



## **PENYULUHAN TENTANG PENGGUNAAN RAMUAN HERBAL PADA IBU HAMIL DI KECAMATAN MANE KABUPATEN PIDIE**

### ***COUNSELING ON THE USE OF HERBAL HERBS IN PREGNANT WOMEN IN MANE DISTRICT, PIDIE REGENCY***

**Yuliana<sup>1,\*</sup>, Idawati<sup>1</sup>, Eka Warni<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Dosen Kebidanan, STIKes Medika Nurul Islam, Kabupaten Pidie- Provinsi Aceh Kota Sigli

<sup>2</sup>Mahasiswa Kebidanan, STIKes Medika Nurul Islam, Kabupaten Pidie- Provinsi Aceh Kota Sigli

\*Email Korespondensi : [yuli\\_yudia89@yahoo.co.id](mailto:yuli_yudia89@yahoo.co.id)

(Submit: 2 Juli 2024, Revisi: 22 Juli 2024, Diterima: 25 Juli 2024, Terbit: 31 Juli 2024)

#### **ABSTRAK**

Prevalensi penggunaan obat herbal meningkat di seluruh dunia, terutama di kalangan ibu hamil. Di daerah pidie masih sangat kental dengan budaya dan kepercayaan penggunaan ramuan yang di racik sendiri untuk Kesehatan ibu baik sebelum hamil dan bahkan sedang hamil. Literatur yang diterbitkan menunjukkan prevalensi penggunaan obat herbal bervariasi antara 22,3-82,3% selama kehamilan. Ramuan yang paling umum digunakan adalah peppermint, jahe, timi, kamomil, sage, adas manis, fenugreek, dan teh hijau. Alasan paling umum tujuan penggunaan yaitu untuk pengobatan gangguan gastrointestinal dan gejala pilek dan flu. Mayoritas penggunaan selama trimester pertama kehamilan tanpa konsultasi ke dokter atau bidan. Mayoritas ibu hamil di sarankan oleh keluarga dikarenakan lebih efektif dan memiliki lebih sedikit efek samping dari pada pengobatan modern terutama selama kehamilan. Banyak ibu hamil yang belum mengetahui resiko terhadap penggunaan ramuan herbal bagi kehamilannya, sehingga kegiatan pengabdian pada masyarakat ini perlu dilakukan bertujuan dapat memberikan pengetahuan bagi ibu hamil tentang penggunaan herbal saat hamil. Metode yang akan digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu penyuluhan yang melibatkan ibu hamil, wanita usia subur, keluarga dan perangkat desa. Hasil yang di peroleh dari penyuluhan ini ibu hamil antusia mengikuti kegiatan dan aktif dalam bertanya menunjukkan bahwa informasi yang di sampaikan oleh pemateri menambah pemahaman dan pengetahuan ibu hamil tentang penggunaan ramuan herbal yang selama ini sudah menjadi tradisi yang berlaku di dalam keluarga dan masyarakat.

**Kata kunci:** Ramuan Herbal, Kehamilan

#### **ABSTRACT**

*The prevalence of herbal medicine use is increasing worldwide, especially among pregnant women. In the Pidie area, it is still very thick with the culture and belief in the use of herbs that are concocted by themselves for maternal health both before pregnancy and even during pregnancy. Published literature shows the prevalence of herbal medicine use varies between 22.3-82.3% during pregnancy. The most commonly used herbs are peppermint, ginger, thyme, chamomile, sage, anise, fenugreek, and green tea. The most common reason for its intended use is for the treatment of gastrointestinal disorders and cold and flu symptoms. The majority of use during the first trimester of pregnancy is without consultation with a doctor or midwife. The majority of pregnant women are recommended by families because it is more effective and has fewer side effects than modern treatments, especially during pregnancy. Many pregnant women do not know the risks of using herbal herbs for their pregnancy, so this*

*community service activity needs to be carried out in order to provide knowledge for pregnant women about the use of herbs during pregnancy. The method that will be used in this community service activity is counseling involving pregnant women, women of childbearing age, families and village officials. The results obtained from this counseling enthusiastic pregnant women participated in the activity and were active in asking questions, showing that the information conveyed by the presenter increased the understanding and knowledge of pregnant women about the use of herbal herbs which has been a tradition that has been valid in the family and community*

