

STUDI TENTANG PENGARUH MINUM JAHE, TEH MANIS, DAN MAKAN ROTI TERHADAP KELUHAN EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I PRIMIPARA DI WILAYAH PUSKESMAS DAU KABUPATEN MALANG

Ahisa Novianti, dr. Fina Purwaningtyas

Program Studi Diploma 3

Akademi Kebidanan Wira Husada Nusantara Malang

keeping70uch@gmail.com, finapurwa@yahoo.co.id

ABSTRAK

Kehamilan adalah suatu keadaan fisiologis atau suatu keadaan yang normal. Emesis gravidarum adalah merupakan suatu keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda (I Gede Manuaba, 2008).

Tujuan penelitian adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat terjadinya emesis gravidarum pada ibu hamil trimester di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I sejumlah 30 responden dan dianalisis dengan menggunakan analisa dengan analisis varian.

Hasil penelitian didapatkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ 21,196 > 3,35 yang artinya minum jahe, makan roti, minum teh manis sangat berpengaruh terhadap terjadinya emesis gravidarum .

Kata kunci : Jahe, Roti, Teh Manis, Emesis Gravidarum

PENDAHULUAN

Emesis Gravidarum adalah merupakan suatu keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda (I Gede Manuaba, 2008). Hal ini sering timbul pada saat perut kosong dan sering juga pada siang atau malam hari mual dan muntah dimulai antara terlambat haid pertama dan kedua dan berlanjut sampai usia kehamilan 4 minggu. Rasa mual merupakan masalah yang sangat umum terjadi pada setengah jumlah wanita hamil yang menyebabkan nafsu makan berkurang, sehingga kenaikan berat badan tidak sesuai dengan tuanya kehamilan.

Kenaikan berat badan ibu hamil rata-rata antara 6,5kg-16kg (Prawiroharjo S, 2002) tetapi tidak semua wanita hamil mengalami penambahan berat badan pada kondisi tertentu seperti mual muntah dapat menyebabkan penurunan berat badan. Mual dan muntah dialami wanita hamil dan rata-rata 10% berlangsung 35 hari, separuh dari mereka membaik pada minggu ke-14 gestasi dan 90% pada minggu ke-22. Pada sisi lain menyatakan sekitar 70% wanita hamil suatu saat akan mengalami rasa mual. Beberapa ahli menyatakan penyebab terjadinya mual di pagi

hari adalah emosi, perubahan hormon yang meningkatkan keasaman perut.

Pendapat lain menyatakan rendahnya gula darah penyebabnya keluhan sementara ini dapat terjadi selama kehamilan karena kebutuhan protein yang meningkat untuk pertumbuhan janin jika ada kurang makan maka gula darah akan rendah dan ini akan menyebabkan mual, sakit kepala, dan lelah masalahnya akan lebih parah pagi hari karena jangka waktu malam terakhir kali panjang pada saat yang bersamaan perut kosong dan mengalami kurang asam yang membuat lebih mual.

Peneliti tertentu menunjukkan bahwa rasa mual selama hamil berkaitan dengan kesehatan janin. Oleh sebab itu harus dilakukan intervensi yaitu antenatal care (ANC) sangat perlu pemberian minum air jahe, minuman teh manis, dan pemberian makan roti kering. Bila minum cukup maka tidak terjadi dehidrasi juga diberikan obat-obatan seperti vitamin B kompleks dan sebagainya (anti muntah) sehingga diharapkan rasa mual muntah berakhir pada minggu ke 16 atau kurang dari itu. Dari latar belakang tersebut maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Studi Tentang Pengaruh Minum Jahe, Teh Manis, dan

Makan Roti Terhadap Keluhan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Primipara di Wilayah Puskesmas Dau Kabupaten Malang”

Emesis Gravidarum merupakan keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan muda. Gejala klinis Emesis Gravidarum adalah kepala pusing, terutama pagi hari, disertai mual muntah sampai kehamilan berumur 4 bulan (IB Gde Manuaba, 2008). Rasa mual dan muntah biasanya terjadi pada masa 3 bulan awal kehamilan (trimester I kehamilan).

