

PENGARUH SEDUHAN DAUN MINT DENGAN MADU TERHADAP PENURUNAN EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

Ermeida Nelli¹, Dhea Regita Sastika Putri²

^{1,2}Politeknik Tiara Bunda

email: sastikaputri@gmail.com

Riwayat Artikel: Diterima: 02 Agustus 2025, direvisi: 16 Agustus 2025, dipublikasi: 29 Agustus 2025

ABSTRACT

Introduction: Nausea and vomiting that occurs in the first trimester of pregnancy are caused by increased levels of the hormone Estrogen and Human Chorionic Gonadotropine (HCG). Emesis gravidarum causes disruption of activity, decreases appetite and occurs dehydration. According to World Health data Organization (WHO)2021, the number of cases of hyperemesis gravidarum reached 12.5% in the world. Meanwhile in Indonesia it reached 14.8%.

Objective: To determine the effect of steeping mint leaves with honey on reducing emesis gravidarum in first trimester pregnant women at PMB Rani Kusuma, Tangerang Regency.

Research Method: pre-experimental, one group pretest-posttest design in one group, total sampling technique with a sample size of 10 respondents.

Research Results: p-value $0.008 < 0.05$ then H_a is accepted, meaning there is a difference between the level of emesis gravidarum (nausea, vomiting) before and after being given mint leaves with honey

Conclusion: Brewing mint leaves with honey has an effect on reducing emesis gravidarum in first trimester pregnant women.

Keywords: Emesis gravidarum; Honey; Mint leaves; Pregnant women (;

ABSTRAK

Pendahuluan: Emesis gravidarum (mual dan muntah) yang terjadi pada trimester pertama kehamilan disebabkan oleh peningkatan kadar hormon estrogen dan gonadotropin chorionik manusia (HCG). Emesis gravidarum menyebabkan gangguan aktivitas, mengurangi nafsu makan dan terjadi dehidrasi. Menurut Organisasi Data Kesehatan Dunia (WHO) 2021, jumlah kasus hyperemesis gravidarum mencapai 12,5% di dunia. Sementara itu di Indonesia mencapai 14,8%.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh seduhan daun mint dengan madu terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang.

Metode Penelitian: pre-eksperimental, one group pretest-posttest design in one group, teknik total sampling dengan jumlah sampel 10 responden.

Hasil Penelitian: p-value $0,008 < 0,05$ maka H_a diterima artinya ada perbedaan tingkat emesis gravidarum (mual, muntah) sebelum dan sesudah diberikan daun mint dengan madu

Kesimpulan: Menyeduh daun mint dengan madu berpengaruh terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama.

Kata Kunci: Emesis gravidarum; Madu; Daun mint; Ibu hamil (;

Pendahuluan

World Health Organization (WHO) jumlah kejadian *hyperemesis gravidarum* mencapai 12,5 % dari jumlah seluruh kehamilan di dunia (WHO. 2021). Indonesia diperoleh data ibu dengan *hyperemesis gravidarum* mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan (Kemenkes RI, 2021). Angka kejadian *hyperemesis gravidarum* mencapai 10-15% di Provinsi Banten dari jumlah ibu hamil yang ada yaitu sebanyak 182.815 orang pada kehamilan trimester I (Ariyanti, 2020). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang menjumpai 6 orang ibu hamil Trimester I yang mengalami emisis gravidarium dimana terdapat 4 ibu hamil primigravida yang mengeluh sering mengalami mual dan muntah 5 kali dalam sehari, dan 2 ibu hamil lainnya mengalami mual muntah sebanyak 6-8 kali dalam sehari. Para ibu tersebut juga mengatakan mereka tidak mau mengkonsumsi obat sebab merangsang mual dan muntah kembali. Selain itu, ibu-ibu tersebut mengatakan belum pernah mengkonsumsi obat herbal bahkan baru mendengar kalau mual dan muntah dapat diatasi dengan menggunakan obat herbal.

