

EFEKTIVITAS KOMBINASI MASSASE PETRISSAGE (KNEADING) DAN MUSA PARADISIACA TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI PRAKTIK BIDAN MANDIRI KOTA PADANG

Aprima Yona Amir¹, Fafelia Rozyka Meysetri², Febby Herayono³, Silvie Permata Sari⁴

¹Program Studi Sarjana Kebidanan Stikes Syedza Saintka

²Program Studi Profesi Kebidanan Stikes Syedza Saintka

e-mail : aprimayona@gmail.com

ABSTRAK

Mual muntah gangguan yang sering dijumpai pada kehamilan trimester 1 merupakan fase paling krusial dapat mempengaruhi status kesehatan ibu karena terjadinya kekurangan energi kronik (KEK) dan gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin yang menyebabkan terjadinya stunting. Dampak mual muntah menyebabkan terganggunya pertumbuhan dan perkembangan karena nutrisi yang tidak terpenuhi sehingga bisa meningkatkan risiko bayi lahir prematur atau memiliki berat badan lahir rendah dan menyebabkan stunting. Dari hasil penelitian Lecasse dari 367 wanita hamil, 78,47% mual muntah terjadi pada trimester pertama, dengan derajat mual muntah yaitu 52,2% mengalami mual muntah ringan, 45,3% mengalami mual muntah sedang dan 2,5% mengalami mual muntah berat (8,9). Pada trimester dua, 40,1% wanita masih mengalami mual muntah dengan rincian 63,3% mengalami mual muntah ringan, 35,9% mengalami mual muntah sedang dan 0,8% mengalami mual muntah berat. Tujuan penelitian menganalisis Efektivitas kombinasi *massase petrissage (kneading)* dan *musa paradisiaca* terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Praktik Bidan Mandiri Kota Padang. Desain penelitian ini menggunakan *Quasy eksperimen*. Variabel independent yaitu *massage petrissage (kneading)* dan *musa paradisiaca* sedangkan variable dependent yaitu emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Populasi penelitian adalah ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum yang memenuhi kriteria inklusi dengan sampelnya 20 ibu hamil. Teknik sampling menggunakan *non Probability Sampling* dengan teknik *purposive sampling* dengan instrumen PUQE (Pregnancy Unique Quantification of Emesis). Uji statistik yang digunakan uji *Wilcoxon* dengan $\alpha < 0.05$. Hasil uji Dependent sample T-Test dengan p-value 0.00. Sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan teknik kombinasi *massase petrissage (kneading)* dan *musa paradisiaca* terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Praktik Bidan Mandiri Kota Padang. Hasil penelitian ini disarankan bagi ibu hamil trimester I untuk menerapkan metode ini saat mengalami emesis gravidarum karena mudah dilakukan, tanpa efek samping dan aman.

Kata kunci : Massase Petrissage, Musa Paradisiaca Dan Emesis Gravidarum

ABSTRACT

Nausea, vomiting, disturbances that are often found in the 1st trimester of pregnancy is the most crucial phase that can affect the health status of the mother due to chronic energy deficiency (CED) and impaired fetal growth and development which causes stunting. The impact of nausea and vomiting causes growth and development to be disrupted due to inadequate nutrition, which can increase the risk of babies born prematurely or having low birth weight and causing stunting. From the results of Lecasse's study of 367 pregnant women, 78.47% of nausea and vomiting occurred in the first trimester, with a degree of nausea and vomiting, namely 52.2% experienced mild nausea and vomiting, 45.3% experienced moderate nausea and vomiting and 2.5% experienced severe nausea and vomiting. (8,9). In the second trimester, 40.1% of women still experience nausea and vomiting with details of 63.3% experiencing mild nausea and vomiting, 35.9% experiencing moderate nausea and vomiting and 0.8% experiencing severe nausea and vomiting. The aim of the study was to analyze the effectiveness of the combination *massase petrissage (kneading)* and *heavenly muse* on emesis gravidarum in first trimester pregnant women at the Independent Midwife Practice in Padang City. This research design uses *Quasy experiment*. Independent variable *massage petrissage (kneading)* and *heavenly muse* while the dependent variable was emesis gravidarum in the first trimester of pregnant women. The study population was first trimester pregnant women with emesis gravidarum who met the inclusion criteria with a sample of 20 pregnant women. Sampling

