

**EFEKTIVITAS WEDANG JAHE TERHADAP
FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU
HAMIL TRIMESTER PERTAMA**
LITERATURE REVIEW

SKRIPSI



Oleh:
Della Farah Andika
NIM. 18010057

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2022**

**EFEKTIVITAS WEDANG JAHE TERHADAP
FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU
HAMIL TRIMESTER PERTAMA**

LITERATURE REVIEW

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)



Oleh :
Della Farah Andika
NIM. 18010057

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2022**

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji Allah SWT atas limpahan rahmat dan Ridho-nya yang senantiasa selalu memberikan kemudahan, petunjuk, kekuasaan dan keyakinan sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya.

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua Orang tua saya, Bapak dan Ibu yang telah memberikan segenap kasih sayang dan waktunya untuk membesarkan saya, serta do'a dan biaya hingga saya sampai pada titik ini dan menyandang gelar S.Kep.
2. Para Dosen dan keluarga besar Universitas dr. Soebandi yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan memberi banyak motivasi selama perkuliahan.
3. Teman angkatan 2018 khususnya kelas 2018 B yang selalu kompak dan semangat dalam menimba ilmu selama 4 tahun ini.
4. Sahabat seperjuangan saya Lovia, Nafis dan Hofifah yang senantiasa memberi support, tempat berdiskusi dan bantuan ide selama di bangku perkuliahan dan penyusunan skripsi. Semoga tetap semangat dalam perjuangan kita meraih cita-cita.

MOTTO

“Tangga Kesuksesan Tak Pernah Penuh Sesak Di Bagian Puncak”

LEMBAR PERNYATAAN ORISINILITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang berjudul “Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama: *Literatur Review*” adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi manapun.

Nama : Della Farah Andika

Nim : 18010057

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penyusunan Skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dan atau sanksi lainnya, sesuai dengan norma yang berlaku dalam perguruan tinggi ini.

Jember, 17 Januari 2022



Della Farah Andika
18010057

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar hasil pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

Jember, 27 September 2022

Pembimbing I



Kiswati, S.ST.,M.Kes
NIDN. 4017076801

Pembimbing II



Emi Eliya Astutik, S.Kep.,Ns.,M. Kep
NIDN. 0720028703

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul (*Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama*) telah di uji dan di sahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 4 Oktober 2022

Tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

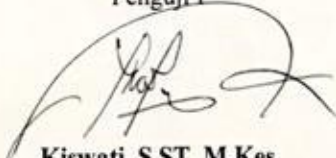
Universitas dr. Soebandi Jember

Tim Penguji

Ketua,


Sutrisno, S.ST., MM
NIDN.40060355

Penguji I

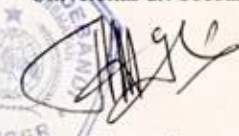

Kiswati, S.ST.,M.Kes
NIDN. 4017076801

Penguji II


Emi Eliva Astutik, S.Kep.,Ns.,M. Kep
NIDN. 0720028703

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi


apt. Lindawati Setyaningrum., M.Farm
NIDN. 0703068903

SKRIPSI

EFEKTIVITAS WEDANG JAHE TERHADAP FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER PERTAMA

LITERATURE REVIEW

Oleh :

Della Farah Andika

NIM. 18010057

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Kiswati, S.ST.,M.Kes

Dosen Pembimbing Anggota : Emi Eliya Astutik, S.Kep.,Ns.,M. Kep

ABSTRAK

Andika, Della Farah* Kiswati** Astutik, Emi Eliya***. 2022. **Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama**. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan.

Proses kehamilan terjadi perubahan fisiologi karena adanya hormon estrogen yang mengakibatkan peningkatan asam lambung sehingga menimbulkan efek mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Prevalensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama secara global sebesar 10%-46%, di Indonesia sebesar 50%-90%, dan di Jawa Timur sebesar 10%-15%. Penatalaksanaan non farmakologi untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama yaitu menggunakan wedang jahe. Tujuan *literature review* yaitu menjelaskan efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. *Literature review* ini menggunakan *systematic literature review*, pencarian database melalui SINTA dan *Google Scholar*, didapatkan 5 artikel tahun 2017-2022 yang menggunakan seleksi PICOS dengan kriteria inklusi ibu hamil trimester pertama mengalami mual muntah, intervensi wedang jahe, study design pre-eksperimen dan quasy eksperimen dengan kata kunci wedang jahe, mual muntah, ibu hamil trimester pertama. Frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sebelum diberikan wedang jahe 4 artikel kategori sedang dan 1 artikel kategori berat. Frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama sesudah diberikan wedang jahe 5 artikel kategori ringan. Ada penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sebelum dan sesudah diberikan wedang jahe. Wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Jahe memiliki senyawa minyak atsiri yang dapat menyegarkan dan memblokir reflek mual muntah, sedangkan gingerol dapat melancarkan darah dan saraf bekerja dengan baik. Ibu hamil trimester pertama dapat minum wedang jahe pada saat pagi dan sore hari.

Kata Kunci: Wedang Jahe, Mual Muntah, Ibu Hamil Trimester Pertama

*Peneliti

**Pembimbing 1

***Pembimbing 2

ABSTRACT

Andika, Della Farah* Kiswati** Astutik, Emi Eliya***. 2022. ***The Effectiveness of Wedang Ginger on the Frequency of Nausea Vomiting in First Trimester Pregnant Women***. Nursing Science Study Program, Faculty of Health Sciences.

The process of pregnancy occurs physiological changes due to the presence of the hormone estrogen which results in an increase in stomach acid, causing nausea and vomiting effects in first trimester pregnant women. Globally, the prevalence of nausea and vomiting in first trimester pregnant women is 10%-46%, in Indonesia it is 50%-90%, and in East Java it is 10%-15%. Non-pharmacological management to treat nausea and vomiting in first trimester pregnant women is using ginger wedang. The purpose of the literature review is to explain the effectiveness of wedang ginger on the frequency of nausea and vomiting in first trimester pregnant women. This literature review uses a systematic literature review, database searches through SINTA and Google Scholar, obtained 5 articles in 2017-2022 using the PICOS selection with the inclusion criteria of first trimester pregnant women experiencing nausea and vomiting, ginger wedang intervention, pre-experimental study design and quasi-experimental with the keywords wedang ginger, nausea and vomiting, first trimester pregnant women. The frequency of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester before being given ginger wedang was mostly in the moderate category. The frequency of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester after being given ginger wedang was mostly in the mild category. There was a decrease in the frequency of nausea and vomiting in the first trimester pregnant women before being given ginger wedang, mostly in the moderate category. Wedang ginger is effective against the frequency of nausea and vomiting in first trimester pregnant women. The essential oil in ginger has a refreshing effect and blocks the nausea and vomiting reflex, while gingerol can stimulate blood and nerves to work well. Pregnant women in the first trimester can drink ginger tea in the morning and evening.

Keywords: Wedang Ginger, Nausea Vomiting, First Trimester Pregnant Women

***Researcher**

****Mentor 1**

*****Mentor2**

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember dengan judul “Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama”. Selama proses penyusunan skripsi ini penulis dibimbing dan dibantu oleh berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Lulut Sasmito, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Yayasan Universitas dr. Soebandi Jember yang telah memberikan fasilitas sarana dan prasarana dalam penyusunan skripsi ini.
2. Drs. Said Mardijanto, S.Kep., Ns., MM selaku Rektor Universitas dr. Soebandi Jember yang telah memberikan fasilitas sarana dan prasarana dalam penyusunan skripsi ini.
3. Hella Meldy Tursina, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan ijin dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ns. Irwina Angelia Silvanasari, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan ijin dalam penyusunan skripsi ini.
5. Sutrisno, S.ST.,MM selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan dan pengarahan guna penyempurnaan penulisan skripsi ini.

6. Kiswati, S.ST.,M.Kes selaku pembimbing I dan penguji I yang telah memberikan nasehat-nasehat dan meluangkan waktu untuk membimbing penulis dengan penuh kesabaran.
7. Emi Eliya Astutik, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing II dan penguji II yang telah memberikan nasehat-nasehat dan meluangkan waktu untuk membimbing penulis dengan penuh kesabaran.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran untuk perbaikan di masa mendatang.

Jember, 17 Januari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	iv
LEMBAR PERNYATAAN ORISINILITAS	v
LEMBAR PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
HALAMAN PEMBIMBING	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN.....	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Kehamilan.....	6
2.1.1 Definisi Kehamilan.....	6
2.1.2 Proses Kehamilan	6
2.1.3 Tanda-Tanda Kehamilan	7
2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kehamilan	7
2.1.5 Periode Kehamilan	8
2.2 Konsep Ibu Hamil Trimester Pertama	8
2.2.1 Definisi Ibu Hamil Trimester Pertama.....	8
2.2.2 Adaptasi Fisiologis dan Psikologis Ibu Hamil Trimester Pertama	8
2.2.3 Kebutuhan Dasar Ibu Hamil Trimester Pertama.....	9
2.2.4 Macam Tanda Bahaya Ibu Hamil Trimester Pertama.....	10
2.3 Mual dan Muntah.....	11
2.3.1 Definisi Mual dan Muntah	11
2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Mual dan Muntah	11
2.3.3 Tingkat Mual dan Muntah	12
2.3.4 Komplikasi Mual dan Muntah	13
2.3.5 Pengukuran Mual dan Muntah.....	13
2.3.6 Penatalaksanaan Mual dan Muntah	14

2.4 Konsep Jahe	15
2.4.1 Definisi Jahe	15
2.4.2 Karakteristik Jahe	16
2.4.3 Manfaat Jahe	16
2.4.4 Teknik Pembuatan Jahe	17
2.5 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama	19
2.6 Kerangka Teori	21
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Strategi Pencarian <i>Literature</i>	22
3.1.1 Protokol dan Registrasi	22
3.1.2 <i>Database</i> Pencarian	22
3.1.3 Kata Kunci	22
3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	23
3.3 Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas.....	24
3.3.1 Hasil Pencarian dan Seleksi Studi.....	24
BAB 4 HASIL DAN ANALISIS	27
4.1 Hasil	27
4.1.1 Karakteristik Studi.....	27
4.1.2 Hasil Seleksi Artikel.....	28
4.1.3 Karakteristik Responden Studi	32
4.2 Analisis	
4.2.1 Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum Pemberian Wedang Jahe	33
4.2.2 Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sesudah Pemberian Wedang Jahe	34
4.2.3 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama	35
BAB 5 PEMBAHASAN	37
5.1 Identifikasi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum Pemberian Wedang Jahe.....	37
5.2 Identifikasi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sesudah Pemberian Wedang Jahe	39
5.3 Analisis Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama	41
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
6.1 Kesimpulan	44
6.1.1 Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum Pemberian Wedang Jahe	44
6.1.2 Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sesudah Pemberian Wedang Jahe	44
6.1.3 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama	44
6.2 Saran	44
6.2.1 Bagi Masyarakat.....	44
6.2.2 Bagi Institusi Keperawatan.....	45

