

PENGALAMAN PENGKONSUMSIAN HERBAL KUAH RUJAK PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KOTA TERNATE

Nurkila S.¹, Rosida Hi.S.²

^{1,2}Politeknik Kesehatan Kemenkes Ternate, Maluku Utara

Abstract : Our country became one of the centers of medicinal plants in the world. Thousands of tropical plant species, thrive throughout the country. Generally people in North Maluku city of Ternate is especially the people who still hold the customs and habits are hereditary maintained by the local community. Ternate city with a tropical climate that is overgrown with various kinds of wild plants that grow well and the plants that grow in the settlement as seasoning, used by ancestors for health as herbal medicine. One example is a plant that comes from such settlements Serei, ginger, galangal, turmeric, acid, palm sugar, coriander, pepper and herbs are processed into Kuah Rujak as it can be used on new mothers who are considered beneficial to the process of spending the remnants products of conception (lochia).

This research is a qualitative descriptive cross sectional time approaches. Data was collected through in-depth interview techniques (In depth Interview) in 7 new mothers as key informants. Data analysis using the method of content analysis (content analysis). The results showed that postpartum mothers consumed in Ternate is all new mothers herbs salad dressing. All postpartum women interviewed have a way of processing, composition and dosage of herbal salad dressing and salad dressing herbal dose almost have in common. All postpartum women interviewed explained the perceived benefits after consuming herbal salad dressing on the puerperal period. The conclusion of this study is based on the results, that the midwife believes culture (culture) and postpartum maternal behavior in Ternate City is one of the techniques in the treatment of puerperium.

Keywords: Herbal Kuah Rujak and Postpartum Mothers

Number of References: 12 (2003-2013)

PENDAHULUAN

Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan 65% dari penduduk Negara-negara maju telah menggunakan pengobatan tradisional (Depkes RI, 2008). Dalam penerapan asuhan kebidanan etnokultural ini tidak terlepas dari budaya masyarakat timur yang memanfaatkan herbal sebagai terapi untuk meningkatkan kualitas hidup. *World Health Organization* (WHO) mencatat 30-50% konsumsi kesehatan masyarakat dialokasikan untuk ramuan herbal¹.

World Health Organization (WHO) juga merekomendasikan penggunaan obat tradisional termasuk herbal dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat, pencegahan dan pengobatan penyakit, terutama untuk penyakit kronis, penyakit degeneratif dan kanker. Hal ini menunjukkan dukungan WHO untuk *back to nature*. Penggunaan obat tradisional secara umum

dinilai lebih aman dari pada penggunaan obat modern. Hal ini disebabkan karena obat tradisional memiliki efek samping yang relative lebih sedikit dari pada modern².

Budaya asia sebagai pelopor penggunaan herbal di dunia memberikan dampak positif bagi kemajuan pengobatan komplementer (herbal) di dunia. Di Indonesia dalam Praktik terapi komplementer alternative yang berkembang mengadopsi prinsip dan teknik penyembuhan dari Cina. *World Health Organization* (WHO) memberi petunjuk bahwa petugas kesehatan dalam hal ini Bidan, Perawat dan Dokter adalah tenaga yang menjadi sasaran yang harus menguasai dan mampu mempraktikkan penggunaan terapi komplementer termasuk obat herbal. Hal ini juga didukung oleh adanya kebijakan pemerintah Indonesia terkait Praktik Keperawatan Komplementer dalam Permenkes RI No

HK.02.02/MENKES/148/I/2010 tentang izin dan penyelenggaraan praktik perawat, meskipun secara eksplisit tidak menjelaskan bagaimana aplikasi pelaksanaan tindakan komplementer dan jenis tindakan komplementer apa sajakah yang menjadi wewenang petugas kesehatan (Bidan, Perawat, dan Dokter) dalam melaksanakan asuhan baik kebidanan maupun keperawatan.

Keragaman obat tradisional di tanah air, telah memperkaya khasanah ilmu pengetahuan, dan kesehatan bangsa kita. Negara kita menjadi salah satu pusat tanaman obat di dunia. Ribuan jenis tumbuhan tropis, tumbuh subur di seluruh pelosok negeri. Umumnya masyarakat di Maluku Utara khususnya Kota Ternate merupakan masyarakat yang masih memegang adat istiadat dan kebiasaan yang turun temurun dipertahankan oleh masyarakat setempat. Kota Ternate dengan iklim tropis yang ditumbuhi berbagai jenis tanaman liar yang tumbuh dengan baik serta tanaman yang tumbuh di pemukiman sebagai bumbu masak, dimanfaatkan oleh leluhur untuk kesehatan sebagai obat herbal. Salah satu contoh misalnya tanaman yang berasal dari pemukiman seperti Serei, Jahe, Lengkuas, Kunyit, Asam, Gula Aren, Ketumbar, dan Merica yang diolah menjadi herbal dengan sebutan Kuah Rujak dapat digunakan pada ibu nifas yang dianggap memberi manfaat terhadap proses pengeluaran sisa-sisa hasil konsepsi (Lokhia)³.

