenang dan anti muntah, tetapi sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah berkelanjutan sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari, dan jatuh dalam keadaan yang disebut hiperemesis gravidarum (Nugroho, 2017).

Penelitian yang dilakukan Suwarni (2019) di dapatkan data sebanyak 50-90% rasa mual muncul pada trimester 1 kehamilan. 12% juga dialami ibu sampai melahirkan. Mual muntah pada ibu hamil ini dapat di obati menggunakan tanaman herbal salah satunya daun mint. Daun mint disebut juga dengan peppermint atau dikenal dengan nama ilmiah *Menthapiperita L* merupakan sebuah tanaman herbal yang sangat terkenal di seluruh dunia. daun mint diketahui bisa menjadi obat yang aman dan efektif untuk mengobati mual dan muntah pada Ibu Hamil (Elshabrina, 2018).

METODE

Metode penelitian menggunakan design penelitian Pra-eksperimen yang bersifat one grup pretest-postest. Sampel pada penelitian ini adalah ibu hamil di PMB Sri Gundarti di ambil secara purposive sampling sebanyak 32 orang dengan kriteria Ibu hamil mengalami trimester I emesis gravidarum lebih dari 3x sehari, tidak sedang mengkonsumsi obat-obatan anti mual.metode pembuatan air rebusan dun mint ini juga daun mint direbus dan bisa dicampur dengan madu, ibu hamil minum air rebusan sebanyak kurang lebih 4x dalam seminggu (Lubis, 2019)

Jangka waktu penelitian mulai dari 09 maret sampai dengan 15 maret 2024. Analisis bivariat menggunakan uji paired t-test untuk melihat pengaruh pemberian air rebusan daun mint terhadap emesis gravidarum. Kuesioner yang digunakan untuk pengumpulan data berisi tentang data umum, frekuensi emesis gravidarum sebelum dan setelah diberikan intervensi.

HASIL

Analisis univariat

Hasil penelitian di dapatkan bahwa mayoritas responden berada pada umur 20 – 30 tahun yaitu sebanyak 18 orang (59,3%) umur >30 tahun sebanyak 14 orang (43,7%). Berdasarkan variabel paritas mayoritas multigravida sebanyak 21 orang (65,6%) dan primigravida sebanyak 11 orang (34,4%). Berdasarkan variable pekerjaan Mayoritas ibu rumah tangga atau tidak bekerja sebanyak 25 orang (78,1%) dan bekerja sebanyak 7 orang (21,9%) orang.

Tabel 1
Karakteristik Responden

Karakteristik	N	%
Umur :		
20-30 tahun	18	60,5
>30 tahun	14	43,7
Paritas :		
Primigravida	11	65,5
Multigravida	21	34,4
Pekerjaan :		
Bekerja	7	21,9
IRT / Tidak Kerja	25	78,1
Jumlah	32	100

Analisis bivariat

Pengaruh pemberian air rebusan daun mint terhadap emesis gravidarum, sebelum diberikan intervensi rata-rata responden mengalami mual dan muntah sebanyak 7 kali sehari, setelah diberikan intervensi air rebusan daun mint rata-rata frekuensi emesis gravidarum menjadi 3,8 kali dalam sehari dengan nilai Pvalue = 0,000. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa baik secara klinis maupun statistic, air rebusan daun mint memberikan pengaruh terhadap penurunan frekuensi emesis gravidarum.

Intervensi	Mean	N	Mean perbedaan	Sd	Se	P value
Sebelum	7	32	3,8	0,000	0,000	0,000
Sesudah	3,2	32		0,936	0,161	

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa rata-rata responden mengalami mual muntah sebelum intervensi sebanyak 7 kali sehari, setelah intervensi dengan mengkonsumsi air rebusan daun mint terdapat penurunan frekuensi mual muntah menjadi 3,8 kali sehari dengan nilai Pvalue=0,000. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa air rebusan daun mint dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan frekuensi emesis gravidarum.

Penelitian Lubis (2019), tentang pemberian aroma terapi minyak peppermint secara inhalasi berpengaruh terhadap penurunan mual muntah pada 30 orang ibu hamil, hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata frekuensi mual dan muntah sebelum intervensi sebesar 9,80 dan sesudah intervensi menurun menjadi sebesar 3,67 dengan nilai beda penurunan sebesar 6,13, sehingga penelitian menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian aroma terapi minyak peppermint secara inhalasi dengan p value 0,001

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang di lakukan Harahap, et.al, (2020) di dapatkan Hasil uji statistik dengan independent sample t test diperoleh nilai p 0,018 < 0,05 yang menunjukkan ada perbedaan efektivitas yang signifikan terhadap pengurangan emesis gravidarum baik pada kelompok intervensi teh daun mint dan control yang berarti terdapat pengurangan emesis gravidarum dengan menggunakan intervensi daun mint.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Istiqomah (2017), menyatakan bahwa adanya pengaruh efektifitas pemberian seduhan daun peppermint pada ibu hamil terhadap penurunan frekuensi emesis gravidarum di Desa Peterongan Kecamatan