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46

DAFTAR TABEL

2.1 Pengukuran Mual dan Muntah.....	14
2.2 Karakteristik Jahe.....	16
3.1 Kata Kunci	23
3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi dengan Format PICOS	24
4.1 Karakteristik Studi	27
4.2 Hasil Telusur Artikel.....	28
4.3 Distribusi Frekuensi Usia Responden.....	32
4.4 Distribusi Frekuensi Status Gravida Responden.....	32
4.5 Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum Pemberian Wedang Jahe.....	33
4.6 Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sesudah Pemberian Wedang Jahe.....	34
4.7 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama	35

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Teori	21
3.1 Kerangka Kerja <i>Literature Review</i> Berdasarkan PRISMA	26

DAFTAR LAMPIRAN

Rencana Penyusunan Skripsi	49
Review Artikel	50
Lembar Konsul.....	87

DAFTAR SINGKATAN

Depkes	: Departemen Kesehatan
Kemenkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
BAK	: Buang Air Kecil
mg	: Miligram
kcal	: Kilokalori
HPHT	: Hari Pertama Haid Terakhir
GAE	: <i>Gallic Acid Equivalent</i>
HCG	: <i>Human Chorionic Gonadotrophin</i>
PUQE	: <i>Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea</i>

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan penyatuan dari spermatozoa dan ovum, dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi (Evayanti, 2015). Pada proses kehamilan terjadi kondisi krisis yang memerlukan adaptasi psikologis dan fisiologis terhadap pengaruh hormon kehamilan dan tekanan mekanis akibat pembesaran uterus dan jaringan lain (Bobak *et al*, 2015). Kehamilan mempengaruhi tubuh ibu secara keseluruhan dengan menimbulkan perubahan-perubahan fisiologi, perubahan ini terjadi akibat adanya ketidakseimbangan hormon progesteron dan estrogen yakni hormon kewanitaan yang ada didalam tubuh ibu sejak terjadinya proses kehamilan (Mandriwati, 2012).

Perubahan karena hormon estrogen akan mengakibatkan pengeluaran asam lambung yang berlebih sehingga menimbulkan efek mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama (Beckmann *et al*, 2014). Mual dan muntah pada ibu hamil disebut *emesis gravidarum* dan gejala-gejala ini biasanya terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung kurang lebih 10 minggu (Wiknjosastro, 2010). Mual dan muntah seringkali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi di awal kehamilan (Ayu, 2016). Diagnosa keperawatan yang muncul pada mual dan muntah diawal kehamilan yaitu gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit (Nurarif, 2015). Ketidakseimbangan cairan dan elektrolit dapat

menyebabkan dehidrasi, apabila hal ini tidak ditangani secara tepat dan cepat maka akan berakibat buruk bahkan menyebabkan kematian ibu dan janin (Hardiani *et al*, 2012).

Prevalensi data di dunia terjadinya mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sebesar 10%-46% (George *et al*, 2018). Kasus mual dan muntah di Indonesia menurut Departemen Kesehatan dalam Julian (2020) terdapat 50%-90% dialami oleh ibu hamil trimester pertama dari seluruh kehamilan (Julian, 2020). Provinsi Jawa Timur kejadian mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sebesar 10%-15% (Depkes RI, 2017). Data tingginya mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama juga didukung oleh salah satu penelitian yang diketahui bahwa secara keseluruhan responden mengalami mual dan muntah, dimana sebanyak 37,5% mual dan muntah tingkat berat (Henukh *et al*, 2019).

Dampak mual dan muntah bagi ibu hamil trimester pertama dapat berpotensi besar mengalami dehidrasi, kekurangan cadangan karbohidrat dan lemak dalam tubuh, terjadi robekan kecil pada selaput lendir esofagus dan lambung atau *syndrome mallery weiss* akibat perdarahan *gastrointestinal*, dan dapat berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (Irianti, 2014). Faktor yang mempengaruhi terjadinya mual dan muntah yaitu lingkungan, sosial, budaya, ekonomi, stres, dukungan suami dan keluarga (Prawirohardjo, 2010). Mual dan muntah pada ibu hamil trimester I membutuhkan penanganan yang cepat dan tepat (Wayan, 2021).

Penatalaksanaan untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dapat dilakukan dengan cara penatalaksanaan farmakologi seperti pemberian Vitamin atau pengobatan sedatif ringan, dan penatalaksanaan non farmakologi dengan cara *akupuntur*, akupresur dan wedang jahe (Setiawan, 2012). Terapi wedang jahe menjadi alasan masyarakat untuk dijadikan salah satu alternatif pilihan dalam mengatasi mual muntah karena mudah dilakukan, selain itu wedang jahe bersifat non infasif, murah, sederhana, efektif dan tanpa efek samping yang merugikan (Runiari, 2010). Perbandingan efektivitas wedang jahe dengan pengobatan alternatif lainnya dibuktikan oleh Sumarni *et al* (2019) yang menyebutkan bahwa pemberian wedang jahe lebih efektif dibandingkan dengan pemberian daun mint untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Jahe dapat meredakan gangguan pada mukosa gastrointestinal yang dimediasi oleh saraf vagus sehingga merelaksasikan otot-otot saluran pencernaan dan mual muntah dapat berkurang (Indrayani *et al*, 2018). Jahe memiliki senyawa minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek mual dan muntah, sedangkan gingerol dapat melancarkan darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik (Ramadhanti *et al*, 2021). Kandungan yang terdapat didalam jahe yaitu zingiberol, kurkumen, flandrena, bisabilena, zingiberena (zingirona), *gingerol*, resin pahit dan vitamin A yang dapat meningkatkan serotonin dalam saluran pencernaan yang kemudian diyakini dapat mengatasi mual dan muntah karena memberi

rasa nyaman dalam perut (Ahmad, 2013). Keefektifan air rebusan jahe pada ibu hamil trimester pertama dibuktikan oleh salah satu penelitian yang diketahui bahwa ada pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I dengan nilai *p-value* 0,000 (Harahap *et al*, 2020).

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan *literature review* artikel dengan judul efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

1.2 Rumusan Masalah

“Bagaimanakah Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama berdasarkan *literature review* ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama berdasarkan *literature review*.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama sebelum pemberian wedang jahe.
- b. Mengidentifikasi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama sesudah pemberian wedang jahe.
- c. Mendeskripsikan hasil analisis efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Literature review ini sebagai bentuk pengembangan keilmuan dalam dunia keperawatan dan sebagai tambahan referensi dalam melakukan pengembangan intervensi maupun penelitian khususnya dalam mengatasi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan keilmuan dalam bidang penelitian dan ilmu keperawatan khususnya terhadap tindakan mengatasi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai tambahan referensi dalam bidang riset khususnya dalam ilmu keperawatan tentang pengaruh wedang jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama, serta sebagai *upgrade* keilmuan pada mahasiswa dalam membuat dokumen keperawatan.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi masyarakat dalam mengatasi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan terapi wedang jahe.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Kehamilan

2.1.1 Definisi Kehamilan

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah dan fisiologis (Yanti, 2017). Menurut Yulistiana (2015), kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Lamanya kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu) dihitung dari hari pertama haid terakhir (Widatiningsih *et al*, 2017).

2.1.2 Proses Kehamilan

Menurut Prawirohardjo (2014) proses terjadinya kehamilan dibagi menjadi 3, yaitu :

- a. Pembuahan (fertilisasi): pembuahan terjadi saat oosit sekunder yang mengandung ovum dibuahi oleh sperma atau terjadi penyatuan ovum dan sperma.
- b. Nidasi (implantasi): masuknya atau tertanamnya hasil konsepsi pada stadium blatokista (*blastula*) umumnya nidasi terjadi di dinding depan atau belakang uterus (*endometrium*), dekat pada fundus uteri, jika nidasi terjadi maka disebut kehamilan.
- c. Plasentasi: proses pembentukan struktur dan jenis plasenta.

2.1.3 Tanda-Tanda Kehamilan

Menurut Widatiningsih *et al* (2017) tanda–tanda kehamilan dibagi menjadi tiga yaitu :

- a. Tanda dugaan hamil (*presumptif sign*): perubahan fisiologis yang dialami pada wanita namun sedikit sekali mengarah pada kehamilan, seperti *amenorea*, *nausea* dan *vomitus*, *mengidam*, *fatigue*, *mastodynia* dan *quickenig*.
- b. Tanda tidak pasti kehamilan (*probable sign*): dapat ditandai dengan peningkatan suhu tubuh, perut membesar, uterus membesar, tanda chadwick, vulva dan vagina kebiruaan, serta kontraksi uterus.
- c. Tanda pasti kehamilan (*positive sign*): dapat ditandai dengan teraba bagian-bagian janin, gerakan janin dan denyut jantung janin.

2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kehamilan

Menurut Romauli (2011) faktor-faktor yang mempengaruhi kehamilan antara lain :

- a. Faktor fisik, seperti: status kesehatan dan status gizi
- b. Faktor psikologi, muncul karena ketidakmatangan di dalam perkembangan emosional seperti: stressor, dukungan keluarga, *substance abuse*, *partner abuse*.
- c. Gaya hidup, seperti: lingkungan sosial, adat dan istiadat serta ekonomi.

2.1.5 Periode Kehamilan

Periode dalam kehamilan terbagi dalam 3 triwulan atau trimester, yaitu:

- a. Trimester pertama: kehamilan 1 - 12 minggu.
- b. Trimester dua: kehamilan 13 minggu – 24 minggu.
- c. Trimester tiga: kehamilan 25 minggu – 36 minggu/40 minggu (Fathonah, 2016).

2.2 Konsep Ibu Hamil Trimester Pertama

2.2.1 Definisi Ibu Hamil Trimester Pertama

Ibu hamil trimester pertama adalah orang yang sedang dalam proses pembuahan awal untuk melanjutkan keturunan dari embrio atau fetus didalam tubuh 0 – 12 minggu (Fathonah, 2016). Seorang ibu hamil harus mempersiapkan diri sebaik-baiknya agar tidak menimbulkan permasalahan pada kesehatan ibu, bayi, dan saat proses kelahiran (Sari *et al*, 2018). Pada ibu hamil trimester pertama, gejala yang sering terjadi adalah mual dan muntah (Astuti, 2015).

2.2.2 Adaptasi Fisiologis dan Psikologis Ibu Hamil Trimester Pertama

Menurut Walyani (2015) pada ibu hamil trimester pertama akan mengalami adaptasi fisiologis dan psikologis, antara lain :

- a. Adaptasi fisiologis: seorang ibu akan selalu mencari tanda untuk lebih meyakinkan bahwa dirinya memang hamil. Perubahan fisiologis meliputi pembesaran payudara, sering BAK, konstipasi, mual dan muntah, merasa lelah, pusing, kram perut dan berat badan meningkat.

- b. Adaptasi psikologis: ditandai dengan adanya penyesuaian terhadap ide-ide menjadi orang tua, tingkat hormon yang tinggi, terkadang muncul penolakan, kecemasan dan kesedihan.

