



EFEKTIVITAS TEH DAUN MINT TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM TRIMESTER I DI KELURAHAN BINJAI SERBANGAN KECAMATAN AIR JOMAN KABUPATEN ASAHAN

¹Hasanah Pratiwi Harahap, ²Yuka Oktafirnanda, ³Saskiyanto Manggabarani

¹Prodi D4 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, ²Institut Kesehatan Helvetia Medan, Indonesia ³Program Studi Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika, Jakarta, Indonesia

email : ¹hasanah.hrp@gmail.com, ²yukaoktafirnanda@helvetia.ac.id,

³zhakymanggabarani@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu perubahan fisiologis dalam kehamilan adalah emesis gravidarum. *Emesis gravidarum* terjadi pada 60-80% *primigravida* dan 40-60% *multigravida*. Seratus dari seribu kehamilan, gejala ini menjadi lebih berat. Kasus *emesis gravidarum* yang dialami oleh ibu hamil di Indonesia terdapat 50-90%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teh daun mint terhadap emesis gravidarum trimester I. Rancangan penelitian dengan metode *pre eksperimental design* dengan desain *pretest-posttest control group design*. Populasinya ibu hamil yang beralamat di LK. IV dan V Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan dengan perbandingan 1:1. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 20 orang ibu hamil dengan 1 kelompok intervensi diberikan teh daun mint sebanyak 2 kali sehari selama 4 hari berturut-turut dan 1 kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur emesis gravidarum adalah *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)-24*. Hasil pengumpulan data dianalisis dengan uji *independent sample T test*. Berdasarkan hasil penelitian 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 kontrol.

Kata Kunci : Teh daun Mint, *Emesis Gravidarum*

ABSTRACT

Emesis gravidarum is one of phsycology change on pregnancy. It occurs in 60% to 80% of primigravidas and 40% to 60% of multigravidas. These symptoms get worse in out of one thousand pregnancy. Of 50% to 90% cases experienced emesis gravidarum by pregnant women in Indonesia. This study aims to determine the effectiveness of mint tea leaves on first trimester of emesis gravidarum. This research design used pre-experimental design with pretest-posttest control groups design. The population were pregnant women who live at LK. IV and V Binjai Serbangan, Air Joman Subdistrict, Asahan Regency with the ratio of 1:1. The Sample were 20 pregnant women that were taken by using purposive sampling technique and 1 intervention group gave mint tea 2 times a day for 4 consecutive days and 1 control group was not given treatment. The instrument used to measure emesis gravidarum was Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) -24. The results of data collection were analyzed by using the independent sample T-test. Based on the results of the study, it was obtained a p value of 0.018 < 0.05, which indicates that there was a significant difference in the effectiveness of reducing emesis gravidarum in both the mint tea leaves in intervention group and the control group.

Keywords : Mint tea leaves, *Emesis Gravidarum*



I. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses terjadinya pertumbuhan dan perkembangan alat reproduksi dan janin. Hal ini dapat menimbulkan perubahan fisik maupun psikososial. Perubahan sistem didalam tubuh, membutuhkan suatu adaptasi baik fisik maupun psikologis. Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi pada kehamilan adalah adanya keluhan *emesis gravidarum* (Hamdiyah & Tahir, 2018)

Emesis gravidarum (mual muntah) merupakan perubahan peningkatan kadar hormon HCG (*Human chorionic gonadotropin*) yang dihasilkan oleh plasenta. Mual muntah ini umumnya timbul pagi hari sehingga disebut juga *morning sickness*. Sebagian keluhan mual muntah ini masih dianggap wajar sehingga gangguan selama kehamilan ini dianggap normal, namun jika berlanjut dapat menimbulkan gangguan cairan (dehidrasi) (Irianti, 2015).

Sekitar 50% kehamilan mengalami *emesis gravidarum* yang juga disertai sakit pada kepala dan perut gembung dan ibu merasa lemah pada badannya. Sebagian yang lain gejala mual muntah terus berlanjut sepanjang hari (Kundarti, Rahayu, & Utami, 2010).

Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Seratus dari seribu kehamilan, gejala ini menjadi lebih berat. (Pratami, 2016). Kejadian *emesis gravidarum* di Indonesia terdapat 50-90 % pada kehamilan. Namun, pada kasus seperti ini tidak menyebabkan kematian pada ibu hamil karena hanya kekurangan nutrisi dan cairan. *Emesis gravidarum*

yang berkelanjutan bisa berakibat *hyperemesis Gravidarum* (Hasanah & Alyamaniah, 2014). Ini akan menyebabkan gangguan cairan dan elektrolit, cairan tubuh akan berkurang sehingga darah menjadi kental dan sirkulasi darah ke jaringan akan terhambat dan dapat memengaruhi kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya (Aini & Kanarsih, 2010).

