

EDUKASI PADA IBU NIFAS TENTANG EFEKTIFITAS AIR REBUSAN JAHE MERAH UNTUK MEMPERCEPAT PROSES PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM DI KLINIK TRISMALIA TAHUN 2022

Mesrida Simarmata¹, Astaria Ginting², Srininta³, Fazila Itawari⁴, Lusiaturun⁵, Petra Dian Sari Zega⁶

¹STIKes Mitra Husada Medan

[email : mesridasimarmata@gmail.com](mailto:mesridasimarmata@gmail.com)

ABSTRAK

Luka perineum adalah rusaknya integritas kulit perineum akibat dari pengeluaran kepala bayi saat proses melahirkan spontan. Fase penyembuhan luka ada 3 tahap yaitu fase inflamasi (peradangan), proliferasi (pertumbuhan sel baru) dan maturasi (pematangan sel baru). Untuk mempercepat proses penyembuhan luka ini dapat digunakan obat kimia secara farmakologi maupun bahan alami secara herbal. Salah satu bahan alami dalam penyembuhan luka adalah jahe merah karena mengandung gingerol sebagai anti inflamasi sehingga proses penyembuhan luka lebih cepat. Hasil penelitian sebelumnya adalah air rebusan jahe merah efektif dalam penyembuhan luka perineum maka dilakukanlah Pengabdian Kepada Masyarakat ini mengenai “Edukasi Pada Ibu Nifas Tentang efektifitas Air Rebusan Jahe Merah Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Trismalia Tahun 2022”. Tujuan: Membantu ibu nifas agar sehat didalam masa nifasnya, Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan ibu nifas dalam mengetahui cara pembuatan dan penggunaan air rebusan jahe merah dalam mempercepat penyembuhan luka perineum, Metode: Melakukan edukasi pada ibu nifas tentang efektifitas air rebusan jahe merah untuk mempercepat penyembuhan luka perineum. Mengukur pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan edukasi lalu membandingkan hasilnya. Hasil: Setelah diberi edukasi pada ibu nifas dapat meningkatkan pengetahuan ibu nifas ibu yang signifikan di klinik Trismalia, ibu nifas sebelum edukasi sebanyak 23 orang (76,7%), tetapi setelah dilaksanakannya edukasi maka pengetahuan dan baik sebanyak 27 orang (90%) pada kelompok yang sama. Kesimpulan: Terjadi peningkatan pengetahuan ibu nifas setelah dilakukan edukasi tentang tentang efektifitas air rebusan jahe merah untuk mempercepat penyembuhan luka perineum.

Kata Kunci: edukasi, jahe merah, luka perineum

PENDAHULUAN

Angka Kematian ibu (AKI) adalah rasio kematian yang terjadi pada saat masa hamil, melahirkan dan nifas yang disebabkan oleh keadaannya dan bukan karena kecelakaan. AKI yang terjadi masih sangat tinggi. Menurut World Health

Organisation (WHO) AKI terjadi 42 orang setiap harinya. Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SKDI) tahun 2012 AKI sebanyak 359 per 100.000 kelahiran hidup (1). Pada tahun 2019 AKI sudah menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup namun angka ini masih jauh dari target Millenium Development Goals



(MDGs) yaitu 102 per 100.000 kelahiran hidup (2). Kematian ibu mayoritas adalah perdarahan, infeksi, pre eklamsi dan eklamsi serta aborsi yang tidak aman (3). Infeksi masa nifas bisa disebabkan dari luka perineum yang tidak sembuh. Luka merupakan suatu bentuk kerusakan jaringan pada kulit yang disebabkan oleh trauma, pembedahan, neuropatik, vaskuler, penekanan, keganasan (4) Perineum adalah bagian antara vulva dan anus. Luka perineum adalah luka yang terjadi saat proses persalinan di bagian antara vulva dan anus. Proses penyembuhan luka dapat dipercepat dengan perawatan pada luka salah satunya menggunakan zat aktif herbal (5). Jurnal sebelumnya bahan herbal yang dapat menyembuhkan luka perineum dengan menggunakan simplisia daun binahong (6) Semakin baik perawatan perineum maka semakin cepat kesembuhan luka perineum Ada hubungan antara faktor infeksi dengan lama penyembuhan luka perineum (7). Jahe memiliki kandungan senyawa zat anti peradangan salah satunya yaitu gingerol yang dapat menghambat enzim cykooksigenasi dan enzim lipoksigenasi yang mengakibatkan penurunan mediator radang yaitu leukotrien dan prostaglandin. Penelitian sebelumnya sudah banyak yang membuktikan bahwa jahe terbukti sebagai anti inflamasi (8) Uji Efek Anti Inflamasi Ekstrak Etanol Rimpang Jahe (*Zingiber Officinale Roscoe*) pada tikus putih jantan dan terbukti terjadi penurunan oedema pada telapak kaki tikus. Ekstrak jahe merah dapat menurunkan jumlah sel makrofag pada hari ke 3 secara signifikan (9). Jumlah fibroblast saat fase proliferasi meningkat pada proses penyembuhan lesi mukosa mulut tikus jantan (10). Pemberian ekstrak jahe secara oral pada tikus dapat meningkatkan