2.2.3 Kebutuhan Dasar Ibu Hamil Trimester Pertama

Ibu hamil trimester pertama perlu mengonsumsi makanan dengan kualitas gizi yang sehat dan seimbang, karena pada dasarnya selama kehamilan berbagai zat gizi yang kita konsumsi akan berdampak langsung pada kesehatan dan perkembangan janin ibu sendiri. Menurut Romauli (2011) kebutuhan dasar ibu hamil trimester pertama diantaranya:

- a. Diet: mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi (150 mg besi sulfat, 300 mg besi glukonat), asam folat (0,4 - 0,8 mg/hari), kalori sekitar 23000 kkal), protein (74 gr/hari), vitamin dan garam mineral (kalsium, fosfor, magnesium, seng, yodium) serta minum 6-8 gelas sehari.
- b. Pergerakan badan: sebagai bentuk olahraga tubuh yang bermanfaat melatih otot-otot dalam ibu menjadi lebih fleksibel/ lentur sehingga memudahkan jalan untuk calon bayi ibu saat memasuki proses persalinan dan juga mendukung sistem kerja tubuh ibu selama hamil sehingga ibu yang memiliki nafsu makan yang tinggi dan berat badan yang lebih dapat terkontrol.
- c. *Hygiene*: ibu dianjurkan untuk menjaga kebersihan badan untuk mengurangi kemungkinan infeksi.

- d. Koitus: hubungan seksual selama masa kehamilan pada umumnya diperbolehkan asalkan dilakukan dengan hati-hati dan kehamilan pada kondisi normal, karena beberapa komplikasi atau gejala yang tidak biasa bisa muncul setelah atau selama melakukan hubungan seksual, seperti rasa nyeri, kontraksi atau keluar darah.

2.2.4 Macam Tanda Bahaya Ibu Hamil

Macam tanda bahaya kehamilan menurut Sulistyawati (2012) terdiri dari:

- a. Perdarahan Pervaginam: pada awal kehamilan perdarahan yang tidak normal adalah yang merah, perdarahan yang banyak, atau perdarahan yang sangat menyakitkan. Perdarahan ini dapat berarti aborsi, kehamilan mola atau kehamilan ektopik.
- b. Sakit kepala hebat: menunjukkan suatu masalah yang serius adalah sakit kepala hebat yang menetap dan tidak hilang dengan beristirahat, biasanya dengan sakit kepala yang hebat tersebut, ibu mungkin menemukan bahwa penglihatannya menjadi kabur atau berbayang. Sakit kepala yang hebat dalam kehamilan adalah gejala dari pre-eklmpsia.
- c. Nyeri perut yang hebat: menunjukkan masalah pada appendiksitis, kehamilan ektopik, aborsi, penyakit tulang pelviksiritasi uterus, infeksi saluran kemih atau infeksi lainnya.
- d. Mual dan muntah: gejala ini bisa terjadi 6 minggu setelah HPHT berlangsung selama 10 minggu. Ibu hamil yang mengalami mual dan muntah lebih dari 7 kali sehari disertai kondisi yang lemah, tidak selera

makan, berat badan turun, nyeri ulu hati kemungkinan merupakan suatu tanda ibu hamil menderita penyakit berat.

2.3 Konsep Mual dan Muntah

2.3.1 Definisi Mual dan Muntah

Mual muntah atau emesis gravidarum merupakan keadaan yang dialami oleh wanita hamil umumnya pada kehamilan trimester pertama (Rosalinna, 2019). Gejala mual muntah merupakan gejala yang biasa terjadi pada kehamilan awal yaitu trimester pertama dan terjadi pada pagi hari maupun malam hari (Anwar *et al*, 2011). Kejadian mual dan muntah menyebabkan pusing, perut kembung dan badan terasa lemas disertai keluarnya isi perut melalui mulut dengan frekuensi kurang dari 5 kali sehari pada ibu hamil trimester pertama (Kemenkes RI, 2013).

2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Mual dan Muntah

Menurut Safari (2017) faktor-faktor yang mempengaruhi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama yaitu:

- a. Hormonal: disebabkan oleh perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar HCG (*human chorionic gonadotrophin*), khususnya karena periode mual atau muntah gestasional yang paling umum adalah pada 12-16 minggu pertama, yang pada saat itu, HCG mencapai kadar tingginya. Efek kadar HCG yang tinggi pada trimester pertama menimbulkan rasa mual dan muntah.

- b. Psikologis: takut terhadap kehamilan dan persalinan, rumah tangga retak, kecemasan atau takut terhadap tanggung jawab sebagai ibu dapat mengakibatkan konflik mental yang memperberat mual muntah sebagai ekspresi.
- c. Status gravida: sebagian besar ibu primigravida belum mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan *koreonik gonadotropin* sehingga lebih sering terjadi mual dan muntah.
- d. Faktor lingkungan: kondisi lingkungan juga turut menjadi faktor yang memengaruhi perkembangan janin, seperti polusi udara dari kendaraan bermotor.

2.3.3 Tingkat Mual dan Muntah

Tingkat mual dan muntah berdasarkan berat dan ringannya gejala dibagi menjadi 3, yaitu:

- a. Stadium pertama: mual-muntah terus-menerus menyebabkan penderita lemah tidak mau makan, berat badan turun dan rasa nyeri epigastrium, nadi sekitar 100x/menit, tekanan darah menurun, turgor kulit kurang, lidah kering, mata cekung.
- b. Stadium kedua: keadaan umum lebih parah lemas, apatis, turgor kulit jelek, lidah kering dan kotor; nadi kecil dan cepat, suhu badan naik dan dehidrasi, ikterus ringan, berat badan turun, mata cekung, tensi turun, hemokonsentrasi, oliguri dan konstipasi.

- c. Stadium ketiga: keadaan umum jelek, kesadaran sangat menurun, samnolen sampai koma, nadi kecil halus dan cepat, dehidrasi hebat, suhu badan naik, dan tensi turun sekali, ikteru (Prawirohardjo, 2014).

2.3.4 Komplikasi Mual dan Muntah

Mual dan muntah jika tidak ada penanganan secara cepat dan tepat dapat menimbulkan suatu keadaan mual dan muntah pada kehamilan yang menetap, dengan frekuensi muntah lebih dari 5 kali dalam sehari, disertai dengan penurunan berat badan ($>5\%$ dari berat sebelum hamil) dan dapat menyebabkan ketidakseimbangan elektrolit dan asam-basa, kekurangan gizi bahkan kematian (Irianti, 2014). Komplikasi dari mual dan muntah dapat terjadi berbagai tingkatan gagal ginjal akut akibat dehidrasi dan penyulit yang mengancam nyawa akibat muntah yang terus menerus antara lain ruptur esofagus, pneumothoraks dan pneudiastinum (Cunningham, 2012).

2.3.5 Pengukuran Mual dan Muntah

Menurut Irianti (2014) instrumen yang dapat digunakan untuk menilai kuantitas mual dan muntah pada ibu hamil yaitu dengan *Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea* (PUQE) dan yang dinilai yaitu perubahan berat badan, ada tidaknya dehidrasi dan indeks laboratorium (ketidakseimbangan elektrolit). Instrumen *Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea* (PUQE) adalah instrument penelitian yang dikembangkan dan divalidasi oleh Koren *et al* (2009) dan telah digunakan dalam beberapa penelitian. Berikut adalah tabel pengukuran mual muntah dalam 12 jam dan 24 jam:

Tabel 2.1 Pengukuran Mual dan Muntah

No	Pertanyaan				
1	Berapa lama rata-rata setiap hari anda merasakan mual dan muntah?				
	> 6 jam (5 poin)	4-6 jam (4 poin)	2-3 jam (3 poin)	< 1 jam (2 poin)	Tidak semuanya (1 poin)
2	Dalam sehari berapa kali anda mengalami mual muntah?				
	7 atau lebih (5 poin)	5-6 (4 poin)	3-4 (3 poin)	1-2 (2 poin)	Tidak ada (1 poin)
3	Dalam sehari berapa rata – rata anda mual dan muntah tanpa menyebabkan dehidrasi?				
	7 atau lebih (5 poin)	5-6 (4 poin)	3-4 (3 poin)	1-2 (2 poin)	Tidak ada (1 poin)
4	Pada 12 jam terakhir berapa lama rata-rata anda merasakan mual dan muntah?				
	> 6 jam (5 poin)	4-6 jam (4 poin)	2-3 jam (3 poin)	< 1 jam (2 poin)	Tidak semuanya (1 poin)
5	Pada 12 jam terakhir berapa kali anda mual dan muntah?				
	7 atau lebih (5 poin)	5-6 (4 poin)	3-4 (3 poin)	1-2 (2 poin)	Tidak ada (1 poin)
6	Pada 12 jam terakhir berapa kali anda mual dan muntah tanpa menyebabkan dehidrasi?				
	7 atau lebih (5 poin)	5-6 (4 poin)	3-4 (3 poin)	1-2 (2 poin)	Tidak ada (1 poin)

Skor yang didapatkan dari penilaian tersebut dibagi menjadi 3 kategori, yaitu:

- Mual dan muntah ringan bila nilai indeks PUQE ≤ 6
- Mual dan muntah sedang bila nilai indeks PUQE 7 – 12
- Mual dan muntah berat bila nilai indeks PUQE ≥ 13

2.3.6 Penatalaksanaan Mual dan Muntah

Penatalaksanaan mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama menurut Khayati (2016) dapat dilakukan dengan 2 cara, yaitu:

- Farmakologi
 - Tablet vitamin B6 1,5 mg/hari untuk meningkatkan metabolisme serta mencegah terjadinya *encephalopathy*.

2. Ondansentron 10 mg pada 50 ml intravena memiliki efektifitas yang hampir sama untuk mengurangi emesis gravidarum

b. Non Farmakologi

1. Pola makan yang dapat memodifikasi jumlah dan ukuran makanan.
2. Akupunktur: titik perikardium 6 dapat memblok arus energi yang abnormal dan memperkecil intensitas substansi yang merangsang mual muntah sehingga akan menghilangkan keluhan atau gejala mual muntah.
3. Akupresur: titik perikardium 6 dapat menghasilkan evaluasi yang baik pada ibu yang mengalami mual dan muntah.
4. Wedang jahe: dapat mengurangi mual dan muntah secara signifikan karena dapat meningkatkan motilitas saluran cerna, yaitu dengan menggunakan 100gr jahe sebagai minuman.

2.4 Konsep Jahe

2.4.1 Definisi Jahe

Jahe (*zingiber officinale*) adalah tanaman rimpang yang digunakan sebagai rempah-rempah dan bahan obat, yang dapat menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat (Setiawan, 2012). Jenis jahe yang sering digunakan sebagai ramuan obat-obatan adalah jahe emprit karena kandungan minyak atsirinya lebih besar sehingga rasanya lebih pedas dan seratnya tingi (Sya'ban, 2013). Kandungan jahe emprit mempunyai kadar yang lebih tinggi seperti kadar vitamin C 6,3% sedangkan jenis jahe merah yaitu 4,3%, serta substansi fenol yang berfungsi antioksidan pada jahe

emprit yaitu 159 mgGAE sedangkan pada jahe merah 80 mgGAE (Wiendarlina *et al*, 2019). Keunggulan pertama jahe emprit adalah kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek mual dan muntah, sedangkan gingerol dapat melancarkan darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik, sehingga jahe cocok digunakan sebagai ramuan obat tradisional (Ramadhanti *et al*, 2021).