Emesis gravidarum yang merupakan mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama, dapat menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu hamil karena gejala seperti pusing, perut kembung, dan rasa lelah. Mual dan muntah tersebut biasanya terjadi kurang dari 5 kali sehari dan dapat menjadi patologis jika tidak diatasi. Jika gejala mual dan muntah yang parah terus berlanjut, hal ini disebut *hyperemesis gravidarum*, yang dapat mempengaruhi kesehatan umum, mengganggu aktivitas sehari-hari, menyebabkan penurunan berat badan, dehidrasi, dan terdeteksi kadar aseton dalam urin. Gejala yang serupa juga dapat menyerupai penyakit seperti apendisitis, pyelitis, dan sejenisnya (Zamrodah, 2020). Tujuan peneliti melakukan penelitian ini adalah Mengetahui pengaruh seduhan daun mint dengan madu terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian

eksperimen. Desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Design* ini diukur menggunakan *pretest* sebelum diberikan perlakuan dan *posttest* yang dilakukan setelah diberi perlakuan untuk setiap kali pertemuan. teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik total sampling, yakni : 10 orang.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
< 20 th	1	10,0
≥ 35 th	9	90,0
20 - 35 tahun		
Pendidikan		
SMA	8	80,0
Diploma	1	10,0
Sarjana	1	10,0
Pekerjaan		
IRT	6	60,0
Wiraswasta	2	20,0
Swasta	1	10,0
PNS	1	10,0
Total	10	100

Sebagian besar responden berusia 20 - 35 tahun yaitu ada 9 orang (90,0%), pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMA yaitu ada 8 orang (80,0%), dan mayoritas responden Ibu Rumah Tangga yaitu ada 6 orang (60,0%).

Distribusi Frekuensi Tingkat *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum Diberikan Seduhan Daun Mint Dengan Madu di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang.

Emesis Gravidarum (mual muntah)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	1	10,0
Sedang	9	90,0
Jumlah	10	100

Sebagian besar ibu hamil sebelum diberikan seduhan daun mint dengan madu memiliki tingkat *emesis gravidarium* (mual muntah) sedang yaitu 9 orang (90,0%). Sedangkan yang memiliki tingkat *emesis gravidarium* (mual muntah) ringan ada 1 orang (10,0%).

Distribusi Frekuensi Tingkat *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I Sesudah Diberikan Seduhan Daun Mint Dengan Madu di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang.

Emesis Gravidarum (mual muntah)	Frekuensi (f)	Percentase (%)
Ringan	8	80,0
Sedang	2	20,0
Jumlah	10	100

Sebagian besar ibu hamil sesudah diberikan seduhan daun mint dengan madu memiliki tingkat *emesis gravidarum* (mual muntah) ringan yaitu 8 orang (80,0%). Sedangkan yang memiliki tingkat *emesis gravidarum* (mual muntah) sedang ada 2 orang (20,0%).

Tabulasi Silang Pengaruh Seduhan Daun Mint Dengan Madu Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang.

Tingkat Emesis Gravidarum (mual muntah)	Pretest (Sebelum)		Posttest (Sesudah)		P-Value
	F	%	F	%	
Ringan	1	10,0	8	80,0	
Sedang	9	90,0	2	20,0	0,008
Jumlah	10	100	10	100	

Sumber: Data primer , kuesioner responden

Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai p-value $0,008 < 0,05$ maka Ha diterima artinya ada perbedaan antara tingkat *emesis gravidarum* (mual muntah) sebelum dan sesudah diberikan daun mint dengan madu.

Tingkat Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum Diberikan Seduhan Daun Mint Dengan Madu

Sebagian besar ibu hamil sebelum diberikan seduhan daun mint dengan madu mengalami mual muntah sedang yaitu 9 orang (90,0%) dan 1 orang (10,0%) yang mengalami mual muntah ringan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian responden mengalami ketidaknyamanan dalam kehamilan dimana masalah mual muntah disebabkan karena adanya perubahan hormon serta adanya emosional (kecemasan) yang dialami. Hasil tersebut sejalan dengan teori Atiqoh (2020) yang menyatakan bahwa mual-mual saat hamil (*emesis gravidarum*) dialami oleh sebagian besar ibu hamil.

Tingkat Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Sesudah Diberikan Seduhan Daun Mint Dengan Madu

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar ibu hamil di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang sesudah diberikan

seduhan daun mint dengan madu memiliki tingkat *emesis gravidarum* (mual muntah) ringan yaitu 8 orang (80,0%). Sedangkan yang memiliki tingkat *emesis gravidarum* (mual muntah) sedang ada 2 orang (20,0%).

Terapi non-farmakologi lainnya yang dapat mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama adalah dengan menggunakan madu, karena madu mengandung pridoksin sebagai antagonis reseptor yang dapat menghentikan zat serotonin sehingga tidak terjadi mual dan muntah (Wahyu, T., 2016).