kepadatan kolagen pada luka insisi (11) . Ekstrak jahe merah dapat menghambat bakteri *Stapilococcus aerous* dan *Esteria Coli* (12). Dengan pemberian ekstrak jahe pada pasien osteo arthritis maka dapat mengatasi peradangan yang terjadi di sendi (13). Ekstrak jahe mengandung 6- gingerol sebagai anti inflamasi juga sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya menurunkan kadar PGF2a dan intensitas nyeri pada mahasiswa Akper dan Akbid Harapan Mama Deli serdang (14).

Masa nifas adalah dimulai sejak plasenta lahir sampai dengan alat kandungan kembali seperti semula sekitar 6 minggu (15) . Tahapan masa nifas (16) yaitu 1. Puerperium dini (masa pemulihan ibu bisa berdiri dan berjalan dalam rentang 40 hari) 2. Puerperium intermediate (pulihnya alat genitalia dalam rentang 6-8 minggu) 3. Remote puerperium (Pulihnya ibu secara sempurna. Secara fisiologis sitim tubuh ibu nifas mengalami perubahan, hal ini terjadi karena adanya perubahan yang terjadi di dalam tubuh baik dalam hal metabolisme (15), 1. Tanda vital nadi, suhu, pernafasan dan tekanan darah, 2. Sirkulasi darah. 3. Sistim Kardiovaskuler, 4. Sistim Hematologi , 5. Sistim Pencernaan, 6. Sistim Muskuloskeletal, 7. Sistim Endokrin, 8. Penurunan Berat Badan, 9. Perubahan Payudara, 10. Peritoneum dan dinding Abdomen, 11. Sistim Eliminasi. Ibu nifas memiliki kebutuhan selama nifas sebagai berikut: 1. Kebutuhan nutrisi Kebutuhan nutrisi meningkat untuk memenuhi metabolismenya, kebutuhan kalori ibu nifas sekitar 3000-3800 kal dengan menu seimbang 2. Eliminasi Ibu nifas diharapkan bisa miksi 3-4 kali sehari secara spontan, sedangkan untuk membuat defekasi ibu nifas lancar maka disarankan banyak memberi cairan, makanan tinggi serat dan

olahraga ibu nifas agar . Menjaga personal hygiene pada ibu nifas salah satunya adalah melakukan perawatan perineum dengan cara menyiram perineum, tidak menyentuh area luka pada perineum dan mengganti pembalut minimal 4 kali sehari. Perineum adalah bagian dari genetalia eksterna yaitu otot antara komisura posterior dan anus

Luka perineum adalah robekan yang terjadi pada saat bayi lahir baik secara spontan maupun menggunakan alat namun dapat dijahit kembali. Luka perineum adalah robekan yang terjadi pada perineum saat janin dilahirkan baik spontan maupun secara sengaja yaitu melalui episiotomi. Berdasarkan proses terjadinya luka perineum dapat diklasifikasikan sebagai berikut: a. Luka perineum spontan yaitu luka yang terjadi saat persalinan secara spontan b. Luka perineum yang disengaja (episiotomi) yaitu luka yang terjadi akibat insisi daerah perineum (disengaja). Berdasarkan tingkat kedalaman luka perineum terbagi 4 yaitu a. Derajat I: robekan hanya pada mukosa vagina atau kulit perineum (tidak perlu dijahit) b. Derajat II: Robekan terjadi pada mukosa vagina, kulit dan otot perineum (perlu dijahit) c. Derajat III: Robekan pada mukosa vagina, kulit, otot perineum dan spingter ani eksterna (perlu dijahit) d. Derajat IV: Robekan mengenai perineum sampai otot spingter ani dan mukosa rectum Luka perineum sering terjadi pada anak pertama derajat luka II, III dengan berat badan bayi 3500 gram ke atas(20). Banyak hal yang dapat digunakan untuk mempercepat penyembuhan luka perineum menggunakan coconut virgin oil, mengkonsumsi rebusan daun binahong (6), sirih merah (21) dan senam kegel (22).