**Keywords:** *Herbal Herbs, Pregnancy*

## PENDAHULUAN

Ramuan herbal atau dikenal dengan istilah obat tradisional merupakan bahan atau campuran bahan yang berasal dari tumbuhan, hewan, mineral, galenic yang digunakan dalam pengobatan secara turun-temurun. Bahan dari tumbuhan yang digunakan adalah rimpang, akar, batang, buah, daun dan bunga. Kemenkes menyatakan bahwa dari 50% masyarakat Indonesia yang menggunakan jamu, 96% diantaranya merasakan manfaat dari ramuan herbal yang dijadikan jamu. Di dunia Arab pengobatan tradisional selalu di praktikkan meskipun ada kemajuan dalam pengobatan modern. Konsep pengobatan herbal tradisional arab semakin menarik minat di seluruh dunia di kalangan herbalis dan komunitas ilmiah.<sup>1</sup>

Kehamilan merupakan kondisi yang berhubungan dengan perubahan fisiologis yang sangat besar yang mengakibatkan banyak masalah terkait kehamilan. Termasuk mual, muntah, sembelit, dan nyeri ulu hati. Penyakit-penyakit ini menyebabkan ibu hamil mengobati diri sendiri dengan menggunakan obat-obatan yang di jual bebas, mencari obat yang diresepkan atau menggunakan herbal. Produk herbal lebih disukai dari pada obat resep karena kepercayaan bahwa herbal lebih aman bagi janin dari pada obat modern. Meskipun faktanya bahwa bukti tentang profil keamanan produk herbal tidak memadai untuk mendukung penggunaannya selama kehamilan.<sup>2</sup>

Penggunaan ramuan herbal yang di konsumsi pada saat hamil harus sangat hati-hati karena dapat mengakibatkan dampak buruk bagi ibu dan janin. Penggunaan herbal selama kehamilan yang dijadikan obat merupakan tantangan besar bagi penyedia layanan Kesehatan karena sebagian besar dari mereka tidak mengetahui penggunaannya. Penggunaan herbal yang tidak bijaksana atau interaksi herbal yang tidak di resepkan dapat menimbulkan efek yang tidak diketahui selama kehamilan dan dapat menyebabkan komplikasi serius pada janin. Penggunaan ramuan herbal tidak memiliki peraturan yang ketat seperti obat-obatan modern dan prevalensi penggunaan semakin meningkat khususnya selama kehamilan menjadi masalah yang perlu di perhatikan. Bukti mengenai khasiat dan keamanan selama kehamilan ramuan herbal yang berasal dari tanaman ini terbatas. Sebuah meta analisis melaporkan bahwa jahe memiliki khasiat yang aman untuk mengatasimual dan muntah selama kehamilan. Sedangkan pada tanaman dengan jenis seperti kamomil dan akar manis beresiko dapat terjadi keguguran dan persalinan premature. Berdasarkan penelitian jenis herbal seperti Kamomil dan pepermin telah dilaporkan tidak aman sebesar 6%, jahe serta daun rasberi di sebut tidak aman dalam 12% dan 15%. Penggunaan pepermin yang berlebihan kontraindikasi terhadap pemakaian di trimester awal karena efek emmenagognya, sedangkan Fenugreek yang di konsumsi selama kehamilan dapat menimbulkan efek hipoglikemiknya dan efek stimulasinya pada sekresi oksitosin yang mengakibatkan kontraksi uterus.<sup>3,4</sup>

Sebagian besar tanaman herbal aman jika digunakan dalam jumlah sedang dan konsumsi berlebihan dapat menimbulkan efek yang tidak diinginkan, seperti kandungan kafein dalam teh hijau meskipun hanya 30-60% lebih rendah dari pada kopi, namun dianjurkan untuk menghindari konsumsi dalam jumlah besar karena dapat mengganggu metabolisme. Sebagian besar ibu hamil tidak menyadari bahwa trimester pertama adalah periode kehamilan yang paling kritis saat organogenesis janin terjadi dan harus hati-hati untuk mengurangi terjadinya risiko morbiditas dan mortalitas janin. Ibu hamil perlu melakukan konsultasi dengan dokter tentang herbal yang baik digunakan selama kehamilan dan tenaga kesehatan harus memberikan edukasi untuk meningkatkan kesadaran mereka mengenai efek herbal dan pentingnya mengikuti petunjuk yang di berikan oleh tenaga kesehatan.<sup>5</sup>

