



## PENGARUH PEMBERIAN MINUM JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS

*The Effect of Red Ginger for Decreasing Pain Intensity Perineum Wound in Mother After Delivery*

**Ita Herawati, Ikrar Faderiani Septi**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

### **Abstrak**

#### **Riwayat artikel**

Diajukan: 21 Juli 2023

Diterima: 26 Juli 2023

#### **Penulis Korespondensi:**

- Ita Herawati
- Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

e-mail:

ita\_kalisa@yahoo.com

#### **Kata Kunci:**

*Jahe merah, nyeri, luka perineum*

**Pendahuluan :** WHO menyebutkan sebanyak 2,7 juta ibu bersalin mengalami rupture perineum dan akan terjadi peningkatan hingga 6,3 juta di tahun 2050. Di Asia angka kejadian ruptur perineum mencapai 50% kasus sedangkan di Indonesia 85% ibu bersalin secara normal mengalami rupture perineum. Dampak yang ditimbulkan dari ruptur perineum itu adalah nyeri yang dirasakan oleh ibu pada daerah perineum. Salah satu cara non farmakologi untuk mengurangi nyeri adalah dengan meminum jahe merah karena jahe sama efektifnya dengan asam mefenamat dan ibuprofen untuk mengurangi segala nyeri pada wanita termasuk nyeri pada luka perineum. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas. **Metode:** *Quasi eksperimental* dengan rancangan *two group pretest-posttest design*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Desa Cariu Bogor pada bulan Desember 2022 sebanyak 34 orang, teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. **Hasil:** Intensitas nyeri luka perineum sebelum diberikan minum jahe merah sebagian besar responden mengalami nyeri sedang (61,8%) dan sesudah diberikan minum jahe merah sebagian besar mengalami nyeri ringan (64,7%). Ada pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas (*p.value* 0,000). **Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas. Diharapkan bidan dapat meningkatkan pelayanan dalam melakukan penatalaksanaan nyeri luka perineum pada ibu nifas.

### **Abstract**

**Background:** WHO said that as many as 2.7 million birth mothers experience perineal rupture and there will be an increase to 6.3 million in 2050. In Asia the incidence of perineal rupture reaches 50% of cases, while in Indonesia 85% of mothers who give birth normally experience perineal rupture. The impact of the perineal rupture is the pain felt by the mother in the perineal area. One of the non-pharmacological ways to reduce pain is to drink red ginger because ginger is as effective as mefenamic acid and ibuprofen in reducing all pain in women, including pain in perineal wounds. **Objective:** : Knowing the effect of giving red ginger to reducing the intensity of perineal wound pain in postpartum mothers. **Method:** Quasi experimental with two group pretest-posttest design. The sample in this study were all postpartum mothers in Cariu Village, Bogor in December 2022, totaling 34 people. The sampling technique was total sampling. **Results:** The intensity of perineal wound pain before being given red ginger drink most of the respondents experienced moderate pain (61.8%) and after being given red ginger drink most of them experienced mild pain (64.7%). There is an effect of giving red ginger to reducing the intensity of perineal wound pain in postpartum women (*p.value* 0.000). **Conclusion:** There is an effect of giving red ginger to reducing the intensity of perineal wound pain in postpartum women. It is hoped that midwives can improve services in managing perineal wound pain in postpartum mothers.

## PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan yang kerap dialami oleh ibu pasca bersalin secara normal adalah rasa nyeri di daerah perineum. Nyeri perineum dirasakan ibu akibat ruptur perineum pada kala pengeluaran. Hampir semua ibu dengan persalinan normal mengalami robekan perineum, baik dengan secara sengaja episiotomi maupun karena robekan yang spontan saat bersalin. Dari robekan tersebut ada yang perlu dijahit dan ada yang tidak perlu. Dari jahitan tersebut dapat pula menimbulkan nyeri (Agustina, 2020).

WHO menyebutkan sebanyak 2,7 juta ibu bersalin mengalami rupture perineum dan akan terjadi peningkatan hingga 6,3 juta di tahun 2050. Di Asia angka kejadian ruptur perineum mencapai 50% kasus sedangkan di Indonesia 85% ibu bersalin secara normal mengalami rupture perineum. Dampak yang ditimbulkan dari ruptur perineum itu adalah nyeri yang dirasakan oleh ibu pada daerah perineum (Agustina, 2020).

