



Penerapan Metode Inhalasi Jahe untuk Menurunkan Mual Muntah pada Pasien Post SC

Application Of The Ginger Inhalation Method To Reduce Nausea, Vomiting In Post SC Patients

Galih Pria Pambayun^{1*}, Bayu Despriyanto Pratama²

¹⁻²ITS PKU Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

Korespondensi Penulis: galihpriapambayun@itspku.ac.id*

Article History:

Received: Juli 17, 2024;

Revised: Juli 31, 2024;

Accepted: Agustus 17, 2024;

Published: Agustus 31, 2024;

Keywords: Ginger

inhalation, Nausea vomiting, Sectio Caesarea

Abstract. Post-Caesarean Section (CS) nausea and vomiting are common complications arising from the effects of anesthesia and hormonal changes, which can significantly affect patient comfort and hinder recovery. The administration of antiemetic drugs, while effective, often results in side effects, necessitating the need for alternative non-pharmacological treatments that are both safe and effective. This study aims to assess the effectiveness of ginger inhalation therapy in reducing nausea and vomiting in post-CS patients at PKU Muhammadiyah Surakarta Hospital. A participatory approach was used involving 15 patients, who were divided into two groups: an experimental group receiving ginger inhalation therapy and a control group. Nausea levels were measured using the Numeric Rating Scale (NRS) both before and after the intervention. The results indicated that the group receiving ginger inhalation therapy experienced a significant reduction in nausea, with the average NRS score decreasing from 7.2 to 3.8. In contrast, the control group's NRS score decreased from 7.2 to 6.5. These findings suggest that ginger inhalation therapy is an effective, easy-to-implement, and low-risk alternative to pharmacological treatments for managing postoperative nausea and vomiting. This method could serve as a valuable non-pharmacological option in the postoperative care of CS patients, offering a safe and accessible approach to improving patient outcomes.

Abstrak.

Mual dan muntah pasca-seksi caesarea (CS) adalah komplikasi umum yang disebabkan oleh efek anestesi dan perubahan hormonal, yang dapat mempengaruhi kenyamanan pasien dan memperlambat pemulihan. Penggunaan obat antiemetik, meskipun efektif, sering kali menyebabkan efek samping, sehingga diperlukan terapi alternatif non-farmakologis yang aman dan efektif. Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas terapi inhalasi jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada pasien pasca-CS di RS PKU Muhammadiyah Surakarta. Pendekatan partisipatif digunakan dengan melibatkan 15 pasien, yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok eksperimen yang menerima terapi inhalasi jahe dan kelompok kontrol. Tingkat mual diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan setelah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang menerima terapi inhalasi jahe mengalami penurunan signifikan dalam tingkat mual, dengan skor rata-rata NRS turun dari 7,2 menjadi 3,8. Sebaliknya, kelompok kontrol hanya mengalami penurunan dari 7,2 menjadi 6,5. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi inhalasi jahe adalah metode yang efektif, mudah diterapkan, dan memiliki efek samping minimal dalam mengurangi mual dan muntah pascaoperasi. Oleh karena itu, metode ini dapat menjadi terapi alternatif non-farmakologis dalam manajemen pascaoperasi pada pasien CS, memberikan pendekatan yang aman dan mudah diakses untuk meningkatkan hasil perawatan pasien.

Kata Kunci: Inhalasi jahe, Mual muntah, Sectio Caesarea

1. PENDAHULUAN

Pasca operasi Sectio Caesarea (SC), mual dan muntah merupakan komplikasi yang cukup sering dialami oleh pasien. Komplikasi ini dapat muncul akibat efek samping dari anestesi yang diberikan, perubahan hormonal yang terjadi, serta stres fisik dan emosional pasca operasi. Mual dan muntah yang terjadi dapat sangat mengganggu kenyamanan pasien, memperlambat proses pemulihan, dan berpotensi mengurangi kualitas perawatan pascaoperasi. Selain itu, kondisi ini sering kali memperburuk pengalaman pasien terhadap proses penyembuhan dan memberikan beban tambahan bagi tim medis yang merawat.

Sebagian besar pengelolaan mual dan muntah pasca operasi diatasi dengan pemberian obat antiemetik. Obat-obatan ini biasanya cukup efektif dalam mengurangi gejala, namun penggunaannya sering kali disertai dengan efek samping yang tidak diinginkan, seperti kantuk, pusing, dan bahkan penurunan kesadaran pada beberapa pasien. Efek samping ini dapat mengganggu kenyamanan pasien dan memperpanjang waktu pemulihan, sehingga mengurangi kepuasan pasien terhadap perawatan yang diterima.

