

PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN MINT TERHADAP FREKUENSI EMESIS PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

SISWI WULANDARI

UNIVERSITAS KADIRI
Jl. Selomangleng No.1 Kec. Mojoroto, Kota Kediri
e-mail : wulandariswi@gmail.com

DOI : 10.35451/jkk.v3i1.501

Abstract

Emesis in pregnancy is a condition where the mother experiences excessive nausea and vomiting. More than 70% of pregnant women suffer from this complaint in trimester 1. Based on a preliminary study to 10 pregnant women with emesis, as many as 2 (20%) pregnant women consume the drug to reduce nausea, and 8 (80%) Still experiencing nausea. The purpose of the research is to know the influence of water-boiling mint leaves against emetic in pregnant women in the Sukorame Puskesmas in Kediri City. This research is pre-experiment research with one group Pretest-posttest design. The population is the pregnant women trimester 1 in Sukorame Puskesmas and the sample in the study is all the pregnant women of TM 1 in Sukorame Puskesmas. The sampling techniques used the total population, with the instrument using an observation sheet. Based on the test Wilcoxon obtained a significant value of p value = 0.001, so it can be concluded that there is the influence of the water-boiling mint leaves to the emetic frequency in the 1st trimester pregnant women. Hope researchers can increase the participation to reduce the occurrence of emetic in pregnant women trimester 1 by consuming the water stew mint leaves.

Keywords: *pregnant women trimester I, emesis, mint leaf*

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses berkesinambungan yang dimulai dari ovulasi, konsepsi, nidasi, implantasi dan proses embrio yang berkembang, yang berada di uterus kemudian menjadi aterm (Bobak, 2015). Kondisi tubuh yang dialami ibu selama kehamilan mengalmi perubahan pada organ tubuhnya yaitu adanya perubahan fisiologi, hal ini terjadi karena adanya perubahan hormonal dari dalam tubuh ibu. Adanya kadar hormone esterogen dan progesterone yang tidak seimbang di dalam tubuh membuat ibu dalam kondisi tidak nyaman, sehingga timbul keluhan yaitu muntah mual (Mandriwati, 2018; Smith R et al, 2018).

Angka kejadian *Emesis* yaitu 60-80% pada ibu primigravida dan 40% pada multigravida. Satu diantara seribu kehamilan, gejala-gejala ini bisa menjadi lebih berat (Suparyanti, 2016). Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia yaitu 48/100.000 KH. Angka ini merupakan angkat palong tinggi di ASEAN. Angka kejadian di dunia adalah 515.000 jiwa setiap tahun (SDKI, 2017; Manuaba, 2015; WHO, 2018). Keluhan mual banyak dialami oleh ibu hamil. Namun, istilah untuk mual yang dirasakan pada pagi hari dialami sebanyak 50% wanita hamil (*morning sicknes*) merupakan kondisi yang tidak enak dalam kehamilan (Koesno H, 2014). Pada trimester pertama

kemungkinan besar wanita akan mengalami mual-mual dengan atau tanpa muntah. Gejala ini di mulai sekitar minggu keenam kehamilan dan biasanya menurun drastis di akhir trimester pertama (sekitar minggu ke-13) (Christodoulou SJ *et al*, 2018).

Perubahan saluran cerna dan adanya kadar hCG (*Human Chorionic Gonadotropin*) yang meningkat di dalam darah menyebabkan keluhan muntah dan mual yang kurang enak selama hamil (Jimenez S and Maria P, 2018). Nafsu makan pada ibu hamil yang menurun dikarenakan muntah mual yang berlebihan dapat mengganggu keseimbangan elektrolit tubuh dimana kadar kalsium, kalium dan natrium terganggu, sehingga berdampak pada proses metabolisme tubuh (Neil AM and Nelson, 2019). *Emesis gravidarum* menyebabkan ibu muntah terus menerus tiap kali minum dan makan, sehingga ibu merasa lemah, pucat, dan frekuensi buang air kecil menurun drastis sehingga cairan tubuh berkurang dan darah menjadi kental (hemokonsentrasi) sehingga melambatkan peredaran darah yaitu oksigen dan jaringan sehingga dapat menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat membahayakan kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya (Hidayati R, 2017).

