

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP
PENGURANGAN *EMISIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI PMB WARTI BATAKAN**

SKRIPSI PENELITIAN



**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS WIYATA HUSADA
SAMARINDA**

2021

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP
PENGURANGAN *EMISIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI PMB WARTI BATAKAN**

SKRIPSI PENELITIAN

Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S.Keb)



**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS WIYATA HUSADA
SAMARINDA**

2021

LEMBAR PERSETUJUAN

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP PENGURANGAN
EMISIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB WARTI
BATAKAN**

SKRIPSI PENELITIAN

Oleh :

INTAN BANGSAWAN

NIM. 200411019

Skripsi Telah Disetujui
Tanggal 16 Desember 2021

Pebimbing

ITKES WHS



Heni Purwanti, , SST., M.Keb

NIDN. 1111057603

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Kebidanan



Hestri Norhapifah, SST., M.Keb

NIDN. 1129059002

LEMBAR PENGESAHAN

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP PENGURANGAN
EMISIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB WARTI
BATAKAN**

SKRIPSI PENELITIAN

Oleh :

INTAN BANGSAWAN

NIM. 200411019

Telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan penguji
Pada Tanggal 16 Desember 2021

Penguji I,

**ITKES WHS**

Gita Masyita, S.ST.,M.Keb

NIDN. 0929018101

Penguji II



Zaenal Adi Susanto, SST.,M.Biomed

NIDN. 1129099001

Penguji III,

Heni Purwanti, SST.,M.Keb

NIDN. 1111057603

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1-Kebidanan

Hestri Norhapifah, SST.,M.Keb

NIDN. 0805058503

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Intan Bangsawan

NIM : 200411019

Program Studi : S.1 Kebidanan

Judul Laporan Tugas Akhir :

Efektifitas Pemberian Pisang *Ambon* dalam Mengurangi *Emesis Gravidarum*
Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Warti Batakan

Menyatakan bahwa skripsi penelitian ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.



Samarinda,
Yang membuat pernyataan,

Intan Bangsawan
NIM.200411019

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Rahmat dan BimbinganNya saya dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul **“Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Warti Batakan”**. Penulisan skripsi penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Keb) pada Program Studi Sarjana Kebidanan ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi penelitian ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan semua proses tepat pada waktunya. Oleh karena itu, perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Bapak H. Mujito Hadi, MM selaku Ketua Yayasan Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada Samarinda
2. Bapak Dr. Eka Ananta Sidharta, CA.,CFrA selaku Rektor Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Wiyata Husada Samarinda.
3. Ibu Hestri Norhapifah, SST.,M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan ITKES Wiyata Husada Samarinda.
4. Ibu Heni Purwanti, SST.,M.Keb Selaku dosen pembimbing dan penguji III yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Ibu Gita Masyita, S.ST.,M.Keb selaku dosen penguji I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikirannya untuk mengarahkan saya dalam penyusunan tugas akhir ini.
6. Bapak Zaenal Adi Susanto, SST.,M.Biomed selaku dosen penguji II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikirannya untuk mengarahkan saya

dalam penyusunan tugas akhir ini.

7. Keluarga yang telah banyak memberikan motivasi, dukungan moril maupun materil yang tak ternilai harganya serta do'a dan kasih sayangnya selama ini kepada peneliti.
8. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan.

Dan semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi penelitian ini, semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas kebaikan kita semua dan proposal penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu.

Samarinda, Juli 2021



LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Intan Bangsawan

NIM : 200411019

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak kepada Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada Samarinda atas skripsi penelitian saya yang berjudul : Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dalam Mengurangi *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Warti Batakan.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak ini, Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Samarinda, September 2021
Yang menyatakan



Intan Bangsawan
NIM. 200411019

ABSTRAK

EFEKTIFITAS PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP PENGURANGAN *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB WARTI BATAKAN

Intan Bangsawan¹, Heni Purwanti²

Prodi S-1 Kebidanan ITKES Wiyata Husada Samarinda
Email : bangsawan.intan@gmail.com

Latar Belakang: *Emesis gravidarum* menyebabkan penurunan berat badan yang berdampak pada keseimbangan elektrolit dan menyebabkan perubahan metabolisme pada tubuh. Apabila tidak segera ditangani maka dapat menjadi *hiperemesis gravidarum*.

Salah satu cara mengatasi *emesis gravidarum* dengan terapi non farmakologi yaitu pisang ambon yang dapat diberikan kepada ibu hamil dengan *emesis gravidarum*. Kandungan Vitamin B6 pada pisang ambon dapat mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil.

Tujuan: Untuk mengetahui efektifitas pemberian pisang ambon terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan.

Metode: Rancangan penelitian ini adalah *pre-experiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Menggunakan *nonprobability sampling* dengan teknik *total sampling* sebanyak 26 orang. Data dianalisis dengan teknik univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariat dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil: Terdapat perbedaan dari sebelum pemberian intervensi, sebagian besar mengalami *emesis gravidarum* sedang sebanyak 24 orang (92,3%) dan sesudah intervensi sebagian besar menurun menjadi *emesis gravidarum* ringan sebanyak 23 orang (88,5%).

Kesimpulan: Diperoleh hasil uji *wilcoxon* nilai-p=0,000 sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, yang menunjukkan adanya efektifitas pemberian pisang ambon terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur.

Kata kunci: pisang ambon, *emesis gravidarum*, ibu hamil.

ABSTRACT

The Effectiveness of Giving Ambon Banana on Reducing Gravidarum Emesis in the First Trimester of Pregnant Women at Pmb Warti Batakan

Intan Bangsawan¹, Heni Purwanti²

Institute of Health Technology and Science Wiyata Husada Samarinda.
Kadrie Oening Street No. 77, Samarinda, East Kalimantan
Email: bangsawan.intan@gmail.com



Abstract

Background: Emesis gravidarum results in weight loss, affecting electrolyte balance and changing the body's metabolism. If left untreated, it can progress to hyperemesis gravidarum. One non-pharmacological treatment option for emesis gravidarum is the Ambon banana, given to pregnant women with emesis gravidarum. The vitamin B6 concentration of Ambon bananas may help pregnant women experience less emesis of gravidarum. **Purpose:** This study aimed to determine the effectiveness of giving Ambon bananas to reduce emesis of gravidarum in first trimester pregnant women at PMB Warti Batakan. **Method:** The research design was a pre-experiment with a one-group pretest-posttest design approach. It used non-probability sampling with a total sampling technique of 26 people. Data were analyzed using the univariate technique with frequency distribution and bivariate with the Wilcoxon test. **Result:** There was a difference between before and after the intervention; most of those who experienced moderate emesis gravidarum had 24 people (92.3%), while most of those who experienced mild emesis gravidarum had 23 people (88.5%). **Conclusion:** The Wilcoxon test yields a p-value = 0.000, indicating H_a is accepted and H_o is rejected, indicating the effectiveness of giving Ambon bananas to pregnant women in the first trimester at PMB Warti Batakan, East Balikpapan.

Keywords: Ambon Banana, Emesis Gravidarum, Pregnant Women.

¹ Student of Midwifery Study Program of Institute of Health Technology and Science Wiyata Husada Samarinda

² Lecturer of Midwifery Study Program of Institute of Health Technology and Science Wiyata Husada Samarinda

LEJORDA PENGEMBANGAN MANASA INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN & SAINS WIYATA HUSADA SAMARINDA	
DATED	: 31/01/2022
COUNSELOR	: Lpb Mus Wls
SIGN	: 

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	v
KATA PENGANTAR	vi
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Penelitian Terkait	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Telaah Pustaka	7
1. Kehamilan	7
2. Emesis Gravidarum	10
3. Pisang Ambon	15
B. Kerangka Teori	22
C. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Rancangan Penelitian	25
B. Kerangka Konsep Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel	26
D. Waktu dan Tempat penelitian.....	26
E. Variabel Penelitian	26
F. Definisi Operasional	27
G. Instrumen Penelitian	28
H. Teknik Pengumpulan Data	28
I. Analisa Data	30
J. Etika Penelitian	31

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	32
A. Hasil Penelitian	32
B. Pembahasan	35
BAB V PENUTUP	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Nilai <i>Index of Nusea and Retching</i> (INVR).....	14
Tabel 2.2. Komposisi gizi 100g buah Pisang Ambon.....	17
Tabel 2.3 Komposisi yang terkandung dalam 100g buah Pisang Kepok.....	18
Tabel 3.1. Definisi Operasional	27
Tabel 4.1. Karakteristik Responden Di PMB Warti Batakan	32
Tabel 4.2. Analisa Skala <i>Emesis Gravidarum</i> Sebelum Pemberian Intervensi ..	33
Tabel 4.3. Analisa Skala <i>Emesis Gravidarum</i> Sesudah Pemberian Intervensi ...	33
Tabel 4.4. Uji Normalitas Data Variabel <i>Emesis Gravidarum</i>	34
Tabel 4.5. Analisa Perbedaan Skala <i>Emesis Gravidarum</i> Pretest Dan Posttest..	35



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Pisang Ambon15



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1. Kerangka Teori Penelitian	23
Bagan 3.1. Desain Penelitian	25
Bagan 3.2. Kerangka Konsep Penelitian.....	25



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Lembar Instrument Penelitian
- Lampiran 4 : Lembar Instrument INVR
- Lampiran 5 : Lembar Petunjuk Pengisian Instrumen INVR
- Lampiran 6 : Lembar Observasi
- Lampiran 7 : Lembar Kartu kontrol
- Lampiran 8 : Lembar SOP
- Lampiran 9 : Lembar Surat Studi Pendahuluan Kampus
- Lampiran 10 : Lembar Surat Izin Melakukan Penelitian di PMB Warti
- Lampiran 11 : Output SPSS
- Lampiran 12 : Dokumentasi
- Lampiran 14 : Lembar Bimbingan Proposal dan Skripsi
- Lampiran 14 : Master Tabel



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses yang alamiah dari seorang wanita, namun selama kunjungan antenatal sebagian ibu hamil akan mengeluh mengenai ketidak nyamanan selama kehamilan (Rohmah,2017) Salah satu ketidaknyamanan yang sering dikeluhkan oleh ibu hamil yaitu mual dan muntah pada trimester I kehamilan atau sering disebut dengan *emesis gravidarum*. Hampir 50-90% wanita hamil mengalami *emesis gravidarum* pada trimester pertama. *emesis gravidarum* sering kali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi diawal kehamilan tanpa mengikuti dampak hebat yang ditimbulkan pada wanita. Umumnya wanita hamil yang mengalami *emesis gravidarum* akan mengalami perubahan pada hormon progesteron dan esterogen yang ada dalam tubuh meningkat hal itulah yang menyebabkan *emesis gravidarum* di pagi hari pada kehamilan trimester pertama (Aritonang, 2018).

Emesis Gravidarum menyebabkan penurunan nafsu makan, sehingga terdapat perubahan keseimbangan elektrolit dengan kalium, kalsium dan natrium yang menyebabkan perubahan *metabolisme* pada tubuh. Perasaan mual dikarenakan meningkatnya kadar hormon esterogen dan HCG yang diproduksi oleh plasenta selama kehamilan. Apabila keadaan yang dialami ibu hamil bertambah berat menjadi *Hiperemesis Gravidarum* akibatnya tubuh ibu mengalami dehidrasi sehingga cairan tubuh berkurang dan darah menjadi kental. Hal ini mengakibatkan aliran darah yang membawa oksigen dan makanan ke jaringan ikut berkurang dan terjadinya gangguan pada kehamilan sehingga dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Sekitar 50-60% ibu hamil menderita *emesis gravidarum* dari 360 jumlah ibu hamil, 2% diantara ibu hamil mengalami *emesis gravidarum* di pagi hari dan sekitar 80% diantaranya mengalaminya sepanjang hari, keadaan ini bertahan hingga usia

kehamilan ibu 9 minggu. Namun demikian, sekitar 18% kasus *emesis gravidarum* akan berlanjut sampai kelahiran (Molisa, 2019).

Angka kejadian *hiperemesis gravidarum* di Indonesia tahun 2016 adalah 1,5-3% dari wanita hamil (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Berdasarkan survey demografi kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 bahwa Untuk prevalensi muntah dan tidak mau makan mencapai 3% dari jumlah ibu hamil, Berdasarkan Profil kesehatan Indonesia tahun 2017 terdapat ibu hamil berjumlah 5.324.107, Di Indonesia sebanyak 50% - 75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester pertama atau awal-awal kehamilan (Kemenkes RI, 2017).

Beberapa cara dapat dilakukan untuk mencegah dan menangani *emesis gravidarum*, termasuk dari segi farmakologi dan non farmakologi. Terapi ini dapat dilakukan dengan cara memberikan obat farmakologi, mulai dari pemberian vitamin B6 piridoksin, pemberian *antiemetik*, *antihistamin*, *antikolinergik* dan pemberian kortikosteroid, seperti antasid, ondansentron dan sejenisnya, sedangkan terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan cara melakukan diet, penggunaan akupresur dan akupuntur, konsumsi jahe, dukungan emosional, dan pemberian aromaterapi (Rohma et all, 2017).

Menurut penelitian Ratih, dkk (2017) Selain mengkonsumsi obat-obatan untuk mengatasi *emesis gravidarum*, para ibu bisa mencoba berbagai buah yang dianjurkan seperti buah pisang. Buah tersebut mudah dicari dan jarang tidak disukai oleh ibu hamil. Dalam pisang mengandung vitamin B6, dengan jumlah yang tepat vitamin B6 ini akan mengurangi *emesis gravidarum*. Kandungan B6 dalam pisang ambon bekerja mengubah protein dari makanan ke bentuk asam amino yang diserap dan dibutuhkan oleh tubuh, selain itu B6 juga mengubah karbohidrat menjadi energi yang dapat memenuhi nutrisi yang dibutuhkan ibu hamil trimester satu dalam pembentukan plasenta dan mengurangi *emesis gravidarum*. Dalam 100 gram atau 1 buah pisang ambon terdapat 0,5 mg vitamin B6. Hal ini membuktikan bahwa pisang ambon kaya akan kandungan vitamin B6. apabila dibandingkan dengan pisang kepok yang 100 gramnya mengandung 0,2 mg vitamin B6.