Masa nifas adalah masa dimana terjadi setelah 2 jam janin dan plasenta dilahirkan. Masa nifas merupakan masa pemulihan organ-organ reproduksi, seperti Uterus (volume uterus), bekas implantasi Janin dan plasenta, system sirkulasi darah termasuk didalamnya peran system endokrinologi⁴.

Kandungan jenis tanaman dan bumbu masak telah terbukti secara farmakologik memberikan efek positif terhadap perubahan masa nifas. Namun efek positif ini belum dapat dibuktikan secara nyata oleh pengguna obat herbal

jenis ini. Sehingga perlu dikaji lebih lanjut, untuk mendapatkan rujukan yang bisa digunakan sebagai pengobatan komplementer di bidang kebidanan.

Hasil penelitian tentang Herbal ini sudah dilakukan oleh beberapa peneliti seperti Deskriptif penelitian dasar Herbal Medicine yaitu dengan menguji tentang efikasi, toksisitas, sifat farmakokinetik seperti absorpsi, distribusi, metabolisme, dan eliminasi yang dapat ditemukan pada tanaman herbal seperti daun tapak doro, Jahe, Kunyit, dan teh hijau. Hasil kajian lain juga dapat ditemukan misalnya pada penelitian tentang Pengaruh Tanaman Herbal bagi kesehatan dan menemukan bahwa obat herbal tidak menimbulkan efek samping, bebas racun, dan menghilangkan akar penyakit yang berasal dari tanaman herbal seperti Umbi Kunyit, Buah ketumbar dll⁵. Legitimasi dan formalitas keputusan untuk mengakui keberadaan obat baru secara formal dilakukan oleh badan pengatur nasional di Indonesia oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM-RI) sedangkan di Amerika Serikat oleh FDA (*Food and Drug Administration*)⁶.

Di Kota Ternate berbagai jenis obat herbal telah lama digunakan terutama pada masalah kebidanan, salah satunya adalah kebiasaan pemberian Kuah Rujak pada ibu nifas, berdasarkan hasil survei pendahuluan pada 5 ibu masa nifas ditemukan bahwa dari 5 orang yang diwawancarai, 4 orang mengatakan bahwa yang dikonsumsi ibu pada masa nifas adalah herbal kuah rujak, 4 orang memberi alasan mereka mengkonsumsi obat herbal kuah karena secara turun temurun telah diberikan kepada ibu nifas dengan manfaat badan tersa hangat, tidak nampak pucat dan darah nifas lebih cepat keluar dan tidak berbau. Penelitian tentang ramuan herbal kuah rujak yang diberikan kepada ibu pasca melahirkan di Kota Ternate sejauh ini belum dilakukan telaah lebih jauh untuk mendapatkan hasil yang maksimal, yang dapat digunakan sebagai

rujukan terhadap pelayanan kesehatan khususnya komplementer di Kota Ternate.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengalaman Ibu Nifas dalam mengkonsumsi Obat Herbal Kuah Rujak

Pertanyaan Penelitian

Bagaimana Pengalaman ibu nifas dalam mengkonsumsi obat Herbal Kuah Rujak ?

Tujuan Penelitian

Mengeksplorasi pengalaman ibu nifas dalam mengkonsumsi obat Herbal Kuah Rujak di Kota Ternate.

Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi dalam pelayanan kebidanan mengenai pengalaman ibu nifas dalam mengkonsumsi obat herbal kuah rujak.

2. Bagi Dinas Kesehatan Kota Ternate

Mendapatkan informasi bahwa penggunaan obat herbal kuah rujak sebagai pada ibu nifas digunakan ibu nifas sebagai pengobatan komplementer di Kota Ternate.

3. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi tentang pengalaman konsumsi obat herbal kuah rujak.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan *deskriptif eksploratif* dengan pendekatan metode kualitatif fenomenologi yang bertujuan untuk mengidentifikasi pengalaman ibu nifas yang mengkonsumsi obat herbal kuah rujak. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang hal yang dapat dialami subjek penelitian. Fenomenologi yang diteliti adalah pengalaman manusia melalui

deskripsi dari orang yang menjadi partisipan penelitian, sehingga peneliti dapat memahami pengalaman hidup partisipan.

Penelitian kualitatif lebih ditekankan pada penggunaan diri peneliti sebagai alat. Peneliti harus mampu mengungkapkan gejala social yang terdapat di lapangan dengan mengerahkan segenap fungsi inderawinya. Dengan demikian, peneliti harus dapat diterima oleh responden dan lingkungannya agar mampu mengungkap bahasa tutur, bahasa perilaku maupun ungkapan-ungkapan berkembang dalam diri dan lingkungan responden (Moleong, 2002)

Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto, 2002). Menurut Sugiono, populasi adalah wilayah generalisir yang terdiri atas obyek / subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang melahirkan pada 1 bulan pertama yang berada di Kota Ternate dengan periode melahirkan pada bulan Agustus s/d September 2013.