Data dari penelitian Suwarni (2019) menunjukkan 66% wanita hamil TM 1 akan sering mengalami keluhan tersebut, terjadi pada 60-80% hamil pertama dan 40-60% hamil kedua atau lebih. Ada 12% emesis juga dialami ibu sampai akan melahirkan. Penelitian menunjukkan 50-90% mual akan muncul pada TM 1, kemudian 25% bumil perlu istirahat dari pekerjaannya (Smith R *et al*, 2018).

Keluhan yang dialami ibu hamil berbeda-beda di setiap individu, ada yang merasa sangat mengganggu. Namun, ada juga yang biasa saja (Manuaba, 2015). Angka yang muncul, yaitu 80% muntah

mual ringandialami TM 1 kehamilan dan 2% ibu perlu perawatan medis, karena keluhan mual muntah berat. Solusi untuk mengurangi perawatan medis, adalah dapat dengan diberikan terapi komplementer yang menggunakan tradisional dengan tanaman tumbuhan atau herbal, bisa dilakukan dan mudah didapatkan seperti daun *peppermint*, jahe, lemon, dan lain-lain (Booth T, 2018). Pemberian minuman rebusan daun *mint* sangat berpengaruh dalam mengatasi *emesis*. *Peppermint* (Daun *Mint*) juga diketahui dapat mengurangi keluhan muntah dan mual saat hamil (Elshabrina, 2019).

Peppermint atau permen *Mint*, minum teh atau dengan minyak *Peppermint*. Sebuah studi dari Wheeling Jesuit University, US, menyimpulkan kandungan minyak atsiri pada daun *mint* yang berguna untuk kelancaran system pencernaan dan mengatasi kejang yang kadang terjadi pada perut, yaitu kandungan menthol. Efek anastesi ringannya dan ditambah kandungan karminatif serta antispasmodik yang bekerja di usus halus pada saluran gastrointestinal (Tiran D, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada 10 ibu hamil yang berkunjung di Puskesmas Sukorame didapatkan 70% mengalami emesis. Dari hasil wawancara 7 ibu hamil mengalami atau merasakan mual dan atau tanpa muntah di pagi hari dengan frekuensi 5-7x dalam sehari selama 24 jam. 7 dari 10 ibu hamil mengatakan mengkonsumsi obat untuk mengurangi mual tapi masih merasakan mual dan belum ada satupun ibu hamil yang menggunakan daun *mint* untuk mengatasi *emesis*.

Berdasarkan penjabaran teori sebelumnya serta data yang disampaikan diperoleh rata-rata 60% mual dialami ibu hamil di awal. Mual dan muntah TM 1 yang terjadi masih diatasi dengan santai yaitu didiamkan saja, atau ada yang

menggunakan obat (Koesno H, 2014). Solusi yang diharapkan adalah pengurangan penggunaan obat dan beralih ke terapi komplementer atau non farmakologis dulu. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun *mint* terhadap *emesis* pada ibu hamil TM 1 di Puskesmas Sukorame Kota Kediri.

2. METODE

Rancangan penelitian adalah penelitian kuantitatif (Sugiono, 2011). Rancangan desain penelitian adalah *pra eksperiment* dengan *one group pretest-posttest design* yang dilakukan di Puskesmas Sukorame Kota Kediri pada bulan Desember Tahun 2019. Pemberian intervensi air rebusan daun pada ibu hamil diberikan dengan dosis 1 sdt/hari dan diminum 2 kali sehari diantara waktu makan.