Berdasarkan studi pendahuluan di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur didapatkan data ANC pada Bulan Februari hingga Mei 2021 yaitu berjumlah 109 ibu hamil trimester I yang telah melakukan kunjungan ANC dan terdapat 26 orang ibu hamil trimester I yang mempunyai keluhan *emesis gravidarum*. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik meneliti “Efektifitas Pemberian Pisang Ambon Terhadap Pengurangan *Emesis Gravidarum* Ibu Hamil Trimester I di PMB Warti Batakan”.

B. Rumusan Masalah

Emesis Gravidarum menyebabkan penurunan nafsu makan, sehingga terdapat perubahan keseimbangan elektrolit dengan kalium, kalsium dan natrium yang menyebabkan perubahan metabolisme pada tubuh. Apabila tidak segera ditangani dapat menjadi *hiperemesis gravidarum* akibatnya tubuh ibu mengalami dehidrasi sehingga cairan tubuh berkurang dan darah menjadi kental. Hal ini mengakibatkan aliran darah yang membawa oksigen dan makanan ke jaringan ikut berkurang dan terjadinya gangguan pada kehamilan sehingga dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana efektifitas buah pisang ambon terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektifitas pemberian pisang ambon terhadap *emesis gravidarum* ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan buah pisang ambon.
- b. Mengidentifikasi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I sesudah diberikan buah pisang ambon.

- c. Menganalisis efektifitas pemberian pisang ambon terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Agar hasil penelitian ini dapat bermanfaat memberikan sumbangan pemikiran atau memperkaya konsep-konsep, teori-teori terhadap ilmu pengetahuan dari penelitian yang sesuai dengan bidang ilmu yang berkaitan dengan terapi nonfarmakologi pemberian pisang ambon untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai sumber informasi yang berkaitan dengan pengembangan pembelajaran kebidanan tentang terapi non farmakologi dengan pemberian pisang ambon untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

2. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu terapi alternatif non farmakologi yang bisa dilakukan di rumah sakit pada ibu hami partum yang mengalami *emesis gravidarum*.

3. Bagi Bidan di Paktik

Sebagai bahan masukan untuk melaksanakan praktik kebidanan berupa terapi pemberian pisang ambon untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi berupa data penelitian tentang efektifitas pemberian pisang ambol terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I untuk dilakukan penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Peneliti mengidentifikasi perbedaan penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ratna Dewi *et al.* (2020) dengan judul “efektivitas pemberian pisang kepok (*Musa paradisiaca formatipyca*) dan vitamin B6 dalam menurunkan intensitas emesis gravidarum pada ibu hamil” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pisang kepok (*Musa Paradisiaca formatypica*) dalam menurunkan intensitas mual muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja PKM ingin Jaya tahun 2019. Perbedaan dalam penelitian ini ialah jumlah dan teknik pengambilan sampel dalam penelitian dan tempat penelitian, sementara persamaan dalam penelitian ini ialah terapi yang menggunakan buah pisang dengan jenis yang berbeda
2. Penelitian yang dilakukan oleh Shanti *et al.* (2018) dengan judul “Efektivitas Pemberian Pisang Ambon dan Vitamin B untuk Menurunkan Hiperemesis Gravidarum di BPM Endah Bekti” perbedaan dalam penelitian ini ialah jumlah sampel dalam penelitian, tempat penelitian, dan uji statistik yang digunakan sementara persamaan dalam penelitian ini ialah terapi yang menggunakan buah pisang ambon.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Yufa Molisa *et al.* (2018) ”The Effect Of Giving Ambon Banana (*Musa Paradisiaca.L*) To Emesis Of Gravidarum In Pregnant Women At Sidomulyo Health Center Of Pekanbaru In 2019” perbedaan dalam penelitian ini ialah jumlah sampel dalam penelitian dan tempat penelitian, sementara persamaan dalam penelitian ini ialah terapi yang menggunakan buah pisang ambon.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Rohma *et al.* (2017) ”Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca.L*) Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Haml Trismester I ” perbedaan dalam penelitian ini ialah jumlah dan Teknik pengambilan sampel dalam penelitian dan skala pengukuran mual muntah yang digunakan, dan tempat penelitian, sementara persamaan dalam penelitian ini ialah terapi yang menggunakan buah pisang ambon.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Ratih *et al.* (2017) “Efektifitas Konsumsi Buah Pisang Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I di Kabupaten Kampar Tahun 2017” perbedaan dalam penelitian ini ialah jumlah sampel dalam penelitian dan uji statistik yang digunakan, dan tempat penelitian, sementara persamaan dalam penelitian ini ialah terapi yang menggunakan buah pisang dengan jenis yang berbeda.



BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis

1. Kehamilan

a. Pengertian

Kehamilan adalah masa dimana seorang wanita membawa embrio atau fetus didalam rahimnya. Kehamilan didefinisikan berbeda-beda oleh beberapa ahli, namun pada prinsipnya memiliki inti yang sama. Kehamilan sebagai suatu proses yang terjadi antara perpaduan sel sperma dan ovum sehingga terjadi konsepsi sampai lahirnya janin, lamanya hamil normal adalah 280 hari atau 40 minggu dihitung dari hari pertama haid terakhir (Wiknjosastro, 2010). Menurut BKKBN kehamilan adalah proses yang diawali dengan keluarnya sel matang pada saluran telur matang pada saluran telur yang kemudian bertemu dengan sperma, lalu keduanya menyatu membentuk sel yang akan tumbuh.

Kehamilan adalah suatu mata rantai yang berkesinambungan yang terdiri dari ovulasi (pematangan sel) lalu pertemuan ovum (sel telur) dan spermatozoa terjadilah pembuahan dan pertumbuhan zigot kemudian bernidasi pada uterus dan pembentukan plasenta dan tahap akhir adalah tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm (Manuaba,dkk., 2012)

Dapat disimpulkan bahwa berdasarkan definisi kehamilan adalah bertemunya sel sperma dan sel telur yang telah matang sehingga terjadilah nidasi dan tumbuh berkembang sampai aterm.

b. Tanda – tanda kehamilan

Secara klinis terbagi menjadi dua kategori yaitu sebagai berikut :

a. Tanda kehamilan tidak pasti

- a) Amenorrea, yaitu wanita yang terlambat mengalami haid dalam masa wanita tersebut masih mampu hamil.
- b) Mual dan muntah (*emesis gravidarum*), sering muncul pada pagi hari dan diperberat dengan makanan yang baunya menusuk.
- c) Mastodinia, yaitu rasa kencang dan sakit pada payudara yang disebabkan karena payudara membesar. Vaskularisasi bertambah, asinus dan duktus berproliferasi karena pengaruh progesterone dan esterogen.
- d) Quickening, yaitu persepsi gerakan janin pertama yang biasanya disadari oleh wanita pada kehamilan 18-20 minggu.
- e) Keluhan kencing (BAK), frekuensi kencing bertambah dan sering kencing malam disebabkan karena desakan uterus yang membesar dan tarikan oleh uterus ke kranial.
- f) Konstipasi, terjadi karena reflek relaksasi progesterone atau dapat juga karena perubahan pola makan.
- g) Perubahan berat badan, yang terjadi pada kehamilan 2-3 bulan sering terjadi penurunan berat badan karena nafsu makan menurun dan muntah – muntah.
- h) Perubahan temperature, kenaikan temperature basal lebih dari 3 minggu biasanya merupakan tanda-tanda terjadinya kehamilan.
- i) Perubahan warna kulit, yaitu warna kulit kehitam-hitaman pada dahi, punggung, hidung, dan kulit daerah tulang pipi.
- j) Perubahan payudara, akibat stimulasi prolaktin, payudara mensekresi kolostrum biasanya setelah kehamilan enam minggu
- k) Pembesaran perut, menjadi nyata setelah minggu ke enam belas karena pada saat ini uterus telah keluar dari rongga pelvis dan menjadi organ rongga perut.

- l) Kontraksi uterus, tanda ini muncul belakangan dan pasien mengeluh perutnya kencang, tetapi tidak disertai rasa sakit.
 - m) Balotemen, yaitu tanda adanya benda terapung melayang dalam cairan.
- b. Tanda pasti kehamilan.
- a. Denyut jantung janin (DJJ) dapat didengarkan dengan stetoskop laenec dan stetoskop ultrasonic (dopleer).
 - b. Palpasi, terlihat dan teraba gerakan janin, teraba bagian – bagian janin.
 - c. Rontgenografi, sehingga dapat terlihat gambaran tulang-tulang janin.
 - d. Ultrasonografi (USG)
 - e. Test laboratorium, yaitu tes inhibisi koagulasi yang bertujuan untuk mendeteksi adanya HCG dalam urine (Siswosudarmo, 2012).

Selain itu ada juga teori lain, tanda-tanda kehamilan terbagi menjadi tiga yaitu :

- a) Tanda dugaan hamil
- b) Tanda Kemungkinan hamil
- c) Tanda Pasti kehamilan

Terjadinya pembesaran rahim dan perut, terdapat kontraksi rahim saat diraba, ada tanda hegar, chadwick, dan reaksi kehamilan positif merupakan tanda kemungkinan hamil.

a) **Klasifikasi Masa kehamilan**

Kehamilan diklasifikasikan dalam tiga trimester,yaitu :

- 1) Trimester ke satu, dimulai dari konsepsi sampai tiga bulan (0-12 minggu).
- 2) Trimester ke dua dari bulan ke empat sampai enam bulan (13-27 minggu).
- 3) Trimester ketiga dari bulan ketujuh sampai sembilan bulan (28-40 minggu).(Prawirohardjo,2011)

2. Emesis Gravidarum

a. Pengertian

Banyak pengertian dari *emesis gravidarum* disebut juga *morning sickness* atau sakit pagi atau gejala muntah yang biasanya terjadi pada pagi hari saat bangun tidur dan terjadi pada awal kehamilan (Mellyna, 2011). Mual (*nausea*) dan muntah (*morning sickness*) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester I, mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul pada malam hari dan setiap saat. Gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (Prawirohardjo, 2011).

Emesis gravidarum adalah keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan muda, dimana terjadinya kehamilan menimbulkan pengaruh hormonal kepada wanita karena terdapat peningkatan hormon estrogen, progesteron, dan dikeluarkannya hormon *chorionic gonadotropin plasenta* (HCG), hormon-hormon inilah yang diduga menyebabkan emesis gravidarum (Manuaba, 2012).

Emesis gravidarum merupakan gejala mual ataupun muntah yang biasanya dirasakan wanita hamil pada saat usia kehamilan muda dan dapat terjadi 50% pada umur kehamilan 6-12 minggu. Penyebab mual dan muntah ini bermacam-macam antara lain karena adanya perubahan hormon dalam tubuh, psikologis sampai ke gaya hidup. Pola makan yang buruk sebelum maupun pada minggu-minggu awal kehamilan, kurang tidur atau kurang istirahat dan stress dapat memperberat rasa mual dan muntah.

Penyebab *emesis gravidarum* secara pasti belum diketahui, tetapi menurut beberapa ahli diantaranya Jiminez bahwa penyebab mual muntah dipagi hari adalah emosi, perubahan hormon yang meningkatkan keasaman lambung dan rendahnya gula. Sedangkan menurut Guyton mual disebabkan oleh impuls iritasi yang datang dari traktus gastrointestinal, impuls dan korteks serebri untuk memulai muntah, muntah sendiri disebabkan karena rangsangan yang kuat

sebagai akibat dari distensi yang berlebihan atau iritasi duodenum (Hupitoyo, 2014).

Berdasarkan teori diatas HCG merupakan emetogenic yang paling memenuhi sebagai penyebab emesis gravidarum karena terjadinya pada trimester I kehamilan. Dalam hal ini HCG akan direspon secara individual sebagai self antigen yang memberi sinyal kimia pada CTZ dengan reaksi mual muntah. Ini konsisten dengan masa plasentasi yaitu selama kurang lebih 90 hari, setelah masa ini chorion akan menjadi plasenta dan kadar HCG menurun mual muntah pun mereda atau menghilang (Hupitoyo, 2014).

Adapun tingkatan mual muntah adalah :

1) grade pertama

Mual dapat dijelaskan sebagai perasaan yang sangat tidak enak dibelakan tenggorokan dan epigastrium sering menyebabkan muntah. Terdapat berbagai aktivitas saluran cerna yang berkaitan dengan mual seperti meningkatnya saliva, menurunnya tonus lambung dan peristaltik.

2) grade kedua

Retching merupakan suatu usaha involunter untuk muntah, sering kali menyertai mual dan terjadi sebelum muntah, terdiri atas gerakan pernafasan spasmodik melawan glotis dan gerakan inspirasi dinding dada dan diafragma.

