



## **Pengaruh pemberian minum jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPM Permata Bunda Tuban**

**Mariyatul Qiftiyah,<sup>1\*</sup> Umu Qonitun,<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi S1 Kebidanan Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban, Indonesia

### **Abstract**

One of the complications experienced by postpartum mothers is the presence of perineal wounds which can cause more severe pain effects (Sumiaty, 2017). One of the non-pharmacological ways to reduce pain is to drink red ginger. The purpose of this study was to determine the effect of drinking red ginger on reducing the intensity of perineal wound pain in postpartum women at BPM Permata Bunda Tuban. This research method is analytic experimental with a pre-experimental design (Static-group comparison design). The sample of this study was 44 postpartum mothers which were divided into 2 groups, namely the control and treatment groups, with a systematic random sampling technique. Data analysis used Sample t-Test (Independent sample t-Test). Based on the results of the study, it was obtained from 22 respondents (postpartum mothers) on the 5th day who were not given drinking red ginger, most of the respondents experienced moderate perineal wound pain as many as 13 (59.10%), while from 22 respondents (postpartum mothers) on the 5th day, most of those who were given red ginger had mild perineal wound pain as much as 12 (54.60%). The results of the analysis using the sample t-test test found that P of 0.000 is smaller than 0.05, then H1 was accepted that there was an effect of giving red ginger to decrease the intensity of perineal wound pain in postpartum mothers at BPM Permata Bunda Tuban

**Keywords:** red ginger, perineal wound pain

---

\*Corresponding Author: Mariyatul Qiftiyah (email: iqtadabi@gmail.com)

## Pendahuluan

Puerperium (masa nifas) adalah masa sesudah persalinan yang diperlukan untuk pulihnya kembali alat kandungan yang lamanya 6 minggu (Manuaba, 2010). Sesuai dengan survey SDKI 2013 bahwa cakupan kunjungan nifas 86,64 % menunjukkan lebih rendah dari cakupan persalinan oleh tenaga kesehatan sebesar 90,88 % yang menunjukkan kecenderungan terjadinya komplikasi. Di kota Tuban pada tahun 2015 AKI sebesar 72 per 100.000 kelahiran hidup. Adapun penyebab kematian ibu adalah perdarahan, pre eklamsi dan infeksi. Salah satu komplikasi yang dialami oleh ibu nifas adalah adanya Luka perineum yang terjadi saat proses persalinan, sehingga pada masa nifas jika tidak dilakukan asuhan kebidanan yang tepat akan menimbulkan dampak nyeri yang lebih berat, takut bergerak atau kurangnya mobilisasi sehingga dapat mengakibatkan terjadinya sub involusi uterus, pengeluaran lochea tidak lancar, perdarahan post partum bahkan dapat juga akan menimbulkan terjadinya infeksi nifas yang merupakan salah satu penyebab AKI (Sumiaty, 2017). Salah satu cara non farmakologi untuk mengurangi nyeri adalah dengan meminum jahe merah karena Jahe sama efektifnya dengan asam mefenamat (mefenamic acid) dan ibuprofen untuk mengurangi segala nyeri pada wanita

termasuk nyeri pada luka perineum (Anurogo & Wulandari, 2011). Selain itu jahe memiliki kandungan minyak atsiri seperti gingerols, shogaols, dan zingerone yang cukup tinggi yang berfungsi untuk menurunkan rasa nyeri (Ozgoli et al., 2009). Kandungan kimia gingerol dalam jahe merah mampu memblokir prostaglandin sehingga dapat menurunkan nyeri termasuk nyeri luka perineum (Ramadhan, 2013). Komponen volatil jahe yang terdiri dari zingiberene, ar-curcumene dan sesquiphelandrene mengandung  $\alpha$ -pinene, bornyl asetat, borneol dan lain-lain, berfungsi sebagai agen relaksasi yang menghambat sistem syaraf otonom untuk menerima rangsangan sintesis prostaglandin yang dapat menurunkan rasa nyeri luka perineum (Kusumaningati, 2009).