2. Sampel

Pada penelitian ini jumlah sampel adalah 7 orang dengan harapan terjadi saturasi data dengan jumlah sampel tersebut. Saturasi data dimaksudkan adanya kekhususan makna dari informasi yang diberikan oleh responden telah ditemukan. Pengambilan sampel ditentukan dengan teknik purposive sampling, yaitu menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu yang dipandang dapat memberikan data secara maksimal (Arikunto, 2006). Peneliti melakukan kontak yang informal dengan ibu nifas, berbincang-bincang

dan menggunakan teknik snowball yaitu peneliti memilih responden secara berantai dalam mencari responden berikutnya (Arikunto 2006). Jika pengumpulan data dari responden ke-1 sudah selesai, peneliti meminta agar responden tersebut memberikan rekomendasi untuk responden ke-2 dan begitu seterusnya. Adapun criteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Ibu nifas yang telah melahirkan 1 bulan yang lalu dan memiliki pengalaman dalam mengkonsumsi herbal kuah rujak.
- b. Bertempat tinggal di Kota Ternate
- c. Bersedia menjadi responden.

Penelitian ini juga mengikutsertakan anggota keluarga ibu nifas yang lain yang berhubungan dengan herbal kuah rujak seperti orang tua dalam hal ini ibu, nenek dan mertua sebagai data tambahan.

3. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kota Ternate, Maluku Utara. Adapun alasan pemilihan lokasi adalah berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Ternate bahwa pengaruh budaya daerah setempat terhadap pengobatan tradisional masih syarat dengan pengaruh budaya dan tradisi masyarakat setempat. Penelitian ini akan dilakukan pada Agustus sampai September 2013.

4. Pertimbangan Etik.

Dalam penelitian ini dilakukan pertimbangan etik, yaitu member penjelasan kepada calon responden penelitian tentang tujuan penelitian dan prosedur pelaksanaan penelitian. Apabila calon responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian, maka responden dipersilahkan untuk menandatangani *informed consent*. Jika responden menolak untuk diteliti, maka peneliti tidak akan memaksa dan menghormati hak-haknya.

Penelitian ini tidak menimbulkan resiko bagi individu yang menjadi responden, baik resiko fisik maupun psikis. Kerahasiaan catatan mengenai data responden dijaga dengan cara tidak menuliskan nama responden pada instrument, tetapi hanya menggunakan inisial saja. Dan seluruh data-data yang ada diperoleh dari responden juga hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

5. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Setelah mendapat izin dari Direktur Poltekkes Kemenkes Ternate, peneliti akan mengajukan surat penelitian kepada dinas kesehatan atau Puskesmas di daerah responden berdomisili. Kemudian mengadakan pendekatan kepada calon responden untuk mendapatkan persetujuan menjadi sampel penelitian.

- b. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menggunakan kuesioner data demografi sebagai data dasar, dan *indepth interview* yaitu wawancara mendalam dengan menggunakan *tape recorder* dan catatan lapangan. Wawancara dilakukan sekitar 60 menit dan dua kali pertemuan dengan satu responden. Untuk responden lainnya didapat dengan cara *snowball*. Setelah mencapai saturasi data maka pengumpulan data dapat dihentikan.

6. Analisa Data

Analisa data bertujuan untuk menyusun data dalam cara yang bermakna sehingga dapat dipahami. Analisis dilakukan terhadap data berdasarkan logika induktif. Analisa akan bergerak dari sesuatu hal yang khusus atau spesifik, yaitu yang diperoleh dilapangan, kearah suatu temuan yang bersifat umum, yang akan

muncul lewat analisis data berdasarkan teori yang digunakan.

Proses analisa data meliputi :

- a. Membaca semua deskripsi untuk mendapatkan alasan partisipan. Dalam hal ini, peneliti membaca semua deskripsi dan mendengarkan tape recorder beberapa waktu untuk mendapatkan rasa keakraban terhadap makna ekspresi partisipan dan untuk kepekaan peneliti terhadap cara setiap partisipan berbicara.
- b. Mengutip frase atau kalimat yang secara langsung menyinggung fenomena. Dalam langkah ini, frase dan kalimat signifikan yang menyinggung tentang pengalaman keluarga dengan anak yang menderita penyakit kronis. Pernyataan signifikan diformulasikan ke dalam bentuk yang lebih umum atau yang dinyatakan kembali untuk mentransformasikan bahasa konkrit partisipan ke dalam bahasa ilmiah.
- c. Formulasikan arti setiap pernyataan yang signifikan. Dalam hal ini, pernyataan yang signifikan dipelajari untuk diambil dan direkam pengertiannya.
- d. Mengorganisasikan kumpulan makna formulasi tersebut ke dalam kelompok tema. Dalam langkah ini, peneliti mengidentifikasi tema dari makna yang diformulasikan ke dalam kelompok dan kategori untuk mendapatkan tema umum pada deskripsi semua partisipan.
- e. Menyilangkan hasil deskripsi yang lengkap. Dalam analisis ini, deskripsi mendalam tentang pengalaman ibu nifas yang mengkonsumsi herbal kuah rujak yang diperoleh, yaitu integrasi narasi dari semua tema, kelompok tema dan kategori tema.
- f. Formula deskripsi mendalam dengan pernyataan tegas dari struktur fenomena tersebut. Dalam

langkah ini peneliti mengembangkan deskripsi mendalam untuk memperoleh pengetahuan dalam struktur pengalaman hidup. Peneliti memformulasikan struktur esensial dari pengalaman ibu nifas dalam mengkonsumsi herbal kuah rujak.