Penanganan *emesis gravidarum* dibagi menjadi farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi terdiri dari pemberian vitamin dan pengobatan sedatif ringan. (Indrayani, Burhan, & Widiyanti, 2018). Salah satu penanganan non farmakologi tersebut dapat menggunakan teh panas.

Teh merupakan salah satu jenis minuman yang terbuat dari pengeringan pucuk daun. Salah satu daun yang dapat dijadikan bahan teh adalah daun mint. Daun mint termasuk tanaman herbal karena memang lebih banyak difungsikan sebagai bahan pengobatan tradisional. Daun mint banyak mengandung minyak *atsiril* yaitu *mentol* yang dapat meringankan kembung, mual, muntah, kram dan mengandung efek *karminative* yang bekerja diusus halus pada saluran *gastrointestinal* sehingga mampu mengatasi/ menghilangkan mual muntah (Puspito, 2012).

Berdasarkan hasil wawancara pada 10 ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* 8 orang diantaranya mengandalkan obat anti mual (vitamin B6) dan konseling pada pola makan dari petugas kesehatan.



Sedangkan 2 orang lainnya meminum rebusan jahe untuk mengurangi mual muntah dan belum ada yang mencoba menggunakan teh daun mint. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada efektivitas teh daun mint terhadap *emesis gravidarum* trimester I di Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan.

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi perubahan *emesis gravidarum* trimester I pada kelompok intervensi teh daun mint
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi perubahan *emesis gravidarum* trimester I pada kelompok kontrol

Manfaat Penelitian

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan kesehatan masyarakat, terutama pentingnya pemeriksaan kehamilan untuk mengatasi perubahan fisiologis dalam kehamilan salah satunya *emesis gravidarum* trimester I dengan menggunakan teh daun mint.
2. Penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi petugas kesehatan khususnya bidan untuk melakukan promosi kesehatan

tentang penanganan non farmakologi *emesis gravidarum* trimester I dengan teh daun mint

Rancangan Penelitian

Tahapan penelitian dimulai dengan survey dan skrining sampel, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi. Rancangan penelitian dengan metode *pre eksperimental design* dengan desain *pretest-posttest control group design*. Kelompok intervensi diberikan perlakuan sebanyak 2 kali sehari selama 4 hari berturut-turut. Kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Keterangan :

- O1 : Pengukuran pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan intervensi
- O2 : Pengukuran pada kelompok perlakuan setelah dilakukan intervensi
- X1 : Pemberian intervensi teh daun mint
- O3 : Pengukuran pertama pada kelompok kontrol yang dilakukan pertama kali bersamaan dengan kelompok intervensi pada saat pretest
- O4 : Pengukuran pada kelompok kontrol bersamaan dengan kelompok intervensi pada saat posttest
- : Tanpa pemberian intervensi teh daun mint

Tabel 1. Skema Rancangan Penelitian

Kelompok	Pretest	Perlakuan	Posttest
Intervensi 1	O1	X1	O2
Kontrol	O3	-	O4

Sumber : Buku Metodologi Penelitian

Hipotesis

Terdapat efektivitas teh daun mint terhadap *emesis gravidarum*

trimester I di Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan.



II. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di LK IV dan V Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman. Penelitian dimulai dengan mengajukan proposal hibah PDP LLDIKTI bulan Agustus 2019 hingga pengumpulan data yang dilakukan Maret 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* beralamat dengan jumlah 20 orang ibu hamil. Sampel dalam penelitian ini ditarik dengan menggunakan tehnik *purposive sampling*. Perbandingan 1:1, dimana 10 responden diintervensi teh daun mint, 10 responden sebagai kelompok kontrol. Kriteria inklusi sampel yaitu bersedia menjadi responden, Ibu hamil trimester I (0-3 bulan), mengalami *emesis gravidarum*, kehamilan pertama (*primigravida*).