3) grade ketiga

Muntah merupakan suatu refleks yang menyebabkan dorongan ekspirasi isi lambung dan usus ke mulut. Pusat muntah menerima masukan dari korteks serebal, organ vestibular, daerah pemicu kemoreseptor (Anggi, 2012).

b. Tanda dan gejala yang sering dijumpai

- 1) Mual dan sampai muntah yang terjadi dalam 12 minggu pertama kehamilan, biasanya menghilang pada akhir waktu tersebut, tapi kadang muncul kembali menjelang akhir kehamilan.
- 2) Mual dan muntah yang terjadi kira-kira mulai 12 minggu sesudah haid tidak datang dan berlangsung kira-kira selama 6 minggu, sesudah 12 minggu biasanya menghilang.
- 3) Mual dan muntah yang terjadi pada trimester pertama kehamilan dan akan berakhir pada awal trimester kedua kehamilan
- 4) Perasaan mual kadang disertai muntah di pagi hari biasanya dirasakan hanya dipagi hari, namun tidak jarang yang harus mengalaminya seharian penuh dan nyaris tidak dapat melakukan aktivitas apapun (Maramis, 2010).

c. Penyebab

- 1) Penyebab tidak diketahui, tetapi di duga disebabkan oleh peningkatan hormon yang diproduksi selama hamil.
- 2) Penyebab hampir dapat dipastikan karena kepekaan terhadap hormon kehamilan. Tetapi akan berlebihan jika calon ibu terlalu cemas atau mengalami tekanan emosional. Mual dipagi hari lebih umum daripada disat yang lain, karena perut mengandung kumpulan asam gastrik yang diendapkan selama semalaman.
- 3) Penyebabnya adalah perubahan hormon yang akan mengakibatkan pengeluaran asam lambung yang berlebihan dipagi hari.
- 4) Perasaan mual dan muntah pada ibu hamil disebabkan karena selama hamil muda pergerakan usus menjadi lambat karena pengaruh hormon hipofise
- 5) Penyebab yang pasti masih belum diketahui di duga karena pengaruh perubahan psikologis dan adanya perubahan hormonal selama kehamilan (Sururinah, 2010).

d. Komplikasi

Sekitar 2-5% keadaan *emesis gravidarum* semakin begitu menghebatnya sehingga memerlukan rawat inap dirumah sakit. Salah satu komplikasi yang paling sering dialami adalah *hiperemesis graviarum*, karena apabila frekuensi *emesis gravidarum* yang terus menerus dapat menyebabkan dehidrasi atau disebut juga kekurangan cairan, andaikata dehidrasi tidak segera diganti dengan cairan yang cukup maka sudah dapat dipastikan akan mempengaruhi janin yang ada dalam kandungan. (Rukiyah, 2010)

e. Cara mengatasi

- 1) Makan sering dalam porsi kecil
- 2) Menghindari makanan berbau tajam, terlalu asin atau makanan berbumbu. Beberapa ibu hamil bahkan tidak bisa makan daging, telur atau susu
- 3) Mencoba mengemil crackers setelah bangun pagi
- 4) Makan-makanan yang mengandung karbohidrat tinggi
- 5) Minum Jus manis atau flat soda dipagi hari
- 6) Mencoba akupunktur atau aroma terapi meringankan mual
- 7) Tidak merokok atau mengkonsumsi alkohol
- 8) Minum Pepermint tea
- 9) Mencoba minuman seperti jahe dan madu
- 10) Mendapat dukungan dari pasangan dan mengurangi stress.

b) Pengobatan

Tindakan medik biasanya diberikan obat anti muntah golongan metoclorpamide, anti histamin namun bila diberikan terus menerus selain tidak menyenangkan bagi penderita juga tidak efektif. Secara non farmakologi bisa dengan pengaturan diet, dukungan emosional, akupunktur, aromaterapi, terapi musik (Tiran, 2012 dan Suririnah, 2010).

c) Instrumen pengukuran mual muntah

Menurut Rhodes dan MCDaniel (2011), ada beberapa instrument yang digunakan untuk mengukur mual dan muntah. Salah satu Instrument tersebut *Index of Nausea Vomiting and Retching (INVR)* yang telah teruji validitas dan realibilitasnya dan masing - masing instrument tersebut memiliki kekurangan dan kelebihan masing - masing. Instrument tersebut umumnya digunakan untuk mengukur mual muntah pada dewasa.

Untuk mengukur *emesis gravidarum* pada penelitian ini, Instrument *Index of Nausea Vomiting and Retching (INVR)* ini terdiri dari 8 pertanyaan tentang mual dan muntah yang berkisar dari 0-32 dimana kuesioner ini akan diisi oleh responden dengan 5 skala likert yaitu 0-4 intensitas mual muntah berdasarkan rentang skor 0-32. Dimana 0 merupakan skor terendah dan 32 merupakan skor tertinggi.

Tabel 2.1

Nilai *Index of Nausea Vomiting and Retching (INVR)*

No	Nilai	Kriteria
1	0	Tidak mengalami mual muntah
2	1 - 8	Mengalami mual muntah ringan
3	9 - 16	Mengalami mual muntah sedang
4	17 - 24	Mengalami mual muntah berat
5	25 - 32	Mengalami mual muntah parah

Sumber : Rhodes dan MCDaniel (2011),

3. Pisang Ambon



2.1 Gambar Pisang Ambon

a. Pengertian

Pisang ambon merupakan penganan yang dapat dikonsumsi pada semua umur tanpa memiliki efek samping, selain mudah didapatkan dan harga relatif murah dibanding buah lainnya. Pisang ambon mudah ditemukan di daerah tropis. Pisang ini memiliki laju pertumbuhannya yang sangat cepat dan terus – menerus sehingga menghasilkan jumlah pisang yang banyak. Satu pohon dapat menghasilkan 7 – 10 sisir dengan jumlah buah 100 -150.8,9. Klasifikasi tanaman ini adalah sebagai berikut.

Kingdom : *Plantae*

Classis : *Liliopsida*

Ordo : *Zingiberales*

Familia : *Musaceae*

Genus : *Musa L*

Species : *Musa x paradisiaca L.*

Varietas : *Musa x paradisiaca L. var. sapientum (L.) Kuntze.10*

Pisang Ambon (pisang hijau) merupakan tumbuhan terna raksasa berdaun besar memanjang dari suku Musaceae. Pisang ambon merupakan buah yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat karena mengandung senyawa yang disebut asam lemak rantai pendek, yang memelihara lapisan sel jaringan dari usus kecil dan meningkatkan kemampuan tubuh untuk menyerab nutrisi.

Menurut penelitian yang telah dilakukan buah pisang ambon matang sangat efektif dalam mengurangi keparahan klinis dari penyakit diare dan banyak mengandung vitamin, mineral, protein dan karbohidrat yang baik untuk dikonsumsi tubuh (Elly dan Sarinah Amrullah, 2015)

b. Kandungan Buah Pisang

Pisang ambon memiliki kandungan nutrisi yang lebih tinggi dibandingkan dengan beberapa jenis buah lainnya. Pisang ini juga digunakan masyarakat untuk pengobatan secara empiris yaitu sebagai pengobatan emesis gravidarum. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Imtihanul Munjiah tahun 2015 menyatakan bahwa terdapat buah yang banyak memiliki kandungan B6, buah yang dimaksud adalah buah pisang ambon (*Musa Paradisiaca.L*). Buah pisang khususnya pisang ambon adalah buah dengan gizi tertinggi (Suyanti & Supriyadi, 2018).

Cara mengkonsumsi pisang ambon ini adalah hanya dengan mengkonsumsinya keadaan matang dan tanpa diolah terlebih dahulu. Pisang ambon dikonsumsi dengan dosis 250 gram. Dosis ini didapatkan berdasarkan jumlah kebutuhan B6 untuk ibu hamil di bagikan kandungan B6 yang ada dalam pisang ambon (Suyanti & Supriyadi, 2018). Pisang banyak mengandung asam folat atau vitamin B6 yang larut dalam air, yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan hemoglobin dalam sel darah merah. Pisang yang diperkaya vitamin B6 dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Selain itu, pisang juga mengandung 467 mg kalium, dan ibu hamil perlu 2000 mg kalium setiap harinya (Suyanti & Supriyadi, 2018).

Pisang ambon mempunyai kandungan Vitamin B6 yaitu 0,5 mg per 100 gram, dengan mengkonsumsi 200 gram pisang ambon dalam waktu 7 hari terbukti mampu mengurangi emesis gravidarum (Ratih, 2017). Buah pisang khususnya pisang ambon adalah buah dengan gizi tertinggi (Suyandi, 2009). Pisang terdapat energi yang tinggi dan dapat dicerna dengan mudah (Ramayulis, 2013). Pisang ambon mengubah

protein dari makanan ke bentuk asam amino yang diserap dan dibutuhkan oleh tubuh. Selain itu, pirikdaksin juga mengubah karbohidrat menjadi energi (Neibyl, 2010).

Tabel 2.2

Komposisi gizi yang terkandung dalam 100g buah Pisang Ambon

Kandunngan gizi	Jumlah
Kalori	116 kal
Protein	1.60 g
Lemak	0.20 g
Karbohidrat	25.80 g
Kalsium (Ca)	8.00 mg
Fosfor (P)	32.00 mg
Zat besi (Fe)	0.50 mg
Vitamin A	146.00 S.I
Vitamin B1	0.08 mg
Vitamin C	72.0 mg
Air	72.90 g
B6	0,5 mg

Sumber : Elly dan Sarinah Amrullah, 2015

Buah pisang yang lezat rasanya itu ternyata menyimpan banyak sekali manfaat untuk kesehatan. Secara umum, kandungan gizi yang terdapat dalam setiap buah pisang matang adalah 99 kalori, protein 1,2 gram, lemak 0,2 gram, karbohidrat 25,8 mg, serat 0,7 gram, kalsium 8 mg, fosfor 28 mg, besi 0,5 mg, vitamin A 44 RE, vitamin B 0,08 mg, vitamin C 3 mg dan air 72 gram. Jadi bisa Anda bayangkan betapa besar manfaat yang bisa Anda dapatkan dengan mengonsumsi pisang setiap harinya. (Elly dan Sarinah Amrullah, 2015)

Kandungan buah pisang sangat banyak, terdiri dari mineral, vitamin, karbohidrat, serat, protein, lemak, dan lain-lain, sehingga apabila orang hanya mengonsumsi buah pisang, sudah tercukupi secara minimal gizinya. Selain pisang ambon, berbagai jenis pisang juga

mengandung banyak multivitamin namun peneliti menggunakan pisang ambon karena jumlah kandungan vitamin B6 yang jauh lebih banyak, seperti pada tabel 2.3 yang menerangkan kandungan pisang kepok yang juga kaya akan multivitamin, namun untuk jumlah per 100 gram pisang kepok hanya mengandung 0,3 gram vitamin B6. Berbagai jurnal ilmiah juga banyak yang membahas bahwa pisang kapok dapat menurunkan emesis gravidarum namun dosis pembeianya berbeda dengan dosis pemberian pisang ambon. Menurut Rekomendasi dari Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia, kebutuhan Vitamin B6 untuk ibu hamil trimester satu adalah lebih dari 0,6 mg.

Tabel 2.3
Komposisi gizi yang terkandung dalam 100g buah Pisang Kepok

Kandungan gizi	Jumlah
Kalori	90 kal
Protein	1.09 g
Lemak	0.33 g
Karbohidrat	22.84 g
Kalsium (Ca)	8.7 mg
Fosfor (P)	22.00 mg
Zat besi (Fe)	0.50 mg
Seng	0,15 mg
Vitamin B1	0.03 mg
Vitamin C	0.26 mg
Gula	12.23 g
B6	0,3 mg

Sumber : Suyanti dan Supriyadi, 2008

Pisang yang sudah matang, yang kulitnya hijau kekuning-kuningan dengan bercak coklat atau kuning, sebab ini akan mudah dicerna, dan gula buah diubah menjadi glukosa alami secara cepat

diabsorpsi ke dalam peredaran darah, pisang yang mentah akan sulit dicerna. Lebih rincinya pisang merupakan buah yang sarat gizi, hampir tidak mengandung lemak dan mudah dicerna. Karbohidrat didalam pisang sekitar 23-35%, lemak 0.2% dan seperti bahan nabati lainnya, pisang bebas kolesterol. Sebanyak 100 gram pisang akan memberikan kalori sebesar 120 kalori. Buah ini juga kaya kalium dan mengandung magnesium, selenium, besi dan vitamin-vitamin serta bebas natrium. Pisang kaya dengan vitamin B-6 yang dibutuhkan untuk kesehatan mental seseorang. Kekurangan vitamin B-6 ini dapat menyebabkan seseorang mudah lelah dan marah serta susah tidur. Mengonsumsi satu setengah buah pisang setiap hari akan mencukupi kebutuhan tubuh terhadap vitamin B-6 ini. Menyantap makanan kaya kalium dan vitamin B-6, khususnya pisang segar (bukan pisang rebus atau pisang goreng) juga dapat mengurangi rasa nyeri, ngilu dan sakit pada persendian.

Mengonsumsi pisang 3 sampai 4 kali sehari bahkan dipercaya dapat membantu mengurangi gejala radang sendi (*arthritis*). Pisang merupakan makanan kaya kalium, satu buah pisang berukuran sedang mengandung 467 mg kalium, yang memberikan 13% kebutuhan kalium harian. Data penelitian menunjukkan bahwa pengambilan kalium oleh tubuh berhubungan dengan efek penurunan tekanan darah. Pada tahun 2001, FDA (Food and Drug Administration; semacam Badan POM di USA), menyetujui bahwa makanan yang merupakan sumber kalium dan rendah natrium dapat mengurangi resiko terjadinya peningkatan tekanan darah dan stroke. Didalam New England Journal of Medicine bahkan disebutkan, bahwa mengkonsumsi satu buah pisang sehari dapat menurunkan resiko stroke sampai 40%. Gula buah yang terkandung didalamnya (yang tergolong karbohidrat sederhana), akan mudah dicerna dan masuk ke aliran darah sehingga menghasilkan energi instan.

Selain itu, dengan pasokan kalium dari pisang, jaringan otot akan bertenaga kembali selama beberapa saat sebelum tubuh mendapatkan pasokan energi darurat dari makanan utama. Karena hal ini

pula, tidak heran jika para atlet terutama atlet tennis seringkali mengonsumsi pisang sebelum dan pada saat bertanding untuk pengusir lelah dan pemberi tenaga.