7. Tingkat Kepercayaan Data

Tingkat kepercayaan data diperiksa dengan cara *member checking*. Cara ini merupakan suatu teknik untuk mempertahankan kepercayaan data, dengan cara ini partisipan memverifikasi dan menguraikan data yang telah diperoleh. Jadi dengan cara ini peneliti mengklarifikasi dan menguraikan data yang telah diperoleh. Kemudian peneliti mengklarifikasi kembali data yang telah diperoleh kepada partisipan untuk mengetahui kesesuaiannya.

Proses memberi checking dilakukan saat peneliti dengan partisipan, member fotokopi transkrip, untuk kemudian mendiskusikan kembali dengan partisipan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pada bab ini akan dideskripsikan tentang karakter tempat penelitian, gambaran umum responden dan hasil penelitian yang disajikan dalam bentuk narasi beserta penjelasannya.

Gambaran Umum

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 Agustus s/d 25 September 2013 di Kel Kalumata Kota Ternate Selatan dan Kel Sangaji Kota Ternate Utara. Penelitian dilakukan di wilayah Kota Ternate Provinsi Maluku Utara yang terletak pada posisi $0^{\circ} - 2^{\circ}$ Lintang Utara dan $126^{\circ} - 128^{\circ}$ Bujur Timur. Luas daratan Kota Ternate sebesar $249,6 \text{ KM}^2$ sementara luas lautannya $5.547.55 \text{ KM}^2$. Kawasan Pulau Ternate seluruhnya dikelilingi oleh laut dan mempunyai batas-batas Sebelah Utara berbatasan dengan laut Maluku, Sebelah Selatan berbatasan dengan Laut Maluku, Sebelah Timur berbatasan dengan selat

Halmahera, Sebelah Barat Berbatasan dengan Laut Maluku.

Kota Ternate terbagi menjadi 6 (enam) kecamatan yaitu, Kecamatan Ternate Selatan, Kecamatan Ternate Utara, Kecamatan Ternate Tengah. Kecamatan Pulau, Kecamatan Hiri dan Kecamatan Batang Dua dengan Jumlah penduduk mencapai 182.109 jiwa. Sejak dahulu kala berdasarkan sejarah Kota Ternate merupakan daerah kerajaan islam tertua pemerintahannya di pimpin oleh seorang Raja atau Sultan, Kota Ternate syarat dengan adat istiadat yang masih dipelihara sampai sekarang. Kota Ternate memiliki struktur budaya yang heterogen dan memegang kuat tradisi dan adat setempat, dalam kehidupan sehari-hari, termasuk perilaku kesehatan yang masih memegang kuat kepercayaan leluhur. Para leluhur menurunkan tradisi kepada setiap bala atau warga masyarakat hingga dipelihara sampai sekarang.

Penelitian ini secara eksplorasi menggali pengalaman ibu nifas di Kota Ternate yang melakukan praktik budaya dalam hal ini mengkonsumsi herbal kuah rujak dalam menjaga kondisi kesehatan dalam masa nifas. Yang dapat kita lihat dalam penjelasan dan pembahasan penelitian tentang pengalaman ibu nifas dalam mengkonsumsi herbal kuah rujak di Kota Ternate.

Karakteristik Responden

Kotak I:

"Pernah, saya dengar dari sayape kaka ipar," (Res.1)

"Pernah, waktu anak pertama, tapi waktu anak pertama saya tar minum, baru minum sekarang d anak kedua nih" (Res.2)

"Pernah, saya dengar dari saya pe mama mantu" (Res. 3)

"Ooo kuah rujak nih, saya dengar dari saya pe mama" (Res. 4)

"Saya sering dengar karena saya pe mama tua dukun terlatih, jd dari dulu so dengar" (Res.5)

"saya dengar dari saya pe mama" Res 6)

"Tau, kuah rujak nih,,suka saya ada minum nih" (Res.7)

Sampel dalam penelitian ini terdiri dari ibu nifas dengan usia masa nifas kurang dari 1 bulan, dengan paritas berbeda-beda, jumlah responden berjumlah 7 orang. Pengambilan data responden dilakukan melalui wawancara mendalam.

Penelitian ini bertujuan mengetahui lebih jauh tentang pengalaman pengkonsumsian Herbal Kuah Rujak pada Ibu Nifas di Kota Ternate terhadap yang dikonsumsi ibu nifas, yang menurunkan tradisi herbal kuah rujak, kebiasaan konsumsi, manfaat yang dirasakan oleh ibu nifas yang berkaitan dengan herbal kuah rujak yang terdiri dari konsumsi herbal kuah rujak dan manfaat yang dirasakan setelah mengkonsumsi herbal kuah rujak pada ibu nifas di Kota Ternate, hal ini dapat dilihat pada penjelasan dan pembahasan berikut ini.