Pentingnya penggunaan bahan-bahan alami seperti jahe merah yang mengandung shogaol merupakan senyawa yang memiliki struktur kimia mirip dengan gingerol, agen aktif inilah yang berperan dalam penghambat sistesa prostalgandin sehingga dapat mengurangi nyeri. Selain itu dengan menggunakan bahan alami akan lebih baik dan mengurangi efek samping yang berbahaya bagi kesehatan (Ramadhan, 2013).

## Metode

### Populasi dan Sampel

Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh ibu post partum di BPM Permata Bunda Tuban bulan Februari sampai dengan Mei Tahun 2019 sejumlah 50 responden. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah systematic random sampling yaitu dengan cara mengambil sampel secara acak dari masing-masing kelompok sesuai dengan besar sample yang telah ditentukan atau yang dihitung. Adapun besar sampel ditentukan dengan menggunakan rumus :

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

Diketahui

$$N = 50$$

$$d = (0,05)^2$$

jadi:

$$n = \frac{50}{1 + 50(0,05)^2}$$

$$n = \frac{50}{1 + 50.0,0025}$$

$$n = \frac{50}{1 + 0,125}$$

$$n = \frac{50}{1,125}$$

$$n = 44 \text{ responden}$$

Jadi sampel untuk masing-masing kelompok diperoleh : untuk kelompok pemberian perlakuan sejumlah 22 responden dan kelompok kontrol 22 responden.

### Instrumen Pengumpulan data

Instrument atau kegiatan pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini bertujuan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan lebih mudah. Adapun Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah observasi tingkat nyeri berdasarkan skala bourbonis baik untuk kelompok pemberian perlakuan atau kelompok control

### Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data

Prosedur Pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi beberapa tahap dibawah ini :

1. Persiapan
  - 1) Mengurus surat perizinan untuk melakukan penelitian yang di tanda tangani oleh ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban

- 2) Meminta izin kepada bidan praktik mandiri dan pihak-pihak terkait untuk meminta izin penelitian.
  - 3) Rapat koordinasi dan penjelasan tehnik pengumpulan data kepada pemilik BPM dan tem peneliti untuk persamaan presepsi
2. Pelaksanaan Peneliti
- 1) Peneliti memperkenalkan diri, kemudian menjelaskan maksud dan tujuan serta menunjukkan surat izin dari pihak yang terkait yang menerangkan bahwa penelitian ini akan melakukan pengambilan data nyeri luka perineum di BPM Permata Bunda Tuban
  - 2) Menanyakan kesedian untuk menjadi responden, jika bersedia maka diwajibkan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden.
  - 3) Namun jika menolak peneliti tidak akan memaksa dan menghormati hak-haknya.

Peneliti selama penelitian akan memberikan minum jahe selama 5 hari dengan melakukan kunjungan rumah setiap hari kepada kelompok

perlakuan sebanyak 250 ml (satu gelas) per minum sedangkan untuk kelompok control tidak diberikan jahe atau non farmakologi lainnya

5) Melakukan pengkajian skala nyeri luka perineum (post test) terhadap responden dengan menggunakan lembar observasi pada hari ke 5 baik kelompok pemberian minum jahe maupun kelompok kontrol

6) Mengukur nyeri luka perineum (post test) terhadap responden dengan lembar observasi pada hari ke 5 setelah 30 menit setelah pemberian minum jahe merah

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan tingkat nyeri luka perineum yang tidak diberikan miuman jahe merah pada ibu nifas di BPM Permata Bunda

Tuban		
Intensitas Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	5	22,8
Nyeri Sedang	13	59,1
Nyeri Berat	4	18,1
Nyeri Sangat Berat	0	0
Jumlah	22	100%