technique using *non Probability Sampling* with technique *purposive sampling* with the PUQE (Pregnancy Unique Quantification of Emesis) instrument. Statistical test used *test Wilcoxon with $\alpha < 0.05$* . Test results Dependent sample T-Test with a p-value of 0.00. So it was concluded that there was an effect before and after the combination technique was carried out *massage petrissage (kneading)* and *heavenly muse* on emesis gravidarum in first trimester pregnant women at the Independent Midwife Practice in Padang City. The results of this study are recommended for first trimester pregnant women to apply this method when experiencing emesis gravidarum because it is easy to do, without side effects and safe.

Keywords : Petrissage Massage, Musa Paradisiaca And Emesis Gravidarum

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah¹. Kehamilan menyebabkan banyak perubahan pada tubuh ibu. Perubahan tersebut untuk menyesuaikan tubuh ibu pada keadaan kehamilannya, perubahan sebagian besar adalah karena pengaruh hormon, yaitu peningkatan hormon estrogen dan progesteron sehingga muncul berbagai macam ketidaknyamanan secara fisiologis pada ibu hamil salah satunya adalah mual muntah atau *emesis gravidarum*^{2,3}. Menurut *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2020 jumlah kejadian *emesis gravidarum* mencapai (12,5%) dari seluruh jumlah kehamilan di dunia. Angka kejadian *emesis gravidarum* di Indonesia terdapat (50-90%), walaupun faktor utama penyebab kematian ibu di Indonesia memang bukan *emesis gravidarum* tetapi kejadian *emesis gravidarum* cukup besar (60-80%) pada primigravida dan (40-60%) pada multigravida serta satu diantara 1000 kehamilan mengalami gejala yang lebih berat. Maka dari itu penting untuk ibu hamil melakukan kunjungan antenatal saat kehamilan untuk mencegah terjadinya komplikasi kehamilan^{5,6}.

Keluhan emesis gravidarum merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stress yang dikaitkan dengan kehamilan, emesis gravidarum terjadi sekitar 60- 80% pada primigravida dan 40-60% pada multigravida^{9,10}. Pada trimester I ibu hamil akan mengalami perubahan baik fisiologis maupun psikologis¹¹. Perubahan psikologis yang dialami ibu hamil pada trimester I seperti ibu merasa cemas akan kehamilannya, bahkan muncul penolakan akan kehamilannya^{12,13}. Perubahan fisiologis yang seringkali dialami ibu hamil seperti mudah lelah, kram perut, sering buang air kecil, morning sickness dan mual muntah bahwa Untuk prevalensi muntah dan tidak mau makan mencapai 3%¹⁵.

Dari hasil penelitian Lecassedari 367 wanita hamil, 78,47% mual muntah terjadi pada trimester pertama, dengan derajat mual muntah yaitu 52,2% mengalami mual muntah ringan, 45,3% mengalami mual muntah sedang dan 2,5% mengalami mual muntah berat². Pada trimester dua, 40,1% wanita masih mengalami mual muntah dengan rincian 63,3% mengalami mual muntah ringan, 35,9% mengalami mual muntah sedang dan 0,8% mengalami mual muntah berat³.