Analisis dan pembahasan Herbal Kuah Rujak

Informasi yang ingin didapat dari hasil wawancara mendalam tentang herbal kuah rujak yang dikonsumsi ibu nifas di Kota Ternate dapat dilihat pada hasil wawancara mendalam melalui 7 responden (ibu nifas) di Kota Ternate bahwa yang dikonsumsi pada masa nifas adalah herbal kuah rujak ini dapat dilihat bahwa dari 7 orang responden, semua mengatakan bahwa mereka pernah dan telah lama memperoleh informasi tentang kuah rujak sebagaimana yang diungkap oleh responden berikut ini :

Berdasarkan hasil wawancara 7 responden (ibu nifas) pada kotak 1 di atas

dapat dilihat bahwa semua ibu nifas yang diwawancarai mengetahui dan

mengonsumsi herbal kuah. Pernyataan ini sesuai dengan latar belakang ditemukan tanaman herbal dimana keragaman obat tradisional di tanah air, telah memperkaya khasanah ilmu pengetahuan, dan kesehatan bangsa kita. Indonesia menjadi salah satu pusat tanaman obat di dunia. Ribuan jenis tumbuhan tropis, tumbuh subur di seluruh pelosok negeri². Umumnya masyarakat di

Maluku Utara khususnya Kota Ternate merupakan masyarakat yang masih memegang adat istiadat dan kebiasaan yang turun temurun dipertahankan oleh masyarakat setempat.

Mengenai dimana dan siapa diperoleh informasi kuah rujak dapat kita lihat penjelasan dan informasi dari responden (ibu nifas) berikut ini :

Kotak 2:

"dengar so lama saya dengar dari saya pe kaka ipar,"(Res.1)

"waktu anak pertama, tapi waktu anak pertama saya tar minum, baru minum sekarang d anak kedua nih"(Res.2)

"saya dengar dari saya pe mama mantuwaktu saya melahirkan anak pertama" (Res. 3)

"Ooo kuah rujak nih, saya dengar dari saya pe mama seblum hamil so dengar " (Res. 4)

"Saya sering dengar karena saya pe mama tua dukun terlatih, jd dari dulu so dengar" (Res.5)

"saya dengar dari saya pe mama jaga cerita orang banyak yang pake "Res 6)

"so lama saya dengar, dari dulu-dulu trg pe orang tua kase cerita" (Res.7)

Dari informasi pada kotak 2 diatas dapat dilihat bahwa dari 7 responden (Ibu nifas) 6 responden mengatakan bahwa informasi tentang herbal kuah rujak yang mereka peroleh bersumber dari orang tua mereka, 1 responden mengatakan mengetahui informasi herbal kuah rujak dari kakak ipar, menurut kaka ipar informasi didapat dari orang tua mereka. Berdasarkan hasil wawancara mendalam kepada 7 responden mereka mengetahui informasi herbal kuah rujak sejak lama seperti mulai dari anak pertama mereka sampai pada kehamilan sekarang, sehingga dapat disimpulkan bahwa informasi tentang herbal kuah rujak diperoleh dari orang sebelumnya atau melalui pengalaman sebelumnya yang mereka peroleh dari orang tua terdahulu dan diketahui sejak lama.

Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh penemu tanaman obat di negeri asal muasal tanaman herbal ditemukan bahwa Budaya Asia sebagai pelopor penggunaan herbal di dunia memberikan dampak yang positif bagi kemajuan pengobatan komplementer (herbal) di dunia. Hal ini telah dilakukan

sejak turun temurun yang tidak terlepas dari budaya (cultur), suku, agama dan ras para leluhur. Pengetahuan diperoleh dari pengalaman terdahulu yang dirasa bermanfaat untuk kelangsungan hidup akan tetap dipelihara pada generasi-generasi berikut dalam penggunaan obat herbal bagi kesehatan².

Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber, misalnya media massa, media elektronik, buku petunjuk, media poster, kerabat dekat dan sebagainya. Pengetahuan ini dapat membentuk keyakinan tertentu sehingga seseorang berperilaku sesuai keyakinan tersebut⁹.

Pengetahuan adalah kemampuan intelektual responden yang mencakup pemahaman materi. Pengetahuan merupakan proses mencari tahu, dari yang tadinya tidak tahu menjadi tahu, dan tidak dapat menjadi dapat. Dalam proses mencari tahu ini mencakup berbagai metode dan konsep-konsep, baik melalui proses pendidikan, pelatihan maupun melalui pengalaman.

Dari pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa semua ibu nifas yang berada di Kota Ternate mengetahui dan mengkonsumsi herbal kuah rujak dan perilaku ini dilakukan turun temurun oleh para leluhur dan akan terus dipelihara.