Ibu melahirkan yang mengalami luka akibat rupture perineum perlu mendapatkan perhatian karena dapat menyebabkan disfungsi organ reproduksi wanita, sebagai sumber pendarahan dan infeksi yang dapat berakhiri pada kematian atau sepsis. Selain itu nyeri yang dirasakan Ibu akan memberikan dampak berupa rasa tidak nyaman, sakit, dan takut untuk bergerak (Wiyani and Adawiah, 2018).

Nyeri perenium merupakan nyeri yang diakibatkan oleh robekan yang terjadi pada perenium, vagina, serviks, atau uterus dapat terjadi secara spontan atau akibat tindakan manipulatif pada pertolongan persalinan. Nyeri perineum sebagai manifestasi dari luka bekas penjahitan yang dirasakan pasien akibat rupter perineum (Prawirohardjo, 2018).

Efek yang ditimbulkan dari nyeri perineum itu adalah sering membuat ibu post partum sangat tidak nyaman (51%), mengalami ketakutan untuk melakukan mobilisasi dini (40%) sehingga dapat menimbulkan banyak masalah seperti sub involusi uterus (10), pengeluaran lochea yang tidak lancar (13%), pendarahan pasca partum (6%) dan infeksi (5%). Dapat membuat ibu sulit untuk duduk dengan nyaman hal ini dapat mempunyai efek buruk terhadap keinginan ibu

untuk menyusui banyinya (9%). Nyeri perineum jelas akan menimbulkan dan mempengaruhi kesejahteraan perempuan secara fisik, psikologis dan sosial (Ulsafitri, 2018).

Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan dua cara, yakni secara farmakologis dan non-farmakologis. Metode farmakologi yang sering kali digunakan untuk mengurangi nyeri adalah analgesik atau dengan menggunakan obat-obatan. 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. Selain itu jahe memiliki kandungan minyak atsiri seperti *gingerols*, *shoagals*, dan *zingerone* yang cukup tinggi yang berfungsi untuk menurunkan rasa nyeri. Kandungan kimia gingerol dalam jahe merah mampu memblokir prostaglandin sehingga dapat menurunkan nyeri termasuk nyeri luka perineum. Komponen volatil jahe yang terdiri dari *zingiberene*, *ar-curcumene* dan *sesquiphelandrene* mengandung *α-pinene*, *bornyl acetate*, *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 (Qiftiyah, 2021).

Dari data yang di peroleh di Desa Cariu Bogor jumlah ibu bersalin dari bulan Agustus sampai bulan Oktober 2022 sebanyak 112 orang dan yang mengalami robekan perineum sebanyak 82 orang. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dari responden yang mengalami robekan perineum mengeluh nyeri pada perineum dan takut untuk eliminasi, dan untuk menghilangkan rasa nyeri tersebut ibu mendapatkan terapi obat-obatan dari bidan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh pemberian minum jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas di Desa Cariu Bogor tahun 2022”

## METODE

Quasi eksperimental dengan rancangan *two group pretest-posttest design*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Desa Cariu Bogor pada bulan Desember 2022

sebanyak 34 orang, teknik pemgambilan sampel yaitu *total sampling*. Metode analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan *Uji paired simple t test*.

## HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan minum jahe merah

No	Intensitas Nyeri	Sebelum		Sesudah	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1.	Tidak nyeri	0	0,0	4	11,8
2.	Nyeri ringan	4	11,8	22	64,7
3.	Nyeri sedang	21	61,8	8	23,5
4.	Nyeri berat	9	26,5	0	0,0
<b>Total</b>		<b>34</b>	<b>100.0</b>	<b>34</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa dari 34 responden sebelum diberikan minum jahe merah sebagian besar mengalami nyeri sedang sebanyak 21 orang (61,8%), nyeri ringan sebanyak 4 orang (11,8%), dan nyeri berat sebanyak 9 orang (26,5%), sedangkan yang tidak nyeri tidak ditemukan (0%). Dari 34

responden sesudah diberikan minum jahe merah sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 22 orang (64,7%), nyeri sedang sebanyak 8 orang (23,5%) dan tidak nyeri sebanyak 4 orang (11,8%), sedangkan nyeri berat sudah tidak ditemukan lagi (0%).