Kelompok intervensi teh daun mint dengan pemberian kantong bubuk teh 1 gr dengan 7 gr gula halus dan 150 ml air hangat lalu diminum oleh ibu 2 kali sehari yaitu pada jam 08.00 dan 20.00 wib selama 4 hari. *Emesis gravidarum* yaitu skor indeks mual muntah yang dialami oleh ibu hamil dengan menggunakan instrument *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)-24* yang dilakukan melalui 5 tahap, yaitu pretest dilakukan sebelum intervensi, dan posttest dilakukan 4 kali setelah sehari dilakukan intervensi. Pengambilan data penelitian bekerjasama dengan 2 orang bidan desa yang bekerja di lokasi penelitian. Uji statistik yang digunakan adalah *independent sample T Test* dengan tingkat kemaknaan 95% (0,05). Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan kelayakan untuk diteliti dari kode etik USU.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini berjumlah 20 ibu hamil dengan umur terbanyak 14 orang (70%) pada kelompok 18-28 tahun, pendidikan

terbanyak pada SMA dan PT sebanyak 8 orang (40%) serta pekerjaan terbanyak sebagai IRT yaitu 15 orang (75%). Hasil ini dapat dilihat pada tabel karakteristik responden berikut :

Tabel 2. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi= 20	Persentase
Umur	18-28 tahun	14	70
	29-38 tahun	6	30
Pendidikan	SD	2	10
	SMP	2	10
	SMA	8	40
	PT	8	40
Pekerjaan	IRT	15	75
	Perangkat Desa	1	5
	PNS	1	5



Wiraswasta	2	10
Guru	1	5

Sumber : Data Primer, 2020

2. Analisis Bivariat

Data yang diperoleh merupakan data primer dan berskala interval, sehingga dilakukan analisis kuantitatif menggunakan uji statistik parametrik (*independent sample T test*). Uji ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS 20.0 for Windows.

1) Uji Persyaratan

Uji Persyaratan sebelum analisis *independent sample T test* dilaksanakan, terlebih dahulu

dilakukan uji normalitas data dan uji homogenitas data. Adapun uji normalitas dan homogenitas sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data yang akan dianalisis. Berdasarkan tabel 3 diperoleh bahwa pada kelompok teh daun mint 0,816 dan kelompok kontrol 0,077. Semua nilai sig. tersebut $> 0,05$, yang berarti data berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data

Kelompok	Shapiro-Wilk		
	Statistik	df	Sig.
Teh Daun Mint	0,963	10	0,816
Kontrol	0,861	10	0,077

Sumber : Data Primer, 2020

b. Uji Homogenitas

Penelitian ini menggunakan uji Levene untuk uji homogenitas yang diperoleh pada tabel 4 nilai

sig. 0,161 $> 0,05$ menunjukkan semua data (teh daun mint dan kontrol) homogeny (varian data sama).

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas Data

Levene Statistic	Df1	Df2	Sig.
12,139	1	18	0,161

Sumber : Data Primer, 2020

2) Uji Hipotesis

Hasil tabel 5. rata-rata pengurangan emesis gravidarum sebesar 10,9 dan standar deviasi 4,606 dengan intervensi teh daun mint, rata-rata pengurangan emesis gravidarum pada kelompok kontrol sebesar 20,9 dengan standar deviasi

11,269. 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 kontrol.



Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis dengan Independent Sample T Test

Kelompok	Mean	SD	SE	P Value
Teh Daun Mint	10,9	4,606	1,456	0,018
Kontrol	20,9	11,269	3,564	

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 kontrol.

Teh adalah minuman yang akrab dalam kehidupan kita sehari-hari dalam masyarakat Indonesia dan juga diseluruh dunia yang belum diketahui banyak peminum teh, ternyata teh mengandung banyak manfaat bagi kesehatan (Ajisaka, 2012)

Daun mint sangat berkhasiat untuk mengatasi bau mulut. Selain itu, daun peppermint juga mempunyai khasiat lainnya terutama untuk tubuh. Penggunaan daun mint lebih banyak difungsikan sebagai alat terapi juga pencegahan penyakit. Daun peppermint termasuk tanaman herbal karena memang lebih banyak difungsikan sebagai bahan pengobatan tradisional. Daun mint banyak mengandung minyak atsiri yaitu mentol yang dapat meringankan kembung, mual, muntah, kram dan mengandung efek karminative yang bekerja diusus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu mengatasi/menghilangkan mual muntah (Puspito I., 2012).

Daun mint ini juga sangat cocok dijadikan sahabat untuk ibu hamil. Karena daun mint mampu meredakan rasa mual yang memang

erat kaitannya dengan morning sickness yang sering di alami oleh wanita yang tengah hamil (S, 2017).