Konsumsi Herbal Kuah Rujak

Informasi yang ingin didapat dari hasil wawancara mendalam tentang konsumsi herbal kuah rujak yang meliputi

bagaimana ibu nifas mengkonsumsi herbal kuah rujak (cara pengolahan herbal kuah rujak, campuran atau komposisi herbal kuah rujak, dosis atau takaran konsumsi herbal kuah rujak) oleh ibu nifas di Kota Ternate dapat dilihat pada hasil wawancara mendalam melalui 7 responden (ibu nifas) di Kota Ternate bahwa cara pengolahan herbal kuah rujak sebagaimana hasil wawancara pada Kotak 3 berikut ini :

Kotak 3 :

Torang tumbuk samua rampa jadi satu, baru campur dg air kira 2 gelas trus rebus di balanga tanah api pelan sampe mendidih dan tinggal 1 gelas saring dg minum”(Res.1)

“Campur samua bumbu tumbu jadi 1 tambahkan air rebus paling bagus pake belang tanah sampe mandidi baru minum”(Res.2)

“Tumbu samua rampa baru torang rabus di api pelan sampe mandidi baru saring dan lngsung minum”(Res.3)

“Kumpul samua rampa, tumbu samua rampa baru torang rabus mandidih trus minum”(Res.4)

“Tumbu samua rampa baru torang rabus sampe mendidih di balanga tanah saring dan minum”(Res. 5)

“Tumbu rampa smua baru torang rabus di api,sampe mandidi saring trus minum” (Res.6)

Campur samua bumbu tumbu jadi 1 tambahkan air rebus pake belang tanah sampe mandidih saring trus baru minum”(Res 7)

Dari hasil wawancara di atas pada kotak 3 dapat disimpulkan bahwa dari 7 responden (ibu nifas) 4 responden mengatakan bahwa cara pengolahan herbal kuah rujak dengan cara mengumpulkan semua rempah herbal kemudian ditumbuk dan direbus dengan air menggunakan panci yang terbuat dari

tanah liat sampai mendidih, 3 responden mengatakan ditumbuk dan diperah airnya kemudian di rebus bersamaan dengan campuran herbal tersebut.

Dalam perebusan obat herbal umumnya menggunakan wadah dari bahan anti karet, tanah liat, kaca atau email.

Kotak 4:

”Dia pe campuran guraka, lengkuas, guramakusu, kuning dengan gulamerah, air”(Res.1)

“Guraka dengan garamakusus, kuning, lengkuas, dengan gula merah dan air”(Res. 2)

“Rampa-rampa pe isi guraka, lengkuas, guramakusu, kuning dengan gulamerah, deng aer”(Res. 3)

“Rampa-rampa pe isi guraka, lengkuas, guramakusu, kuning dengan gulamerah, deng aer, rabus baru torang minum” (Res.4)

“Campuran kuah rujak guraka, lengkuas, guramakusu, kuning dengan gulamerah, asam jawa, deng aer, rabus baru torang minum”(Res.5)

“Rampa-rampa pe isi guraka, lengkuas, guramakusu, kuning dengan gulamerah, asam jawa, rica jawa deng aer mumasa sampe mandidi br dimunim” (Res.6)

Guraka dengan garamakusu, kuning, lengkuas, dengan gula merah dan air, tambah asam jawa dengan rica jawa, rebus saring minum”(Res. 7)

Gunakan air yang bersih untuk merebus. Sebaiknya menggunakan air tawar, kecuali ditentukan lain. Cara merebus bahan sebagai berikut, bahan dimasukan kedalam pot tanah, masukan air sampai bahan terendam seluruhnya dan permukaan air sekitar 30 mm diatasnya. Perebusan dimulai bila air telah meresap kadalam ramuan obat. Lakukanlah perebusan dengan api sesuai dengan petunjuk. Apabila nyala api tidak ditentukan, biasanya perebusan dilakukan dengan api besar sampai airnya mendidih. Selanjutnya

api dkecilkan untuk mencegah air rebusan meluap atau kering, meski demikian adakalanya api besar dan api kecil digunakan sendiri-sendiri sewaktu merebus bahan obat. Sabagi contoh, obat yang berkhasiat tonik umumnya direbus dengan api kecil sehingga zat berkhasiatnya dapat secara lengkap dikeluarkan dalam air rebusan.

Mengenai komposisi dalam herbal kuah rujak dari hasil wawancara mendalam pada 7 responden (ibu Nifas) diperoleh informasi sebagai berikut:

Kotak 5:

"Di minum pada hari pertama habis melahirkan sampe hari ke 12" (Res.1)
"Di minum pada hari ke-5 habis melahirkan sampe hari ke 10 minum sebelum makan"(Res.2)
"Pertama minum hari ke 7 abis melahirkan" (Res.3)
"Pertama minum hari ke 7 abis melahirkan"(Res. 4)
"Saya minum pertama kali pas 5 hari abis melahirkan" (Res.5)
"Pertama minum hari ke 3 abis melahirkan"(Res.6)
"3 hari habis melahirkan saya minum habis itu dalam 1 minggu 1 kali minum sampe lepas hari" (Res.7)

Dari hasil wawancara mendalam pada kota 4 diatas kepada 7 responden (ibu nifas) dapat disimpulkan bahwa semua responden (ibu nifas) menjelaskan komposisi dari herbal kuah rujak sama yaitu Jahe, akar sere, Kunyit, Lengkuas, Asam, gula aren, dan air kemudian di rebus hingga mendidih kemudian di konsumsi.