Tabel 2. Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas

Kelompok	Tingkat Nyeri	Frekuensi		Mean		Selisih Mean	Selisih SD	P value
		Pre test	Post test	Pre test	Post test			
Minum Jahe Merah	Tidak nyeri	0	4	5,62	2,47	3,15	0,212	0,000
	Nyeri ringan	4	22					
	Nyeri sedang	21	8					
	Nyeri berat	9	0					

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan selisih rata-rata intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum dan sesudah minum jahe merah adalah 3,15 dengan selisih standar deviasi 0,212. Hasil uji statistik didapatkan *p-value* sebesar 0.000 ( $p<0,05$ ), yang berarti ada perbedaan yang signifikan intensitas nyeri sebelum dan sesudah minum jahe merah. Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifa, karena ada perbedaan yang signifikan nilai rata-rata antara kelompok pre test dengan kelompok post test.

## PEMBAHASAN

### a. Distribusi frekuensi intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan minum jahe merah

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 34 responden sebelum diberikan minum jahe merah sebagian besar mengalami nyeri sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mariyatul Qiftiyah (2021) yang mengatakan sebagian besar responden mengalami nyeri luka perineum dengan intensitas sedang sebanyak 59,1%. Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian yang dilakukan di Desa Cariu Bogor sebagian besar responden sebelum diberikan minum jahe merah mengalami nyeri luka perineum dengan intensitas sedang sebanyak 61,8%, dan sesudah diberikan minum air rebusan jahe merah 2 kali dalam 1 hari pagi dan sore sebanyak 1 gelas sedang sebagian besar responden mengalami nyeri ringan (64,7%). Perubahan tingkat nyeri luka perineum pada ibu nifas sesudah diberikan minuman air jahe merah bervariasi yaitu responden yang tadinya mengalami nyeri berat berubah ke nyeri sedang, yang nyeri luka sedang berubah ke nyeri ringan dan nyeri ringan berubah menjadi tidak ada

sebanyak 21 orang (61,8%), nyeri ringan sebanyak 4 orang (11,8%), dan nyeri berat sebanyak 9 orang (26,5%), sedangkan yang tidak nyeri tidak ditemukan (0%). Dari 34 responden sesudah diberikan minum jahe merah sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 22 orang (64,7%), nyeri sedang sebanyak 8 orang (23,5%) dan tidak nyeri sebanyak 4 orang (11,8%), sedangkan nyeri berat sudah tidak ditemukan lagi (0%).

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual atau potensial. Nyeri adalah alasan utama seseorang untuk mencari bantuan perawatan kesehatan (Smeltzer, 2015). International Association for The Study of Pain atau IASP mendefinisikan nyeri sebagai “suatu sensori subyektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual atau potensial atau yang dirasakan dalam kejadian-kejadian di mana terjadi kerusakan” (Potter & Perry, 2017) nyeri. Hal ini dikarenakan jahe merah mengandung kimia gingerol dalam jahe merah mampu memblokir prostaglandin sehingga dapat menurunkan nyeri. Pada ibu nifas yang teratur minum rebusan air jahe merah terbukti dapat mengatasi rasa nyeri yang dialaminya.

### b. Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas

Dari hasil penelitian didapatkan selisih rata-rata intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum dan sesudah minum jahe merah adalah 3,15 dengan selisih standar deviasi 0,212. Hasil uji statistik didapatkan *p-value* sebesar 0.000 ( $p<0,05$ ), yang berarti ada perbedaan yang signifikan intensitas nyeri sebelum dan sesudah minum jahe merah. Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka

perineum pada ibu nifa, karena ada perbedaan yang signifikan nilai rata-rata antara kelompok pre test dengan kelompok post test.

