



Studi Kasus pada Ibu Hamil Mual Muntah Trimester Pertama dengan Pemberian Seduhan Teh Daun Mint dan Madu di Puskesmas Rowosari

Renny Cantika Mithawati^{1*}, Rahayu Utmaningsih², Tia Nurhanifah³,
Fajar Nuari Erwianisyah⁴

¹⁻³Prodi S1 Kebidanan Stikes Telogorejo Semarang, Indonesia

⁴Puskesmas Rowosari, Indonesia

Email: renny234linggau@gmail.com¹, tia_nurhanifah@stikestelogorejo.ac.id²

Korespondensi penulis: renny234linggau@gmail.com*

Abstract. *Emesis gravidarum is a common condition experienced by pregnant women in the first trimester, which can interfere with health and quality of life. This study aims to evaluate the effectiveness of mint tea and honey in reducing symptoms of nausea and vomiting in pregnant women. This study used a case study design with the subject of a 20-year-old pregnant woman, G1P0A0, who was 9 weeks pregnant and experiencing emesis gravidarum. The intervention was carried out by giving 150 ml of mint tea and honey, once in the morning after meals, for three consecutive days. The study was conducted at Rowosari Health Center on November 19-22, 2024. Measurements were made using the PUQE observation sheet to assess the frequency and intensity of nausea and vomiting before and after the intervention. The results showed a significant decrease in the frequency of nausea and vomiting, from 4 times at the initial visit to 1 time at the third visit. The PUQE score also showed improvement from moderate to mild category. The administration of mint tea and honey proved effective in reducing symptoms of emesis gravidarum in first trimester pregnant women. This non-pharmacological method can be used to reduce nausea and vomiting in pregnant women.*

Keywords: honey, mint leaf tea, nausea and vomiting, pregnant women

Abstrak. Emesis gravidarum merupakan kondisi umum yang dialami ibu hamil pada trimester pertama, yang dapat mengganggu kesehatan dan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas teh mint dan madu dalam mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan subjek seorang ibu hamil berusia 20 tahun G1P0A0 yang sedang hamil 9 minggu dan mengalami emesis gravidarum. Intervensi dilakukan dengan memberikan 150 ml teh mint dan madu, satu kali pada pagi hari setelah makan, selama tiga hari berturut-turut. Penelitian dilakukan di Puskesmas Rowosari pada tanggal 19-22 November 2024. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan lembar observasi PUQE untuk menilai frekuensi dan intensitas mual muntah sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan frekuensi mual dan muntah yang signifikan, dari 4 kali pada kunjungan awal menjadi 1 kali pada kunjungan ketiga. Skor PUQE juga menunjukkan peningkatan dari kategori sedang menjadi ringan. Pemberian teh mint dan madu terbukti efektif mengurangi gejala emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama. Cara non farmakologi ini dapat digunakan untuk mengurangi rasa mual dan muntah pada ibu hamil.

Kata Kunci: madu, teh daun mint, mual dan muntah, ibu hamil

1. LATAR BELAKANG

Kehamilan adalah suatu kejadian dimana bertemunya sel sperma dan sel telur dalam tuba fallopi yang kemudian tertanam di dalam uterus sehingga terjadilah kehamilan (Tri et al., n.d.). Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu ber-langsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke 13 - ke 27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga minggu ke 40) (Kartika et al., 2024). Selama masa kehamilan, ibu hamil mengalami berbagai perubahan baik secara fisik maupun mental. Proses ini dimulai setelah terjadinya fertilisasi, dimana tubuh mulai meningkatkan produksi hormon Human Chorionic

Gonadotropin (HCG) untuk menjaga korpus luteum pada tahap awal kehamilan. Korpus luteum ini juga memproduksi hormon estrogen dan progesteron. Peningkatan kadar hormon-hormon ini dapat menyebabkan gejala seperti mual dan muntah, yang sering dialami oleh ibu hamil (Pramesti et al., 2020).

Mual muntah dalam bahasa medis disebut juga dengan emesis gravidarum adalah suatu keadaan mual yang terkadang disertai muntah dengan frekuensi kurang dari 5 kali dalam sehari (Meyer et al., 2023). Mual dan muntah yang terjadi selama kehamilan disebabkan oleh adanya peningkatan hormon estrogen dan progesterone sehingga merangsang pembentukan hormon chorinic gonadotropin (HCG) yang mengakibatkan mual dan muntah (Yusmaharani et al., 2021)