Kandungan herbal kuah rujak berdasarkan penelitian seperti gula aren dapat bermanfaat seperti 1) mendinginkan perut. 2) Rileks. Pada gula merah terdapat kandungan selenium yang cukup tinggi, sehingga bermanfaat melemaskan saraf Anda. 3) Zat besi. Gula merah memiliki kandungan zat besi yang dibutuhkan

Dari hasil wawancara mendalam kepada 7 responden (ibu nifas) pada kotak 5 di atas diperoleh hasil mengenai kapan ibu mengkonsumsi herbal kuah rujak adalah semua responden menjawab berbeda-beda waktu mengkonsumsi herbal kuah rujak pada masa nifas mulai dari hari pertama masa nifas, 3 hari masa nifas, 5

wanita, untuk mencegah terjadinya anemia atau kurang darah.4) Melawan kanker. 5) Makanan usai melahirkan. Di India, wanita yang usai melahirkan biasanya mengkonsumsi gula merah sebab ia banyak memberi energi untuk pemulihan tenaga. Selain itu juga gula merah mencegah terjadinya pembekuan darah. 6) Menghilangkan kram. Selenium pada gula merah membuatnya mampu membantu menghilangkan kram dan nyeri saat menstruasi.

Mengenai kapan ibu nifas mengkonsumsi herbal kuah rujak, berdasarkan hasil wawancara mendalam kepada 7 responden (ibu nifas) didapat hasil seperti pada kutipan berikut ini :

hari masa nifas 7 hari masa nifas sampai pada hari ke 12 masa nifas.

Mengenai dosis atau takaran herbal kuah rujak saat di konsumsi oleh ibu nifas berdasarkan hasil wawancara kepada 7 responden (ibu nifas) diperoleh hasil sebagai berikut :

Kotak 6:

"Minum setengah gelas, 3 kali sehari pagi, siang dan malam" (Res.1)

"Minum 1 gelas, 2 kali sehari pagi dan siang"(Res.2)

"1 gelas kecil, 3 kali pagi, siang dengan malam" (Res.3)

"1 gelas kecil, 3 kali pagi, siang dengan malam"(Res. 4)

"Minum 1 gelas sedang tiga hari berturut-turut tiap pagi sore, trus stop minum lagi setiap 1 minggu sekali." (Res.5)

"1 gelas kecil, minum 2 kali pagi dengan sore deng minum 2 hari sekali sampe darah so tar keluar" (Res.6)

"1 gelas kecil, minum 1 kali setiap pagi habis makan sampe darah so tar keluar"(Res.7)

Dari hasil wawancara mendalam kepada 7 responden (ibu nifas) di atas diperoleh hasil mengenai takaran dan dosis ibu mengkonsumsi herbal kuah rujak adalah semua responden menjawab berbeda-beda takaran dan dosis, mengenai takaran herbal kuah rujak yang dikonsumsi ibu nifas mulai 1 gelas ukuran kecil, 1 gelas ukuran sedang dan 1 gelas ukuran besar, dan dosisnya mulai dari 1 kali sehari, 2 kali sehari sampai 3 hari sehari. Hal ini tergantung dari pengalaman masing-masing ibu nifas terhadap kebiasaan mengkonsumsi herbal kuah rujak yang

diperoleh dari pengalaman orang dekat terdahulu. Perlu diketahui bahwa dosis dan takaran herbal kuah rujak sejauh ini belum dilakukan penelitian yang lebih lanjut sehingga belum dapat dijelaskan dosis dan takaran yang dipakai oleh ibu nifas yang mengkonsumsinya dapat efektif berpengaruh terhadap proses masa nifas.

Manfaat Herbal Kuah Rujak

Mengenai manfaat herbal kuah rujak dilakukan wawancara mendalam kepada 7 responden (ibu nifas) didapat hasil seperti pada pernyataan berikut ini:

Kotak 7 :

Ada karna abis minum, saya pe darah yang keluar lancar, puru rasa angkat"(Res. 4)

"Ada manfaat karena so jadi tradisi dari tahun ketahun, trus ada dia pe manfaat, saya waktu anak pertama minum, trus tar iko KB tp tar hamil, sampe dapat anak kedua skrg.." (Res.5)

"Ada, Karna abis minum, saya pe darah yang keluar lancar, puru tar sake, dengan darah tar babou, lebih bersih" (Res.6)

"Ada, Karna abis minum, saya pe darah yang keluar lancar dan cepat selesai,"(Res.7)

Dari wawancara mendalam tentang manfaat yang dirasakan ibu nifas setelah mengkonsumsi herbal kuah rujak pada 7 responden (ibu nifas) yang terdapat dalam kotak 5 didapatkan hasil bahwa semua responden mengatakan ada manfaat setelah mengkonsumsi herbal kuah rujak ini sesuai dengan pernyataan 7 responden (ibu nifas) yang mengatakan bahwa ada manfaat setelah mereka mengkonsumsi herbal kuah rujak seperti mereka merasakan badan segar, darah nifas yang

keluar lebih lancar, darah nifas tidak berbau busuk.