Sumber : Data primer tahun 2019

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa sebagian besar responden yang tidak diberikan minum jahe merah mengalami nyeri sedang sebanyak 13 (59,10%)

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan tingkat nyeri luka perineum yang diberikan miunan jahe merah pada ibu nifas di BPM Permata Bunda Tuban

Intensitas Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Nyeri	8	36,3
Nyeri Ringan	12	54,6
Nyeri Sedang	2	9,1
Nyeri Berat	0	0
Nyeri Sangat Berat	0	0
Jumlah	22	100%

Sumber : Data primer tahun 2019

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa sebagian besar responden yang diberikan minum jahe merah mengalami nyeri ringan sebanyak 12 (54,60%)

Tabel 3. Tabel silang Pengaruh Pemberian Minum Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPM Permata Bunda Tuban

Kelompok	Tingkatan Nyeri										Total	
	Tidak nyeri		Nyeri Ringan		Nyeri Sedang		Nyeri Berat		Nyeri Sangat berat			
	f	%	f	%	f	%	f	%	F	%		
Tidak diberikan jahe merah	0	0,00	5	22,80	13	59,10	4	18,10	0	0,00	22	100
Pemberian jahe merah	8	36,30	12	54,60	2	9,10	0	0,00	0	0,00	22	100
Total	8	18,18	17	38,64	15	34,08	4	9,10	0	0	44	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa kelompok yang tidak diberikan jahe merah sebagian besar mengalami nyeri sedang sebanyak 13 responden (59,10%) sedangkan yang diberikan minum jahe merah sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 12 responden (54,60%).

Berdasarkan hasil analisa menggunakan uji sample t-test didapatkan  $P$  sebesar 0.000 lebih kecil dari 0.05 karena nilai sig lebih kecil dari 0.05 maka  $H_1$  diterima bahwa ada Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPM Permata Bunda Tuban.

## PEMBAHASAN

### 1. Identifikasi tingkat nyeri luka perineum yang tidak diberikan miunan jahe merah pada ibu nifas di BPM Permata Bunda Tuban

Berdasarkan hasil yang didapatkan bahwa sebagian besar responden yang tidak diberikan minum jahe merah mengalami nyeri sedang. Nyeri luka perineum adalah nyeri yang diakibatkan luka karena saat persalinan. Adapun nyeri sendiri merupakan suatu stresor yang dapat menimbulkan stres dan ketegangan dimana individu dapat berespon secara biologis dan perilaku yang menimbulkan respon fisik dan psikis. Respon fisik meliputi perubahan keadaan umum, wajah, denyut nadi, pernafasan, suhu badan, sikap badan, dan apabila nafas makin berat dapat menyebabkan *kolaps kardiovaskuler* dan

syok, sedangkan respon psikis akibat nyeri dapat merangsang respon stres yang dapat mengurangi sistem imun dalam peradangan, serta menghambat penyembuhan respon yang lebih parah akan mengarah pada ancaman merusak diri sendiri (Ningsih, 2009). Nyeri luka perineum yang terjadi pada ibu nifas hari ke 5 yang tidak diberikan perlakuan pemberian jahe merah berdasarkan hasil penelitian didapatnya tingkatan nyeri sedang, yang mana dapat dikategorikan dengan skala 4-6 dan secara objektif dapat diobservasi dengan : klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik. Dengan adanya respon nyeri pada hari ke 5 dalam kategori nyeri yang sedang tentunya akan dapat menghambat proses penyembuhan luka karena ketegangan respon yang menimbulkan respon secara fisik dalam penyembuhan luka tersebut oleh karena itu dibutuhkan adanya pengurangan rasa nyeri pada luka perineum, adapun nyeri luka perineum dapat.