Populasi dan sampel adalah keseluruhan ibu hamil Trimester 1 di Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah *total sampling*. Sampel digunakan dalam penelitian berjumlah 12 responden. Variabel dalam penelitian ada dua, yaitu variabel dependen (*emesis*) dan variabel independen (pemberian rebusan daun *mint*). Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat.

Analisis bivariat dengan menggunakan *Wilcoxon test* untuk melihat pengaruh pemberian air rebusan daun *mint* terhadap *emesis* pada ibu hamil trimester pertama. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner tentang *emesis*, seperti frekuensi *emesis* sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Etika dalam penelitian yaitu sebelum dilakukan penelitian, peneliti menyampaikan penjelasan, dan memberikan lembar *informed consent* untuk ditandatangani oleh responden

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Menurut Usia

Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
< 20 tahun	4	33.00
20-35 tahun	8	67.00
> 35 tahun	0	0
Total	12	100

Sumber : Data Penelitian 2019

Berdasarkan tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden memiliki kategori usia 20-35 tahun yaitu 8 (67%) responden. Sedangkan, tidak ada responden yang berusia lebih dari 35 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Menurut Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Dasar (SD-SMP)	1	8.00
Menengah (SMA)	7	59.00
Tinggi (D3 - PT)	4	33.00
Total	12	100

Sumber : Data Penelitian 2019

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden memiliki kategori pendidikan menengah (SMA) yaitu 7 (59%) responden. Sedangkan, paling sedikit responden dalam kategori pendidikan dasar (SD-SMP), yaitu 1 (8%) responden.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Menurut Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
PNS	2	17.00
Wiraswasta	4	33.00
IRT	3	25.00
Karyawan	3	25.00
Petani	0	0
Total	12	100

Sumber : Data Penelitian 2019

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden memiliki kategori wiraswasta yaitu 4 (33%) responden. Sedangkan, tidak ada responden petani.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Menurut Usia Kehamilan

Usia Kehamilan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1-4 minggu	7	58.00
5-8 minggu	3	25.00
9-12 minggu	2	17.00
Total	12	100

Sumber : Data Penelitian 2019

Berdasarkan tabel 4 dapat diinterpretasikan kebanyakan responden memiliki kategori usia kehamilan 1-4 minggu yaitu 7 (58%) responden. Sedangkan, paling sedikit responden dalam kategori usia kehamilan 9-12 minggu, yaitu 2 (17%) responden.

Tabel 5. Distribusi Silang Frekuensi Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Air Rebusan Daun Mint Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Puskesmas Sukorame Kota Kediri Tahun 2019

<i>Emesis</i>	Kelompok Pemberian Air Rebusan Daun <i>Mint</i>			
	Pre Intervensi		Post Intervensi	
	Frekuensi	Percentage	Frekuensi	Percentage
Ringan (< 10 kali)	2	17,00	6	50,00
Sedang (10 kali)	3	25,00	3	25,00
Berat (Koma)	7	58,00	3	25,00
Total	12	100	12	100

Negative rank : 0 Ties P Value = 0.001 (α :
 Positive rank : 7 : 5 0.05)

Sumber : Data Penelitian 2019

Berdasarkan tabel 5 dapat diinterpretasikan bahwa pada kelompok sebelum dilakukan pemberian air rebusan daun *mint* sebanyak 7 responden (58,00%) mengalami *emesis* berat (koma). Namun, setelah dilakukan pemberian air rebusan daun *mint*, responden dengan kategori *emesis* berat berkurang menjadi 3 responden

(25,00%), dan responden dengan *emesis* ringan meningkat menjadi 6 responden (50,00%).

4. PEMBAHASAN

Emesis muncul karena asam lambung yang mengalami peningkatan dikarenakan hormon estrogen yang produktif di awal kehamilan. Rasa mual yang timbul bisa dikarenakan kondisi perut yang tidak diisi sehingga asam lambung terproduksi dan juga didukung adanya hCG (*Human Chorionic Gonadotropin*) yang berasal dari plasenta (Elshabrina, 2019).