Menghadapi tantangan tersebut, diperlukan alternatif pengobatan non-farmakologis yang lebih aman dan efektif. Salah satu alternatif yang banyak mendapatkan perhatian dalam beberapa tahun terakhir adalah penggunaan metode inhalasi jahe. Jahe, terutama yang diolah dalam bentuk aromaterapi, diketahui mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol, yang memiliki sifat antiemetik alami. Senyawa-senyawa ini diketahui dapat meredakan mual dan muntah tanpa menimbulkan efek samping yang signifikan seperti obat-obatan farmakologis.

Penelitian-penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa inhalasi jahe efektif dalam mengurangi tingkat mual dan muntah pada pasien pascaoperasi, termasuk pada pasien pasca-seksi caesarea. Aroma jahe yang dihirup dapat menstimulasi sistem saraf dan mengatur fungsi lambung, sehingga membantu mengurangi gejala mual dan muntah tanpa memerlukan pengobatan oral yang dapat menimbulkan efek samping. Terapi ini juga dapat dilakukan secara sederhana, murah, dan mudah diakses oleh berbagai pasien, menjadikannya pilihan yang menarik dalam perawatan pascaoperasi.

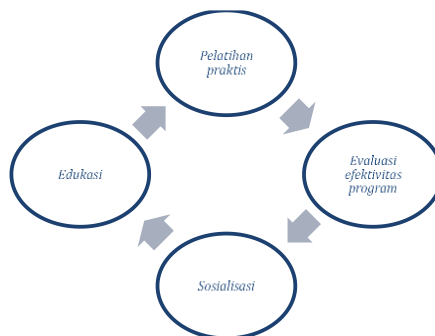
Dengan latar belakang tersebut, pengabdian ini bertujuan untuk menerapkan edukasi mengenai metode inhalasi jahe pada pasien post-SC di RS PKU Muhammadiyah Surakarta, serta mengevaluasi efektivitasnya dalam menurunkan kejadian mual dan muntah pascaoperasi. Diharapkan dengan penerapan metode ini, pasien dapat merasakan kenyamanan yang lebih baik, mempercepat pemulihan, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan antiemetik yang berisiko menimbulkan efek samping.

2. METODE

Metode penelitian ini melibatkan perencanaan aksi bersama komunitas dalam meningkatkan pemahaman dan kepatuhan pasien terhadap metode inhalasi jahe untuk menurunkan mual muntah pascaoperasi. Subjek dalam pengabdian ini adalah pasien post-SC di RS PKU Muhammadiyah Surakarta. Dalam proses perencanaan dan pengorganisasian, pasien berpartisipasi aktif melalui sesi diskusi dan pelatihan langsung.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode partisipatif, di mana pasien diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan kendala dalam menghadapi mual muntah pascaoperasi. Strategi yang diterapkan meliputi sosialisasi dan edukasi, yang mencakup penyampaian informasi tentang penyebab mual muntah, dampaknya terhadap pemulihan pasien, serta manfaat inhalasi jahe melalui seminar dan diskusi kelompok. Selain itu, materi edukasi disediakan dalam bentuk brosur, video edukasi, serta sesi interaktif yang menjelaskan cara penggunaan inhalasi jahe dengan ilustrasi dan simulasi praktik. Pasien juga diberikan pelatihan praktis mengenai teknik inhalasi yang benar, termasuk cara mempersiapkan jahe untuk inhalasi (menggunakan minyak esensial atau air rebusan jahe) dan teknik pernapasan yang efektif untuk mengurangi mual.

Evaluasi efektivitas program dilakukan dengan mengukur tingkat mual pasien sebelum dan sesudah inhalasi menggunakan skala Numeric Rating Scale (NRS). Hasil dari evaluasi ini digunakan untuk menilai sejauh mana metode inhalasi jahe dapat membantu menurunkan mual muntah serta meningkatkan kenyamanan pasien pascaoperasi..



Gambar 1. Alur Pelaksanaan

3. HASIL

Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa metode inhalasi jahe memberikan dampak positif terhadap penurunan mual muntah pada pasien post-SC di RS PKU Muhammadiyah Surakarta.

