



EFEKTIVITAS PISANG KEPOK TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM TRIMESTER I

Debora Paninsari, Kurniawati Buulolo*, Lioni Masta Lubis, Manja Riskawati, Mariani Br. Panjatan
Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Gg. Madrasah Sei Agul Kec. Medan Barat, Kota Medan Sumatera Utara, Indonesia 20117
*k.buulolo@yahoo.com (+6282160417871)

ABSTRAK

Emesis gravidarum menyebabkan perubahan metabolisme tubuh karena dehidrasi dan itu terjadi karena penurunan nafsu makan ibu. Emesis gravidarum yang terus menerus akan membahayakan kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Pisang Kepok Terhadap mual muntah pada ibu hamil di Klinik Bidan Sunggal Medan Tahun 2020. Metode penelitian ini bersifat kuantitatif analitik observasional dengan jenis desain penelitian ini menggunakan pre-eksperiment design bersifat one group pretest-potest. Penelitian dilakukan pada tanggal 04 agustus s/d 01 september 2020 dengan populasi sebanyak 63 orang dan sampel sebanyak 30 orang dengan menggunakan teknik Accidental Sampling. Aspek pengukuran data menggunakan lembar observasi dengan analisis data bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) mengalami pengurangan mual muntah. Hasil analisis data diperoleh nilai $Z = -5.477^b$ dan nilai p-value = 0.000 dengan taraf signifikansi $p < 0.05$

Kata kunci: emesis gravidarum; konsumsi pisang kepok; trimester I

THE EFFECTIVENESS OF KEPOK BANANA ON THE FIRST TRIMESTER EMESIS GRAVIDARUM

ABSTRACT

Emesis gravidarum causes changes in the body's metabolism due to dehydration and it occurs due to a decrease in the mother's appetite. Continuous gravidarum emission will continue for the health of the mother and the development of the fetus she is carrying. This study aims to see the effectiveness of Kepok Banana against nausea and vomiting in pregnant women at the Clinic Midwife Sunggal Medan in 2020. This research method is quantitative analytic observational with this type of research design using pre-experimental design is one group pretest-potest. The study was conducted on August 4 to September 1 2020 with a population of 63 people and a sample of 30 people using the Accidental Sampling technique. Aspects of data measurement using observation sheets with bivariate data analysis. The results showed that all respondents (100%) experienced a decrease in nausea and vomiting. The results of data analysis obtained Z value = -5.477^b and p-value = 0.000 with a significance level of $p < 0.05$.

Keywords: emesis gravidarum; consumption of kepok banana; trimester I

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses yg alamiah, dimulai dari proses bertemunya sel telur dan sel sperma sampai berkembangnya janin di dalam uterus. Lamanya kehamilan yang normal yaitu 280 hari (Mariantari, dkk 2014). Selama

proses kehamilan ada berbagai hal yang dialami ibu hamil terutama pada trimester I, salah satu hal yang sering dialami ibu hamil pada trimester I yaitu mual dan muntah yang merupakan gejala awal yang dialami pada kehamilan, sebagian ibu hamil pada masa

kehamilannya hanya mengalami mual tanpa disertai muntah yang sering dikenal dengan (*morning sickness*) yang terjadi karena peningkatan kadar hormon Chorionic Gonadotrophin (Kustriyani, dkk 2017).

Emesis gravidarum ini menyebabkan perubahan metabolisme tubuh karena keitu terjadinya karena kekurangan nutrisi dan itu terjadinya karena penurunan nafsu makan ibu Ada beberapa cara dalam mengatasi emesis gravidarum yaitu dengan cara farmakologis salah satunya yaitu piridoksin yang mengandung vitamin B6 dengan cara non farmakologis yaitu dengan cara mengonsumsi pisang kapok yang banyak karena banyak mengandung flavonoid dan vitamin B6 yang berfungsi mengatasi emesis gravidarum dan juga dengan terapi non farmakologis yaitu dengan pengaturan diet dan dukungan emosional (Ratih, dan Qomariah, 2017). Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti di klinik bidan sunggal Medan didapati 22 orang yang mengeluh tentang mual muntah yang dialami di kehamilan trimester I. oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk melakukan penelitian tentang efektivitas pisang kepok terhadap emesis gravidarum trimester I di klinik bidan sunggal medan tahun 2020.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *pre-experiment design* bersifat *one group pretest-posttest*. Intervensi yang telah dilakukan diukur secara observasi. Hasil observasi menyajikan informasi yang bersifat deskriptif. Penelitian ini telah lolos uji etik dengan nomor : 013/KEPK/UNPRI/VII/2020. Penelitian di Klinik Bidan Sunggal Medan telah dilaksanakan pada tanggal 19 Juni s/d 02 Juli 2020. Seluruh ibu hamil trimester I

di Klinik Bidan Sunggal Medan adalah populasi dalam penelitian ini. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* yaitu sebanyak 30 responden.