Adapun hal-hal yang berkaitan dengan Emesis Gravidarum antara lain sebagai berikut:

1. Rasa lapar

Anda mungkin merasa sangat lapar sehingga merasa harus segera makan dan ketika makan mungkin rasa mual akan reda untuk sementara atau mungkin akan langsung muntah.

2. Bau

Sama halnya dengan perubahan selera, anda mungkin mendapati bahwa indera pembau anda juga sedikit terganggu. Anda mungkin mendapati bahwa bau-bau yang lezat menjadi memuakkan, khususnya bau masakan dan makanan, dan juga parfum atau sabun yang sehari-hari tidak berdampak apapun bagi anda dapat membuat anda muntah secara spontan.

3. Pandangan

Seperti pada penyakit-penyakit yang tidak disebabkan oleh kehamilan, pandangan yang benar-benar tidak menyenangkan dapat membuat anda muntah secara spontan paling tidak merasa sangat mual. (Wesson N, 2002).

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. Penelitian ini akan dilaksanakan pada 10 Oktober 2015 - 10 Maret 2016.

Dalam penelitian ini jumlah populasi yang dipakai adalah 42 orang serta sampel yang digunakan adalah 30 orang ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum.

Dalam penelitian ini digunakan variabel penelitian dependen dan independen.

1. Sebagai perlakuan atau variabel dependen adalah:

- a. Memberi minum jahe.
- b. Pemberian makan roti.

c. Pemberian minum teh manis.

2. variabel yang diamati atau variabel independen adalah:

- a. Mual.
- b. Muntah.
- c. Berat badan.

Untuk menganalisa data dalam penelitian ini digunakan pendekatan model analisis varian klasifikasi satu arah (Nugroho, 2000).

HASIL PENELITIAN

Subyek yang digunakan pada penelitian ini adalah ibu-ibu hamil sesuai kriteria yaitu ibu hamil trimester I yang berdasarkan tingkat umur, tingkat pendidikan, pekerjaan. Pada Tabel 1 lembar observasi dikemukakan bahwa sebagian besar ibu berumur antara 17-25 tahun sebanyak 29 responden (96,6%), yang berumur 26-30 tahun sebanyak 1 responden atau (3,3%). Kondisi ini menunjukkan bahwa umur 17-25 tahun merupakan usia subur.

Tabel 1 Distribusi Responden Menurut Umur Ibu

No	Umur Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
1	17 – 25 th	29	96,6%
2	26 – 30 th	1	3,33%

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa dari 30 responden pendidikan SD 15 (50%) dan SMP 15 (50%). Kondisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil seimbang dalam variasi pendidikan.

Tabel 2 Distribusi Responden berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	SD	15	50%
2	SMP	15	50%
3	SMU	-	-

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 30 responden 100% ibu rumah tangga. Kondisi ini menunjukkan bahwa pekerjaan ibu hamil tersebut sama.

Tabel 3 Distribusi Pekerjaan Responden

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ibu rumah tangga	30	100%
2	Swasta	-	-
3	PNS	-	-

Hasil Analisis Pemberian Minum Jahe, Makan Roti, Minum Teh Manis dan Pengukuran Berat Badan, Tekanan Darah, dan Tensi Nadi Pada 30 Responden

Seperti telah diuraikan, bahwa penelitian ini adalah penelitian eksperimental dengan subyek ibu hamil trimester I. Terdapat 3 kelompok subyek penelitian, masing-masing terdiri dari 10 ibu hamil diberi minum jahe (X₁), 10 kelompok ibu hamil diberi makan roti (X₂), dan 10 kelompok ibu hamil diberi minum teh manis (X₃). Variabel ini meliputi mual-muntah, tekanan darah, dan denyut nadi.