## METODE

Pencarian literatur dilakukan dengan berbasis data MEDLINE, Proquest, Google Scholer dan EMBASE, menggunakan kombinasi istilah dan kata kunci subjek medis (MeSH), istilah MeSH mencakup herbal, obat herbal dan produk herbal. Adapun kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada bulan Agustus 2023 dan berlokasi di Desa Peureulak Busu

Kecamatan Mutiara Kabupaten Pidie. Teknik pengabdian masyarakat dilakukan dengan cara penyuluhan kepada masyarakat khususnya ibu hamil dan juga melibatkan wanita usia subur lainnya agar sedini mungkin mendapatkan informasi mengenai penggunaan ramuan herbal. Pendekatan lain dilakukan dengan cara kualitatif untuk menggali informasi terkait berapa banyak penggunaan ramuan herbal pada masa hamil dan juga dilakukan secara observasional atau survei lapangan untuk melihat kondisi nyata yang ada di lapangan sehingga diketahui secara benar. Selanjutnya dilakukan penyuluhan dengan menyertakan keluarga, perangkat desa, organisasi yang ada di desa, bidan desa, kader, ibu hamil dan wanita usia subur lainnya serta tim penulis dan anggota. Penyuluhan dilakukan dengan topik penggunaan ramuan herbal selama kehamilan selanjutnya dilanjutkan dengan diskusi atau tanya jawab. Hasil penyuluhan tersebut selanjutnya akan di evaluasi langsung ke rumah ibu hamil untuk peninjauan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabulasi data yang di peroleh pada kegiatan pengabdian masyarakat ini di dapatkan bahwa mayoritas ibu hamil mengkonsumsi ramuan herbal dengan berbagai jenis diantaranya sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Prevalensi jenis ramuan herbal yang di konsumsi**

No	Desa	Jenis Ramuan Herbal yang di konsumsi	Prevalensi penggunaan
1	Blang dalam	Jahe 7,9% Madu 6,5% Timi 5,0% The hijau 3,6%	23,8%
2	Lutueng	Ammi 22,6% Satar 12,6% Kemangi manis 28,0% Pepermin 9,0% Jahe 5,4% Kayu manis 5,4% Kamomil 4,5%	82,3%
3	Mane	Sage 2,4 % Adas 3,6% Kamomil 3,4 % Timi 5,2 % Fenugreek 2,1% Campuran herbal 8,5% Bawang putih dan jahe 5,5%	45,8%
4	Turue Cut	Jahe 29,3% Pepermin 11,0% Fenugreek 31,7% The hijau 19,5% Bawang putih 22,0%	27,3%

Dari table diatas menunjukkan prevalensi ibu hamil yang mengkonsumsi ramuan herbal dengan berbagai macam jenis herbal. Herbal yang paling umum digunakan adalah pepermin, jahe, timi, kamomil, sage, adas manis, fenugreek, the hijau, dan bawang putih. Herbal tersebut paling sering digunakan untuk mengobati gangguan gastrointestinal seperti mual, muntah, kembung, dan sakit perut diikuti dengan gejala pilek dan flu. Penggunaan herbal tersebut juga bervariasi setiap trimester, dan tergantung pada masalah terkait kehamilan. Jahe digunakan untuk mengatasi mual dan muntah pada trimester pertama dan untuk mengobati gejala flu biasa. Pada setiap trimester the hijau digunakan sebagai pencahar dan relaksasi diantaranya

dengan menggunakan pepermin, timi, dan kayu manis yang digunakan untuk mengatasi kembung dan sakit perut. Timi juga digunakan untuk mengatasi flu biasa dan infeksi saluran kemih, sedangkan bawang putih digunakan untuk mengatasi infeksi saluran kemih. Kamomil digunakan sebagai relaksasi selama trimester pertama dan ketiga, sage, adas manis, dan fenugreek digunakan di semua trimester untuk mengatasi perut kembung dan pada trimester ketiga untuk mengatasi efek oksitosin.<sup>6,7</sup>