Janin di dalam tubuh ibu memperoleh sirkulasi dan makanan dari plasenta. Pada saat ini biasanya *emesis* akan berhenti. Adapun dampak mikro dari *emesis* pada ibu hamil itu sendiri dapat menyebabkan lemas. Janin sulit berkembang karena kekurangan asupan nutrisi., sedangkan dampak makro bisa menyebabkan keguguran pada kehamilan (farrer H, 2016).

Dalam proses kehamilan, *emesis* hal normal. Kejadian 70% keluhan tersebut pada TM 1 pada derajat ringan sampai berat. Pada bulan ke-4 hamil, keluhan ini berangsur-angsur akan menghilang. Apabila keluhan tidak menghilang maka akan muncul dehidrasi disertai berat badan menurun, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari (Surinah, 2018).

Penelitian Afriyanti (2017) sesuai dengan penelitian yang dilakukan, yaitu menunjukkan bahwa hasil uji t test penelitian mendapatkan angka rerata frekuensi muntah sebelum mengkonsumsi daun mint 5.29 kali sehari dan sesudah mengkonsumsi sebesar 3.57 kali sehari. Hasil uji menunjukkan terdapat pengaruh konsumsi daun mint terhadap frekuensi mual muntah ibu hamil trimester pertama dengan *emesis* gravidarum. Selain itu, penelitian Sumarni (2019) menunjukkan bahwa pemberian daun

mint sangat efektif, dimana nilai p signifikan yaitu $p=0.000$.

Berdasarkan data dapat diinterpretasikan bahwa nilai *pre-test* sebagian besar mengalami mual muntah yang berat dan tidak pernah meminum air rebusan daun *mint* saat mengalami *emesis*, hal ini dapat dipengaruhi oleh pendidikan ibu bahwa paling banyak berpendidikan menengah (SMA) sehingga dalam pengetahuan tentang hal tersebut juga masih sangat rendah, ibu tidak tahu tentang manfaat mengkonsumsi air rebusan daun *mint* dalam menurunkan ketidaknyamanan pada saat hamil termasuk saat mengalami *emesis*. Sedangkan, nilai *post-test* setengah responden mengalami mual muntah yang ringan hal ini dipengaruhi oleh pengetahuan ibu, dengan dilakukan penjelasan tentang manfaat air rebusan daun *mint* dan diberikan untuk diminum ibu dapat memahami manfaat daun mint untuk mengurangi *emesis* saat hamil, serta ibu dapat meminumnya saat mengalami *emesis gravidarum*

Mint atau *Mentha* adalah herbal abadi kerabat *labiate genus Mentha*, ada banyak jenis spesies dari tumbuhan mint yang ada, dan yang paling umum adalah *peppermint*. Herbal ini, terutama bagian daunnya sangat banyak digunakan sebagai bahan makan atau penghias hidangan. Dan yang paling banyak pemanfaatannya adalah dari kandungan minyaknya, sebagai bahan dasar atau campuran obat (Alyamaniyah U, 2018).

Daun *mint* terdiri terutama dari air, serat, protein abu, dan karbohidrat, kandungan berlimpah mineral seperti yang terdapat dalam persentase tinggi, kalsium, kalium, magnesium, tembaga, mangan, natrium dan fosfor. Berkenaan dengan vitamin yang terdapat pada daun *mint* adalah vitamin kelompok A, B, C dan D, daun *mint* juga sangat berlimpah asam amino seperti: arginin, asam aspartat, glutamico, alanin, leusin, glisin, prolin, serin, dan valin dalam persentase yang

sangat tinggi. Minyak esensial *Mint* diekstrak menjadi mentol, jenis alkohol yang disebut kiral ditemukan sekitar dua ribu tahun yang lalu di Jepang, yang terutama digunakan dalam penyusunan parfum dan obat-obatan (Parwitasari, 2018; Vivian, 2017).