Penelitian yang sama dilakukan oleh sri banun, dkk didapat nilai probabilitas/p value uji T Paired: hasil = 0,000 Artinya ada perbedaan signifikan frekuensi mual muntah antara sebelum dan sesudah perlakuan pemberian seduhan daun peppermint pada ibu hamil. Sebab nilai $p \text{ value} < 0,05$ (95% kepercayaan). Nilai rata-rata adalah 2.600 bernilai positif, artinya terjadi kecenderungan penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil sesudah perlakuan pemberian seduhan daun peppermint. Sehingga dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian rutin seduhan daun peppermint dapat berpengaruh pada penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil (Istiqomah, Yani, & Suyati, 2017).

Hasil penelitian ini diperoleh adanya pengurangan *emesis gravidarum* dengan menggunakan intervensi teh daun mint. Teh daun mint diminum sebanyak 2 kali sehari dengan dosis 0,5 gr serbuk kering jahe dicampur dengan 5 gr gula halus dan 150 ml air hangat selama 4 hari pada 10 orang ibu hamil. Walaupun teh daun mint masih sedikit asing dikeseharian sebagai bahan minuman teh, namun ibu hamil tetap mau untuk mengkonsumsinya. Hal ini dikarenakan karena keinginan ibu hamil sendiri untuk mengurangi mual muntahnya. Setelah dilakukan pengumpulan data diperoleh adanya



perubahan pada ibu hamil di kelompok intervensi. Perubahan yang dialami berupa adanya pengurangan rasa mual muntah yang biasanya dialami oleh ibu hamil pada pagi hari. Ibu hamil menyatakan terdapat aroma yang nyaman dan perut terasa lebih baik saat setelah mengkonsumsi minuman teh ini. Namun ada juga ibu hamil yang mengalami respon penolakan pada tubuhnya, ini kemungkinan dikarenakan adanya faktor lain seperti istirahat yang kurang, beban pikiran yang membuat ibu semakin lelah dan juga sudah parahnya tingkat mual muntah yang dialami oleh ibu. Sedangkan untuk kelompok

kontrol, perubahan yang terjadi tidak begitu signifikan ini dikarenakan ibu hamil tidak mengkonsumsi apapun termasuk obat penghilang rasa mual muntah. Jika adapun perubahan yaitu kurangnya rasa mual muntah pada ibu hamil ini terjadi karena frekuensi mual muntah yang rendah.

IV. KESIMPULAN

Terdapat efektivitas pemberian teh daun mint terhadap emesis gravidarum trimester I di Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan berdasarkan hasil uji statistik *independent sample t test* nilai p value $0,018 < 0,05$

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Z., & Kanarsih, W. (2010). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Mual Muntah pada Ibu yang Mengalami Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta Tahun 2010. *STIKES' Aisyiyah Yogyakarta*.
- Ajisaka. (2012). *Teh Dahsyat Khasiatnya*. Surabaya: Stomata.
- Hamdiyah, & Tahir, W. (2018). Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida terhadap Perubahan Fisik Selama Hamil. *JIKI@Jurnal Ilmiah Kesehatan Iqra*, 6(1).
- Hasanah, U., & Alyamaniyah. (2014). Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (*Zingiber Officinale* Var. *Rubrum*) terhadap Penurunan Emesis Gravidarum pada Trimester Pertama. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 3(No. 1 Juli 2014), 81–87.
- Indrayani, I. M., Burhan, R., & Widiyanti, D. (2018). Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 201–211.
- Irianti, B. (2015). *Asuhan kehamilan Berbasis Bukti: Paradigma Baru dalam Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Sagung Seto.
- Istiqomah, S. B. T., Yani, D. P., & Suyati. (2017). Pengaruh Efektifitas Pemberian Seduhan Daun Peppermint pada Ibu Hamil terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum. *Jurnal*



- EDUMidwifery*, 1(2).
- Kundarti, F. I., Rahayu, D. E., & Utami, R. (2010). Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (*Zingiber Officinale*) terhadap Tingkatan Mual Muntah pada Ibu Hamil. *Issn 2303-1433*, 18–30.
- Pratami, E. (2016). *Evidence-Based dalam kebidanan*. jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Puspito, I. (2012). *92 Pengobatan mandiri di rumah anda a-z gangguan kesehatan umum, cara mencegah dan cara mengatsainya*. Yogyakarta: Bangkit.
- Puspito I. (2012). *92 Pengobatan Mandiri di Rumah Anda A-Z Gangguan Kesehatan Umum, Cara Mencegah dan Cara Mengatsainya*. Yogyakarta: Bangkit.
- S, D. A. (2017). Efektivitas Wedang Jahe dan Daun Mint Untuk Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil di PMB YF Kota Bukittinggi Tahun 2017. *Jurnal Human Care*, 2(3).