Peterongan Kabupaten Jombang dengan nilai pvalue 0,000 ($\alpha < 0,05$). Penelitian ini didapatkan dari 30 sampel sebelum dilakukan intervensi 26 orang (87%) mengalami mual muntah sedang dan setelah diberikan seduhan daun mint dua kali dalam sehari selama satu minggu adanya penurunan frekuensi mual muntah yaitu sebanyak 13 orang (43,3%) mengalami emesis gravidarum.

Penelitian yang dilakukan Anita et.al (2018), menyatakan bahwa adanya perbedaan mual dan muntah ibu hamil trimester pertama yang diberikan ekstrak jahe dan ekstrak daun mint di Puskesmas rawat inap Bandar Lampung dengan nilai pvalue 0,001 ($\alpha < 0,05$).

Minuman rebusan daun mint dapat menurunkan mual muntah dikarenakan daun mint memiliki kandungan minyak atsiri yang dapat menyegarkan dan dapat memblokir reflek muntah, minyak atsiri ini juga terdapat rasa pedas yang bisa menghangatkan tubuh sehingga dapat mengatasi mual muntah. Kandungan menthol yang alamiah sifatnya stimulant yang berguna untuk membantu memperlancar pencernaan (Andriani dkk 2017)

Hasil penelitian yang telah dilakukan dan menurut penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pemberian rebusan daun mint terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama yang diberikan selama tiga hari. Hal ini dikarenakan daun mint memiliki kandungan menthol yang beraroma dingin, dan rasa dingin pada menthol bisa diterima pada pencernaan dan mint salah satu rempah-rempah yang dapat dimanfaatkan dalam keadaan masih segar maupun dalam keadaan kering sangat efektif digunakan karena tanpa efek samping yang merugikan. (Andriyani, dkk, 2017)

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pemberian air rebusan daun mint terhadap frekuensi emesis gravidarum di PMB Sri Gundarti dengan nilai Pvalue = 0,000 dengan demikian daun mint mampu mengurangi frekuensi emesis gravidarum.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih saya mengucapkan kepada Pimpinan dan Ketua UPT-PPM STIK Bina

Husada Palembang yang telah memberikan ijin dan bantuan pada penelitian ini. Dan saya ucapkan terima kasih kepada pimpinan Praktik Mandiri Bidan Sri Gundarti atas izin sebagai tempat penelitian dan juga semua pihak yang terkait yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, dkk. (2017). Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Kejadian Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta
- Anita, Aprina, dan Aryani, R. (2018). Perbedaan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I yang diberikan Ekstrak Jahe dan Ekstrak Daun Mint. *Jurnal Kesehatan* 9(2): 253–261.
- Elshabrina. (2018). Dahsyatnya Daun Obat Sepanjang Masa. Yogyakarta: Cermelang Publishing
- Harahap HP, Oktafirnanda Y, Manggabarani S, (2020), Efektifitas The Daun Mint Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I di Kelurahan Binjai Serbarangan Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan, Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu Universitas Asahan ke-4 Tahun 2020, Kisaran, 19 September 2020
- Istiqomah (2017). Pengaruh Efektifitas Pemberian Seduhan Daun Peppermint
- Lubis. (2019). Pemberian Aromaterapi Minyak Peppermint Secara inhalasi Berpengaruh terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil di PMB Linda Silalahi Pancur Batu. *Jurnal Kesehatan*. Volume 5 (1):253-261 (dikutip pada tanggal 7 Februari 2021).
- Tiran D. (2018). Mengatasi Mual-mual dan Gangguan Lain Selama Kehamilan. Jakarta: Disglossia
- Linda Silalahi Pancur Batu. *Jurnal Kesehatan*. Volume 5 (1):253-261 (dikutip pada tanggal 7 Februari 2021).
- Kusmiyati, Yuni, dkk. (2019). Perawatan Ibu Hamil. Yogyakarta: Fitramaya Manuaba, I. A. C., Manuaba, I. B. G. F., & Manuaba, I. B. G. (2015). Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan. EGC

- Nugroho, T. (2017). *OBSGYN: Obstetri dan Gynekologi (Untuk Kebidanan dan Keperawatan)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Suwarni. (2019). *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester I Dengan Morning Sickness di Poliklinik*.
- WHO. (2020). *Reduction of Maternal Mortality. A Joint WHO/ UNFPA/ UNICEF/ world bank statement*.
- Wibisono H, Dewi ABFK. (2008). *Solusi Sehat Seputar Kehamilan*. Jakarta:AgroMedia Pustaka.