Pengaruh Seduhan Daun Mint Dengan Madu Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil

Ada perbedaan antara tingkat *emesis gravidarum* (mual muntah) sebelum dan sesudah diberikan daun mint dengan madu artinya Ada pengaruh seduhan daun mint dengan madu pada penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang.

Daun mint merupakan tanaman herbal yang dapat menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil, karena daun mint mengandung minyak atsiril atau menthol yang dapat mengatasi perut kembung, kram, mual dan muntah (Ira, P., 2015). Madu merupakan cairan alami yang dihasilkan lebah dan memiliki manfaat bagi kesehatan, salah satunya mengatasi mual dan muntah pada kehamilan (Soa, 2018). Dosis pemberiannya yaitu 4 lembar daun mint, 5 gram madu dan 150 ml air mendidih, kemudian diolah dan diberikan kepada ibu dengan dosis 150 ml di pagi hari setelah makan. Menurut asumsi peneliti dengan pemberian seduhan teh daun mint dan madu dapat menurunkan mual muntah pada ibu hamil, karena daun mint sangat berkhasiat untuk mengatasi mual dan muntah. Selain itu, daun mint juga memiliki khasiat lain terutama untuk tubuh karena mengandung minyak atsiril yaitu menthol yang meringankan kembung, mual, muntah, kram dan mengandung efek karminatif yang bekerja di usus halus pada saluran gastrointestinal, sehingga mampu mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil. Sedangkan, pemberian madu juga bermanfaat mengatasi mual muntah pada ibu hamil karena mengandung pridoksin sebagai reseptor.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada pengaruh seduhan daun mint dengan madu terhadap penurunan emesis gravidarum

pada ibu hamil trimester I di PMB Rani Kusuma Kabupaten Tangerang. Seduhan daun mint dengan madu dapat dijadikan terapi untuk menurunkan *emesis gravidarum* (mual muntah) pada ibu hamil trimester pertama. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini mengganti atau menambah variabel –variabel yang lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terima Kasih kepada Mahasiswa yang terlihat langsung dalam penelitian ini maupun pihak-pihak lain yang terlibat secara tidak langsung.

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*, 2(3).
- Atiqoh.R.N. (2020). Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebih Dalam Kehamilan). One Peach Media. Jakarta.
- Ira, P. (2015). *92 Pengobatan mandiri di rumah anda a-z gangguan kesehatan umum, cara mencegah dan cara mengatasainya*. Bangkit.
- Kemenkes RI. 2021. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021.
- Kurniarum, S. (2016). Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir. *Modul Bahan Ajar Cetak Kebidanan*, 148, 148–162.
- Latifah, L., Setiawati, N., & Hapsari, E. D. (2017). Efektifitas Self Management Module Morning Sickness. *JKP*, 5(April).
- Manuaba. (2014). *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB Edisi 2*. EGC.
- Nainar, A. A. A., Diniah, L., & Komariah, L. (2019). Pengaruh Pemberian Daun Mint Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. *Jurnal I, 2(2)*, 65–80. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/index>
- Nola, R., Hanum, R., & Nurrahmaton. (2021). Jurnal Ilmiah Kesehatan Ibu dan Anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak*, 1(1), 41–47. \
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Revisi. Rineka Cipta.
- Prawirohardjo. (2018). Buku Ilmu Kebidanan. In Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. PT. Bina Pustaka Sarwono.
- Saifuddin, A. B. (2016). *Ilmu Kebidanan. Edisi Keempat, Cetakan Kelima*. PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Soa, U.O.M., Amelia, R., & Octvian, D.A. (2018). Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Merah dan Daun Mint dengan Jeruk Nipis dan Madu Terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Waepana, Ngada, NTT. *Jurnal Kebidanan*, 8, 157–167.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alphabet.
- Sulistiarini, Uning, & Widayati, Melyana Nurul Rahayu, D. L. (2018). Studi Literatur: Acupressure Pericardium Dan Aromatherapy Citrus Untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 146.
- Tyastuti, S., & Wahyuningsih, H. R. (2016). *Modul Ajar Cetak Kebidanan: Asuhan Kebidanan Dan Kehamilan*. BPSDMK.
- Yanti, D. (2017). *Konsep Dasar Asuhan Kebidana*. Adiatama Refika.