Penelitian ini dilakukan secara eksperimen dengan dengan cara memberikan pisang kepok matang kepada responden untuk dikonsumsi selama 7 hari berturut-turut di rebus selama 40 menit dan di konsumsi 3 kali dalam sehari minimal 200 gram sekali konsumsi. setiap responden diberikan edukasi sebelum intervensi oleh peneliti, responden diobservasi sebelum dan sesudah intervensi oleh peneliti. Aspek pengukuran data pada penelitian ini menggunakan lembar observasi, yaitu alat ukur yang berisi daftar pernyataan yang akan diamati dengan cara menceklis (✓) dan digunakan sebelum dan setelah diintervensi dilakukan sebagai indikator dalam mengukur efektivitas pisang kepok terhadap emesis gravidarum trimester I dengan uji *Wilcoxon*.

HASIL

Tabel 1, tentang karakteristik responden, mayoritas responden berumur 28-32 tahun. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SMA. Karakteristik responden berdasarkan paritas, mayoritas multigravida. Tabel 2, didapatkan hasil uji *Wilcoxon* sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) pemberian pisang kepok kepada seluruh responden sebanyak 30, nilai $Z=-5.477^b$ dan $p-value=0.000$ dengan taraf signifikansi $p<0.05$, menunjukkan bahwa adanya efektivitas pisang kepok terhadap mual muntah pada ibu hamil di Klinik Bidan Sunggal Medan Tahun 2020.

Tabel 1.
Karakteristik Responden (n=30)

Variabel	f	%
Umur (tahun)		
23-27	12	40
28-32	14	46,6
33-37	4	13,3
Pendidikan		
SMP	7	23,3
SMA	18	60
S-1	5	16,6
Paritas		
Primigravida	12	40
Multigravida	18	60

Tabel 2.
Efektivitas Pisang Kepok Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I (n=30)

Intervensi Emesis Gravidarum	Z	p-value
Pre test		
Post test	-5.477 ^b	0.000

PEMBAHASAN

Efektivitas Pisang Kepok Terhadap Emesis Gravidarum

Hasil penelitian sebelum pemberian pisang kepok kepada ibu hamil yang emesis gravidarum, dari seluruh responden mayoritas mengalami emesis gravidarum sedang pada penelitian ini adalah 29 (96,7%) dengan nilai *mean*=15.50, hal ini ditandai dengan adanya frekuensi, durasi dan intensitas emesis gravidarum pada responden. Emesis gravidarum ini menyebabkan perubahan metabolisme tubuh karena perubahan keseimbangan elektrolit, kalsium dan natrium dan perubahan itu terjadinya karena penurunan nafsu makan Ibu. Emesis gravidarum yang terus menerus ini akan membahayakan kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya. Menurut hasil penelitian Ratih, dan Qomariah (2017), tentang kandungan vitamin B6 pada pisang kapok alternative mengatasi mual muntah pada ibu hami menunjukkan pisang kepok yang direbus selama 40

menit mengandung vitamin B6 sebesar 0,3646 mg/ml bisa direkomendasikan untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil. Berdasarkan penelitian Ratih, dan Qomariah (2017), penelitian ini sama yaitu tentang efektivitas konsumsi pisang kepok terhadap emesis gravidarum trimester I di Kabupaten Kampar menunjukkan nilai $p=0,04$ yang mana hasil tersebut kecil dari ($\alpha=0,05$), dengan demikian dapat disimpulkan adanya pengaruh signifikan dari konsumsi buah pisang kepok terhadap emesis gravidarum pada trimester I di Kabupaten Kampar, rata-rata penurunan emesis gravidarum Sebelum 0,50 dan sesudah 0,23 setelah mengkonsumsi buah pisang kapok.

Emesis Gravidarum Setelah Pemberian Pisang Kepok

Hasil penelitian sebelum pemberian pisang kepok kepada ibu hamil yang emesis gravidarum, dari seluruh responden mayoritas mengalami emesis gravidarum sedang sebanyak 29 (96,7%) dengan nilai *mean*=15.50

menjadi $mean=0.0$ dan seluruh responden mengalami penurunan emesis Hasil penelitian menunjukkan bahwa emesis gravidarum yang dialami responden mengalami penurunan yang signifikan setelah pemberian pisang kepok dan Penelitian ini juga menunjukan terjadinya penurunan emesis gravidarum pada responden setelah dilakukan pemberian pisang kepok selama 7 hari berturut-turut, hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan Rati Indah Kartika dan Dwi Letasri Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh ibu hamil mengalami penurunan tekanan darah diastolik sebesar 77,8% yang diberikan buah pisang selama 7 hari dengan dosis 3 kali sehari. Dan hal ini sama dengan penelitian Rati, dan Qomariah (2017), pada kelompok intervensi yang memiliki pengaruh penurunan emesis gravidarum dengan rata-rata penurunan emesis gravidarum Sebelum 0,50 dan sesudah 0,23 setelah mengkonsumsi buah pisang kepok.