Tabel 4 Nilai Rata-Rata, Nilai Minimum, Nilai Maksimum dan Simpangan Baku Variabel Mual 4 Minggu Minum Jahe, Makan Roti Dan Minum Teh Manis

Perlakuan	Nilai Rata-rata	Nilai Min	Nilai Maks	Simpangan Baku
A ₁	7,50	7	8	0,15
A ₂	6,30	5	7	0,16
A ₃	5,70	5	7	0,13

Tabel 5 Analisa Ragam Variabel Mual 4 Minggu Minum Jahe, Makan Roti Dan Minum Teh Manis

Sumber Variasi	Derajat Bebas (db)	Jumlah Kuadrat (JK)	Ragam	F _{hit}	F _{0,05}
Perlakuan	2	16,800	8,400	21,196	3,35
Galat	27	10,700	0,396		
Total (T)	29	27,500	-		

Tabel 6 Nilai Rata-Rata, Nilai Minimum, Nilai Maksimum dan Simpangan Baku Variabel Mual 6 Minggu Minum Jahe, Makan Roti dan Minum Teh Manis

Perlakuan	Nilai Rata-rata	Nilai Min	Nilai Maks	Simpangan Baku
A ₁	0,00	4	7	0,26
A ₂	16,000	5	7	0,21
A ₃	16,000	5	7	0,26

Tabel 7 Analisa Ragam Variabel Mual 6 Minggu Minum Jahe, Makan Roti dan Minum Teh Manis

Sumber Variasi	Derajat Bebas (db)	Jumlah Kuadrat (JK)	Ragam	F _{hit}	F _{0,05}
Perlakuan	2	0,000	0,000	0,00	3,35
Galat	27	16,000	0,599	-	-
Total (T)	29	16,000	-	-	-

Pemberian minum jahe, makan roti dan minum teh manis terhadap mual ada pengaruhnya. Ini bisa dilihat pada Tabel 4 sampai Tabel 7 memperlihatkan bahwa nilai F_{hitung} yaitu 49,131 lebih besar dari F_{tabel} yaitu 3.35. Untuk Tabel 7 F_{hitung} 21.196 lebih besar dari F_{tabel} yaitu 3.35. Demikian juga dilihat nilai rata-rata atau kelompok A₁, A₂, dan A₃ didampingi huruf tidak sama yang berarti antar kelompok berbeda nyata sesudah 4 minggu perlakuan.

Tabel 8 Nilai Rata-Rata, Nilai Minimum, Nilai Maksimum dan Simpangan Baku Variabel Muntah 4 Minggu

Perlakuan	Nilai Rata-rata	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Simpangan Baku
A ₁	6,10	4	7	0,35
A ₂	6,10	4	7	0,35
A ₃	6,20	5	7	0,29

Tabel 9. Analisa Ragam Variabel Muntah 4

Sumber Variasi	Minggu				
	Derajat Bebas (db)	Jumlah Kuadrat (JK)	Ragam	F _{hitung}	F _{0,05}
Perlakuan	2	6,667	3,333	0,31	3,35
Galat	27	29,400	1,089	-	-
Total (T)	29	29,467	-	-	-

Tabel 10 Nilai Rata-Rata, Nilai Minimum, Nilai Maksimum dan Simpangan Baku Variabel Muntah 6 Minggu

Perlakuan	Nilai Rata-rata	Nilai Min	Nilai Maks	Simpangan Baku
A ₁	8,80	4	7	0,33
A ₂	6,10	4	7	0,23
A ₃	5,80	5	7	0,25

Tabel 11 Analisa Ragam Variabel Muntah 6 Minggu

Sumber Variasi	Minggu				
	Derajat Bebas (db)	Jumlah Kuadrat (JK)	Ragam	F _{hitung}	F _{0,05}
Perlakuan	2	0,600	0,300	0,403	3,35
Galat	27	20,100	0,744	-	-
Total (T)	29	20,700	-	-	-

Tabel 12 Nilai Rata-Rata, Nilai Minimum, Nilai Maksimum dan Simpangan Baku Variabel Berat Badan Sebelum

Perlakuan	Nilai Rata-rata	Nilai Min	Nilai Maks	Simpangan Baku
A ₁	48,600	40,0	59,0	1,750
A ₂	49,100	42,0	57,0	1,716
A ₃	49,200	38,0	60,0	2,195

Pemberian minum jahe, makan roti, dan minum teh manis terhadap muntah tidak berpengaruh secara signifikan. Ini bisa dilihat pada Tabel 9 F_{hitung} lebih kecil dari F_{tabel} yaitu F_{hitung} 0,310 dan F_{tabel} 3,35. Pada Tabel 11, F_{hitung} lebih kecil dari F_{tabel} yaitu F_{hitung} 0,408 dan F_{tabel} 3,35 berarti antara kelompok tidak memiliki pengaruh yang signifikan sesudah 6 minggu diberi perlakuan.