Setiap wanita hamil akan memiliki tingkat mual yang berbeda-beda, ada yang tidak terlalu merasakan apa-apa, tapi ada juga yang merasa mual dan bahkan ada yang merasa sangat mual dan muntah setiap saat, sehingga memerlukan pengobatan (Alrahmatasyah et al., 2022). Mual dan muntah yang terjadi selama kehamilan dapat mempengaruhi kesehatan ibu hamil. Mual muntah mempengaruhi kondisi psikososial seperti kelelahan, kurang energi, kurang minat dan kesenangan, lekas marah, dan kurangnya persiapan persalinan. Mual muntah juga mempengaruhi fungsi kehidupan, termasuk menurunkan produktivitas kerja (94%), menurunkan kualitas perawatan anak (84%), menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan kecemasan (Pratiwi & Putri, 2024). Mual muntah menyebabkan penurunan nafsu makan dan perubahan keseimbangan elektrolit yang menyebabkan cairan tubuh berkurang sehingga terjadi perubahan metabolisme pada tubuh (A. D. Lestari et al., 2022). Selain itu, mual muntah juga dapat mengakibatkan kehilangan berat badan sekitar 5% karena cadangan karbohidrat, protein dan lemak terpakai untuk energi (Nurhayati & Pangestu, 2023). Efek mual muntah selama kehamilan pada janin adalah adanya potensi keterlambatan perkembangan saraf janin, kelahiran premature dan berat badan kecil untuk usia kehamilan (Kustriyanti & Putri, 2019)

WHO memperkirakan angka kejadian mual muntah berlebih di dunia mencapai 12,5% (Diana & Sumarni, 2024). Emesis gravidarum terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu, 0,9% di Swedia, 0,5% di California, 1,9% di Turki dan Amerika Serikat, dan 1% - 3% di Indonesia dari seluruh kehamilan. Di Indonesia sebanyak 50% - 75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester pertama atau awal – awal kehamilan (Susanti & Yulita, 2024). Mual dan muntah terjadi pada 60% - 80% primigravida dan 40% - 60% multigravida. Prevalensi emesis gravidarum di Indonesia juga berbeda beda disetiap daerah (Yusnia et al., 2023). Sedangkan di Jawa Tengah ibu hamil yang mengalami keluhan mual dan

muntah mencapai 40-60% dari total kehamilan (Arifin & Juliarti, 2022). Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Rowosari, terdapat 140 ibu hamil trimester pertama pada bulan Oktober dan November tahun 2024, dan jumlah ibu hamil yang mengalami mual dan muntah sebanyak 65 orang. Rata-rata ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Rowosari mengalami mual dan muntah pada pagi dan sore hari.

Mual muntah pada kehamilan dapat di obati menggunakan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan farmakologi, seperti pemberian Vitamin B6, dan tindakan non farmakologi, seperti seduhan jahe dan daun mint, teknik relaksasi, dan aromaterapi, dapat membantu mengurangi emesis gravidarum (Jusmawati & Meilyta, 2024). Daun mint disebut juga dengan peppermint atau dikenal dengan nama ilmiah *mentha piperita L* merupakan sebuah tanaman herbal yang sangat terkenal di seluruh dunia. Daun mint diketahui bisa menjadi obat yang aman dan efektif untuk mengobati mual muntah pada ibu hamil (Usila et al., 2022). Daun mint dapat menurunkan mual dan muntah karena kandungan minyak atsiri yaitu menthol berfungsi sebagai anestesi ringan yang dapat menurunkan tingkat kejang atau kram pada perut dan memiliki fungsi karminatif serta antipasmodik yang bekerja di bagian usus halus pada saluran pencernaan sehingga dapat mengobati dan meredakan mual muntah serta menjadikan sistem pencernaan lebih lancar. (Widyastuti et al., 2020). Selain daun mint terapi non-farmakologi lainnya yang dapat digunakan untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama adalah dengan menggunakan madu. Madu mengandung mineral dan vitamin pyridoksin yang berfungsi sebagai antagonis reseptor dapat menghentikan zat serotin sehingga tidak terjadi mual dan muntah (Melly Damayanti, 2022). Selain itu madu merupakan sumber makanan yang baik karena didalamnya terdapat asam amino, karbohidrat, protein, serta berbagai jenis vitamin dan mineral yang merupakan zat gizi dan mudah di serap oleh sel-sel tubuh (D. Lestari et al., 2024). Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus tentang “Studi Kasus Pada Ibu Hamil Mual Muntah Trimester Pertama Di Puskesmas Rowosari”.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang di gunakan adalah studi kasus (case study) dengan memberikan asuhan konsumsi teh daun mint dan madu sebanyak 150 ml 1 kali di pagi hari setelah makan selama 3 hari kepada Ny. S umur 20 tahun G1P0A0 hamil 9 minggu dengan emesis gravidarum yang bertujuan untuk mengurangi mual muntah. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas Rowosari pada tanggal 19- 22 November 2024. Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah quesioner PUQE (Pregnancy-Unique Quantification