Luka pada perineum dapat mengakibatkan perih bila buang air kecil, dengan demikian akan mengakibatkan perasaan tidak nyaman bagi ibu yaitu nyeri, menghambat mobilisasi, takut buang air kecil dan buang air besar, dan juga dapat mengganggu ikatan ibu dan bayi selama masa postpartum (Kusumaningsih, 2015).

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 loke yang tidak lancar, perdarahan pasca partum, dan sepsis yang mengakibatkan infeksi perineum. Jahe disebut memiliki sifat antiinflamasi alami, sehingga bisa membantu mengurangi rasa sakit dan pembengkakan. Sebuah penelitian dilakukan dengan fokus untuk mengetahui efek jahe dalam meredakan nyeri otot. Hasilnya, konsumsi jahe secara rutin nyatanya memang bisa membantu mengatasi nyeri pada otot (Fadli, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mariyatul Qiftiyah (2021) yang mengatakan bahwa ada pengaruh pemberian minum jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas.

Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian yang telah dilakukan di Desa Cariu Bogor diperoleh selisih rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi yaitu minum air rebusan jahe merah sebesar 3,15 dan selisih nilai standard deviation sebesar, 0,212. Hal ini menunjukkan bahwa adanya perubahan intensitas nyeri yang signifikan karena dengan mengkonsumsi minuman air rebusan jahe merah bisa menurunkan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas. Jahe merah mengandung gingerol dan rimpang jahe yang bersifat anti inflamasi yang akan mengurangi

peradangan, dan meredakan nyeri. 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 organic, asam oksalat, asam malat, dan gingerin. Rimpang jahe bersifat anti peradangan atau anti inflamasi dan juga sama efektifnya dengan asam mefenamat dan ibuprofen untuk mengurangi nyeri. Kandungan aleorisin pada rimpang jahe seperti gingerol dan shogaol memiliki aktivitas antioksidan diatas vitamin E. Antioksidan dapat membantu seluruh sel dan jaringan tubuh memperbaiki serta mengatasi peradangan. Dari hasil analisis menunjukkan nilai p value 0,000 yang berarti jahe merah efektif dapat menurunkan

## KESIMPULAN

Intensitas nyeri luka perineum sebelum diberikan minum jahe merah sebagian besar responden mengalami nyeri sedang (61,8%) dan sesudah diberikan minum jahe merah sebagian besar mengalami nyeri ringan (64,7%). Ada pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas (*p.value* 0,000).

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina Ayu, Agustina Ningsi, Marhaeni, Sitti Mukarramah, (2020). Telaah Artikel Ilmiah Efektifitas Kompre Dingin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum Ibu Post Partum . *Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0 ISSN: 2301-5683*
- Fadli Rizal, (2019). *Khasiat Jahe untuk Redakan Nyeri Otot, Ini Bukti*. <https://www.halodoc.com/artikel/khasiat-jahe-untuk-redakan-nyeri-otot-ini-buktinya>

- Kusumaningsih, (2015). *Effect of Astrigen Herbal Piperbetle Linn Against Accelerating Wound Healing Perineum Against Mother in Rulling On Working Area Health Center Banyu Urip Kabupaten Purworejo.* Jurnal Komunikasi Kesehatan.
- Potter, P. A & Perry, A.G, (2017), *Buku Ajar Fundamental Keperawatan; Konsep, Proses dan Praktik, Edisi 7 Volume 3,* Jakarta : EGC.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2018). *Ilmu Kebidanan.* Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Qiftiyah Mariyatul, (2021). *Pengaruh pemberian minum jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPM Permata Bunda Tuban.* Jurnal Kebidanan – Vol 10, No 2 (2021), 161-170 ISSN 2301-8372 (print); ISSN 2549-7081 (online) DOI: 10.26714/jk.10.2.2021.161-170
- Ulsafitri Yellyta, (2018). *Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Perineum Pada Ibu Post Partum 1-2 Hari di BPM "H" Bukittinggi Tahun 2018.* Afiyah. Vol.V No. 2 Bulan Juli Tahun 2018
- Wiyani, R. and Adawiah, J. (2018) ‘The Effectiveness Of Cold Compress To Wound Healing Of’, Darul Azhar, 5(1), pp. 64–71.