Tabel. 1 Descriptive Statistics

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Tingkat Mual Sebelum Inhalasi	15	5	9	7.2	1.1
Tingkat Mual Setelah Inhalasi	15	2	6	3.8	1.2

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa metode inhalasi jahe memiliki efektivitas yang signifikan dalam menurunkan tingkat mual pada pasien post-SC di RS PKU Muhammadiyah Surakarta. Sebelum diberikan terapi inhalasi jahe, tingkat mual pasien memiliki rata-rata sebesar 7,2 dengan rentang antara 5 hingga 9. Setelah penerapan metode inhalasi jahe, terjadi penurunan yang cukup signifikan dengan rata-rata tingkat mual menurun menjadi 3,8, dengan rentang 2 hingga 6, serta standar deviasi 1,2, yang menunjukkan adanya variasi respons antar pasien.

4. DISKUSI

Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa metode inhalasi jahe efektif dalam menurunkan tingkat mual muntah pada pasien post-SC di RS PKU Muhammadiyah Surakarta. Efektivitas inhalasi jahe dalam mengurangi mual muntah pascaoperasi telah didukung oleh berbagai penelitian sebelumnya. Studi oleh Kim & Seo (2018) menemukan bahwa jahe mengandung senyawa gingerol dan shogaol, yang bekerja dengan menghambat reseptor serotonin (5-HT₃) di saluran pencernaan dan pusat mual di otak. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini, di mana pasien yang menggunakan metode inhalasi jahe mengalami penurunan mual yang lebih signifikan.

Dari perspektif klinis, metode inhalasi jahe dapat dijadikan sebagai bagian dari standar perawatan postoperatif, terutama bagi pasien yang memiliki kontraindikasi terhadap obat antiemetik. Selain itu, metode ini juga dapat dikombinasikan dengan teknik lain, seperti akupresur atau teknik pernapasan dalam, untuk memberikan hasil yang lebih optimal. Studi oleh World Health Organization (2020) juga merekomendasikan pendekatan non-farmakologis dalam pengelolaan mual muntah pascaoperasi guna mengurangi ketergantungan pasien terhadap obat-obatan kimia.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa inhalasi jahe merupakan metode terapi yang sederhana, efektif, dan minim efek samping dalam menurunkan mual muntah pada pasien post-SC. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk implementasi lebih luas di rumah sakit, serta mendorong penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar untuk memperkuat bukti klinis mengenai efektivitas metode ini.



Gambar 1. Sosialisasi edukasi

KESIMPULAN

Edukasi dan penerapan metode inhalasi jahe terbukti efektif dalam menurunkan tingkat mual muntah pada pasien post-SC di RS PKU Muhammadiyah Surakarta. Metode ini dapat menjadi alternatif terapi non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan dalam perawatan pascaoperasi.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Dengan penuh rasa syukur, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Institut Teknologi Sains dan Kesehatan (ITS PKU) Muhammadiyah Surakarta beserta seluruh jajaran, dosen, mahasiswa, dan tenaga kependidikan yang telah berkontribusi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kami juga mengucapkan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada seluruh mitra yang telah bersinergi dalam mendukung kegiatan ini, sehingga dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat yang nyata bagi masyarakat. Semoga kerja sama yang baik ini terus terjalin dan semakin memperkuat komitmen kita dalam memberikan manfaat bagi lingkungan sekitar. Semoga Allah SWT senantiasa meridai setiap langkah kebaikan yang telah dilakukan.

DAFTAR REFERENSI

- Arslan, M., Ozdemir, L., & Demirbag, B. C. (2011). The effect of ginger on nausea and vomiting in early pregnancy: A meta-analysis. *Journal of Nursing Scholarship*, 43(3), 288-296.
- Chou, R., Gordon, D. B., de Leon-Casasola, O. A., et al. (2016). Management of postoperative pain: A clinical practice guideline. *Journal of Pain*, 17(2), 131-157.
- Ernst, E., & Pittler, M. H. (2000). Efficacy of ginger for nausea and vomiting: A systematic review of randomized clinical trials. *British Journal of Anaesthesia*, 84(3), 367-371.

- Kim, K. H., & Seo, J. Y. (2018). Ginger as an antiemetic modality for postoperative nausea and vomiting. *Journal of Clinical Medicine*, 7(7), 204.
- World Health Organization. (2020). Non-pharmacological management of postoperative symptoms. Retrieved from <https://www.who.int>