Of Emesis) untuk mengukur tingkat keparahan mual dan muntah pada kehamilan. Metode pengumpulan data dengan cara anamnesa, observasi dan pemeriksaan fisik yang dicatat di lembar observasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Hasil Pengkajian Mual Muntah

Intervensi Ny. S	HASIL ASUHAN KEBIDANAN		
	Kunjungan ke I 20 November 2024	Kunjungan ke II 21 November 2024	Kunjungan ke III 22 November 2024
Seduhan teh daun mint dan madu	Mual dan muntah	Mual dan muntah	Mual dan muntah
	4 kali	3 kali	1 kali
	Skor (PUQE)	Skor (PUQE)	Skor (PUQE)
	4	3	2
	Kategori Sedang	Kategori ringan	Kategori ringan

Berdasarkan hasil observasi pengaruh pemberian seduhan teh daun mint dan madu terhadap penurunan mual dan muntah dengan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Rowosari Tanggal 20-22 November Tahun 2024 diketahui bahwa di hari pertama pemberian intervensi seduhan teh daun mint dan madu mual muntah yang di alami ibu sebanyak 4 kali dan setelah 3 hari dilakukan intervensi mual muntah pada ibu berkurang menjadi 2 kali. Gambaran skor mual dan muntah berdasarkan hasil PUQE yaitu sebelum dilakukan intervensi pemberian seduhan teh daun mint dan madu skor PUQE sebesar 7 dan setelah dilakukan intervensi selama 3 hari berturut-turut turun menjadi skor 2.

Pembahasan

Berdasarkan studi kasus ini, didapatkan bahwa Ny. S sebelum diberikan intervensi mengalami mual muntah sebanyak 7 kali dan setelah diberikan intervensi selama 3 hari berturut-turut mengalami perubahan mual muntah sebanyak 1 kali. Dilihat dari nilai lembar observasi PUQE dapat dikatakan mengalami penurunan mual muntah sedang ke mual muntah ringan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nola et al., 2021) yang berjudul “Pengaruh Seduhan Teh Daun Mint Dan Madu Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester Pertama”. Berdasarkan uji non parametrik wilcoxon dengan hasil (p value = $0,005 < 0,05$), sehingga ada pengaruh pemberian seduhan teh daun mint dan madu terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Klinik Pratama Niar.

Hal ini menunjukkan bahwa dengan mengonsumsi seduhan teh daun mint dan madu dapat mengurangi mual muntah pada ibu hamil apabila mengonsumsi secara rutin dan sesuai dengan anjuran. Kandungan minyak atsiri pada daun mint yaitu berupa menthol bermanfaat

untuk kelancaran sistem pencernaan serta mengatasi kejang yang terjadi pada perut sehingga dapat meringankan kembung, mual muntah, kram dan mengandung efek karminative yang bekerja di usus halus pada saluran gastrointestinal sehingga mampu mengatasi/menurunkan mual muntah (Jusmawati & Meilyta, 2024). Hasil ini semakin memperkuat bahwa pemberian seduhan teh daun mint dan madu dapat mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Jurnal penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari, 2020) juga menyatakan bahwa setelah diberikan intervensi mayoritas responden mengalami perubahan mual muntah ringan sebanyak 8 orang (80%). Penelitian ini memiliki efektivitas perubahan penurunan mual muntah sebanyak 70% karena di daun mint memiliki kandungan minyak atsiri yang dapat mencegah reflek muntah dan memberikan rasa hangat pada tubuh sehingga dapat mengatasi mual muntah.

Jurnal penelitian lainnya yang dilakukan (Rahayu, 2024) bahwa dari 12 ibu hamil didapatkan adanya peningkatan sebesar 31% dari pemanfaatan rebusan air daun mint pada ibu hamil, sehingga ibu hamil dapat mengetahui manfaat dari rebusan air daun mint untuk kesehatan ibu dan janin. Selain itu, penelitian (Widyastuti et al., 2020) juga menyatakan bahwa 2 responden sebelum diberikan intervensi mengalami mual muntah sebanyak 83% dan setelah diberikan intervensi responden mengalami penurunan mual muntah hingga 1,7% hal ini dapat dikatakan bahwa pemberian rebusan daun mint bermanfaat bagi penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1.