Dari data hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami *positive ranks* yaitu terjadi perubahan tingkat *emesis* setelah diberikan air rebusan daun *mint*. Hal ini menunjukkan bahwa dengan dilakukan penjelasan tentang manfaat air rebusan daun *mint* dan cara minumnya, maka dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang manfaat daun *mint* untuk mengurangi *emesis* saat hamil, sehingga ibu dapat meminumnya saat mengalami *emesis gravidarum*.

5. KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pemberian air rebusan daun *mint* terhadap frekuensi *emesis* pada ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Sukorame Kota Kediri, dengan nilai p value = 0,001. Harapan peneliti untuk responden yaitu dapat menambah pengetahuan responden tentang cara mengurangi rasa mual muntah pada kehamilan muda, yaitu salah satunya dengan menggunakan air rebusan daun *mint*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti D. 2017. Efektivitas Wedang Jahe dan Daun Mint Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil di PMB YF Kota Bukittinggi. *Jurnal Human Care*. E-ISSN:2528-66510, Volume 2, No 3.
- Alyamaniyah U. 2018. Efektivitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama di Polindes Tebalo Manyor Gresik. http://www.academia.edu/8404812/UMMI_HASANAH_ALYAMANIYAH_101211123037

- Bobak IM, Lowdermilk DL. 2015. Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4. Jakarta: EGC.
- Booth T. 2018. Tanya Jawab Seputar Kehamilan. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Christodoulou SJ, et al. 2018. Posttraumatic stress symptoms following pregnancy complicated by hyperemesis gravidarum. *The Journal of Maternal Fetal and Neonatal Medicine*. Volume 2 (4).
- Elshabrina. 2019. Dahsyatnya Daun Obat Sepanjang Masa. Yogyakarta: Cemerlang Publishing.
- Farrer H. 2016. Keperawatan Maternitas. Edisi 4, Vol 2, Alih Bahasa: dr. Andry Hartono. Jakarta: EGC.
- Hidayati R. 2017. Asuhan Keperawatan pada Kehamilan Fisiologis dan Patologis. Jakarta: Salemba Medika.
- Jimenez S, Maria P. 2018. The Pregnant Woman's Comfort Guide (1sted.). Jakarta: Arcan.
- Koesno H. 2014. Standar Pelayanan Kebidanan. Jakarta: EGC.
- Mandriwati GA. 2018. Penuntun Belajar Asuhan Kebidanan Ibu hamil. Jakarta: EGC.
- Semina Nasional Sains, Teknologi dan Sosial Humaniora Universitas Indonesia Timur*. Volume 1 (1).
- Suparyanto. 2016. Konsep Emesis Gravidarum. Jakarta: EGC.
- Surinah. 2018. Buku Pintar Kehamilan dan Persalinan. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Suwarni. 2019. Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester I Dengan Morning Sickness di Poliklinik Manuaba CAI. 2015. Pengantar Kuliah Obstetri. Jakarta: EGC.
- Manuaba. 2015. Ilmu Kebidanan Kandungan dan KB. Jakarta: EGC.
- Neil AM and Nelson. 2019. Hyperemesis Gravidarum. *Journal Obstetrics and Gynecology*. Volume 5(2).
- Parwitasari. 2018. Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil. <http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/3476/0>
- SDKI. 2017. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. Jakarta.
- Smith R John, et al. 2018. Management The Third Stage of Labor. *Medscape reference*. Available from : <http://emedicine.medscape.com/article/275304-overview>
- Sugiono. 2011. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sumarni, Rosita, dan Musdalifah. 2019. Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe dan Daun Mint Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Puskesmas Dahlian Makassar. *Buku Prosiding Kebidanan dan Penyakit Kandungan Badan Pelayanan Kesehatan RSU Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh*.
- Tiran D. 2018. Mengatasi Mual-mual dan Gangguan Lain Selama Kehamilan. Jakarta: Disglossia.
- Vivian. 2017. Asuhan Kehamilan untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.
- WHO. 2018. Maternal Mortality in 1990-2018. World Health Organization.