## **2. Identifikasi tingkat nyeri luka perineum yang diberikan miuman jahe**

### **merah pada ibu nifas di BPM Permata Bunda Tuban**

Berdasarkan hasil yang didapatkan bahwa sebagian besar responden (ibu nifas) yang diberikan minum jahe merah mengalami nyeri luka perineum ringan. Nyeri perineum (*perineum pain*) didefinisikan sebagai nyeri yang terjadi pada bagian perineum (*perineal body*), daerah otot dan jaringan fibrosa yang menyebar dari simpisis pubis sampai ke coccyges oleh karena adanya robekan yang terjadi baik disengaja maupun yang rupture spontan. Kondisi nyeri ini dirasakan ibu berbeda dengan nyeri lainnya. Nyeri yang dirasakan pada setiap ibu dengan luka perineum menimbulkan dampak yang tidak menyenangkan seperti kesakitan dan rasa takut untuk bergerak sehingga banyak ibu dengan nyeri perineum jarang mau bergerak pasca persalinan sehingga dapat mengakibatkan banyak masalah diantaranya sub involusi uterus, pengeluaran lokea yang tidak lancar, perdarahan pasca partum, dan sepsis yang mengakibatkan infeksi perineum Chawewan (2007). Luka perineum mengakibatkan nyeri pada perineum setelah persalinan pervagina akibat laserasi

spontan pada saat bayi lahir dan dapat diperparah apabila terdapat robekan pada perineum yang disebabkan tindakan episiotomi.

Adapun dari hasil data yang diperoleh pada ibu nifas yang diberikan minum jahe merah setelah 5 hari pemberian ibu nifas mengalami hampir sebagian besar ibu mengalami nyeri ringan atau intensitas nyeri berkurang setelah pemberian minum jahe merah. Nyeri ringan yang dialami ibu nifas dengan skala nyeri 1-3 dan secara obyektif klien responden dapat berkomunikasi dengan baik. Penatalaksanaan nyeri dibagi menjadi dua, yaitu penatalaksanaan secara farmakologis dan penatalaksanaan secara non-farmakologis. Untuk penatalaksanaan secara farmakologis penggunaan opioid (narkotik), non-opioid/NSAID (Nonsteroid Anti-Inflammation Drugs), serta ko-analgesik (Tamsuri, 2007). sedangkan untuk penatalaksanaan secara non-farmakologis terdiri dari TENS, distraksi, massase, relaksasi, imajinasi. Tindakan non farmakologi juga dapat dilakukan dengan pemberian jahe merah.

Jahe merah adalah varian jahe yang sangat cocok untuk herbal dengan kandungan minyak atsiri dan oleoresinnya

yang lebih tinggi dibandingkan varian jahe lainnya, karena itu biasanya jahe merah bisa digunakan untuk pengobatan tradisional dan yang paling banyak diberikan adalah dalam bentuk minuman jahe. Jahe merah atau yang bernama latin (*Zingiber officinale roscoe*) memiliki rimpang berwarna merah dan lebih kecil, jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri yang cukup tinggi (Ramadhan, 2013). Kandungan kimia gingerol dalam jahe merah mampu memblokir prostaglandin sehingga dapat menurunkan nyeri (Ozgoli et al., 2009)

Jahe termasuk tanaman herbal semusim dengan batang semu hijau, tegak, tinggi 40-50 cm beralur dan membentuk rimpang. Rimpang jahe mengandung 2-3 % minyak atsirin yang terdiri dari zingiberin, kemferia, limonene, broneol, sineol, zingiberol, linalool, geraniol, kavikol, zingiberol, gingerol dan shogaol. Rimpang jahe juga mengandung minyak dammar yang terdiri dari zingeron, pati, damar, asam organik, asam oksalat, asam malat, dan gingerin. Rimpang jahe bersifat anti peradangan atau anti inflamasi (Maryani, 2008). Sehingga ketika minuman jahe merah yang mengandung gingerol dan rimpang jahe bersifat anti inflamasi yang akan

mengurangi peradangan, meredakan nyeri. Sehingga dapat mempengaruhi intensitas nyeri dengan kategori tingkat nyeri yang terbagi menjadi tidak nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat, dan nyeri sangat berat.