Jahe adalah salah satu rempah yang terdapat di indonesia merupakan tanaman

obat yang berasal dari asia pasifik termasuk suku temu- temuan. Jahe terbagi 3 yaitu jahe gajah, jahe emprit dan jahe merah namun yang cocok untuk ramuan obat adalah jahe merah karena lebih banyak mengandung minyak atsiri. Fraksi Jahe terdiri dari 2 komponen yaitu: 1. Volatil (menguap) yaitu zingeberin, feladren, kamfen, limonene, borneol, sineol, sitral, zingeberol 2. Non volatil (tidak menguap) yaitu zingerol,shagaol dan gingeron, gingerol (ada 6-8-10-12 namun (6)-gingerol yang lebih kuat sebagai anti inflamasi (Rehman, et al., 2010) . Kandungan jahe dapat mencegah biosintesis leukotrin, prostaglandin dengan menghambat 5-lipoxygenase dan sintesis prostaglandin sehingga kandungan jahe dapat sebagai anti inflamasi, anti carcinogenic, anti oksidatif.. Menurut Handrianto tahun 2016 bahwa ekstrak jahe merah dapat berfungsi sebagai anti bakteri yaitu menghambat perkembangan salmonella aerus (12). Ekstrak jahe dapat berguna sebagai anti oksidan dan anti inflamasi dengan kandungannya seperti 6 gingerol, 6 shogaol, zhingerol dan sebagainya yang dapat menurunkan mediator inflamasi seperti citokin inflamasi dan kemokin yang menyebabkan menurunnya aktivasi NF-Kb,COX-2 dan reseptor serotonin terhambat. Kandungan jahe dapat mencegah biosintesis leukotrin, prostaglandin dengan menghambat 5-lipoxygenase dan sintesis prostaglandin sehingga kandungan jahe dapat sebagai anti inflamasi, anti carcinogenic,anti oksidatif

METODE

Metode pelaksanaan adalah edukasi pada ibu nifas tentang efektifitas air



rebusan jahe merah untuk penyembuhan luka perineum. Pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan mulai bulan Agustus sampai bulan Oktober 2022 tepatnya selama 3 bulan. Pengabdian Kepada Masyarakat ini berupa data sebelum (pre) dan sesudah (post).

Air rebusan jahe merah adalah air yang didapatkan hasil dari gabungan jahe merah diparut sesuai dosis yang diinginkan dan diberi gula merah dan air putih sesuai takaran lalu dipanaskan diatas api sampai mendidih seperti volume akhir yang diinginkan. Dosis Jahe yang bisa dikonsumsi manusia per harinya maksimal 2 gr setara dengan jahe segar 2000 gram. Pada penelitian sebelumnya menurunkan inflamasi di endometrium dengan cara 15 gram jahe merah direbus dalam 400 ml air direbus sampai air tersisa 200 ml untuk dikonsumsi (23). Pemberian dosis jahe penderita osteo arthritis seduhan jahe merah 20 gram di parut direbus dan di minum (13). Pemberian dosis jahe merah dalam bentuk suplemen kapsul jahe merah 50 mg dalam bentuk ekstrak setara 250mg jahe merah segar 3 kali sehari untuk menurunkan inflamasi pada endometrium (14). Dosis yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengambil efek anti inflamasi adalah 50 mg ekstrak jahe merah untuk sekali minum maka dibutuhkan 250 mg jahe merah segar yang direbus campur gula merah 50 mg (1:1) dengan air 400 ml dibiarkan sampai mendidih hingga air tersisa 200 ml. Kelompok perlakuan akan diberikan 3 x sehari selama 3 hari berturut turut maka total jahe yang dibutuhkan selama 3hari per orang 2250 gr (2,25gr) diparut dan gula merah 2250 mg direbus dengan air 3600 ml dibiarkan mendidih hingga air tersisa sebanyak 1800 ml. Dalam pengukuran Pengetahuan dan Kemandirian Dalam

Membuat Air Rebusan Jahe Merah yang telah diuji dengan baik. Pengukuran dapat dilakukan dengan berbagai sudut pandang berbeda-beda dan dapat dibandingkan dengan memfokuskan pada salah satu kategori (Nofitri, 2009) Didalam kuisioner yang terdapat dalam kuisioner WHOQOL-BREF ini terdiri dari 2 pertanyaan yang berasal dari Pengetahuan manfaat air rebusan jahe merah dan cara pembuatannya secara menyeluruh dan 20 pertanyaan yang dibagi atas 4 dimensi, diantaranya manfaat air rebusan jahe merah dan cara pembuatan air rebusan jahe merah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat ini mengenai “Edukasi Pada Ibu Nifas Tentang efektifitas Air Rebusan Jahe Merah Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Trismalia Tahun 2022”. Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat menunjukkan bahwa pemberian edukasi pada ibu nifas dalam meningkatkan kualitas hidup masa nifas sebelum dan sesudah melakukan pengabdian masyarakat metode edukasi ibu nifas ini mendapatkan hasil yang signifikan di klinik Trismalia, hal ini dapat di lihat dari table, ibu nifas yang belum mendapatkan