Didalam *The Food Pharmacy* oleh Jean Carper, pisang bahkan disebut sebagai makanan mujarab bagi penderita penyakit maag. Sifat spasmolitik pisang, yang menurunkan kerja lambung dan mengurangi sekresi enzim serta asam lambung, turut berperan dalam menghasilkan khasiat ini. Kandungan pektin yang tinggi didalam pisang juga dapat melindungi selaput lendir lambung terhadap pengaruh asam lambung dan enzim (pepsin). Pisang juga kaya serat makanan atau karbohidrat kompleks. Konsumsi serat makanan akan membantu memperlancar buang air besar dan sangat baik untuk mencegah kanker usus besar.

c. Manfaat Buah Pisang Bagi Kesehatan

1) Sumber Kekuatan Tenaga

Buah pisang dengan mudah dapat dicerna, gula yang terdapat di buah tersebut diubah menjadi sumber tenaga yang bagus secara cepat, dan itu bagus dalam pembentukan tubuh, untuk kerja otot, dan sangat bagus untuk menghilangkan rasa lelah.

2) Manfaat bagi Perkembangan Janin

Pisang juga disarankan untuk dikonsumsi para wanita hamil karena mengandung asam folat yang mudah diserap janin melalui rahim. Tetapi atur konsumsi Anda karena dalam satu buah pisang mengandung sekitar 85-100 kalori yang terlalu besar untuk pertumbuhan bayi.

3) Manfaat bagi Penyakit Usus dan Perut

Diverticulitis, penyakit ini terjadi karena adanya radang pada kantong kecil dalam dinding usus. Kantong-kantong tersebut berisi material fecal yang menyebabkan rasa sakit pada dinding usus. Pisang yang dicampur dengan susu cair atau dimasukkan dalam segelas susu cair, dapat dihidangkan sebagai obat untuk penyakit usus. Karena pisang

mengandung serat, lemak, dan minyak sehingga pisang dapat melindungi dinding usus.

Selain itu, cara seperti ini juga direkomendasikan untuk pasien sakit perut dan cholik guna menetralkan keasaman lambung. Radang lambung, penyakit ini terjadi ketika jaringan mucosal pada perut terasa perih dan sakit, kita akan mengalami kesulitan pada waktu mencerna makanan, bahkan merasakan sakit yang luar biasa. Juice pisang akan melapisi, menyejukkan, dan menyembuhkan peradangan serius seperti halnya bahan-bahan antacid.

4) Manfaat bagi Luka Bakar

Tidak hanya buahnya saja yang bermanfaat, tetapi daun pisang pun dapat digunakan untuk pengobatan kulit yang terbakar dengan cara dioles karena campuran abu daun pisang ditambah minyak kelapa mempunyai pengaruh yang dapat mendinginkan kulit dan menyembuhkan luka bakar.

5) Manfaat bagi Diabetes

Masyarakat Gorontalo di Sulawesi Utara menganggap jenis pisang goroho atau pisang khas daerah setempat, merupakan makanan tambahan atau pokok bagi orang yang menderita penyakit gula atau diabetes melitus. Caranya, buah pisang goroho yang belum matang dikukus kemudian dicampur dengan kelapa parut muda.

6) Manfaat bagi ibu hamil

Pisang ambon memiliki beberapa keistimewaan salah satunya obat terbaik bagi ibu hamil sebagai makanan alternatif pada awal kehamilan, mengurangi *emesis gravidarum* meningkatkan daya tahan tubuh dan jaringan saraf. Selain harganya murah pisang rasanya manis, sifatnya dingin dan astrigen (Sulistyoningsih, 2012). Pisang ambon berperan dalam meringankan *emesis gravidarum*, membantu pertumbuhan sistem saraf janin, membantu meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah anemia, membantu pertumbuhan sistem rangka janin, mengurangi resiko kelahiran prematur, cacat dan lainnya (Murtie, 2015).

7) Manfaat bagi Penderita Anemia

Dua buah pisang yang dimakan oleh pasien anemia setiap hari sudah cukup, karena mengandung Fe (zat besi) tinggi. Pisang ini diperkaya zat besi yang efektif untuk mengendalikan kekurangan zat besi dan hampir seluruhnya dapat di serap tubuh. Pisang ambon juga mengandung vitamin c yang dapat membatu meningkatkan absorpsi besi. Vitamin C meningkatkan absorpsi karena mereduksi besi dalam bentuk ferri menjadi ferro. Vitamin C meningkatkan absorpsi besi dari makanan melalui pembentukan kompleks ferro askorbat. Kombinasi 200mg asam askorbat dengan garam besi dapat meningkatkan penyerapan besi sebesar 25% – 50% (Nurul, 2016).

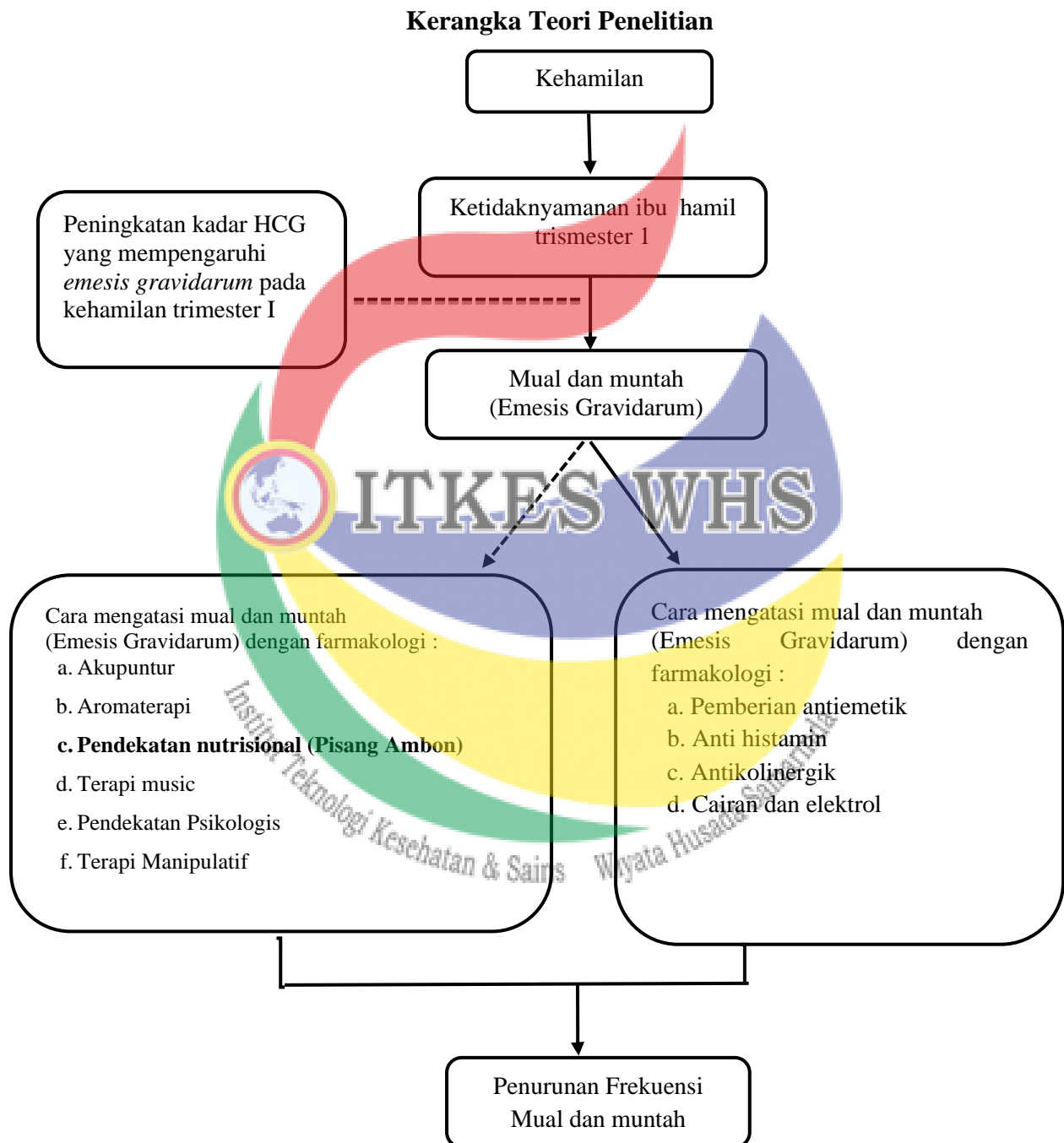
sebelumnya di Amerika Serikat yang menyatakan bahwa buah pisang mengandung zat besi yang akan menstimulus produksi hemoglobin dalam darah dan juga membantu mencegah anemia. Vitamin c yang terkandung dalam pisang juga bagus untuk kesehatan untuk membantu membangun kembali sistem kekebalan tubuh. Pisang juga makanan yang relatif mudah dicerna dibandingkan makanan yang lain sehingga mempermudah seseorang dengan sistem kekebalan tubuh yang rendah. Vitamin C juga meningkatkan penyerapan besi dan meningkatkan pembentukan darah, dua manfaat kesehatan ini membuat pisang berguna untuk tambahan dalam menu makanan mereka dalam menanggulangi anemia (Anhwange, 2008).

8) Manfaat pisang untuk Mengatur Bobot Badan

Pisang juga mempunyai peranan dalam penurunan berat badan seperti juga untuk menaikkan berat badan. Telah terbukti seseorang kehilangan berat badan dengan berdiet 4 (empat) buah pisang dan 4 (empat) gelas susu non fat atau susu cair per hari sedikitnya 3 hari dalam seminggu, jumlah kalori hanya 1250 dan menu tersebut cukup menyehatkan. Selain itu, diet tersebut membuat kulit wajah tidak berminyak dan bersih. Pada sisi yang lain, mengonsumsi satu gelas banana milk-shake dicampur madu, buah-buahan, kacang, dan mangga sesudah makan, akan menaikkan berat badan.

B. Kerangka Teori Penelitian

Kerangka teori penelitian pada dasarnya merupakan uraian kajian yang disusun tentang pemikiran dan temuan-temuan yang mendasari penelitian (Notoadmojo, 2012). Berdasarkan teori diatas, maka penulis membuat kerangka teori sebagai berikut :



Sumber : Sururinah (2010),Tiran, 2012, Devi (2017)

C. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari pertanyaan penelitian (Notoatmodjo, 2018). Berdasarkan kerangka konsep diatas dirumuskan hipotesis dalam penelitian ini adalah :

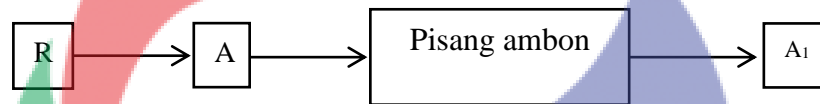
Ha : Ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur Tahun 2021.



BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian adalah model atau metode yang digunakan peneliti untuk melakukan suatu penelitian yang memberikan arah terhadap jalannya penelitian (Dharma, 2011). Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre eksperiment* berbentuk desain *onegroup pretest and posttest* yaitu menilai efektifitas pemberian pisang ambon terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan. Desain *pre eksperiment* dapat digambarkan pada bagan berikut:



Bagan 3.1. Desain *pre eksperiment*

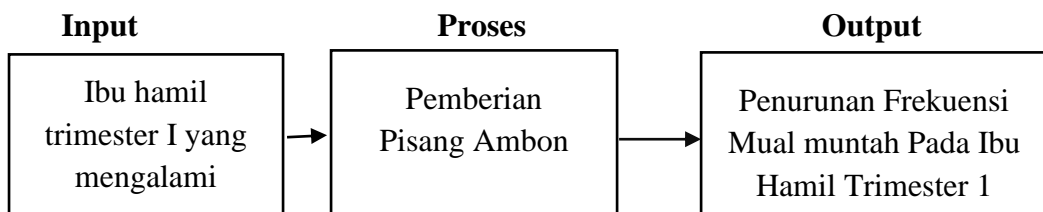
Keterangan:

R : Responden

A : Frekuensi *emesis gravidarum* sebelum pemberian pisang ambon

A1 : Frekuensi *emesis gravidarum* sesudah pemberian pisang ambon setelah 7 hari

B. Kerangka Konsep Penelitian



Bagan 3.2. Kerangka Konsep Penelitian

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi yaitu wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari (Dahlan, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan yang terdata periode Februari sampai Mei sebanyak 109 orang dengan ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum sebanyak 26 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Nursalam, 2008). Peneliti menetapkan metode pengambilan sampel dengan menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *total sampling* yaitu pengambilan sampel sesuai dengan jumlah populasi, sehingga jumlah sampel penelitian ini sebanyak 26 orang.

D. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan pada bulan September-November 2021 yang bertempat di PMB Warti Batakan.

E. Variabel Penelitian

Variabel bebas (*independent variable*) yaitu karakteristik dari subjek yang dengan keberadaannya menyebabkan perubahan pada variabel lainnya. Maka variabel bebas penelitian ini adalah pisang ambon.