### **3. Identifikasi Pengaruh Pemberian Minum Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPM Permata Bunda Tuban**

Hasil penelitian kelompok yang tidak diberikan jahe merah sebagian besar mengalami nyeri sedang sedangkan yang diberikan minum jahe merah sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 12 responden. Berdasarkan hasil analisis uji sample t-test didapatkan Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPM Permata Bunda Tuban.

Nyeri adalah suatu sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus spesifik bersifat subyektif dan berbeda antara masing-masing individu karena dipengaruhi oleh faktor psikososial dan kultur serta *endorphin* seseorang, sehingga orang tersebut lebih

merasakan nyeri (Lia, 2011). Pengukuran nyeri dengan pendekatan obyektif yang paling mungkin adalah menggunakan respon fisiologik tubuh terhadap nyeri itu sendiri. Namun, pengukuran dengan teknik ini juga tidak dapat memberikan gambaran pasti tentang nyeri itu sendiri (Tamsuri, 2006).

Nyeri yang dirasakan pada setiap ibu dengan luka perineum menimbulkan dampak yang tidak menyenangkan seperti kesakitan dan rasa takut untuk bergerak sehingga banyak ibu dengan nyeri perineum jarang mau bergerak pasca persalinan sehingga dapat mengakibatkan banyak masalah diantaranya sub involusi uterus, pengeluaran lokea yang tidak lancar, perdarahan pasca partum, dan sepsis yang mengakibatkan infeksi perineum Chaweewan (2007).

Jahe sama efektifnya dengan asam mefenamat (mefenamic acid) dan ibuprofen untuk mengurangi nyeri (Anurogo & Wulandari, 2011). Kandungan aleorisin pada rimpang jahe seperti gingerol dan shogaol memiliki aktivitas antioksidan diatas vitamin E (Kumalaningsih, 2006). Antioksidan dapat membantu seluruh sel dan jaringan tubuh memperbaiki serta mengatasi peradangan

atau inflamasi sehingga dapat mengurangi

keparahan dan durasi periode sakit

### Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan dari artikel ini adalah :

1. Sebagian besar ibu nifas di BPM Permata Bunda Tuban yang tidak diberikan minum jahe merah mengalami nyeri luka perineum sedang

2. Sebagian besar ibu nifas di BPM Permata Bunda yang diberikan minum jahe merah mengalami nyeri luka perineum ringan

3. Ada pengaruh pemberian minum jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPM Permata Bunda Tuban

Adapun saran dari penelitian ini adalah bagi peneliti diharapkan untuk melakukan penelitian dengan metode non farmakologi yang lain sehingga banyak alternatif untuk mengatasi nyeri luka perineum sehingga bisa digunakan sebagai pengganti obat kimiawi, dan bagi ibu nifas

penelitian ini sebagai wacana dan alternatif lain dalam menangani nyeri luka perineum dengan menggunakan bahan non farmakologi.

### Daftar Pustaka

- Anurogo, D., & Wulandari, A. (2011). Cara jitu mengatasi nyeri haid. *Yogyakarta: Andi*.
- Manuaba, I. B. G. (2010). Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan keluarga berencana. *Jakarta: EGC, 15, 157*.
- Ningsih, N. (2009). *Asuhan keperawatan pada klien dengan gangguan sistem muskuloskeletal*.
- Ozgoli, G., Goli, M., & Moattar, F. (2009). Comparison of effects of ginger, mefenamic acid, and ibuprofen on pain in women with primary dysmenorrhea. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 15(2), 129–132*.
- Sumiaty. (2017). *Kebidanan dan teori kebidanan volume 2*. EGC.
- Tamsuri. (2006). *Konsep & Penatalaksanaan Nyeri*. EGC.

This page intentionally left blank.