Kegiatan PkM Edukasi Pada Ibu Nifas Tentang efektifitas Air Rebusan Jahe Merah Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Trismalia Tahun 2022”

Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	%	Edukasi %	Ibu Nifas	Edukasi
	Frekuensi		Frekuensi	
Baik	7	23,3	27	90
Tidak Baik	23	76,7	3	10
Jumlah	30	100.0	30	100

edukasi hanya menggunakan obat kimia dan kurang paham dalam merawat luka perineum serta tidak tahu membuat dan menggunakan air rebusan jahe merah dalam usaha mempercepat penyembuhan luka perineumnya sebanyak 23 orang (76,7%), tetapi setelah dilaksanakannya edukasi maka pengetahuan dan baik sebanyak 27 orang (90%) pada kelompok yang sama. Tabel 4.1 Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat menunjukkan bahwa pelaksanaan “Edukasi Pada Ibu Nifas Tentang efektifitas Air Rebusan Jahe Merah Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Trismalia Tahun 2022” sebelum dan sesudah melakukan edukasi mendapatkan hasil yang signifikan di Klinik Trismalia, hal ini dapat di lihat dari tabel berikut:

Tabel 1 Kegiatan PkM Edukasi Pada Ibu Nifas Tentang efektifitas Air Rebusan Jahe Merah Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Trismalia Tahun 2022”

Dokumentasi Kegiatan Pengabdian



KESIMPULAN

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Edukasi Pada Ibu Nifas Tentang efektifitas Air Rebusan Jahe Merah Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Trismalia Tahun 2022”, Kegiatan pengabdian dilaksanakan selama 3 bulan. Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat ini mengenai 2. Pengabdian Kepada



Masyarakat ini berupa data sebelum (pre) dan sesudah (post). Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat menunjukkan bahwa pelaksanaan “Edukasi Pada Ibu Nifas Tentang efektifitas Air Rebusan Jahe Merah Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Trismalia Tahun 2022”, hal ini dapat di lihat dari table, ibu nifas yang belummendapatkan edukasi pengetahuannya banyak yang tidak baik sebanyak 23 orang (76,7%), tetapi setelah dilaksanakannya edukasi pada ibu nifas pengetahuan ibu nifasnya baik sebanyak 27 orang (90%) pada kelompok yang sama.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada ibu Dr. Siti Nurmawan Sinaga, SKM, M.Kes, selaku Ketua STIKes Mitra Husada Medan yang telah banyak memberikan izin, arahan, bimbingan dan motivasi dalam terlaksananya pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima Kasih juga pada Ibu Trismalia yang telah memberi izin pengabdian masyarakat di klinik Trismalia.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. cc. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2014. p. 1–6.
Kemenkes RI. c [Internet]. 2019. 207 p. Available from: http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf
WHO. c. c [Internet]. 2015;2015:1–5. Available from:

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs348/en/%5Cnhttp://www.who.>

[int/mediacentre/factsheets/fs348/en/index.html](http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs348/en/index.html)

Handrianto P. UJI ANTIBAKTERI EKSTRAK JAHE MERAH Zingiber officinale var . Rubrum TERHADAP Staphylococcus aureus DAN Escherichia coli. UJI ANTIBAKTERI EKSTRAK JAHE MERAH

Zingiber Off var Rubrum TERHADAP Staphylococcus aureus DAN Escherichia coli. 2016;2(1):1–4.

Bachtiar A. Universitas Indonesia Pengaruh Ekstrak Jahe (Zingiber Officinale) Terhadap Tanda Dan Gejala Osteoarthritis Universitas Indonesia Pengaruh Ekstrak Jahe (Zingiber Officinale). Keperawatan, Fak Ilmu Magister, Program Keperawatan, Ilm Keperawatan, Kekhususan Bedah, Med. 2010;(Tesis).

Wahyuningsih H. Bahan Ajar Kebidanan Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui [Internet]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2018. Available from: bppsdmk.kemendes.go.id

Wilujeng RD, Hartati A. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas. Akad Kebidanan Griya Husada Surabaya. 2018;82.

Primadona P. THE PROCESS OF HEALING PROLIFERATION. 2015;13(September):1–5.

Ari Kurniarum AK. Keefektifan Penyembuhan Luka Perineum



- pada Ibu Nifas Menggunakan Daun Sirih. J Terpadu Ilmu Keperawatan. 2015;4(2):163.
- Martini DE. Efektifitas Latihan Kegel Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Kalitengah Lamongan. Surya. 2015;07(03):1-7.