Variabel terikat (*dependent variable*) adalah variabel yang akan berubah akibat pengaruh atau perubahan yang terjadi pada variabel independent. Variabel terikat penelitian ini yaitu emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

F. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Independen Pemberian pisang ambon	Pemberian terapi komplementer kepada ibu hamil trimester I yang mengalami <i>emesis gravidarum</i> melalui pisang ambon sebanyak 2 kali dalam sehari selama 7 hari	Standar Operasional Prosedur (SOP) Pemberian pisang ambon	-	-
Dependen Emesis Gravidarum	Pengukuran skor mual muntah responden dengan menggunakan skoring instrumen INVR	Instrumen INVR dan lembar observasi <i>emesis gravidarum</i>	1 : Tidak mengalami mual muntah (0) 2 : Mengalami mual muntah ringan (1-8) 3 : Mengalami mual muntah sedang (9-16) 4 : Mengalami mual muntah berat (17-24) 5 : Mengalami mual muntah parah (25-32)	Ordinal

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini terdiri dari 3 (tiga) instrumen yaitu data karakteristik responden diisi oleh peneliti berupa inisial nama responden, nomor responden, pertanyaan tentang umur, pendidikan, pekerjaan dan frekuensi kehamilan. Instrumen kedua yaitu lembar observasi pengukuran emesis gravidarum yang diisi oleh peneliti berupa nomor responden, tanggal, kolom skor INVR sebelum diberikan pisang ambon, kolom hasil pengukuran skor INVR sesudah diberikan pisang ambon dan keterangan. Instrumen ketiga adalah lembar observasi. *Index Nausea, Vomiting and Retching* (INVR) merupakan kuesioner baku yang banyak digunakan dalam penelitian berhubungan dengan mual muntah sehingga peneliti tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas kembali. INVR memiliki 8 item pertanyaan, rentang skor berkisar dari 0-32. Dimana 0: tidak mual muntah, 1-8: mual muntah ringan, 9-16: mual muntah sedang, 17-24: mualmuntah berat, 25-32: mual muntah buruk (Rhodes & Mc Daniel, 2011)

H. Teknik Pengumpulan Data

1. Tahap Persiapan

- a. Mengurus surat izin penelitian pada Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada Samarinda.
- b. Melakukan studi pendahuluan di Praktik Mandiri Bidan Warti Batakan.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Peneliti melakukan pengumpulan data ibu hamil trimester 1 di Praktik Mandiri Bidan Warti Batakan sebagai calon responden yang memenuhi kriteria inklusi penelitian yaitu ibu hamil trimester satu yang mengalami *emesis gravidarum* dan tidak memiliki riwayat penyakit.
- b. Peneliti memilih sampel ketika calon responden berkunjung dan menjelaskan maksud serta tujuan.

- c. Selanjutnya peneliti memberikan *informed consent* penelitian dan diminta menandatangani lembar persetujuan menjadi responden.
- d. Selanjutnya peneliti mengisi data karakteristik responden dengan menanyakan data tersebut langsung kepada responden.
- e. Kemudian peneliti menjelaskan alur penelitian dan membuat kontrak waktu yaitu pemberian pisang ambon dengan responden, serta melakukan pre test lembar INVR .
- f. Untuk pemberian pisang ambon ke responden, peneliti akan dibantu oleh rekan bidan yang pisangnya disediakan oleh peneliti.
- g. Peneliti mencatat hasil pengukuran skor INVR pada lembar observasi untuk dinilai pengaruh dari pisang ambon pada hari ke delapan untuk post testnya.
- h. Setelah proses penelitian selesai dilakukan pada semua responden, peneliti selanjutnya mengumpulkan lembar observasi tersebut.

3. Tahap Akhir

Data yang telah terkumpul kemudian diolah dan dianalisis menggunakan software statistik SPSS versi 25 melalui beberapa tahap yaitu:

1. *Editing*

Peneliti melakukan pengecekan kelengkapan data diantaranya kelengkapan identitas pengisian yang terdiri dari umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan pengalaman operasi, kelengkapan lembar kuesioner dan kelengkapan isian sehingga apabila terdapat ketidak sesuaian dapat dilengkapi dengan segera.

2. *Coding*

Coding merupakan suatu metode untuk mengkonversikan data yang dikumpulkan selama penelitian kedalam simbol yang cocok untuk keperluan analisis terhadap pertanyaan dan jawaban yang dianjurkan. Sehingga dalam pengolahan data ini peneliti melakukan pemberian kode untuk memudahkan pengolahan data. Berikut kode koding penelitian ini :

- 1 : Tidak mengalami mual muntah (dengan skor 0)
- 2 : Mengalami mual muntah ringan (dengan skor 1-8)
- 3 : Mengalami mual muntah sedang (dengan skor 9-16)
- 4 : Mengalami mual muntah berat (dengan skor 17-24)
- 5 : Mengalami mual muntah parah (dengan skor 25-32)

3. *Processing / Entry*

Setelah semua isian kuesioner terisi penuh dan sudah dilakukan pengkodean, maka langkah pengolahan selanjutnya adalah memproses data agar dapat dianalisis. Pemrosesan data dilakukan dengan cara meng-Entry data dari tabel data ke paket program computer yaitu SPSS ver 25 dan dianalisis sesuai dengan teknik analisa data.

4. *Tabulating*

Setelah entry data kemudian data tersebut ditabulasikan, sehingga diperoleh frekuensi dari variable yaitu karakteristik responden terdiri dari umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan pengalaman.

I. **Analisis Data**

Analisis data merupakan suatu cara yang dilakukan untuk mendeskripsikan dan menginterpretasikan data yang telah diolah baik pengolahannya secara manual maupun menggunakan bantuan komputer sehingga memperoleh kesimpulan secara umum dari penelitian (Notoatmodjo, 2012). Analisis penelitian ini dilakukan dengan cara:

1. **Analisis Univariat**

Tujuan analisis ini adalah untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Hasil dianalisis secara deskriptif untuk masing-masing jenis skala data variabel. Untuk variabel *emesis gravidarum* dengan skala data kategorik (ordinal) maka analisa univariat berupa distribusi frekuensi dan presentase

2. **Analisis Bivariat**

Sebelum uji bivariat dilakukan, peneliti akan melakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji *saphiro wilk* (jumlah sampel

kurang dari 50) dengan keputusan uji apabila nilai $p > \alpha(0,05)$ disimpulkan data berdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan adalah uji *paired t-test* untuk perbedaan emesis gravidarum pretest dan posttest (Dahlan, 2017). Apabila data berdistribusi tidak normal, akan digunakan uji pengganti yaitu uji *wilcoxon*. Selanjutnya bandingkan p-value dengan nilai α (0,05), dengan keputusan uji sebagai berikut:

- a. Jika nilai $p \leq \alpha$ (0,05) maka H_a diterima, yang berarti ada efektifitas pemberian pisang ambon terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Praktik Mandiri Bidan Warti Batakan.
- b. Jika nilai $p > \alpha$ (0,05) maka H_a ditolak berarti tidak ada efektifitas pemberian pisang ambon terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Praktik Mandiri Bidan Warti Batakan.

J. Etika Penelitian

Penelitian menggunakan prinsip memperhitungkan manfaat dan kerugian yang di timbulkan (*balancing harm and benefist*) yaitu yang selalu mempertimbangkan manfaat yang sebesar-besarnya bagi subyek penelitian dan populasi dimana hasil penelitian akan diterapkan. Khususnya jika yang menjadi peneliti adalah manusia, maka peneliti harus memahami hak dasar manusia (Dharma 2011).

1. *Respect for Justice Inclusivenees*

Penelitian dilakukan dengan jujur, tepat, cermat, hati-hati, dan profesional. Sedangkan prinsip keadilan bermakna penelitian memberikan keadilan secara merata pada tiap subyek.

2. *Anominity* (tanpa nama)

Peneliti tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya memulihkan kode lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Peneliti menjamin kerahasiaan hasil penelitian. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Profil Singkat Lokasi Penelitian

Praktik Bidan Mandiri (PMB) Warti terletak di Kecamatan Balikpapan Timur sejak tahun 2003 yang terdiri dari seorang Dokter Spesialis Obstetri Ginekologi sebagai penanggung jawab PMB, satu orang bidan profesi, lima orang bidan Diploma III, satu orang analis laboratorium dan dua orang bidan terapis pijat bayi. Pelayanan di PMB Warti meliputi pemeriksaan USG, pelayanan laboratorium sederhana, Imunisasi, KIA, KB, Pijat Bayi dan *Homecare*.

2. Karakteristik Responden

Tabel 4.1. Karakteristik Responden Di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur 2021

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
Umur Muda Berisiko (< 20 tahun)	9	34,6
Umur Tidak Berisiko (20-35 tahun)	17	65,4
Umur Tua Berisiko (> 35 tahun)	0	0,0
Pendidikan		
SD	0	0,0
SMP	5	19,2
SMA	14	53,8
Perguruan Tinggi	7	26,9
Pekerjaan		
PNS	1	3,8
Wiraswasta	6	23,1
Buruh	3	11,5
Ibu Rumah Tangga	10	38,5
Pegawai Swasta	6	23,1
Frekuensi Kehamilan		
Kehamilan Pertama (Primi)	12	46,2
Kehamilan Kedua	14	53,8
Kehamilan Ketiga	0	0,0
Kehamilan Keempat Keatas	0	0,0
Riwayat Mengalami Emesis Gravidarum		
Pernah	7	26,9

Tidak Pernah	19	73,1
Jumlah	26	100

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diperoleh hasil bahwa dari 26 responden, sebagian besar berumur 20-35 tahun atau umur tidak berisiko sebanyak 17 orang (65,4%), berpendidikan SMA sebanyak 14 orang (53,8%), sebagian ibu bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 10 orang (38,5%), frekuensi kehamilan kedua sebanyak 14 orang (53,8%) dan tidak pernah mengalami *emesis gravidarum* sebelumnya sebanyak 19 orang (73,%).

2. Analisa Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini meliputi skala INVR *emesis gravidarum* sebelum pemberian intervensi (*pretest*) pisang ambon dan sesudah pemberian intervensi (*posttest*) yang disajikan dalam tabel sebagai berikut:

a. Skala INVR Sebelum Pemberian Intervensi (*Pretest*)

Tabel 4.2. Analisa Emesis Gravidarum Sebelum Pemberian Intervensi (*Pretest*) Di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur 2021

Skala INVR Emesis Gravidarum (<i>Pretest</i>)	Frekuensi	Persentase (%)
Mengalami mual muntah ringan (1-8)	1	3,8
Mengalami mual muntah sedang (9-16)	24	92,3
Mengalami mual muntah berat (17-24)	1	3,8
Jumlah	26	100

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 4.2. diatas diperoleh hasil bahwa sebelum intervensi pemberian pisang ambon, dari 26 responden sebagian besar mengalami *emesis gravidarum* sedang sebanyak 24 orang (92,3%).

b. Skala INVR *Emesis Gravidarum* Sesudah Pemberian Intervensi
(*Posttest*)

Tabel 4.3. Analisa Emesis Gravidarum Sesudah Pemberian (*Posttest*) Di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur 2021

Skala INVR Emesis Gravidarum (<i>Posttest</i>)	Frekuensi	Persentase (%)
Mengalami mual muntah ringan (1 - 8)	23	88,5
Mengalami mual muntah sedang (9-16)	3	11,5
Mengalami mual muntah berat (17-24)	0	00,0
Jumlah	26	100

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 4.3. diatas diperoleh hasil bahwa sesudah intervensi pemberian pisang ambon, dari 26 responden sebagian besar mengalami *emesis gravidarum* ringan sebanyak 23 orang (88,5%).

3. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini terdiri dari hasil uji normalitas data variabel skala *emesis gravidarum* dan hasil uji bivariat perbedaan skala emesis gravidarum *pretest* dan *posttest* yang akan dijabarkan dalam tabel sebagai berikut:

a. Uji Normalitas Data Variabel *Emesis Gravidarum*

Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah responden kurang dari 50 yaitu 26 responden, dengan hasil uji disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.4. Uji Normalitas Data Variabel *Emesis Gravidarum* Di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur 2021

Nilai INVR Emesis Gravidarum (<i>Pretest</i>)	<i>Shapiro-Wilk</i>		
	Statistik	Df	Nilai-p
Nilai INVR Emesis Gravidarum (<i>Pretest</i>)	0,172	26	0,005
Nilai INVR Emesis Gravidarum (<i>Posttest</i>)	0,201	26	0,001

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 4.4. diperoleh hasil uji normalitas dengan uji *Shapiro-Wilk*, diperoleh pada nilai INVR *emesis gravidarum* pretest nilai-p sebesar 0,005 dan nilai INVR *emesis gravidarum* posttest nilai-p sebesar 0,001 dimana nilai-p < α (0,05) yang berarti bahwa data tidak berdistribusi normal. Dari hasil tersebut, maka peneliti menetapkan analisa bivariat menggunakan uji *wilcoxon*.

b. Analisa Perbedaan Emesis Gravidarum *Pretest* Dan *Posttest*

Tabel 4.5. Analisa Perbedaan Skala Emesis Gravidarum *Pretest* Dan *Posttest* Di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur 2021 dan R

		n	Mean Rank	Mean	Sum of Ranks	nilai Z	nilai-p
Nilai Emesis Gravidarum <i>Pretest - Posttest</i>	<i>Negative Ranks</i>	23 ^a	12.00	3.00	276.00		
	<i>Positive Ranks</i>	0 ^b	.00	2.12	.00	-4.796 ^b	0,000
	<i>Ties</i>	3 ^c					
	Total	26					

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 4.5. diatas diperoleh hasil bahwa dari 26 responden, seluruhnya mengalami *emesis gravidarum*. Setelah intervensi pemberian pisang ambon, *emesis gravidarum* ibu hamil menurun dibandingkan dengan sebelum pemberian intervensi. Namun terdapat 3 responden yang memiliki skala INVR yang sama walaupun mengalami penurunan frekuensi *emesis gravidarum*nya. Rata-rata penurunan *emesis gravidarum* sebelum intervensi 3,00 dan 2,02 sesudah intervensi. Diperoleh dari hasil uji *wilcoxon* nilai-p=0,000 sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti ada efektifitas pemberian pisang ambon terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur.

B. Pembahasan

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil analisa univariat karakteristik responden didapatkan hasil untuk tingkat pendidikan responden terbanyak adalah Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 14 (53,8%) ibu hamil. Latar belakang pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi pola pikir seseorang. Latar belakang pendidikan akan membentuk cara berpikir seseorang termasuk membentuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berkaitan dengan penyakit dan menggunakan pengetahuan tersebut untuk menjaga kesehatan (Potter & Perry, 2010).