Gejala mual muntah terjadi kurang lebih 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Dampak mual muntah tidak hanya dirasakan oleh ibu tapi dapat juga berdampak pada janin mual muntah dapat menyebabkan kondisi janin pertumbuhan dan perkembangan akan terhambat karena nutrisi yang tidak terpenuhi sehingga bisa meningkatkan

risiko bayi lahir prematur atau memiliki berat badan lahir rendah atau BBLR dan menyebabkan stunting^{4,5}. Mengatasi Emesis Gravidarum terdapat dua Cara, yaitu secara non-farmakologis menggunakan terapi masase teknik petrissage (kneading) berfungsi untuk memberikan efek relaksasi pada ibu hamil⁷. Cara farmakologis untuk mengatasi mual muntah pada kehamilan salah satunya adalah piridoksin (vitamin B6) yang mengatasi mual muntah pada kehamilan tapi kendalanya sering dijumpai ibu hamil Trimester 1 sulit untuk meminum obat- obatan selain itu mengkonsumsi obat-obatan secara terus menerus akan membahayakan tubuh karena bisa menjadi karsinogenik yang bisa membahayakan ibu dan janin, solusi dari masalah ini adalah musa paradisiaca yang mengandung Vitamin B6, dalam pisang ambon (musa paradisiaca) Vitamin B6 diabsorpsi dari dalam intestinum, tetapi di hidrolisis senyawa ester fosfat selama proses pencernaan^{7,8}.

Dalam musa paradisiaca mengandung vitamin B6 adalah vitamin yang larut didalam air dan meningkatkan pengembangan sel sistem syaraf pusat pada janin. Dengan jumlah yang tepat musa paradisiaca ini akan mengurangi morning sickness^{9,10}. Dengan di kombinasi *massage petrissage (kneading)* dan *musa paradisiaca* terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dan pertumbuhan perkembangan janin bisa optimal, ini bisa dijadikan salah satu alternatif menurunkan angka kejadian stunting

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian menggunakan metode eksperimen semu (quasi experiment) dengan rancangan one grup pretest dan posttest design. Pengukuran pretest dan posttest digunakan dengan instrumen PUQE (Pregnancy Unique Quantification of Emesis) untuk melihat pengaruh kombinasi massase petrissage (kneading) dan musa paradisiaca terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester I di PMB Kota Padang. Sampel adalah ibu hamil trimester I yang mengalami ketidak nyamanan emesis gravidarum dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria Inklusi yaitu bersedia menjadi responden, ibu hamil yang tidak memiliki penyakit penyerta, ibu hamil yang sedang dalam pengobatan penyakit tertentu, primigravida, tidak menggunakan obat mual muntah dalam trimester I. Sedangkan Kriteria Eksklusi adalah Ibu hamil yang tidak beradadi tempat, Ibu hamil Trimester I yang telah pindah, Ibu yang sedang menderita sakit. Total sampel sebanyak 20 orang. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji dependen sampel T-Test.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Praktek Mandiri Bidan Kota Padang

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Usia Responden		
≤ 20 tahun	2	10
21-35 tahun	17	85
≥ 36 tahun	1	5
Usia Kehamilan 0-4 minggu	0	0
5-8 minggu	2	15
9-12 minggu	17	85
Status Gravida		
Primigravida	12	60
Multigravida	8	40

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa di di Praktek Mandiri Bidan Kota Padang sebagian besar berusia 21-35 tahun yang berjumlah 17 orang dengan persentase (85%), sebagian besar usia kehamilan 9-12 minggu yang berjumlah 17 orang dengan persentase (85%), Sebagian besar status gravida kehamilan pertama yang berjumlah 12 orang dengan persentase (60%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Rerata Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 sebelum Diberikan Intervensi

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I	N	M in	Ma x	Rata-Rata	SD
Sebelum	20	7	12	10,7000	2,29

Berdasarkan tabel 2, diketahui rata-rata (mean) Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I sebelum diberikan pemberian kombinasi massase petrisage (kneading) dan musa paradisiaca adalah 10,7000 dengan nilai minimum 7 dan nilai maksimum 14.