Tabel 13 Analisa Ragam Variabel Berat Badan Sebelum

Sumber Variasi	Sebelum				
	Derajat Bebas (db)	Jumlah Kuadrat (JK)	Ragam	F _{hitung}	F _{0,05}
Perlakuan	2	2,067	1,033	0,29	3,31
Galat	27	70,900	5,759	-	-
Total (T)	29	72,967	-	-	-

Tabel 14 Nilai Rata-Rata, Nilai Minimum, Nilai Maksimum dan Simpangan Baku Variabel Berat Badan 4 Minggu

Perlakuan	Nilai Rata-rata	Nilai Mini	Nilai Maks	Simpangan Baku
A ₁	49,700	48,0	58,0	0,967
A ₂	50,100	45,0	58,0	1,588
A ₃	48,750	38,0	59,0	2,154

Tabel 15 Analisa Ragam Variabel Berat Badan 4 Minggu

Sumber Variasi	4 Minggu				
	Derajat Bebas (db)	Jumlah Kuadrat (JK)	Ragam	F _{hitung}	F _{0,05}
Perlakuan	2	9,617	4,808	0,178	3,35
Galat	27	728,625	26,986	-	-
Total (T)	29	738,242	-	-	-

Pemberian minum jahe, makan roti, dan minum teh manis terhadap berat badan tidak

berpengaruh. Kondisi tersebut dapat dilihat pada Tabel 14 dan Tabel 15 didapatkan F_{hitung} lebih kecil dari f tabel, ini berarti diberi perlakuan tidak berpengaruh secara signifikan ($\alpha = 0,05$). Bila rata-rata kelompok A_1 , A_2 , dan A_3 didampingi huruf yang sama yang berarti untuk kelompok tidak berbeda secara signifikan sesudah 4 minggu diberi perlakuan.

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ternyata perlakuan minum teh manis, makan roti, dan minum jahe ada pengaruh terhadap terjadinya tingkat emesis gravidarum.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada kepala desa, bidan koordinator, serta para ibu hamil Di Wilayah Puskesmas Dau Kabupaten Malang yang telah berperan dalam terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian–Suatu Pendekatan Praktik-Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bobak Dkk. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Cunningham, FG. 2006. *Obstetri Williams Vol. 1*. Jakarta: EGC.
- Departemen Farmakologi dan Terapeutik FKUI. 2007. *Farmakologi dan Terapi Edisi 5*. Jakarta: Gaya Baru.
- Farida. 2008. *Atasi Mual Muntah Lewat Pola Makan*. (Online), www.mommygadget.com, diakses 11 September 2012.
- Green, James. 2005. *Terapi Jahe*. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher.
- Hamad, Sa'id. 2007. *Mual Muntah Kehamilan*. Jakarta: Pustaka Iman.
- Hidayat, 2008. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hpazero. 2008. *Biskuit Untuk Mual dan Muntah Saat Hamil Muda*. (Online), (<http://www/hpazero.wordpress.com>), diakses, 11 September 2012.
- Manuaba, IBG. (2008). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Mochtar, Rustam. (2008). *Sinopsis Obstetri, Obstetri Fisiologi, Obstetri Patologi*. Jakarta: EGC.
- Murray, Robert K, dkk. 2003. *Biokimia Harper Edisi 25*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: YBPSP.
- Sabri, Luknis & Susanto Priyo Hastono. 2006. *Statistika Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suranto, Adji. 2005. *Khasiat dan Manfaat Teh*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Suranto, Adji. 2007. *Terapi untuk Mual Muntah dengan Jahe*. Jakarta: Penebarplus.
- Syamsir, Elfira. 2008. *Mekanisme Muntah*. (Online), <http://www.dd.shvoong.com>, diakses 11 September 2012.
- Tjokronegoro, Arjotmo. 2001. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: ISBN.
- Vaeney, Helen. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Edisi 4. Jakarta. EGC.
- Wesson N. 2002. *Morning Sickness*. Jakarta: Prestasi Pustaka.