Untuk karakteristik pekerjaan didapatkan hasil pekerjaan responden terbanyak adalah ibu rumah tangga sebanyak 10 (38,5%) ibu hamil. Kondisi sosial ekonomi dan pekerjaan juga berhubungan dengan pola makan, aktifitas dan stres yang mempengaruhi ibu hamil. Seorang ibu rumah tangga melakukan segala keperluan dan kebutuhan yang ada dirumah, sehingga saat hamil mereka lebih ekstra menggunakan pikiran dan tenaga. Yang efeknya berpengaruh pada kondisi psikologi dan fisik ibu. Hal ini dapat menyebabkan *Emesis Gravidarum*.

Untuk karakteristik frekuensi kehamilan dan riwayat *emesis gravidarum*, dari hasil tabel 4.1 di peroleh bahwa dari 26 ibu hamil trimester I, terdapat ibu dengan kehamilan kedua sebanyak 14 (53,8) responden, dan yang pernah mengalami *emesis gravidarum* sebanyak 7 (26,9) responden.

riwayat *emesis gravidarum* sebelumnya juga dapat menjadi salah satu faktor predisposisi, karena *emesis gravidarum* berat biasanya terjadi dengan riwayat *emesis gravidarum* berat juga sebelumnya.

b. *Emesis Gravidarum* Sebelum Pemberian Intervensi (*Pretest*)

Berdasarkan hasil analisa univariat diperoleh bahwa sebelum pemberian intervensi pisang ambon, dari 26 responden yang mengalami *emesis gravidarum* sedang sebanyak 24 orang ibu hamil (92,3%). Sedangkan 1 orang ibu hamil (3,8%) mengalami *emesis gravidarum* ringan dan 1 orang ibu hamil (3,8%) *emesis gravidarum* berat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya Yufa Molisa (2019) Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca.L*) terhadap Penurunan Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui rata-rata skor mual muntah pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian pisang ambon (*Musa Paradisiaca.L*) di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru Tahun 2019. Dari hasil penelitian diperoleh mayoritas responden sebelum dilakukan intervensi mengalamis *emesis gravidarum* sedang.

Emesis Gravidarum yang terjadi pada kehamilan menyebabkan penurunan nafsu makan, sehingga terdapat perubahan keseimbangan elektrolit dengan kalium, kalsium dan natrium yang menyebabkan perubahan metabolisme pada tubuh. Perasaan mual disebabkan karena meningkatnya kadar hormon esterogen dan HCG dalam serum (Tiran, 2009).

Menurut peneliti *emesis gravidarum* umumnya terjadi pada awal kehamilan, biasanya pada trisemester pertama. Kondisi ini umumnya dialami oleh lebih dari separuh wanita hamil yang disebabkan karena meningkatnya kadar hormon HCG.

Penanganan untuk mengurangi *emesis gravidarum* salah satunya dengan terapi komplementer menjadi suatu alternatif yang digunakan, karena aman, tidak menimbulkan efek samping, serta efektif.

c. *Emesis Gravidarum* Sesudah Pemberian Intervensi (*Posttest*)

Berdasarkan hasil analisa univariat diperoleh bahwa sesudah intervensi pemberian pisang ambon, dari 26 responden ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* ringan ada 23 orang (88,5%) dan 3 orang (53,3%) mengalami *emesis gravidarum* sedang, yang menunjukkan bahwa terdapat pengurangan yang signifikan dari sebelum diberikan intervensi.

Hal ini sejalan dengan jurnal penelitian Ari Shanti (2018) yaitu efektivitas pemberian pisang ambon dan vitamin b untuk menurunkan hiperemesis gravidarum di BPM Endah Bakti bahwa dengan mengkonsumsi 200gram buah pisang ambon dalam sehari dapat mengurangi frekuensi mual muntah ibu trimester I.

Menurut peneliti rasa mual pada awal kehamilan dapat di kurangi dengan menggunakan terapi komplementer antara lain dengan tanaman herbal atau buah-buahan yang mudah di dapatkan seperti pisang ambon. Buah pisang ambon mengandung vitamin B6.

Kandungan B6 dalam pisang ambon bekerja mengubah protein dari makanan ke bentuk asam amino yang diserap dan dibutuhkan oleh tubuh, selain itu B6 juga mengubah karbohidrat menjadi energi yang dapat memenuhi nutrisi yang dibutuhkan ibu hamil trimester satu dalam pembentukan plasenta dan mengurangi *emesis gravidarum* (Ratih, 2018).

2. Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil analisa bivariat diperoleh bahwa dari 26 responden, seluruhnya mengalami *emesis gravidarum*. Sesudah intervensi pemberian pisang ambon mengalami penurunan dibandingkan sebelum pemberian intervensi.

Dapat diketahui bahwa hasil pengujian *Wilcoxon Signed Rank* menghasilkan signifikansi (p)= 0.00. Nilai signifikansi (p) yang lebih

kecil dari 0,05 mengindikasikan adanya efektifitas yang signifikan setelah pemberian intervensi. Dengan demikian dapat disimpulkan adanya efektifitas signifikan dari konsumsi buah pisang ambon terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan. Rata-rata penurunan emesis gravidarum sebelum intervensi 3,00 dan 2,02 sesudah intervensi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratih (2017) efektifitas konsumsi buah pisang terhadap emesis gravidarum trimester I di kabupaten Kampar tahun 2019. Bahwa ibu hamil trimester I yang diberikan intervensi buah pisan ambon selama 7 hari mendapat rata-rata pengurangan frekuensi emesis gravidarum yang signifikan.

Menurut peneliti pisang ambon dapat mengurangi *emesis gravidarum* karena didalam pisang ambon terdapat berbagai multivitamin terutama kandungan vitamin B6 yaitu 0,5 mg per 100 gram. Dengan mengkonsumsi dua buah pisang ambon dalam sehari dapat mencukupi kebutuhan vitamin B6 ibu hamil trimester I. Vitamin B6 dapat mengubah protein dari makanan ke asam amino yang diserap dan dibutuhkan oleh tubuh. Selain itu pisang ambon juga mudah didapat dan enak untuk dikonsumsi sehingga responden dapat dengan mudah mendapatkannya.

3. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian yang peneliti alami yaitu karena harus membagi pisang ambon ke rumah-rumah responden, peneliti menggunakan bantuan tenaga asisten untuk mengantar pisang ambon ke responden.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Diperoleh hasil bahwa sebelum intervensi pemberian pisang ambon dari 26 responden, sebagian besar mengalami *emesis gravidarum* sedang sebanyak 24 orang (92,3%).
2. Diperoleh hasil bahwa sesudah intervensi pemberian pisang ambon dari 26 responden, sebagian besar mengalami *emesis gravidarum* ringan sebanyak 23 responden (88,5%).
3. Diperoleh hasil uji *wilcoxon* nilai- $p=0,000$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, yang menunjukkan adanya efektifitas pemberian pisang ambon terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Warti Batakan Balikpapan Timur.

B. Saran

1. Bagi Ibu

Diharapkan ibu hamil dan keluarga dapat menerapkan pemberian pisang ambon selama kehamilannya agar dapat mengurangi *emesis gravidarum*.

2. Bagi Bidan di Klinik

Diharapkan dapat melaksanakan praktik kebidanan berupa intervensi komplementer pemberian pisang ambon untuk mengurangi *emesis gravidarum*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil ini menjadi sumber informasi yang berkaitan dengan pengembangan pembelajaran kebidanan tentang pemberian pisang ambon untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan data penelitian tentang pemberian pisang ambon ini dijadikan sebagai sumber data penelitian selanjutnya tentang terapi komplementer lainnya untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I, yang mungkin dapat dikombinasikan dengan terapi komplementer yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, 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* 3, 1(2), 180-184.
- Molisa, Y. (2019). The Effect Of Giving Ambon Banana (*Musa Paradisiaca.L*) To Emesis Of Gravidarum In Pregnant Women At Sidomulyo Health Center Of Pekanbaru In 2019. *Jurnal Ibu dan Anak*, 8(1). ISSN 2721-0499
- Ratih, R. H. (2017). Efektifitas Konsumsi Buah Pisang Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I di Kabupaten Kampar Tahun 2017. *2nd CELSciTech: Urgensi Riset dan Pengembangan Teknologi Informasi Dalam Mengatasi Masalah Bangsa*, 31-34. ISSN: 2541-3023
- Rohmah, M. (2018). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon (*MUSA PARADISIACA.L*) Terhadap Penurunan Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Journal for Quality in Women's Health*, 1(1), 45-51.
- Shanti, E. F. (2018). Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dan vitamin B untuk menurunkan Hiperemesis Gravidarum di BPM Endah Bekti. *Media Ilmu Kesehatan*, 7(1). Diunduh pada: doi: <https://doi.org/10.30989/mik.v7i1.218>
- Kusmiyati, Ani Radiati, & Sofia Februanti (2020). Effectiveness Of Ginger Kepok Banana Consumption to Decrease Pregnant Women Emesis. *The Malaysian Journal of Nursing (MJN)*, 11(3), 8-12. Diunduh pada: <https://doi.org/10.31674/mjn.2020.v11i03.002>
- Anhwange. (2008). *Chemical Composition Of Musa Sapientum (Banana) Peels*. *Journal of food technology*. 6(6).263-266. Diunduh pada: <https://medwelljournals.com/abstract/?doi=jftech.2008.263.266>
- Ghose and Yaya. (2018). *Fruit and vegetable consumption and anemia among adult non-pregnant women: Ghana Demographic and Health Survei*. *PeerJ*, DOI 10.7717/peerj.4414. 1-16. Diunduh pada: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5826990/pdf/peerj-06-4414.pdf>
- Mahardika Nurul. (2016). Vitamin C pada Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca S.*) dan Anemia Defisiensi Besi. *Medical Journal of Lampung Univerity*. Vol 5(4). 124-127. Diunduh pada: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/897>

- Dahlan. (2017). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia
- Dharma. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Trans Info Media
- Dinas Kesehatan Kota Balikpapan. (2020). *Profil Kesehatan Kota*. Balikpapan
- Elly dan Sarinah Amrullah. (2015). *Flora untuk sekolah di Indonesia*. Jakarta: PT Pradyna Aramita. Diunduh pada <https://docplayer.info/123040999-Studi-berat-segar-dan-kandungan-karbohidrat-terlarut-total-pada-setiap-tingkat-kematangan-buah-pisang-ambon-musa-paradisiaca-var.html>
- Fitriahadi. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan Disertai Daftar Tilik*. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah. Diunduh pada: https://lppm.unisayogya.ac.id/wordpress/wp-content/uploads/2019/04/Buku-Ajar-Asuhan-Kehamilan_compressed.pdf
- Kemendes, RI, (2019). Hasil Riskesdas 2018. Jakarta. Diunduh Pada: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Kumalasari. (2015). *Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir dan Konsepsi*. Jakarta: Salemba Medika
- Sulistyoningsih, H. (2012). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak*. Jakarta : Graha Ilmu
- Manuaba. (2012). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*, Jakarta: EGC
- Tiran. (2009). *Mual dan Muntah Kehamilan Seri Asuhan Kebidanan*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Suyanti. 2008. *Pisang, Budidaya, Pengolahan, dan Prospek Pasar*. Jakarta: Penebar Swadaya
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- PMB Warti. (2021). *Data Ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum Februari-Mei 2021*. Balikpapan

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Intan Bangsawan
NIM :200411019
Tempat, Tanggal Lahir : Tanjung Bintang, 1 Juni 1998
Agama : Islam
Jenis kelamin : Perempuan
Alamat : Jalan Pemuda Gang Japar RT.7 No.7 Batakan
Balikpapan Timur 76116
HP :089689788858
Email : bangsawan.intan@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. SDN 1 Jatibaru tahun 2006- 2012
2. SMPN 1 Tanjung Bintang tahun 2012-2014
3. SMA YP Unila Bandar Lampung 2014-2017
4. Ahli Madya Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang 2017 - 2019

Pengalaman Organisasi

1. Anggota Fossil Proketa Alumni Kebidanan Poltekkes Tanjung Karang
2. Anggota IBI Cabang Kota Balikpapan periode 2020 - 2025



Lampiran 1

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Balikpapan, Agustus 2021

Kepada Yth,
Ibu Responden
Di
tempat.

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Intan Bangsawan
NIM : 200411019

adalah mahasiswa Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada Samarinda yang sedang melakukan penelitian dengan judul:

Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Warti Batakan

Partisipasi yang diharapkan dari Ibu adalah mengisi lembar kuesioner yang diberikan oleh peneliti. Pengisian kuesioner ini tidak akan mengakibatkan kerugian apapun karena semua informasi dari Ibu berikan akan dijamin kerahasiaannya.

Apabila Ibu bersedia menjadi responden, kami mohon untuk menandatangani lembar persetujuan ini dan dilanjutkan dengan mengisi kuesioner yang disertakan dalam lembar ini.

Atas perhatian dan partisipasi Ibu, saya ucapkan terima kasih.

Peneliti



Intan Bangsawan

Lampiran 2

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Inisial nama responden :

Alamat :

Setelah mendapat penjelasan dari peneliti, saya bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul:

Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dalam Mengurangi Emesis Gravidarum
Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Warti Batakan

Penelitian ini dilakukan oleh:

Nama : Intan Bangsawan

NIM : 2004111019

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak bersifat negatif dan tidak akan merugikan bagi saya, serta segala informasi yang saya berikan akan dijamin kerahasiaannya. Saya berharap pada hasil penelitian ini akan menjadi bahan masukan bagi semua kalangan baik keluarga saya, pihak pendidikan, pihak PMB dan lainnya, oleh karena itu jawaban yang akan saya berikan adalah yang sebenarnya.