Tabel 3. Rerata Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 setelah Diberikan Intervensi

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I	N	M in	M a x	Rata-Rata	SD
Sebelum	20	3	11	7,1486	3,21

Berdasarkan tabel 3, diketahui rata-rata (mean) Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I setelah diberikan pemberian kombinasi massase petrisage (kneading) dan

musa paradisiaca adalah 7,1486 dengan nilai minimum 3 dan nilai maksimum 11.

Analisis Bivariat

Untuk mengetahui efektivitas pemberian kombinasi massase petrisage (kneading) dan musa paradisiaca menggunakan *paired Sample T-Test*, yaitu

Tabel 4. Rata-rata Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 setelah Diberikan Intervensi

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I	N	Mean	Selisih	SD	P-Value
Sebelum	20	10,7000	3,5	2,29	0.000
Sesudah	20	7,1486	514	3,21	

Berdasarkan tabel 4, diketahui rata-rata (mean) Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I sebelum diberikan kombinasi massase teknik petrissage (kneading) dan musa paradisiaca adalah 10,7000 dan sesudah diberikan pemberian kombinasi massase teknik petrissage (kneading) dan musa paradisiaca adalah 7,1486. Berdasarkan uji statistik diketahui p-value 0.000 atay p-value <0,05 yang artinya ada Efektivitas pemberian kombinasi massase teknik petrissage (kneading) dan musa paradisiaca pada ibu Hamil Trimester I di PMB Kota Padang Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Massase petrisage (kneading) sangat baik untuk mengurangi tekanan otot, tindakan mengangkat, menggulung, dan meremas mempengaruhi proprioceptor sel spindel di perut oto. Saat perut otot terjepit, sel-sel gelendong juga terjepit dan diperkirakan ketegangan otot berkurang. Tendon, ketika diangkat diregangkan yang meningkatkan ketegangan pada tendon golgi. Hasil dari input sensorik ini dianggap sebagai relaksasi refleksif otot untuk melindunginya dari bahaya memulihkan panjang istirahat otot yang lebih normal dan menimbulkan relaksasi. Musa paradisiaca merupakan terapi non farmakologi yang berkhasiat dan direkomendasikan untuk mengobati *emesis gravidarum* karena selain mengandung vitamin B6 yang dapat mengurangi *emesis gravidarum* jugadapatmeningkatkan perkembangan sel-sel sistem saraf pusat pada janin. Pisang memiliki banyak manfaat rasa yang manis dan mudah didapat di Indonesia, jadi mengkonsumsi buah pisang sangat baik untuk kesehatan, selain harganya murah dan sering kita jumpai ternyata memiliki banyak manfaat dan tidak ada efek samping untuk ibu dan janin yang sedang dikandung.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian penelitian Erika tentang Efektifitas antara Pemberian musa paradisiaca dan Vitamin B6 untuk Menurunkan Mual Muntah di BPM Srimulya, menunjukkan ada pengaruh Pemberian pisang

ambon mengurangi mual muntah pada ibu hamil sehingga ibu hamil yang mengkonsumsi pisang ambon secara langsung dapat mengurangi mual muntah dan asam folat yang baik untuk tumbuh kembang janin. Artinya, semakin sering ibu mengkonsumsi musa paradisiaca maka semakin baik asupan vitamin dan asam folat ibu hamil sehingga dianjurkan untuk ibu hamil mengkonsumsi vitamin tambahan berupa pisang ambon selama kehamilannya.²

Musa Paradisiaca dengan kaya kandungan B6, manfaat B6 sebagai koenzim untuk reaksi dalam metabolisme, dalam sintesis dan dalam metabolisme protein khususnya serotonin. Peran aktif serotonin sebagai *neutransmit* dalam kelancaran fungsi otak dan mengendalikan kondisi emosional ibu hamil. Vitamin B6 bermanfaat mengurangi mengatasi *emesis gravidarum* pada ibu hamil dan mengoptimalkan nutrisi yang dibutuhkan ibu hamil pada trimester I dan mengurangi risiko stunting pada masa kehamilan.