Efektivitas Pisang Kepok Terhadap Emesis Gravidarum

Hasil penelitian di laksanakan oleh peneliti menunjukkan bahwa hasil uji *wilcoxon* sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) pemberian pisang kepok kepada seluruh responden dengan nilai $Z=-5.477^b$ dan $p\text{-value}=0.000$ dan dengan taraf yang signifikan $P\text{-value } 0,000 < 0,05$, seluruh responden sebanyak 30 orang yang telah diberikan pisang kepok memberikan respon yang positif terhadap intervensi yang diberikan sehingga peneliti menyimpulkan bahwa pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum di Klinik Bidan Sunggal Medan Tahun 2020, pemberian pisang kepok 100% efektif menurunkan emesis gravidarum pada ibu hamil.

Hasil penelitian ini berhubungan dengan penelitian terdahulu yang telah dilaksanakan oleh Hasil penelitian Rati, dan Qomariah (2017), tentang efektivitas konsumsi pisang kepok terhadap emesis gravidarum trimester I di Kabupaten Kampar menunjukkan ada pengaruh yang signifikan frekuensi emesis gravidarum terhadap ibu hamil trimester I sebelum dan setelah konsumsi pisang kepok di dapatkan $p=0,04$ yang mana hasil tersebut kecil dari ($\alpha=0,05$) dan dalam jurnal lain yang dilaksanakan penelitian Rati Indah Kartika dan Dwi Letasri Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh ibu hamil mengalami penurunan tekanan darah diastolik sebesar 77,8% yang diberikan buah pisang selama 7 hari dengan dosis 3 kali sehari, dan penelitian yang dilaksanakan Rati, dan Qomariah (2017), tentang kandungan vitamin B6 pada pisang kepok alternative mengatasi mual muntah pada ibu hamil menunjukkan pisang kepok yang direbus selama 40 menit mengandung vitamin B6 sebesar 0,3646 mg/ml bisa direkomendasikan untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil. Oleh karena itu, pemberian inovasi dalam bidang kesehatan, khususnya pemberian pisang kepok pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum sangat membantu responden untuk menurunkan emesis gravidarum pada kehamilannya.

SIMPULAN

Kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I efektif dapat dicegah dengan pisang kepok matang yang direbus selama 40 menit minimal 3 kali konsumsi dalam sehari dengan ukuran minimal 200 gram.

DAFTAR PUSTAKA

Andina, Fenni Dwi, dkk. (2018). Perbedaan HB sebelum dan sesudah pemberian pisang ambon

- di wilayah puskesmas sumowono.
<https://doi.media.neliti.com/10.35473/ijm.v1i2.104>.
- Harini, Ratih. 2017. Efektifitas Konsumsi Buah Pisang Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I Di Kabupaten Kampar Tahun 2017. <http://doi.ejurnal.UMRI.ac.id/392-1-10-20171229>.
- Kartika Ratih Indah., dan Dwi Lestari. 2016. Efektivitas Buah Pisang Menurunkan Tekanan Darah Diastolik Pada Wanita Hamil Dengan Hipertensi. <https://doi.ojs.umsida.ac.id/869-3340-1>.
- Munjiah Imtihanul., dkk. 2015. Perbedaan Pengaruh Akupunktur Dan Vitamin B6 Terhadap Penurunan Intensitas Mual Muntah Pada Emesis Gravidarum Berat. <http://doi.jurnal.IJEMC.ac.id/10-18-1-SM>
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta: Jakarta.
- Nurmin, dkk. (2018). Penentuan Kadar Natrium (Na) Dan Kalium (K) Dalam Buah Pisang Kepok Berdasarkan Tingkat Kematangannya. <http://doi.jurnal.Untad.ac.id/11906-37698-1-SM>.
- Rinidan Qomariah. (2017). Kandungan Vitamin B6 Pada Pisang Kepok : Alternatif Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil. <https://doi.Jurnal.Htp.ac.id/953-13-10-20180328>
- Safitri, Elsa Kumala. 2019. pengaruh pemberian pisang mas terhadap peningkatan kadar hb pada kehamilan trimester III. <Http://doi.journal.aipkind.or.id/107-1-10-2019102620>.
- Santi,Elfika, dkk. (2018). Efektivitas pemberian pisang ambon dan vitamin B untuk menurunkan emesis gravidarum di BPM endah bakti. <Http://doi.rsesearchgate.com/10.30989/mik.v7i1.259>