2.4.2 Karakteristik Jahe

Menurut Setiawan (2015) jahe emprit memiliki karakteristik atau tingkat kandungan yang berbeda dengan jahe lainnya, seperti:

Bagian Tanaman	Jahe emprit
Struktur rimpang	Kecil berlapis
Warna irisan	Putih kekuningan
Berat per rimpang (kg)	0,10-1,58
Diameter rimpang (cm)	3,27-4,05
Kadar minyak atsiri (%)	1,50-3,50
Kadar pati (%)	54,70
Kadar serat (%)	6,59
Kadar abu (%)	7,39-8,90

Sumber: Setiawan (2015) Peluang Usaha Budidaya Jahe. Pustaka Baru Press.

2.4.3 Dampak Konsumsi Jahe

Manfaat jahe emprit yaitu efektif sebagai pengobatan yang aman untuk mual dan muntah pada kehamilan, meningkatkan tonus otot usus dan merangsang aliran air liur, empedu, dan sekresi lambung (Lete *et al*, 2016). Menurut Ghosh *et al* (2011) jahe memberikan dampak positif dan dampak negatif dalam tubuh antara lain:

- a. Dampak positif

1. Sistem kardiovaskuler yaitu membantu untuk mengurangi tekanan darah dan kerja jantung
 2. Meredakan erhadap serangan sakit kepala
 3. Mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil
 4. Anti inflamasi, menghambat pertumbuhan bakteri dan menekan pertumbuhan sel-sel kanker pada usus besar.
- b. Dampak negatif jika dikonsumsi secara berlebihan
1. Membahayakan kehamilan: asam salisilat yang memiliki sifat antikoagulasi yang berperan sebagai pengencer darah alami sehingga mengakibatkan perdarahan dan zat oleoresin yang ada pada jahe yang memberikan sensasi panas juga pedas beresiko terjadi keguguran.
 2. Diare: jahe dalam jumlah banyak bisa mempercepat makanan yang masuk ke saluran cerna yaitu usus, karena tidak terproses secara sempurna, maka jahe bisa menimbulkan efek tidak nyaman di perut.
 3. Hipotensi: jahe yang dikonsumsi secara berlebihan dapat mengakibatkan penurunan kesehatan jantung.

2.4.4 Teknik Pembuatan Jahe

Wedang jahe lebih efektif dari pada jahe yang sudah dijadikan bahan-bahan olahan seperti permen jahe, dodol jahe atau selai jahe, karena pada jahe yang sudah dijadikan bahan-bahan olahan tersebut kandungan vitamin dalam jahe berkurang dan adanya tambahan pengawet serta membutuhkan konsentrasi gula lebih tinggi untuk bahan pemanis (Daniela, 2022). Cara

pembuatan wedang jahe emprit untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama membutuhkan alat dan bahan sebagai berikut:

a. Bahan:

1. Jahe emprit 100 gram



2. Gula 130 gram

3. Air putih 500cc

b. Cara membuat

1. Kupas jahe hingga bersih
2. Parut jahe hingga halus, tambahkan air lalu disaring dan ampas jahe dibuang
3. Masak sari jahe hingga kuning dan kecoklatan



4. Tuang air rebusan jahe pada gelas dan masukkan gula sesuai selera (Rufaridah *et al*, 2019).

c. Aturan minum

Wedang jahe dapat diminum 2x sehari yaitu pagi dan sore dengan porsi jahe sebanyak 100 gram (Ummi hasanah, 2014).

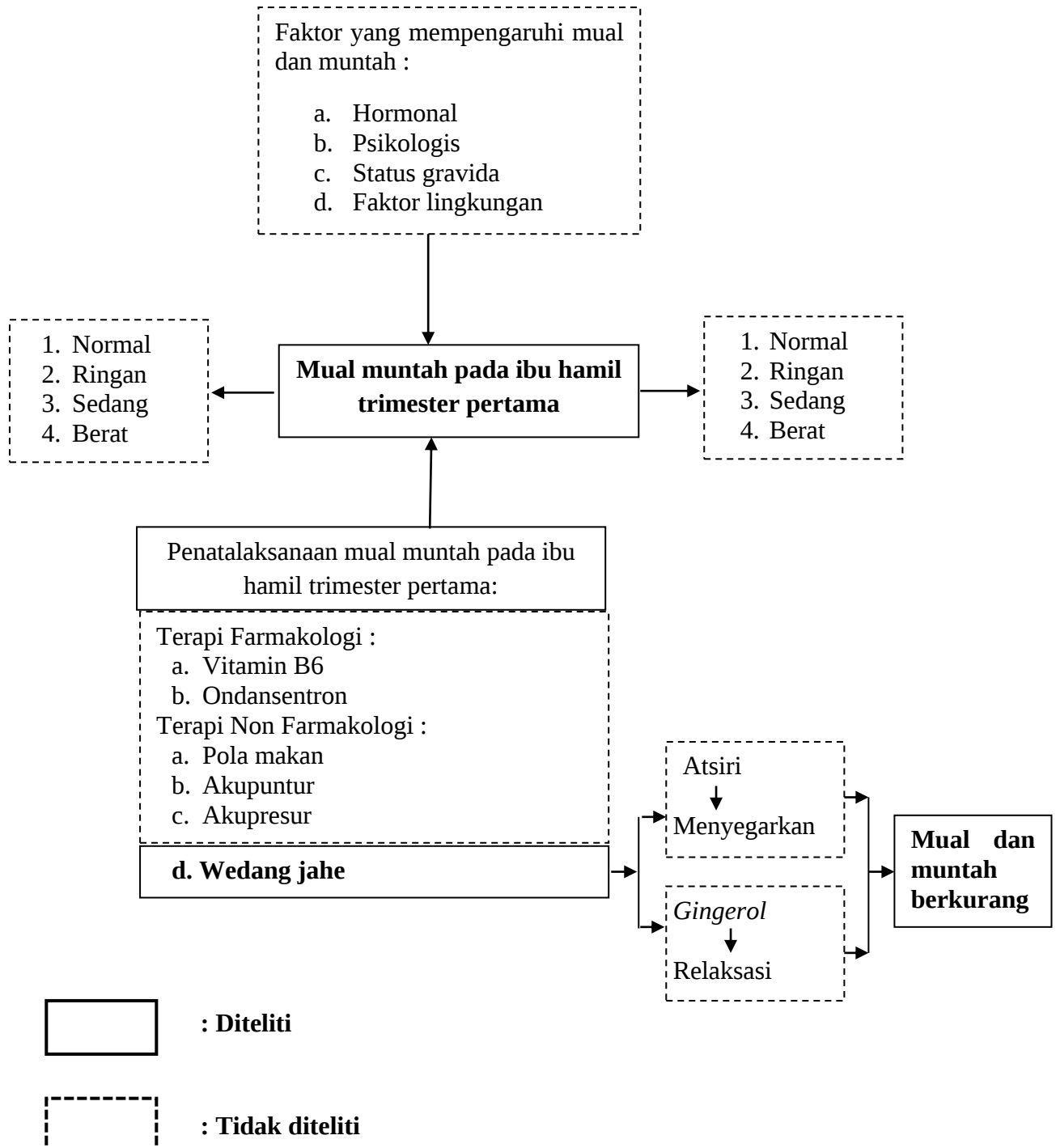
2.5 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama

Perubahan hormon estrogen pada ibu hamil trimester pertama akan mengakibatkan pengeluaran asam lambung yang berlebih sehingga menimbulkan efek mual dan muntah (Beckmann *et al*, 2014). Wedang jahe efektif untuk mengurangi derita mual muntah pada ibu hamil trimester pertama, karena jahe tidak akan meningkatkan risiko negatif pada janin serta penggunaan jahe sudah dipakai sebagai obat anti muntah dan agen anti pembawa penyakit (Pramote, 2010). Terapi wedang jahe menjadi alasan masyarakat untuk dijadikan salah satu alternatif pilihan dalam mengatasi mual muntah karena mudah dilakukan, selain itu wedang jahe bersifat non infasif, murah, sederhana, efektif dan tanpa efek samping yang merugikan (Runiari, 2010).

Wedang jahe dapat memberikan aroma segar pada mulut dan merelaksasi otot sfingter, sehingga ibu hamil trimester pertama tidak mengalami *lower esophageal sphincter* (LES) atau kelemahan sfingter yang berakibat sfingter akan tetap terbuka sehingga asam lambung akan naik ke esophagus (kerongkongan) dan terjadi mual muntah (Rima, 2021). Minyak atsiri terdapat di dalam kandungan jahe seperti zingiberol, kurkumen, flandrena, bisabilena, zingiberena (zingirona), gingerol, resin pahit dan vitamin A yang bisa menghalangi serotonin yang merupakan neuro transmitter pada neuron-neuron serotonergis yang disintesis sel-sel enterokromafin serta sistem saraf pusat ke dalam saluran pencernaan dan kemudian menimbulkan efek *antiemetik* atau mengatasi mual dan muntah

pada ibu hamil trimester pertama karena memberi rasa nyaman dalam perut (Ahmad, 2013). Minyak atsiri pada jahe yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek mual dan muntah, sedangkan gingerol dapat melancarkan darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik (Ramadhanti *et al*, 2021).

2.6 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Strategi Pencarian *Literature*

3.1.1 Protokol dan Registrasi

Rangkuman menyeluruh dalam bentuk *literature review* mengenai efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Keseluruhan artikel menggunakan uji parametrik dengan analisis uji *paired sampel t-test* untuk melihat apakah ada perbedaan rata-rata antara dua sampel yang saling berpasangan. Protokol dan evaluasi dari *literature review* akan menggunakan kerangka kerja PRISMA dan analisis deskriptif sebagai upaya menentukan pemilihan studi yang telah ditemukan dan disesuaikan dengan tujuan dari *literature review* ini.

3.1.2 Database Pencarian

Penelitian ini merupakan *literature review*, dimana data dalam penelitian ini menggunakan data sekunder yang bukan diperoleh dari pengamatan langsung, akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu. Pencarian sumber data sekunder dilakukan pada bulan November 2021 berupa artikel atau jurnal nasional dan jurnal internasional yang menggunakan *database* SINTA dan *Google Scholar*.

3.1.3 Kata Kunci

Strategi dalam pencarian data yang dilakukan penulis dalam membuat *literature review* ini adalah dengan menggunakan kata kunci:

Tabel 3.1 Kata Kunci *Literature Review* Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Tahun 2021

No	Variabel 1		Variabel 2		Populasi
1	Wedang jahe	and	Mual dan muntah	and	Ibu hamil trimester pertama
	or		Or		or
2	Air rebusan jahe	and	Emesis gravidarum	and	Ibu hamil muda
	or		or		or
3	<i>Zingiber Offcinale</i>	and	<i>Nausea and vomiting</i>	and	<i>First trimester pregnant women</i>

3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Strategi yang digunakan dalam mencari artikel menggunakan PICOS *framework*, yaitu terdiri dari:

- Population/Problem* merupakan populasi atau masalah yang akan dianalisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
- Intervention* merupakan tindakan penatalaksanaan terhadap kasus baik individu atau kelompok masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan studi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
- Comparison* merupakan penatalaksanaan atau intervensi lainnya yang digunakan sebagai pembandingan, namun jika tidak ada bisa menggunakan kelompok control pada artikel yang dipakai.
- Outcome* merupakan hasil atau luaran yang diperoleh pada studi terdahulu yang sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.