SIMPULAN DAN SARAN

Terdapat pengaruh efektifitas *massase petrissage* (kneading) dan musa paradisiaca terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil Trimester I di PMB Kota Padang dengan p-value 0,000. Berdasarkan uji statistik, hasil yang didapatkan adalah bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan teknik kombinasi *massase petrissage (kneading)* dan *musa paradisiaca* terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Praktik Bidan Mandiri Kota Padang. Disarankan kepada ibu hamil Trimester I untuk melakukan *teraphy* ini karena tanpa efek samping, aman dan mudah untuk dilakukan sehingga masalah emesis gravidarum pada Trimester I di bisa teratasi sehingga nutrisi bisa optimal didapatkan oleh janin sehingga bisa mengurangi resiko stunting pada masa kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ardiansyah, R. (2021). *Budidayapisang*. Surabaya: Pt. Temprina Media Grafika.
2. Desfira, Buulolo, K., Lubis, L. M., Riskawati, M., & Panjatan, M. B. (2020). Efektivitas Pisang Kepok Terhadap Emesis Gravidarum trimester I. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(4), 393–398.
3. Erika, R., & Rahmi, R. (2020). Efektivitas Pemberian Pisang Kepok (Musa Paradisiaca Formatipyca) Dan Vitamin B 6 Dalam Menurunkan Intensitas Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *Jurnal Sago Gizi Dan Kesehatan*, 1(2), 180-184.
4. Fatimah, & Nuryaningsih. (2021). *Buku Ajaran Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
5. Gardjito, M., Djuwardi, A., & Harmayani, E. (2020). *Pangan Nusantara*. Jakarta: Prenada Media Group. Prenada Media Group
6. Kusmiyati, Radiati, A., & Februanty, S. (2020). Effectiveness Of Ginger Kepok Banana Cookies Consumption To Decrease Pregnant Women Emesis. *The Malaysian Journal Of Nursing*, 11(03), 8–12.
7. Latifah, L., Setiawati, N., & Hapsari, E. D. (2021). Efektifitas Self Management Module Dalam Mengatasi Morning Sickness. *Jurusan Keperawatan Fikes Unsoed*, 5(1), 10–18.
8. Nanti Musita. (2021). Kajian Kandungan Dan Karakteristiknya Pati Resisten Dari Berbagai Varietas Pisang. *Jurnal Teknologi Industri Dan Hasil Pertanian*, 23(1), 57–65.
9. Nugroho, T., Nurrezki, Warnaliza, D., & Wilis. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
10. Nurhayati, N. (2021). Banana And Plantain As Medicinal Food. *Proceeding Of 1st International Conference On Medicine And Health Sciences (Icmhs): Interprofessional Collaboration To Achieve Sustainable Development Goals (Sdgs)*, 37, 87–91.
11. Putri Monifa (2020). Hubungan Paritas Dengan Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di RSUD Indasari Rengat. *Jurnal Bidan Komunitas*, 3(1), 30-35.
12. Ratih, R. H., & Qomariah, S. (2021). Efektifitas Massase dalam kehamilan Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I Di Kabupaten Kampar Tahun2017. *Lp2m-Umri*, 2, 31–34.
13. Ratih, R. H., & Qomariah, S. (2020). Kandungan Vitamin B6 Pada Pisang Kepok : Alternatif Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(5), 193–195.
14. Rudiyanti, N., & Rosmadewi. (2020). Hubungan Usia, Paritas, Pekerjaan Dan Stres Dengan Emesis Gravidarum Di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 7–18
15. Siwi, W. E. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Jakarta: Pustaka Barupress.
16. Tyastuti, S., & Wahyuningsih, H. P. (2020). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Yogyakarta: Pusdik Sdm Kesehatan.
17. Walyani, E. S. (2020). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Jakarta: PT. Pustaka Baru.