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka dengan ini saya menyatakan secara sukarela "Bersedia Menjadi Responden" dalam penelitian ini.

Balikpapan, Juli 2021
Responden,

(_____)

Lampiran 3

INSTRUMEN PENELITIAN
Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dalam Mengurangi Emesis
Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Warti Batakan

Petunjuk Pengisian:

Berilah tanda (√) pada jawaban yang sesuai dengan pilihan Ibu

A. Data Karakteristik Responden

Kode Responden: _____ (diisi peneliti)

1. Inisial Responden:

2. Umur : tahun

3. Pendidikan Tidak Sekolah SD
 SMP SMA
 Perguruan Tinggi (Diploma, S1, S2)

4. Pekerjaan PNS Pegawai Swasta
 Wiraswasta Buruh
 Petani Ibu Rumah Tangga

5. Frekuensi Kehamilan:

Pertama Kedua
 Ketiga 4 ke atas



Lampiran 4

INSTRUMEN INVR

Nama inisial
 No Responden :
 Tanggal :
 Pukul :.....WITA

Petunjuk : Beri satu tanda (X) pada kotak disetiap baris yang sesuai DEdengan kejadian yang dialami pasien.

No	Pernyataan	Skala				
		7x/lebih	5-6 kali	3-4 kali	1-2 kali	Tidak muntah
1	Pada 12 jam terakhir, saya muntah kali					
2	Dari 12 jam terakhir, dari adanya rasa muntah, saya merasakan ketidaknyamanan yang	Tidak mengalami	Ringan	Sedang	Berat	Parah
3	Dalam 12 jam terakhir, dari muntah-muntah yang saya alami, saya merasakan rasa tidak nyaman yang	Parah	Berat	Sedang	Ringan	Tidak mengalami
4	Pada 12 jam terakhir, saya merasa mual atau tidak nyaman di bagian Perut selama	Tidak mengalami	≤ 1 jam	2-3 jam	4-6 jam	> 6 jam
5	Dalam 12 jam terakhir, dari rasa mual/ tidak enak pada perut, saya merasakan rasa tidak nyaman yang	Tidak mengalami	Ringan	Sedang	Berat	Parah
6	Dalam 12 jam terakhir, tiap kali muntah sebanyak....	Sangat banyak (3gelas/lebih)	Banyak (2-3 gelas)	Sedang (1/2-2 gelas)	Sedikit (hamper ½ gelas)	Tidak mengeluarkan apa-apa
7	Dalam 12 jam terakhir, saya merasa mual atau tidak enak pada perut sebanyak kali	7 kali atau Lebih	5-6 kali	3-4 kali	1-2 kali	Tidak mengalami
8	Dalam 12 jam terakhir, saya muntah namun tidak mengeluarkan apa-apa sebanyak kali	Tidak mengalami	1-2 kali	3-4 kali	5-6 kali	7 kali atau lebih

Lampiran 5

PETUNJUK PENGISIAN INSTRUMEN UNTUK MENGUKUR
EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I
Menggunakan *Index Nausea Vomiting and Retching* (INVR)

1. Perhatikan petunjuk pada instrument!
2. Tulislah Nama inisial pasien, no responden, tanggal dan waktu.
3. Beri tanda (X), bila ditemukan tanda atau gejala yang ada dalam tabel pada diri pasien, selama 6 jam pasca operasi.
4. Keterangan isi tabel :
 - a. Pada baris 1, bila pasien mengalami muntah, beri tanda (X) pada kolom yang sesuai dengan frekuensi muntah yang terjadi pada pasien.
 0. Jika pasien tidak muntah
 1. Jika pasien muntah 1-2 kali
 2. Jika pasien muntah 3-4 kali
 3. Jika pasien muntah 5-6 kali
 4. Jika pasien muntah 7x/lebih
 - b. Pada baris 2, bila pasien mengalami *retching* (muntah tanpa produksi), perhatikan perubahan kondisi yang terjadi pada pasien. Keterangan:
 0. Tidak mengalami yaitu jika tidak terjadi perubahan pada kondisi pasien
 1. Ringan yaitu jika terjadi sedikit perubahan pada diri pasien tampak agak lemah.
 2. Sedang yaitu jika terjadi perubahan pada diri pasien, pasien tampak lemah, wajahnya agak pucat.
 3. Berat yaitu jika pasien tampak lebih lemah, wajahnya pucat, dan tampak sedih
 4. Parah yaitu jika terjadi perubahan besar pada kondisi pasien, pasien menjadi sangat lemah, wajahnya pucat, dan tampak

4. Parah yaitu jika terjadi perubahan besar pada kondisi pasien, pasien menjadi sangat lemah, wajahnya pucat, dan tampak sedih bahkan sampai meneteskan air mata.
- f. Pada baris 6, perhatikan jumlah keluaran (makanan atau cairan) yang keluar dari tubuh pasien dan ukur dengan gelas 300cc.

Keterangan:

0. Jika pasien tidak mengeluarkan apa-apa
 1. Jika produksi muntah pasien sedikit (hampir ½ gelas)
 2. Jika produksi muntah pasien sedang (1/2-2 gelas)
 3. Jika produksi muntah pasien banyak (2-3 gelas)
 4. Jika produksi muntah pasien sangat banyak (3gelas/lebih)
- g. Pada baris 7, bila pasien mengalami mual, beri tanda silang (X) pada kolom yang sesuai dengan jumlah frekuensi mual yang dialami oleh pasien.
 0. Jika pasien tidak mengalami
 1. Jika pasien mengalami mual 1-2 kali
 2. Jika pasien mengalami mual 3-4 kali
 3. Jika pasien mengalami mual 5-6 kali
 4. Jika pasien mengalami mual 7 kali atau lebih
- h. Pada baris 8, bila pasien mengalami *retching* (muntah tanpa produksi), beri tanda silang (X) pada kolom yang sesuai dengan jumlah frekuensi *retching* yang dialami oleh pasien.
 0. Jika pasien tidak mengalami
 1. Jika pasien mengalami *retching* 1-2 kali
 2. Jika pasien mengalami *retching* 3-4 kali
 3. Jika pasien mengalami *retching* 5-6 kali
 4. Jika pasien mengalami *retching* 7 kali atau lebih

Lampiran 6

MASTER TABEL
Lembar Observasi Pengukuran Emesis Gravidarum

Inisial. Resp.	Tanggal Pemeriksaan (Pretest)	Nilai penilaian INVR	Skor INVR (Pretest)	Tanggal Pemeriksaan (Posttest)	Nilai	Skor INVR (Posttest)
Fs	03-09-2021	11	3	10-09-2021	6	2
St	05-09-2021	13	3	12-09-2021	7	2
Ap	03-09-2021	10	3	10-09-2021	6	2
Bk	09-09-2021	11	3	16-09-2021	6	2
At	01-10-2021	8	2	08-10-2021	5	2
Rs	07-09-2021	10	3	14-09-2021	7	2
Tr	05-09-2021	13	3	12-09-2021	9	3
Sa	09-09-2021	17	4	16-09-2021	13	3
Iw	28-10-2021	12	3	5-11-2021	8	2
Ai	07-09-2021	10	3	14-09-2021	6	2
Sn	13-09-2021	11	3	20-09-2021	7	2
Rk	09-09-2021	12	3	16-09-2021	8	2
At	16-09-2021	11	3	23-09-2021	8	2
Ft	09-09-2021	10	3	16-09-2021	6	2
Is	11-09-2021	12	3	18-09-2021	8	2
Nt	20-09-2021	12	3	27-09-2021	9	3
mn	27-09-2021	10	3	4-10-2021	6	2
mr	05-10-2021	9	3	12-10-2021	5	2
Ss	23-09-2021	11	3	30-09-2021	7	2

Inisial. Resp.	Tanggal Pemeriksaan (Pretest)	Nilai INVR	Skala INVR (Pretest)	Tanggal Pemeriksaan (Posttest)	Nilai INVR	Skala INVR (Posttest)
Ln	18-10-2021	11	3	25-10-2021	8	2
Lt	23-10-2021	12	3	30-10-2021	8	2
Fr	27-10-2021	10	3	3-11-2021	7	2
Fn	20-10-2021	12	3	27-10-2021	7	2
St	09-10-2021	13	3	16-10-2021	8	2
Na	26-10-2021	10	3	2-11-2021	6	2
Ws	28-10-2021	11	3	4-11-2021	7	2

Keterangan :

Nilai INVR 0 masuk ke skala 1 : tidak mengalami mual muntah

Nilai INVR 1-8 masuk ke skala 2 : mengalami mual muntah ringan

Nilai INVR 9-16 masuk ke skala 3 : mengalami mual muntah sedang

Nilai INVR 17-24 masuk ke skala 4 : mengalami mual muntah berat

Nilai INVR 25-32 masuk ke skala 25-32 : mengalami mual muntah



	ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA	
	PEMBERIAN PISANG AMBON DALAM MENGATASI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I	
	SOP	Tanggal Terbit : 12 Juni 2021 Halaman : 1/2
Pengertian	<p><i>Emesis gravidarum</i> adalah rasa mual yang muncul pada wanita hamil biasanya terjadi pada trimester I kehamilan atau muncul sebagai tanda awal bahwa Anda sedang mengandung.</p> <p>Pisang ambon adalah salah satu terapi non farmakologi untuk ibu hamil trimester I guna mengurangi mual muntah. Dalam pisang mengandung vitamin B6 yang dapat membantu mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I.</p> <p>Ibu hamil trimester I adalah ibu hamil dengan umur kehamilan 1-12 minggu.</p>	
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberitahu ibu manfaat Pisang Ambon pada ibu hamil trimester I dengan <i>emesis gravidarum</i> 2. Mengurangi frekuensi <i>emesis gravidarum</i> pada ibu hamil trimester I 	
INDIKASI	Pada ibu hamil trimester 1 yang mengalami <i>emesis gravidarum</i>	
KEBIJAKAN	Sasaran dilakukan pada ibu hamil trimester I yang mengalami <i>emesis gravidarum</i> dan dilakukan selama 7 hari	
PERSIAPAN KLIEN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan salam, perkenalan diri dan identifikasi klien dengan memeriksa identitas klien dengan cermat. 2. Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan, berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien mengenai manfaat pisang ambon untuk bumil. 3. Menanyakan kepada klien apakah bersedia mengikuti prosedur yang akan dilakukan melalui <i>Informed consent</i>. Bila bersedia maka akan di lakukan pre-test lembar INVR. 	
Persiapan Alat	Buah pisang ambon, Tissue, lembar <i>Informed consent</i>	

<p>Prosedur Pelaksanaan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mempersiapkan alat dan bahan 2. Mencuci tangan 3. Memberikan penjelasan kepada pasien tentang <i>emesis gravidarum</i>, dan manfaat pisang ambon untuk ibu hamil trimester I yang mengalami <i>emesis gravidarum</i> 4. Meminta pasien menandatangani lembar <i>Informed consent</i> apabila bersedia menjadi responden. 5. Melakukan pre-test kepada pasien dengan lembar INVR 6. Pemberian buah pisang ambon yang sudah ditimbang beratnya 7. Memberikan buah pisang ambon sebanyak 200 gram per hari , Pisang ambon dikunsumsi 2 kali sehari (pagi dan sore) setiap hari sebelum makan selama 7 hari. 8. Mencuci tangan
<p>TERMINASI</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengevaluasi perasaan klien, rapikan klien dan alat 2. Merencanakan memantau pasien selama 7 hari dalam mengkonsumsi pisang ambon, dan frekuensi <i>emesis gravidarum</i> melalui WA/ homevisit 3. Melakukan penjadwalan pertemuan berikutnya 4. Melakukan post test frekuensi <i>emesis gravidarum</i> dengan lembar INVR dihari ke 8 5. Dokumentasi kebidanan
<p>REFERENSI</p>	<p>Dewi, R. (2020). Efektivitas pemberian pisang kepok (<i>Musa paradisiaca formatipya</i>) dan vitamin B 6 dalam menurunkan intensitas emesis gravidarum pada ibu hamil. <i>Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan</i> 3, 1(2), 180-184.</p> <p>Molisa, Y. (2019). The Effect Of Giving Ambon Banana (<i>MUSA PARADISIACA.L</i>) To Emesis Of Gravidarum In Pregnant Women At Sidomulyo Health Center Of Pekanbaru In 2019. <i>Jurnal Ibu dan Anak</i>, 8(1). ISSN 2721- 0499</p> <p>Ratih, R. H. (2017). Efektifitas Konsumsi Buah Pisang Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I di Kabupaten Kampar Tahun 2017. <i>2nd CELSciTech: Urgensi Riset dan Pengembangan Teknologi Informasi Dalam Mengatasi Masalah Bangsa</i>, 31-34. ISSN: 2541-3023</p> <p>Rohmah, M. (2018). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon (<i>MUSA PARADISIACA.L</i>) Terhadap Penurunan Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. <i>Journal for Quality in Women's Health</i>, 1(1), 45-51.</p> <p>Shanti, E. F. (2018). EFEKTIVITAS PEMBERIAN PISANG AMBON DAN VITAMIN B UNTUK MENURUNKAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM DI BPM ENDAH BEKTI. <i>Media Ilmu Kesehatan</i>, 7(1). doi: https://doi.org/10.30989/mik.v7i1.218</p>

SURAT STUDI PENDAHULUAN DAN IZIN PENELITIAN KAMPUS



INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS
WIYATA HUSADA SAMARINDA



Nomor : 10692 /ITKES-WHS/LT/2021 21 Juni 2021
Lampiran : -
Hal : Permohonan Studi Pendahuluan dan Pengambilan data

Kepada Yth.
Kepala PMB Warti
di-

Jl. Jl. Kunang Kunang No. 36 Manggar Kec. Balikpapan Timur

Dengan hormat,

Teriring salam dan doa semoga Allah SWT selalu memberi kan Rahmat dan Hidayah- Nya kepada kita semua.