Tabel 3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi dengan Format PICOS

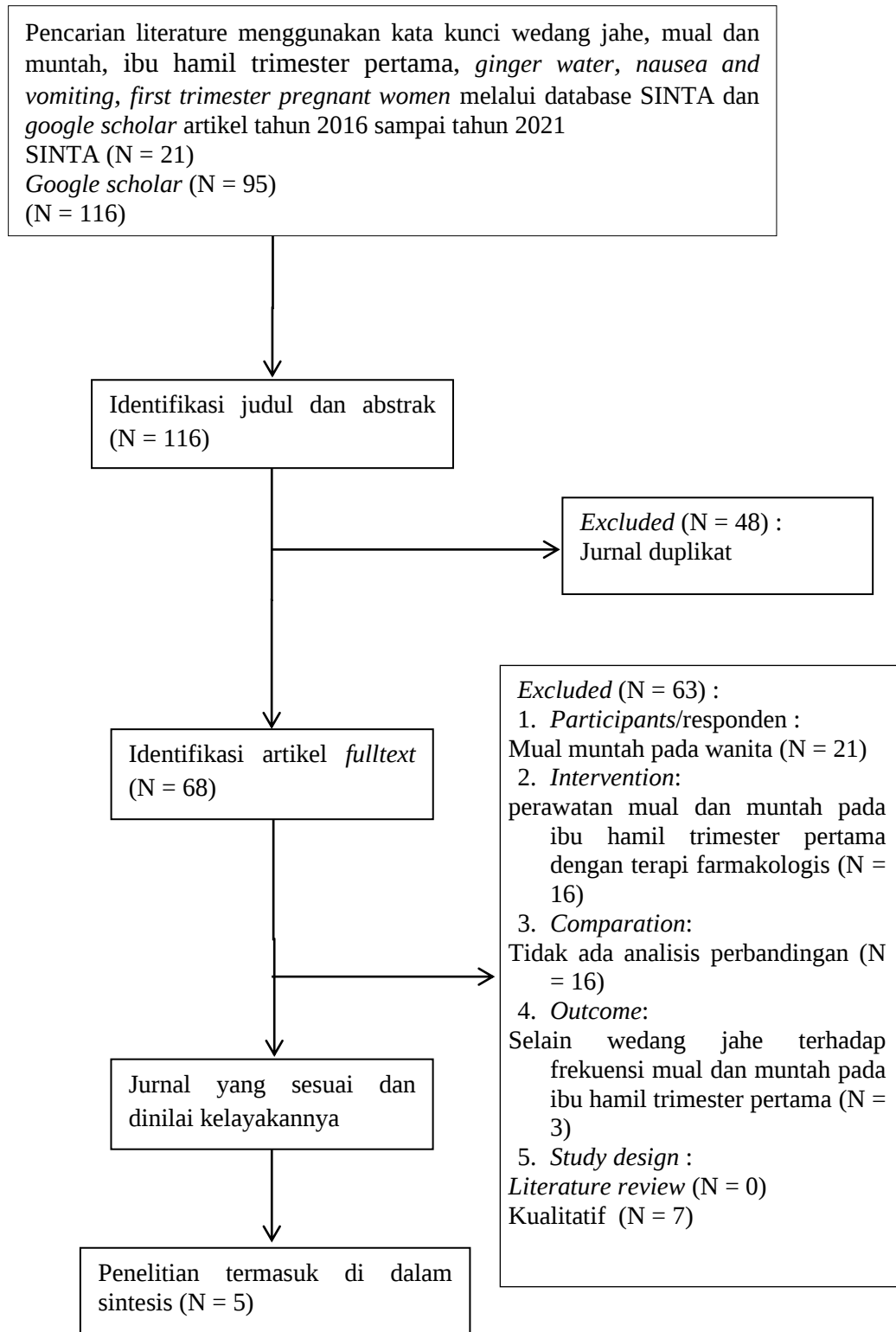
Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population / problem</i>	Kriteria populasi dalam penelitian ini merupakan ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual dan muntah	Subyek yang hanya membahas tentang mual muntah pada wanita
<i>Intervention</i>	Studi yang meneliti tentang pemberian wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama	Studi yang fokus membahas tentang perawatan mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan terapi farmakologis
<i>Comparison</i>	Ada analisis perbandingan	Tidak ada analisis perbandingan
<i>Outcome</i>	Pengaruh wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama	Selain wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama
<i>Study design</i>	<i>Pre-eksperimental design one group pre-test post-test</i>	<i>Literature review, study kualitatif</i>
<i>Publication years</i>	Tahun 2016 dan setelahnya	Sebelum tahun 2016
<i>Language</i>	Bahasa indonesia dan bahasa inggris	Bahasa selain indonesia dan bahasa inggris

3.3 Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas

3.3.1 Hasil Pencarian dan Seleksi Studi

Strategi dalam pencarian data yang dilakukan penulis dalam membuat *literature review* ini adalah dengan menggunakan kata kunci : “wedang jahe”, “mual dan muntah”, “ibu hamil trimester pertama”, “*ginger water*”, “*nausea and vomiting*”, “*first trimester pregnant women*”. Pencarian dalam database dilakukan di SINTA ditemukan sejumlah 21 artikel dan di google scholar sejumlah 95 artikel. Berdasarkan artikel dalam rentang mulai

dari tahun 2016 hingga tahun 2021, dilihat dari seleksi identifikasi judul dan abstrak didapatkan sebanyak 116 artikel dan diseleksi judul dan duplikat didapatkan sejumlah 48 artikel. Identifikasi seleksi artikel *full text* 68 artikel dan diseleksi dengan kriteris PICOS sebanyak 63 artikel, lalu jurnal akhir yang dianalisa yang sesuai dan bisa digunakan sebanyak 5 artikel yang akan dilakukan *review*.



Gambar 3.1 Kerangka Kerja *Literature Review* berdasarkan PRISMA

BAB 4

HASIL DAN ANALISIS

4.1 Hasil

4.1.1 Karakteristik Studi

Karakteristik studi pada *literature review* ini didapatkan 5 artikel yang ditampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1 Karakteristik Studi

1	Database	N	%
	<i>Google Scholar</i>	1	20%
	<i>SINTA</i>	4	80%
	Total	5	100%
2	Tahun Terbit Artikel		
	2017	1	20%
	2019	2	40%
	2020	2	40%
	Total	5	100%
3	Desain Penelitian		
	<i>Pre eksperimen</i>	3	60%
	<i>Quasi eksperimen</i>	2	40%
	Total	5	100%
4	Teknik Sampling		
	Total sampling	1	20%
	Purposive sampling	4	80%
	Total	5	100%
5	Instrumen		
	<i>Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)</i>	5	100%
	Total	5	100%
6	Analisis Data		
	Paired t-test	5	100%
	Total	5	100%

4.1.2 Hasil Telusur Artikel

Topik penelitian *literature review* ini yaitu “Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama”, dimana populasinya ialah ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual dan muntah. Study desain yang digunakan yaitu *pre-eksperimental design one group pre-test post-test*, rentang artikel yang di review dari tahun 2017-2022 dan keseluruhan artikel merupakan penelitian kuantitatif. Hasil dari 5 artikel yang di review menunjukkan hasil p $value < \alpha$ 0,05, artinya wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Hasil telusur artikel ditampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Telusur Artikel

No	Penulis dan Tahun Terbit	Nama Jurnal	Judul	Tujuan	Metode Penelitian (Desain, Sampel, Variabel, Instrument, Analisis)	Hasil	Database
1	Indrayani <i>et al</i> (2017)	Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Vol. 5 No. 2	Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi	D : <i>quasi eksperimen one group pretest-posttest</i> S : 10 sampel menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> V : pemberian wedang jahe dan frekuensi mual dan muntah I : <i>Pregnancy Unique</i>	1. Mual dan muntah sebelum pemberian wedang jahe yaitu ringan sebanyak 2 ibu hamil (20%), sedang sebanyak 6 ibu hamil (60%), berat sebanyak 2 ibu hamil (20%) 2. Mual dan muntah setelah pemberian wedang jahe yaitu ringan sebanyak 8 ibu hamil (80%), sedang sebanyak 2 ibu	SINTA

				mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama	Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) A : uji paired sampel t-test	hamil (20%), berat (0%) 3. Wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai <i>p value</i> 0,000	
2	Henukh et al (2019)	Midwifery Scientific Journal Vol. 2 No. 2	Pengaruh Minuman Sari Jahe Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil	D : pre-experimental one group pretest-posttest S : 16 sampel menggunakan teknik purposive sampling V : minuman sari jahe dan emesis gravidarum I : Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) A : uji paired sampel t-test	1. Mual dan muntah sebelum pemberian minuman sari jahe yaitu ringan sebanyak 1 ibu hamil (6,3%), sedang sebanyak 9 ibu hamil (56,3%), berat sebanyak 6 ibu hamil (37,4%) 2. Mual dan muntah setelah minuman sari jahe yaitu ringan sebanyak 9 ibu hamil (56,3%), sedang sebanyak 7 ibu hamil (43,7%), berat (0%) 3. Wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai <i>p value</i> 0,001	SINTA
3	Dewianti et al (2019)	International Journal of Research in Medical Sciences Vol. 7 No. 2	Effectiveness Of Ginger Towards Nausea And Vomiting On First Trimester Pregnant Women	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh jahe terhadap	D : quasy experimental one group pretest-posttest S : 30 sampel menggunakan teknik purposive sampling V : jahe dan mual dan muntah	1. Mual dan muntah sebelum pemberian jahe yaitu ringan sebanyak 11 ibu hamil (36,7%), sedang sebanyak 17 ibu hamil (56,6%), berat sebanyak 2 ibu hamil (6,7%) 2. Mual dan muntah setelah jahe yaitu ringan sebanyak 11 ibu	SINTA

				mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama	I : Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) A : uji paired sampel t-test	hamil (36,7%), sedang sebanyak 19 ibu hamil (63,3%), berat (0%) 3. Wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai <i>p value</i> 0,00	
4	Harahap <i>et al</i> (2020)	Jurnal Ilmu Keperawatan Vol. 8 No. 1	Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I	D : pre-experimental one group pretest-posttest S : 30 sampel menggunakan teknik <i>total sampling</i> V : air rebusan jahe dan mual muntah I : Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) A : uji paired sampel t-test	1. Mual dan muntah sebelum pemberian air rebusan jahe yaitu ringan (0%), sedang (0%), berat sebanyak 30 ibu hamil (100%) 2. Mual dan muntah setelah pemberian air rebusan jahe yaitu ringan sebanyak 24 ibu hamil (80%), sedang sebanyak 6 ibu hamil (20%), berat (0%) 3. Wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai <i>p value</i> 0,000	SINTA
5	Haridawati (2020)	Jurnal Ilmu Kebidanan Vol. 9 No. 1	Pengaruh Jahe (<i>Zingiber Officinale</i>) Hangat Dalam Mengurangi	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui	D : pre-experimental one group pretest-posttest S : 14 sampel menggunakan teknik	1. Mual dan muntah sebelum pemberian jahe hangat yaitu ringan sebanyak 2 ibu hamil (14,3%), sedang sebanyak 12 ibu hamil (85,7%), berat (0%)	Google Scholar