Madu mengandung mineral dan vitamin pyridoksin yang berfungsi sebagai antagonis reseptor dapat menghentikan zat serotin sehingga tidak terjadi mual dan muntah. Selain kandungan mineral madu juga mengandung B1, B2, C, B6, K, niasin, asam pantotenat, biotin dan asam folat, kandungan yang terdapat pada madu bermanfaat bagi tubuh ibu hamil dan mengurangi mual muntah. (Setyaningsih & Isro'aini, 2023). Penelitian ini sejalan dengan (Juliasen, 2024) menyatakan kombinasi antara daun mint dan madu memberikan manfaat yang baik untuk mengurangi mual muntah karena didalam madu terdapat kandungan piridoksin (B6) yang bermanfaat mengurangi mual muntah. Penelitian lainnya yang dilakukan (Rimba Karlina, 2024) menyatakan bahwa responden mengonsumsi seduhan daun mint selama 7 hari di pagi hari mengalami perubahan mual muntah dari skor mual muntah 6 menjadi 3. Selain itu penelitian yang dilakukan (Jusmawati & Meilyta, 2024).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Asuhan Kebidanan yang diberikan kepada Ny. S dengan intervensi seduhan teh daun mint dan madu efektif mengurangi mual muntah dengan skor PUQE sebelum diberikan intervensi adalah 7 dan setelah diberikan intervensi selama tiga hari berturut-turut skor menjadi. Disarankan kepada ibu hamil untuk melanjutkan terapi seduhan teh daun mint dan madu sebagai alternatif untuk mengatasi mual muntah pada kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alrahmatasyah, Apriza, & Syahda, S. (2022). Efektifitas aroma jahe terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang tahun 2021. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1), 35–47.
- Arifin, D. N., & Juliarti, W. (2022). Asuhan kebidanan pada ibu hamil mual muntah dengan pemberian seduhan jahe emprit di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini*, 2(2), 7. Retrieved from <https://jom.http.ac.id/index.php/jkt/article/view/1014>
- Damayanti, M. (2022). Penyuluhan dan pemanfaatan jeruk nipis madu (JEMU) untuk mengatasi emesis gravidarum. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, 6(2), 57–64. <https://doi.org/10.37859/jpumri.v6i2.3336>
- Diana, S., & Sumarni, S. (2024). Terapi non farmakologi terhadap mual muntah dan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil: A literature review. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 24(2), 1542. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v24i2.5457>
- Juliasen, I. (2024). Efektifitas pemberian rebusan jahe dan madu terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di PMB F Wancimekar periode Januari. *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)*, 3(12), 1520–1528. <https://doi.org/10.54402/isjnms.v3i12.504>
- Jusmawati, & Meilyta, D. (2024). Pengaruh rebusan daun mint dan rebusan jahe untuk menghilangkan mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Tanjung Agung. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 9(2), 146–151.
- Kustriyanti, D., & Putri, A. A. (2019). Ginger and lemon aromatherapy to relieve nausea and vomiting in pregnancy. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 14(1), 15. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2019.14.1.868>
- Lestari, A. D., Sadila, A. S., Nara, A. D., Ayu, A., Putri, F., Febriani, A. N., & Barokah, A. F. (2022). Akupresur mengurangi mual muntah dalam kehamilan: Literature review. *Journal of Midwifery*, 3(1), 8–15. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v3i1.566>
- Lestari, D., Aulia, N., Anjani, A. D., & Sihombing, S. F. (2024). Efek seduhan madu dan jahe terhadap intensitas emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

- Meyer, G. V., Suryanti, S., Akbar, N., Kebidanan, P. D., Masyarakat, F. K., Indonesia, U. M., & K, E. P. K. (2023). Asuhan kebidanan antenatal pada Ny. S dengan emesis gravidarum. *04*(1), 43–52.
- Nola, R., Hanum, R., & Nurrahmaton. (2021). Pengaruh seduhan teh daun mint dan madu terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ibu dan Anak*, *1*(1), 41–47.
- Nurhayati, A., & Pangestu, G. K. (2023). Efektivitas pemberian pisang ambon dan buah kurma terhadap emesis gravidarum di Puskesmas Leles Kabupaten Garut tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, *2*(10), 4265–4278. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i10.1667>
- Pemberian, P., Jahe, S., Terhadap, H., Muntah, P. M., Ibu, P., Trimester, H., Sari, R. K., & Haryati, L. F. (2024). The effect of warm ginger brew on reducing nausea and vomiting in the first-trimester pregnant women. *Journal of Midwifery Studies*, *1*(1), 1–6.
- Pramesti, N. A., Surtikanti, S., & Puspita, D. (2020). Pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap mual muntah (emesis) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sungai Durian Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, *11*(1), 21–32. <https://doi.org/10.54630/jk2.v11i1.115>
- Pratiwi, T. M., & Putri, N. R. (2024). Potensi herbal Indonesia sebagai pengurang mual muntah pada kehamilan: Scoping review. *7*(September), 133–145.