Berkaitan dengan penjelasan komposisi herbal kuah rujak yang terdiri dari Jahe, Asam Jawa, Akar Sere, dan Gula Aren bahwa beberapa sumber menjelaskan bahwa tanaman dan bahan dapur di atas sangat member manfaat pada tubuh. Ini sesuai dengan penelitian kandungan tanaman obat diatas seperti manfaat Jahe bagi kesehatan, Jika kita sering mengkonsumsi jahe dengan cara diseduh, biasanya kita akan berkeriat. 1)

Melalui keringat itulah dikeluarkan berbagai kotoan jahat yang ada di dalam tubuh, 2) Mencegah penggumpalan darah dan di dalam jahe terkandung senyawa yang bernama gingerol. Gingerol ini merupakan salah satu senyawa yang mampu mencegah penggumpalan darah karena akan berubah menjadi antikoagulan. Gula Aren bermanfaat; 1) mendinginkan perut. 2) Rileks. 3) Zat besi. 4) Melawan kanker. 5) Makanan usai melahirkan. 6) Menghilangkan kram. Selenium pada gula merah membuatnya mampu membantu menghilangkan kram dan nyeri saat menstruasi. Di India, wanita yang usai melahirkan biasanya mengkonsumsi gula merah sebab ia banyak memberi energi untuk pemulihan tenaga. Selain itu juga gula merah mencegah terjadinya pembekuan darah.³

Manfaat yang paling penting yang dirasakan oleh ibu adalah pengaruh Herbal Kuah rujak terhadap proses masa nifas adalah pengeluaran darah nifas atau lohchia seperti darah lebih lancar keluar, darah nifas yang tidak berbau, tidak ada nyeri perut serta manfaat lainnya terhadap tubuh seperti hasil pembahasan tentang manfaat herbal kuah rujak oleh 7 responden (ibu nifas) di atas. Sehingga perilaku ini perlu kita petugas kesehatan (bidan) yakini bahwa kultur atau budaya setempat merupakan salah satu cara atau teknik pengobatan ibu nifas di Kota Ternate.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian pada bab IV mengenai Pengalaman Pengkonsumsian Herbal Kuah Rujak pada ibu nifas di Kota Ternate yang terdiri dari apa yang dikonsumsi ibu nifas, siapa yang menyampaikan informasi Herbal Kuah Rujak, Bagaimana mengkonsumsi Herbal Kuah Rujak, dan manfaat apa yang dirasakan oleh ibu dapat dilihat pada kesimpulan berikut ini :

1. Semua responden (ibu nifas) yang diwawancarai semua mengkonsumsi herbal kuah rujak.
2. Semua responden (ibu nifas) yang diwawancarai memperoleh informasi dari orang terdekat seperti orang tua dan saudara, dimana informasi tersebut telah turun temurun diwariskan.
3. Semua responden (ibu nifas) yang diwawancarai memiliki cara pengolahan, komposisi herbal kuah rujak dan dosis serta takaran herbal kuah rujak hampir memiliki kesamaan.
4. Semua responden (ibu nifas) yang diwawancarai menjelaskan manfaat yang dirasakan setelah mengkonsumsi herbal kuah rujak terhadap proses masa nifas.
5. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa bidan meyakini kultur (budaya) dan perilaku ibu nifas di Kota Ternate merupakan salah satu teknik dalam pengobatan pada masa nifas.

Saran

Dari kesimpulan di atas dapat dikemukakan beberapa saran yaitu perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal, dimana hasil penelitian tersebut dapat memberikan legitimasi terhadap legalitas dari Badan POM (Pengawasan Obat dan Makanan) dari herbal kuah rujak yang dapat dikonsumsi secara aman.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrullah Amin, 2013. *Panduan Menyusun Proposal Skripsi Tesis & Disertasi*. Jakarta: Smart Pustaka
- Jannah, 2011, *Asuhan kebidanan Ibu Nifas*, Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Manuaba, 2012., *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta:EGC.
- Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta 2003

Puswanto Budhi, 2013., *Herbal dan Keperawatan Komplementer*, Yogyakarta: Medical Book.

Putri Widi Nugraheni, 2012, *Kunyi sebagai obat Maag*, Jawa Tengah

Prawirohardjo S, 2006, *Ilmu Kebidanan dan Kandungan*, Jakarta: EGC.

Sri Hartati W, 2011, *Deskripsi penelitian dasar tentang herbal Medicine*, Yogyakarta: UGM.

Sugiyono, 2006, *Metodologi Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif,*

kualitatif dan R&D, Bandung: Alfabeta.

Saleha, 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*, Jakarta: Salemba Medika.

Saryono Arisetiawan, 2010. *Metodologi penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2*. Yogyakarta: Medical Book.

Yulianti N, 2009., *Sehat cantik, bugar dengan Herbal dan Obat Tradisional*, Yogyakarta; Andi