<i>Emesis Gravidarum</i>	pengaruh jahe hangat dalam mengurangi <i>emesis gravidarum</i>	<i>purposive sampling</i> V : jahe hangat dan emesis gravidarum I : <i>Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea</i> (PUQE) A : uji <i>paired sampel t-test</i>	2. Mual dan muntah setelah pemberian jahe hangat yaitu ringan sebanyak 11 ibu hamil (78,6%), sedang sebanyak 3 ibu hamil (21,4%), berat (0%) 3. Wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai <i>p value</i> 0,000
------------------------------	--	--	--

No Artikel	Penulis dan Tahun Terbit	Status Gravida						Total	
		1		2		3			
		N	%	N	%	N	%	N	%
1	Indrayani <i>et al</i> (2017)	10	100%	0	0%	0	0%	10	100%
2	Henukh <i>et al</i> (2019)	14	81%	2	19%	0	0%	16	100%
3	Dewianti <i>et al</i> (2019)	Tidak dijelaskan							
4	Harahap <i>et al</i> (2020)	7	23,3%	16	53,4%	7	23,3%	30	100%
5	Haridawati (2020)	Tidak dijelaskan							

Sumber: Data Sekunder, 2017-2020

Berdasarkan tabel 4.4 distribusi status gravida responden diketahui bahwa pada artikel ke-1 keseluruhan responden gravida 1, artikel ke-2 hampir keseluruhan responden gravida 1, artikel ke-3 dan ke-5 tidak dijelaskan dan artikel ke-4 sebagian besar responden gravida 2.

4.2 Analisis

4.2.1 Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum Diberikan Wedang Jahe

Hasil review dari 5 artikel tentang frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sebelum diberikan wedang jahe dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.5 Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum Diberikan Wedang Jahe

No Artikel	Penulis dan Tahun Terbit	Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama						Total	
		Ringan		Sedang		Berat			
		N	%	N	%	N	%	N	%
1	Indrayani <i>et al</i> (2017)	2	20%	6	60%	2	20%	10	100%
2	Henukh <i>et al</i> (2019)	1	6,3%	9	56,3%	6	37,4%	16	100%
3	Dewianti <i>et al</i> (2019)	11	36,7%	17	56,6%	2	6,7%	30	100%
4	Harahap <i>et al</i> (2020)	0	0%	0	0%	30	100%	30	100%
5	Haridawati (2020)	2	14,3%	12	85,7%	0	0%	14	100%

Sumber: Data Sekunder, 2017-2020

Berdasarkan tabel 4.5 dari 5 artikel yang direview diketahui bahwa frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama berada pada

kategori sedang sampai berat, dengan rincian sebagian besar kategori sedang pada artikel ke-1, ke-2, ke-3 dan ke-5 dan kategori berat pada artikel ke-4.

4.2.2 Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sesudah Diberikan Wedang Jahe

Hasil review dari 5 artikel tentang frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sesudah diberikan wedang jahe dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.6 Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sesudah Diberikan Wedang Jahe

No Artikel	Penulis dan Tahun Terbit	Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil						Total	
		Trimester Pertama							
		Ringan		Sedang		Berat		N	%
		N	%	N	%	N	%	N	%
1	Indrayani <i>et al</i> (2017)	8	80%	2	20%	0	0%	10	100%
2	Henukh <i>et al</i> (2019)	9	56,3%	7	43,7%	0	0%	16	100%
3	Dewianti <i>et al</i> (2019)	11	63,3%	19	36,7%	0	0%	30	100%
4	Harahap <i>et al</i> (2020)	24	80%	6	20%	0	0%	30	100%
5	Haridawati (2020)	11	78,6%	3	21,4%%	0	0%	14	100%

Sumber: Data Sekunder, 2017-2020

Berdasarkan tabel 4.6 dari 5 artikel yang direview diketahui bahwa frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama berada pada kategori ringan, dengan rincian sebagian besar responden kategori ringan pada artikel ke-1, ke-2, ke-3, ke-4 dan ke-5.

4.2.3 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama

Hasil review dari 5 artikel tentang efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.7 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama

No	Penulis	Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama	Wedang Jahe				Uji Statistik	Hasil
			Sebelum		Sesudah			
			N	%	N	%		
1	Yeni <i>et al</i> (2017)	Ringan	2	20%	8	80%	<i>Paired t-test</i>	<i>p value</i> 0,000 < α 0,05 artinya wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama
		Sedang	6	60%	2	20%		
		Berat	2	20%	0	0%		
		Total	10	100%	10	100%		
2	Gusti <i>et al</i> (2018)	Ringan	1	6,3%	9	56,3%	<i>Paired t-test</i>	<i>p value</i> 0,001 < α 0,05 artinya wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama
		Sedang	9	56,3%	7	43,7%		
		Berat	6	37,4%	0	0%		
		Total	16	100%	16	100%		
3	Novita <i>et al</i> (2019)	Ringan	11	36,7%	11	63,3%	<i>Paired t-test</i>	<i>p value</i> 0,00 < α 0,05 artinya wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama
		Sedang	17	56,6%	19	36,7%		
		Berat	2	6,7%	0	0%		
		Total	30	100%	30	100%		
4	Grenda (2019)	Ringan	0	0%	24	80%	<i>Paired t-test</i>	<i>p value</i> 0,000 < α 0,05 artinya wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama
		Sedang	0	0%	6	20%		
		Berat	30	100%	0	6,7%		
		Total	30	100%	30	100%		
5	Pasaribu	Ringan	2	14,3%	11	78,6%	<i>Paired t-test</i>	<i>p value</i> 0,000 < α 0,05 artinya

(2020)	Sedang	12	85,7%	3	21,4%	wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama
	Berat	0	0%	0	0%	
	Total	14	100%	14	100%	

Sumber: Data Sekunder, 2017-2020

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa terdapat penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama dan keseluruhan artikel setelah diberikan wedang jahe tidak ditemukan mual muntah katagori berat. Hasil analisis 5 artikel tersebut menunjukkan nilai $p\ value < \alpha\ 0,05$ artinya wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

BAB 5

PEMBAHASAN

Pada bab ini membahas tentang frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sebelum diberikan wedang jahe, frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sesudah diberikan wedang jahe dan efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

5.1 Identifikasi Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum Diberikan Wedang Jahe

Berdasarkan hasil analisis bab 4 dan identifikasi bab 5 dari keseluruhan artikel frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sebelum diberikan wedang jahe didapatkan hampir keseluruhan berada pada kategori sedang. Pada artikel ke-1 frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama berada pada kategori sedang dan hasil identifikasi mual dan muntah disebabkan oleh faktor psikologis dan lingkungan. Artikel ke-2 menyebutkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama berada pada kategori sedang dan hasil identifikasi mual dan muntah disebabkan oleh faktor hormonal dan lingkungan. Pada artikel ke-3 frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama berada pada kategori sedang. Artikel ke-4 menyebutkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama berada pada kategori berat dan hasil identifikasi mual dan muntah disebabkan oleh faktor psikologis. Pada

artikel ke-5 frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama berada pada kategori sedang.

Mual muntah atau emesis gravidarum merupakan keadaan yang dialami oleh wanita hamil umumnya pada kehamilan trimester pertama (Rosalinna, 2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama yaitu hormonal yang disebabkan oleh perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar HCG (*human chorionic gonadotrophin*), faktor psikologis seperti takut terhadap kehamilan dan persalinan, rumah tangga retak dan kecemasan atau takut terhadap tanggung jawab sebagai ibu, faktor status gravida karena sebagian besar ibu primigravida belum mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan *koreonik gonadotropin* dan faktor lingkungan seperti polusi udara dari kendaraan bermotor (Safari, 2017).

Menurut opini peneliti, mual dan muntah rentan terjadi di awal kehamilan usia 0-12 minggu atau pada ibu hamil trimester pertama dan frekuensi mual dan muntah biasanya lebih sering terjadi pada saat pagi hari atau sering disebut dengan *morning sickness*, hal itu terjadi karena biasanya dipagi hari perut ibu dalam keadaan kosong sehingga memicu peningkatan asam lambung. Salah satu faktor terjadinya mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama yaitu status gravida, sebagaimana yang dilihat pada tabel 4.4 distribusi Frekuensi status gravida responden diketahui bahwa 2 artikel terjadi pada status gravida 1, karena secara fisik pada ibu status

gravida 1 kesiapan tubuh untuk menghadapi perubahan hormone yang meningkat masih kurang, selain itu secara mental ibu juga cenderung diliputi dengan rasa takut atau kecemasan seperti takut menghadapi persalinan sehingga mengakibatkan mual dan muntah. Pada ibu hamil usia kurang dari 20 tahun juga dapat mengakibatkan mual dan muntah, sebagaimana yang dilihat pada tabel 4.3 distribusi Frekuensi usia responden diketahui bahwa terdapat responden yang usianya kurang dari 20 tahun mengalami mual dan muntah, hal itu dikarenakan kurangnya kesiapan mental untuk menjadi seorang ibu dan menghadapi tanggung jawab sebagai ibu muda. Mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama apabila tidak diberikan sebuah penanganan dapat berdampak buruk bagi kondisi ibu dan janin, misalnya ibu enggan makan nasi atau minum karna keadaan perut yang tidak nyaman sehingga terjadi mual dan muntah secara terus menerus. Dari fenomena tersebut ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual dan muntah dapat mengkonsumsi sedikit roti dan sedikit minuman hangat untuk tetap menjaga stamina pada ibu. Minuman hangat dapat dikonsumsi ibu hamil secara aman dapat diberikan air rebusan atau wedang jahe.

5.2 Identifikasi Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sesudah Diberikan Wedang Jahe

Hasil identifikasi dari 5 artikel frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sesudah diberikan wedang jahe didapatkan keseluruhan berada pada kategori ringan. Hal ini terjadi penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dari tingkat sedang ke tingkat ringan. Pada keseluruhan artikel menjelaskan bahwa

pemberian wedang jahe dilakukan 2x sehari dengan porsi jahe sebanyak 100 gram dan gula 130 gram, sehingga tidak ditemukan perbedaan porsi jahe dan gula yang digunakan ibu hamil trimester pertama meskipun memiliki frekuensi ringan, sedang dan berat. Keseluruhan artikel juga menyebutkan bahwa penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sesudah diberikan wedang jahe terjadi setelah 3-4 hari.

Jenis jahe yang sering digunakan sebagai ramuan obat-obatan adalah jahe emprit karena kandungan minyak atsirinya lebih besar sehingga rasanya lebih pedas dan seratnya tinggi (Sya'ban, 2013). Kandungan jahe emprit mempunyai kadar yang lebih tinggi seperti kadar vitamin C 6,3% sedangkan jenis jahe merah yaitu 4,3%, serta substansi fenol yang berfungsi antioksidan pada jahe emprit yaitu 159 mgGAE sedangkan pada jahe merah 80 mgGAE (Wiendarlina *et al*, 2019). Keunggulan pertama jahe emprit adalah kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek mual dan muntah, sedangkan gingerol dapat melancarkan darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik, sehingga jahe cocok digunakan sebagai ramuan obat tradisional (Ramadhanti *et al*, 2021).