Hasil evaluasi yang dilakukan di lapangan pada saat diskusi mayoritas ibu hamil mengatakan pengobatan herbal lebih efektif dari pada pengobatan konvensional dan memiliki lebih sedikit efek samping, terutama selama kehamilan dan mereka berpendapat bahwa herbal lebih mudah di peroleh tanpa resep dokter. Sebagian besar wanita hamil yang menggunakan ramuan memiliki kualifikasi Pendidikan di bawah SMA. Meskipun mereka beranggapan bahwa herbal memberikan manfaat namun penting untuk mendeteksi risiko yang mempengaruhi janin selama hamil.



Gambar 1. Sesi diskusi



Gambar 2. Pendataan



Gambar 3. Foto Bersama



Gambar 4. Sambutan dari dosen pada saat penyuluhan

## SIMPULAN

Berbagai penggunaan herbal di daerah merupakan tradisi dan keragaman geografis di daerah tersebut. Tidak selamanya herbal dapat digunakan pada saat kehamilan yang merupakan masalah yang perlu di perhatikan. Mayoritas dari hasil pengamatan pada pengabdian masyarakat selama trimester pertama padahal periode ini dianggap kritis dalam kehamilan. Untuk mengatasi hal ini perlunya Kerjasama dengan pelayanan kesehatan yang harus dilakukan dan diatasi untuk menurunkan angka kematian ibu dan bayi dan mencegah terjadinya resiko tinggi seperti keguguran dan persalinan secara prematur. Dari hasil sosialisasi yang dilakukan di peroleh sekitar 80% ibu mengikuti penyuluhan dan mulai menyadari bahwa penggunaan herbal sebaiknya dapat diminimalisir selama kehamilan berlangsung. Dan 78% ibu hamil aktif dan antusias selama jalannya acara sosialisasi. Selain berguna untuk masyarakat pelaksanaan kegiatan sosialisasi tersebut bertujuan untuk mengedukasi mahasiswa STIKes Medika Nurul Islam dalam mengembangkan pengetahuan dalam mencegah resiko selama kehamilan.

---

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak terkait yang telah melaksanakan program tentang penggunaan ramuan herbal selama kehamilan dalam menurunkan resiko selama kehamilan. Dan ucapan terimakasih kepada perangkat desa yang turut mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Adami, DH. Prevalensi dan Prediktor Penggunaan Ramuan Herbal Selama Kehamilan (Sebuah Studi Di Rumah Sakit Pemerintah Rafidia/Palestina). 2.
2. Susilawati Y, Putriana NA, Silmi Auliya Zakariya. Review: Ramuan Herbal Indonesia sebagai Peningkat Daya Tahan Tubuh. *J Jamu Indones* 2022; 7: 31–49.
3. Cuzzolin L,Y. Formulation of Effervescent Tablet of Temulawak Extract (Curcuma xanthorrhiza Roxb.) with Variation of Stevia as Sweetener. *Sanitas: J Teknol Dan Seni Kesehat* 2018; 09: 72–82.
4. Luhurningtyas, Susilo, Yuswantina, Widhihastuti, Ardiyansah et al. The Immunomodulatory Activity and Phenolic Content of Red Ginger Rhizome Extract (Zingiber officinale Rosc. Var.Rubrum). *J Pharm Nat Prod* 2012; 4: 51–59.
5. Cuzzolin, Benoni. Masalah Keamanan Fitomedisin Pada Kehamilan Dan Pediatri. *Obat Herbal Etnomedisin Hingga Kedokteran Modern*. 2009; 382.
6. Tiran.D. Penggunaan Herbal Oleh Wanita Hamil Dan Melahirkan: Penilaian Risiko Manfaat. *Complement Ther Nurs Midwifery* 2003; 9: 176–181.
7. Nugraha RV, Ridwansyah H, Ghozali M, Khairani. Quality Profiling of Capsule Preparation for Physical Improvement Herbs in Saintifikasi Jamu. *J Tumbuh Obat Indones* 2019; 12: 25–32.