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa berupa penyusunan karya tulis ilmiah/skripsi, maka kami mohon kepada Bapak/ibu agar dapat memberikan ijin kepada mahasiswa kami untuk melakukan studi pendahuluan dan pengambilan data di tempat yang Bapak/ibu pimpin.

Adapun mahasiswa yang melakukan kegiatan tersebut adalah :

Nama : **INTAN BANGSAWAN**
NIM : 200411019
Semester : II
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul Penelitian : **Efektivitas pemberian pisang ambon terhadap pengurangan emesis gravidarum ibu hamil trimester I di PMB warti batakan**

Kami tidak akan menginformasikan/menyebarkan data yang kami peroleh tanpa seijin pihak rumah sakit/Puskesmas/Instansi bapak/ibu.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kesediannya kami mengucapkan terima kasih.

Wakil Rektor I,

Chandra Sulistvorini, S.ST., M.Keb
NIK. 114104.87.13.075



Nomor : 1465 /ITKES-WHS/LT/2021
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian

7 September 2021

Kepada Yth.
Kepala PMB Warti Balikpapan Timur
di -
Tempat

Dengan hormat,

Teriring salam dan doa semoga Allah SWT selalu memberikan Rahmat dan Hidayah- Nya kepada kita semua.

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa berupa penyusunan karya tulis ilmiah/skripsi, maka kami mohon kepada Bapak/ibu agar dapat memberikan ijin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa yang melakukan kegiatan tersebut adalah :

Nama : INTAN BANGSAWAN
NIM : 200411019
Semester : III
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul Penelitian : **EFEKTIFITAS PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP PENGURANGAN EMISIS GRAVIDARUM IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB WARTI BATAKAN**

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih.

Wakil Rektor I,



Chandra Sulistvorini, S.ST., M.Keb
NIK. 114104.87.13.075



OUT PUT SPSS

Umur (Kategorik)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Umur Muda Beresiko (< 20 tahun)	9	34.6	34.6	34.6
	Umur Tidak Beresiko (20-35 tahun)	17	65.4	65.4	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMP	5	19.2	19.2	19.2
	SMA	14	53.8	53.8	73.1
	Perguruan Tinggi	7	26.9	26.9	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS	1	3.8	3.8	3.8
	Wiraswasta	6	23.1	23.1	26.9
	Buruh	3	11.5	11.5	38.5
	Ibu Rumah Tangga	10	38.5	38.5	76.9
	Pegawai Swasta	6	23.1	23.1	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Frekuensi Kehamilan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kehamilan Pertama (Primi)	12	46.2	46.2	46.2
	Kehamilan Kedua	14	53.8	53.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Riwayat Mengalami Emesis Gravidarum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pernah	7	26.9	26.9	26.9
	Tidak Pernah	19	73.1	73.1	100.0
Total		26	100.0	100.0	

Nilai INVR Emesis Gravidarum Pre Numerik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.0	1	3.8	3.8	3.8
	9.0	1	3.8	3.8	7.7
	10.0	7	26.9	26.9	34.6
	11.0	7	26.9	26.9	61.5
	12.0	6	23.1	23.1	84.6
	13.0	3	11.5	11.5	96.2
	17.0	1	3.8	3.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Skala INVR Emesis Gravidarum Pre Kategorik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Mengalami mual muntah ringan (1 - 8)	1	3.8	3.8	3.8
	Mengalami mual muntah sedang (9 - 16)	24	92.3	92.3	96.2
	Mengalami mual muntah berat (17 - 24)	1	3.8	3.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Nilai INVR Emesis Gravidarum Post Numerik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5.0	2	7.7	7.7	7.7
	6.0	7	26.9	26.9	34.6
	7.0	7	26.9	26.9	61.5
	8.0	7	26.9	26.9	88.5
	9.0	2	7.7	7.7	96.2
	13.0	1	3.8	3.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Skala INVR Emesis Gravidarum Post Kategorik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Mengalami mual muntah ringan (1 - 8)	23	88.5	88.5	88.5
	Mengalami mual muntah sedang (9 - 16)	3	11.5	11.5	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Nilai INVR Emesis	Mean		11.231	.3342
Gravidarum Pre Numerik	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	10.542	
		Upper Bound	11.919	
	5% Trimmed Mean		11.128	
	Median		11.000	
	Variance		2.905	
	Std. Deviation		1.7043	
	Minimum		8.0	
	Maximum		17.0	
	Range		9.0	
	Interquartile Range		2.0	
	Skewness		1.343	.456
	Kurtosis		4.376	.887
Nilai INVR Emesis	Mean		7.231	.3153
Gravidarum Post Numerik	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	6.581	
		Upper Bound	7.880	
	5% Trimmed Mean		7.085	
	Median		7.000	
	Variance		2.585	
	Std. Deviation		1.6077	
	Minimum		5.0	
	Maximum		13.0	
	Range		8.0	
	Interquartile Range		2.0	
	Skewness		1.783	.456

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai INVR Emesis Gravidarum Pre Numerik	.172	26	.046	.877	26	.005
Nilai INVR Emesis Gravidarum Post Numerik	.201	26	.008	.831	26	.001

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Skala INVR Emesis Gravidarum Pre Kategorik	26	3.00	.283	2	4
Skala INVR Emesis Gravidarum Post Kategorik	26	2.12	.326	2	3

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skala INVR Emesis Gravidarum Post Kategorik -			
Skala INVR Emesis Gravidarum Pre Kategorik	Negative Ranks	23 ^a	12.00
Skala INVR Emesis Gravidarum Post Kategorik -	Positive Ranks	0 ^b	.00
Skala INVR Emesis Gravidarum Pre Kategorik	Ties	3 ^c	
	Total	26	

a. Skala INVR Emesis Gravidarum Post Kategorik < Skala INVR Emesis Gravidarum Pre Kategorik

b. Skala INVR Emesis Gravidarum Post Kategorik > Skala INVR Emesis Gravidarum Pre Kategorik

c. Skala INVR Emesis Gravidarum Post Kategorik = Skala INVR Emesis Gravidarum Pre Kategorik

Test Statistics^a

Skala INVR Emesis Gravidarum
Post Kategorik - Skala INVR Emesis
Gravidarum Pre Kategorik

Z	-4.796 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test





b. Based on positive ranks.





DOKUMENTASI



LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL DAN SKRIPSI**▲ LOGBOOK BIMBINGAN PROPOSAL TUGAS AKHIR**

Nama Mahasiswa : Ika Bastika
 NIM : 308411019
 Program studi : SI Kebidanan Reguler Transfer Balikpapan
 Pembimbing : Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
 Judul : Efektifitas Pemakaian Pisang Ambon dalam Menangani Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil
 Trimester I di PMB Wati Bataha

Pertemuan I	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
11-05-2021	<ul style="list-style-type: none"> - Konsultasi judul dicari reverensinya dan data data yang berhubungan dengan judul. - Cari referensi jurnal yang terbaru 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan II	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
17-05-2021	Konsul BAB 1 <ul style="list-style-type: none"> - tatacara penulisan, dan paragraf yang baik dan benar - Referensi jurnal dicari yang tahunnya jaring lebih dari 5 tahun 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan III	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
28-05-2021	Konsul untuk BAB I <ul style="list-style-type: none"> - Untuk latar belakang perlu diperbaiki - Masukkan dampaknya 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan IV	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
05-06-2021	Konsul untuk BAB 2 <ul style="list-style-type: none"> - cari teori yang berhubungan dengan judul kemudian di buat kerangka teori 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb

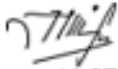





Pertemuan V	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
15-06-2021	<p>Konsul untuk BAB II dan BAB III</p> <ul style="list-style-type: none"> - Untuk bab 3 dilengkapi dan diperbaiki untuk pengcodingnya <p>Dan lengkapi untuk lampiran lembar observasi dan membuat PPT</p>	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan VI	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
04-07-2021	<ul style="list-style-type: none"> - Konsultasi sop dan lembar observasi - Coba di cari yang sudah baku atau yang sudah digunakan pada penelitian sebelumnya 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan VII	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
07-07-2021	<ul style="list-style-type: none"> - Konsultasi lampiran - lampiran - Sudah baik lanjutkan dengan pembuatan ppt 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan VIII	Catatan Pembimbing I	Tanda Tangan
08-07-2021	<ul style="list-style-type: none"> - Konsultasi ppt sudah baik - Acc proposal disertai PPT dan dipersiapkan untuk daftar seminar proposal 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb

* Kolom pertemuan diisi waktu konsul yang terdiri dari hari dan tanggal

*jika jumlah proses bimbingan lebih dari yang tertera didalam logbook, lembar bimbingan dapat diperbanyak dan dilampirkan dalam logbook.

LOGBOOK BIMBINGAN TUGAS AKHIR (HASIL)

Nama Mahasiswa : Irena Barsana
 NIM : 200411019
 Program studi : SI Kebidanan Reguler Transisi Balikpapan
 Pembimbing : Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
 Judul : Efektifitas Promosio Pisang Ambon dalam Menangani Emesis Gravideram Pada Ibu Hamil
 Trimester I di PNB Uartu Bataks.

Pertemuan	Catatan Pembimbing	Tanda Tangan
23-11-2021	<ul style="list-style-type: none"> - Mempelajari Metode SPPS yang akan digunakan - Mengirim BAB IV dan BAB via WA 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan I	Catatan Pembimbing	Tanda Tangan
26-12-2021	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat SPPS dari data primer excel - Membuat data karakteristik ibu hamil seperti umur, pendidikan, dll 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan II	Catatan Pembimbing	Tanda Tangan
28-12-2021	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan uji normalitas data menggunakan <u>metode Shapiro Wilk</u> - Hasil uji normalitas tidak berdistribusi normal, maka data ini normalitas data non parametrik yang akan digunakan untuk hasil perbandingan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan III	Catatan Pembimbing	Tanda Tangan
2-12-2021	Membuat pembahasan univariat dan bivariat sesuai dengan isi jurnal dan pembahasan.	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan IV	Catatan Pembimbing	Tanda Tangan
06-12-2021	Revisi pembahasan univariat dan Bivariat pada BAB IV	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan V	Catatan Pembimbing	Tanda Tangan
08-12-2021	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat kesimpulan yang baik dan mudah dipahami - Mengumpul PPT dari BAB I-BAB V 	 Heni Purwanti, S.ST., M.Keb
Pertemuan VI	Catatan Pembimbing	Tanda Tangan

MASTER TABEL

No. Resp	Inisial Resp	Umur (1=kurang 20 tahun 2=20-35 tahun 3=lebih dari 35 tahun)	Pendidikan (1=TS, 2=SD, 3=SMP 4=SMA, 5=PT)	Pekerjaan (1=PNS, 2 Wiraswasta, 3=Buruh, 4=Petani 5=IRT, 6=Peg.Swasta)	Frekuensi Kehamilan (1=Pertama, 2=Kedua 3=Ketiga 4=Keempat lebih)	Pernah Mengalami Emesis Gravidarum (1=Pernah, 2=Tidak Pernah)	Nilai skor Emesis Gravidarum sebelum pemberian Pisang Ambon 0 : Tidak mengalami mual muntah 1 - 8 : Mengalami mual muntah ringan 9 - 16: Mengalami mual muntah sedang 17 - 24 : Mengalami mual muntah berat 25 - 32 : Mengalami mual muntah parah	Skala emesis gravidarum sebelum konsumsi pisang ambon (INVR) 1 : Tidak mengalami mual muntah 2 : Mengalami mual muntah ringan 3: Mengalami mual muntah sedang 4: Mengalami mual muntah berat 5: Mengalami mual muntah parah	Nilai skor Emesis Gravidarum sesudah pemberian Pisang Ambon 0 : Tidak mengalami mual muntah 1 - 8 : Mengalami mual muntah ringan 9 - 16: Mengalami mual muntah sedang 17 - 24 : Mengalami mual muntah berat 5 - 32 : Mengalami mual muntah parah	Skala emesis gravidarum sebelum konsumsi pisang ambon (INVR) 1. : Tidak mengalami mual muntah 2. : Mengalami mual muntah ringan 3. : Mengalami mual muntah sedang 4. : Mengalami mual muntah berat 5. : Mengalami mual muntah parah
1	fs	2	5	2	2	2	11	3	6	2
2	st	2	3	5	2	1	13	3	7	2
3	ap	1	4	5	1	2	10	3	6	2
4	bk	2	4	2	2	2	11	3	6	2
5	at	2	4	6	2	2	8	2	5	2
6	rs	2	4	3	2	2	10	3	7	2
7	tr	1	3	2	1	2	13	3	9	3
8	sa	2	5	1	1	2	17	4	13	3
9	iw	2	5	6	2	2	12	3	8	2
10	ai	2	4	5	1	2	10	3	6	2
11	sn	1	4	3	1	2	11	3	7	2
12	rk	2	5	6	2	1	12	3	8	2
13	at	1	3	5	2	1	11	3	8	2
14	ft	2	5	6	2	2	10	3	6	2
15	is	2	4	5	2	1	12	3	8	2
16	nt	1	4	5	1	2	12	3	9	3
17	mn	2	5	5	1	2	10	3	6	2
18	mr	1	3	3	2	1	9	3	5	2
19	ss	2	4	5	1	2	11	3	7	2

20	ln	1	4	6	1	2	11	3	8	2
21	lt	2	5	2	2	2	12	3	8	2
22	fr	1	4	5	1	2	10	3	7	2
23	fn	2	4	5	2	1	12	3	7	2
24	st	2	4	6	1	2	13	3	8	2
25	na	1	4	5	2	1	10	3	6	2
26	ws	2	3	5	1	2	11	3	7	2