Menurut opini peneliti, jahe digunakan sebagai pengobatan herbal seperti wedang jahe karena aromanya yang khas. Wedang jahe sangat efektif untuk diaplikasikan, karena jahe merupakan rempah yang mudah didapatkan, harga yang relatif murah dan proses pembuatannya sangat mudah seperti hanya menghaluskan jahe dan diambil air sari jahenya lalu masak air jahe tersebut hingga mendidih. Wedang jahe yang diminum oleh

ibu hamil trimester pertama dapat merelaksasikan otot saluran pencernaan, karena dalam kandungan jahe terdapat gingerol yang berfungsi sebagai zat bioaktif utama dalam jahe serta rasa yang pedas pada jahe dapat mempercepat pengosongan lambung. Ibu hamil trimester pertama dapat minum wedang jahe sesuai dengan takaran dan dikonsumsi setiap kali merasakan mual dan muntah, apabila mual dan muntah sudah ada perubahan atau penurunan maka konsumsi wedang jahe dapat dikurangi. Ibu hamil trimester pertama juga bisa menghindari makanan yang membuat dirinya merasakan mual dan muntah, seperti terkadang seorang ibu pada saat hamil tidak suka aroma bawang, aroma ikan atau aroma yang lain. Dari fenomena tersebut wedang jahe dapat diberikan pada ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual dan muntah karena sifatnya yang non infasif serta tanpa efek samping jika dikonsumsi sesuai petunjuk.

5.3 Deskripsi Analisis Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama

Hasil analisis dari 5 artikel diketahui bahwa terdapat penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama dari berat ke sedang juga dari sedang ke ringan dan keseluruhan artikel sesudah diberikan wedang jahe tidak ditemukan mual muntah kategori berat. Hasil analisis 5 artikel tersebut menunjukkan nilai $p\text{ value} < \alpha 0,05$ artinya wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Terapi wedang jahe menjadi alasan masyarakat untuk dijadikan salah satu alternatif pilihan dalam mengatasi mual muntah karena mudah

dilakukan, selain itu wedang jahe bersifat non infasif, murah, sederhana, efektif dan tanpa efek samping yang merugikan (Runiari, 2010). Wedang jahe dapat memberikan aroma segar pada mulut dan merelaksasi otot sfingter, sehingga ibu hamil trimester pertama tidak mengalami *lower esophageal sphincter* (LES) atau kelemahan sfingter yang berakibat sfingter akan tetap terbuka sehingga asam lambung akan naik ke esophagus (kerongkongan) dan terjadi mual muntah (Rima, 2021). Minyak atsiri terdapat di dalam kandungan jahe seperti zingiberol, kurkumen, flandrena, bisabilena, zingiberena (zingirona), gingerol, resin pahit dan vitamin A yang bisa menghalangi serotonin yang merupakan neuro transmitter pada neuron-neuron serotonergis yang disintesiskan sel-sel enterokromafin serta sistem saraf pusat ke dalam saluran pencernaan dan kemudian menimbulkan efek *antiemetik* atau mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama karena memberi rasa nyaman dalam perut (Ahmad, 2013).

Menurut opini peneliti, wedang jahe disukai karna memiliki aroma yang tajam dan rasa yang pedas, sehingga saat ibu hamil meminumnya maka secara otomatis juga menghirup aroma dari wedang jahe tersebut. Hal itu tentu mendapatkan 2 manfaat untuk ibu hamil yaitu untuk saluran pencernaan mengurangi rasa mual dan muntah dan untuk indra penciuman menghirup aroma segar sehingga menenangkan. Wedang jahe aman diberikan pada ibu hamil trimester pertama, sebagaimana yang dilihat pada tabel 4.5 dan 4.6 frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester

pertama sebelum dan sesudah diberikan wedang jahe dimana keseluruhan artikel menyebutkan bahwa ibu hamil trimester pertama mengalami penurunan frekuensi mual dan muntah. Hal itu didukung dengan hasil pada tabel 4.7 yang menyatakan bahwa wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Wedang jahe dapat diminum ibu hamil trimester pertama 2x sehari yaitu pagi dan sore dengan porsi jahe sebanyak 100 gram dan gula yang digunakan 130 gram. Dari fenomena tersebut ibu hamil trimester pertama perlu menerapkan minum wedang jahe sebagai terapi non farmakologi saat merasa mual dan muntah. Modifikasi makanan juga diperlukan seperti diawali dengan makan buah dan sayur saat di pagi hari.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

6.1.1 Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum Diberikan Wedang Jahe

Hasil identifikasi dari 5 review artikel frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sebelum diberikan wedang jahe yaitu 4 artikel kategori sedang dan 1 artikel kategori berat.

6.1.2 Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Sesudah Diberikan Wedang Jahe

Hasil identifikasi dari 5 review artikel frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama sesudah diberikan wedang jahe yaitu 5 artikel pada kategori ringan.

6.1.3 Efektivitas Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama

Hasil analisis dari 5 artikel diketahui bahwa wedang jahe efektif terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Minyak atsiri pada jahe mempunyai efek yang menyegarkan dan memblokir reflek mual dan muntah, sedangkan gingerol dapat melancarkan darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Masyarakat

Masyarakat khususnya ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual dan muntah perlu meningkatkan pengetahuannya tentang dampak negatif

dari mual muntah apabila tidak tertangani, selain itu ibu hamil trimester pertama juga dapat minum wedang jahe secara rutin yaitu pada saat pagi dan sore hari.

6.2.2 Bagi Institusi Keperawatan

Penelitian ini perlu dijadikan sebagai sumber bacaan di institusi pendidikan khususnya dalam ilmu keperawatan untuk lebih memahami secara jelas dan tepat cara atau prosedur membuat wedang jahe serta memberikan pemahaman tentang manfaat wedang jahe terhadap mual dan muntah ibu hamil trimester pertama.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya perlu melakukan penelitian langsung (*original research*) terkait analisis efektivitas wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad. (2013). *Aneka Manfaat Ampuh Rimpang Jahe Untuk Pengobatan*. Yogyakarta: Dandra Pustaka Indonesia.
- Anwar, M., Baziad, A., dan Prabowo, R. (2011). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Astuti (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Jakarta: Erlangga.
- Ayu, A. dan H. (2016). *Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1*. Skripsi: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah.
- Beckmann, C.R.B., Ling, F.W., Barzansky, B.M., Herbert, W.N.P., Laube, D. W. dan Smith, R. P. (2014). *Obstetrics and Gynecology Sixth Edition*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Bobak, I.M., Lowdermilk, D.L., Jensen, M.D., dan Perry, S. E. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Cunningham. (2012). *Obstetri Williams*. Jakarta: EGC.
- Daniela, C. (2022). *Effect of Comparison of Pineapple and Ginger and Sugar Concentration on Candy Quality*, Jurnal Riset Teknologi Pangan dan Hasil Pertanian, 2(2), 170-176.
- Depkes RI (2017). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*, in. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dewianti, N. M. and Witari, N. N. D. (2019). *Effectiveness Of Ginger Aromatherapy Towards Nausea And Vomiting On First Trimester Pregnant Women At BPM (Private Practice Midwives) Ni Wayan Suri in Denpasar City*, *International Journal of Research in Medical Sciences*, 7(2), 347.
- Evayanti, Y. (2015). Hubungan Pengetahuan Ibu dan Dukungan Suami pada Ibu Hamil Terhadap Keteraturan Kunjungan Antenatal Care (ANC) di Puskesmas Wates Lampung Tengah Tahun 2015. *Jurnal Kebidanan', JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 1(2), 81–90.
- Fathonah. (2016) *Gizi & Kesehatan Untuk Ibu Hamil*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- George, Dolores, Jennifer, Terrence, P. and A. (2018). *Randomized Trial Of Phenylephrine Infusion Versus Bolus Dosing For Nausea And Vomiting During Cesarean Delivery In Obese Women, Reports Of Original Investigations*, 6(5), 254–262.
- Ghosh, A. K. (2011). *Zingiber Officinale: A Natural Gold*, *International Journal of Pharma and Bio Sciences*, 2(1), 283–294.

- Harahap, R. F. (2020) Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I, *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8, pp. 84–95.
- Hardiani, R. S. and Purwanti, A. (2012). Motivasi Dan Kepatuhan Kunjungan ANC Pada Ibu Hamil, *Keperawatan*, 3, 183–188.
- Haridawati. (2020). Pengaruh Jahe (*Zingiber Officinale*) Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru, *Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(1), 1–7.
- Henukh, Dina Melanieka Sitikhe dan Pattypeilohy, A. (2019). Pengaruh Minuman Sari Jahe Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil di Puskesmas Alak, *Chmk Midwifery Scientific Journal*, 2(2), 39–44.
- Indrayani, I. M., Burhan, R. and Widiyanti, D. (2018). Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017, *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 201–211.
- Irianti. (2014) *Asuhan Kebidanan Berbasis Bukti*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Julian, S. and H. (2020). Efektivitas Aromaterapi Minyak Ketumbar (*Coriander Essensial Oil*) Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I, *JOM FKp*, 7(1), 7–15.
- Lete, I. and Allué, J. (2016). *The Effectiveness Of Ginger In The Prevention Of Nausea And Vomiting During Pregnancy And Chemotherapy*, *Integrative Medicine Insights*, 11, 11–17.
- Mandriwati. (2012). *Asuhan Kebidanan Antenatal Edisi 2*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo. (2010). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2013). Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia', *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*, 1–5.
- Ramadhanti, I. P. and Lubis, U. H. (2021). *Ginger (Zingiber Officinale) and Mint Leaves (Mentha Piperrita L) Alleviate Emesis Gravidarum, Women, Midwives and Midwifery*, 1(2), 37–45.
- Rima. (2021). *Mengenal Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)*. Yogyakarta: Balai Besar Guru Penggerak (BBGP).
- Romauli. (2011). *Buku Ajar Kebidanan Konsep Dasar Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Rosalinna, R. (2019). Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil', *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 48–55.
- Rufaridah, A., Herien, Y. and Mofa, E. (2019). Pengaruh Seduhan Zingiber Officinale (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum, *Jurnal Endurance*, 4(1), 204.
- Safari, F. R. N. (2017). Hubungan Karakteristik dan Psikologis Ibu Hamil dengan Hiperemesis Gravidarum, *Wahana Inovasi*, 6(1), 203–212.
- Sari dan Anita. (2018). Pengaruh Edukasi Pencegahan dan Penanganan Anemia, *JURNAL Keperawatan*, 6(1), 42–47.
- Setiawan. (2012). *Panduan Terapi Aman Selama Kehamilan*. Surabaya: PT. ISFI Penerbitan.
- Sulistiyawati. (2012). *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Walyani. (2015) *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- WHO. (2014) Trends in Mternal Mortality: 1990-2013. *Estimates by WHO, UNICEF, UNFPA, The World Bank and the United Nations Population Division, World Health Organisation*, 56.
- Widatiningsih, S dan Dewi, C. H. (2017). *Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: Trans Medika.
- Wiendarlina, I. Sukaesih, R. (2019). Perbandingan Aktivitas Antioksidan Jahe Emprit (Zingiber Officinale Var Amarum) Dan Jahe Merah (Zingiber Officinale Var Rubrum) Dalam Sediaan Cair Berbasis Bawang Putih Dan Korelasinya Dengan Kadar Fenol Dan Vitamin C, *Jurnal Farmasi*, 6(1), 315–324.
- Wiknjosastro. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yanti. (2017). *Konsep Dasar Asuhan Kehamilan*. Bandung: PT Refika Aditama.

Lampiran 1

RENCANA PENYUSUNAN SKRIPSI

Kegiatan	Ganjal 2021/2022							Genap 2021/2022				
	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Ags
Pengajuan Judul dan Pembimbing												
Penyusunan Proposal												
Sidang Proposal												
Penyusunan Hasil dan Pembahasan												
Sidang Akhir Skripsi												

Lampiran 2

REFERENSI ARTIKEL

Artikel 1

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN WEDANG JAHE
TERHADAP FREKUENSI MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER I DI KABUPATEN BENGKULU UTARA
TAHUN 2017**

Iluh Meta Indrayani, Rialike Burhan, Desi Widiyanti

Poltekkes Kemenkes Bengkulu

e-mail: metaindrayani@gmail.com

ABSTRACT

Emesis gravidarum is a usual complaint that is often experienced by the first trimester pregnant women, and could develop become hyperemesis gravidarum thus increasing the risk of pregnancy. Ginger is kind of herbs which has been known to prevent nausea vomiting. The purpose of this study is the effectiveness of giving wedang ginger to the frequency of nausea and vomiting in pregnant women trimester I. The design of this research is Quasi experiment with One Group Pre test-Post test design. The sampling technique used purposive sampling with the sample of 10 first trimester pregnant women who experience emesis gravidarum. This research was conducted at Work Area of Air Lais Puskesmas of North Bengkulu Regency on January 5, 2018 until February 6, 2018. Analysis of difference of frequency of nausea vomiting before and after intervention using Paired Sample T-Test. The results of this study indicate the average frequency of nausea vomiting pregnant women trimester I before given wedang ginger of 9.30. While the average frequency of nausea vomiting trimester pregnant women I after given ginger wedang of 4.50. The result of bivariate analysis showed that there was difference of mean of nausea vomiting frequency before and after intervention of wedang ginger equal to 4,80 with $p = 0.000$. Expected for the community can take advantage of ginger wedang as an alternative treatment before using antiemetic drugs, and can process other variants of ginger plants that can be used to lower the emesis gravidarum frequency.

Keyword : Wedang Ginger, Emesis Gravidarum

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan keluhan normal yang sering dialami ibu hamil trimester pertama, dan dapat menjadi hiperemesis gravidarum sehingga meningkatkan risiko terjadinya gangguan kehamilan. Jahe merupakan tanaman herbal yang sudah sejak lama dikenal untuk mencegah mual muntah. Tujuan dari penelitian ini adalah efektifitas pemberian wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Desain penelitian ini adalah Quasi eksperimen dengan rancangan One Group Pre test-Post test. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan sampel sebanyak 10 ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Air Lais Kabupaten Bengkulu Utara pada tanggal 5 Januari 2018 sampai dengan 6 Februari 2018. Analisis perbedaan frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Paired Sample T-Test. Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I sebelum diberikan wedang jahe sebesar 9,30. Sedangkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I setelah diberikan wedang jahe sebesar 4,50. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 4,80 dengan $p=0,000$. Diharapkan bagi masyarakat dapat memanfaatkan wedang jahe sebagai pengobatan alternatif sebelum

Iluh Meta I, Rialike B, dan Desi W, Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Frekuensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

menggunakan obat antiemetik, dan dapat mengolah varian lain dari tanaman jahe yang dapat digunakan untuk menurunkan frekuensi emesis gravidarum.

Kata kunci : *Wedang Jahe, Emesis Gravidarum*

PENDAHULUAN

Emesis gravidarum merupakan mual muntah yang muncul pada empat minggu pertama kehamilan dan perlahan menghilang pada umur kehamilan menginjak dua belas minggu (Purwaningsih, 2010). Mual didefinisikan sebagai kecendrungan memuntahkan sesuatu, atau sensasi yang muncul pada daerah kerongkongan atau epigastrik tanpa diikuti dengan muntah, sedangkan muntah didefinisikan sebagai pengeluaran isi lambung melalui mulut, dan umumnya disertai dengan dorongan yang kuat yang terjadi pada kehamilan (Setiawan, 2012).

Prevalensi *emesis gravidarum* di Indonesia juga berbeda-beda disetiap daerah. Elsa dkk (2012) menunjukkan kejadian *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Boyolali sebesar 42,86%. Selanjutnya, Rinata dkk (2015) melaporkan bahwa sebagian besar (60%) ibu hamil di sidoarjo mengalami *emesis gravidarum*. Marianti dkk (2014) juga melaporkan bahwa sebanyak 27 orang (71,1%) ibu hamil di Pekanbaru mengalami *emesis gravidarum*.

Emesis gravidarum dalam keadaan normal tidak banyak menimbulkan efek negatif, hanya saja apabila *emesis gravidarum* berkelanjutan menjadi *hiperemesis gravidarum* akan membawa resiko yang terjadinya gangguan pada kehamilan misalnya dehidrasi, pasien

dapat mengalami syok, menghambat tumbuh kembang janin, gangguan keseimbangan elektrolit, cadangan karbohidrat dalam tubuh ibu akan habis, robekan pada selaput jaringan esophagus dan lambung dapat terjadi bila muntah terlalu sering dan memiliki resiko yang lebih tinggi untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, prematur, dan nilai apgar kurang dari tujuh (Manuaba, 2012).

Penanganan *emesis gravidarum* dibagi menjadi farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi terdiri dari pemberian Vitamin yang (vitamin B kompleks, mediamer N6 sebagai vitamin dan anti muntah) dan pengobatan sedatif ringan. Penanganan non farmakologi untuk mengatasi *emesis gravidarum* misalnya dengan cara memberikan teh panas (Bandiyah, 2009) dan memberikan jahe (Setiawan, 2012).

Jahe merupakan tanaman obat dan juga rempah-rempah yang sudah lama dikenal oleh masyarakat Indonesia. jahe hampir tersebar diseluruh daerah tropika basah di Kawasan Asia. Sentrum utama tanaman jahe di Indonesia adalah Sumatera Utara, Bengkulu, Jawa Barat, Jawa Tengah, dan Jawa Timur (Setyaningrum, 2013). Jahe dapat mengendurkan dan melemahkan otot-otot saluran pencernaan sehingga mual dan muntah

dapat berkurang (Glare *et al*, 2011 dan Perwitasari *et al*, 2011) .

Penelitian yang dilakukan Putri, dkk (2017) sebelum diberi intervensi rata-rata responden mengalami frekuensi mual muntah sebanyak 13 kali dalam sehari, setelah diberi intervensi minuman jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah menurun menjadi 3,18 kali dalam sehari. Penelitian Hasanah (2014) menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan penurunan frekuensi *emesis gravidarum* setelah diberikan wedang jahe.

Data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bengkulu Utara pada tahun 2016 Puskesmas Air Lais merupakan Puskesmas dengan jumlah ibu hamil terbanyak sebanyak 697 ibu hamil dengan cakupan K1 sebesar 78% (Dinas Kesehatan Kabupaten Bengkulu Utara, 2016). Dan Puskesmas Perumnas dengan jumlah ibu hamil terbanyak kedua. Data rekapitulasi register pemeriksaan ibu hamil di Puskesmas Air Lais tahun 2016 didapatkan bahwa hamil trimester I yang memeriksakan dirinya ke Puskesmas dengan keluhan mual muntah sebanyak 83 orang (11,9%). Selanjutnya, jumlah ibu hamil di Puskesmas Lais tahun 2017 berjumlah 697 orang dengan cakupan K1 sebesar 77,51 dan Puskesmas Perumnas jumlah ibu hamil tahun 2017 berjumlah 576. Data rekapitulasi register pemeriksaan ibu hamil di Puskesmas Air Lais tahun 2017 didapatkan bahwa hamil trimester I yang memeriksakan dirinya ke Puskesmas

dengan keluhan mual muntah 95 orang (13,6%) mengeluhkan mual muntah.

Bidan di Puskesmas dalam menangani mual muntah memberikan asuhan berupa konseling kepada ibu hamil dan memberikan vitamin B6 yang efektif untuk mengurangi mual muntah. Survey awal yang dilakukan di Puskesmas Air Lais pada 10 orang ibu hamil trimester I yang memeriksakan diri ke Puskesmas Air Lais, 8 orang dari mereka mengeluhkan mual muntah di pagi hari.

Hasil wawancara pada 8 orang ibu yang mengalami mual muntah, obat yang diberikan Bidan untuk mengatasi mual dan muntah kepada ibu tidak diminum secara teratur dikarenakan mual muntah yang dialami ibu. Selanjutnya, ibu belum pernah mengonsumsi wedang jahe untuk mengatasi mual muntah. Sehingga, perlu diadakannya penelitian mengenai efektifitas pemberian wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan rancangan *One Group Pre test-Post test*. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independen (pemberian wedang jahe) dan variabel dependen (frekuensi mual dan muntah). Jenis jahe yang digunakan yaitu jahe merah dengan pemberian satu gelas pada pagi dan satu gelas pada sore hari.

Iluh Meta I, Rialike B, dan Desi W, Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Frekuensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

Sampel penelitian ini berjumlah 10 orang ibu hamil trimester I yang diambil dari rumus Sopyudin Dahlan (2016)). Kriteria inklusi: Ibu bersedia menjadi responden, primigravida, trimester I umur kehamilan 0-12 minggu, Ibu hamil yang mengalami mual muntah fisiologis. Kriteria eksklusi: Ibu hamil yang mempunyai penyakit gangguan mental, Ibu hamil dengan gastritis, hiperemesis gravidarum, kelainan ginjal, kelainan hati, diabetes melitus dan riwayat obstetri jelek (abortus, riwayat SC).

Instrumen dalam penelitian ini ialah kuesioner karakteristik dan lembar *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE).

Teknik pengumpulan data adalah data primer yang diperoleh langsung dari responden. Penelitian ini dilakukan dari hari ke-1 sampai dengan hari ke-4. Pengumpulan data dilakukan dengan mengambil data primer yaitu karakteristik (umur, pendidikan, pekerjaan dan umur kehamilan) lembar *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE) (frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan wedang jahe). Penelitian ini menggunakan analisis univariat, analisis bivariat (uji *paired sampel t-test*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat Karakteristik Responde

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Umur Kehamilan di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (n=10)	Persentase (100%)
1	Umur		
	< 20 tahun dan >35 tahun	1	10
	20-35 tahun	9	90
2	Pendidikan		
	Rendah	3	30
	Tinggi	7	70
3	Pekerjaan		
	Tidak Bekerja	7	70
	Bekerja	3	30
4	Umur Kehamilan		
	4-8 minggu	4	40
	8-12 minggu	6	60

Berdasarkan tabel 1 diatas, semua umur responden berada dalam usia reproduksi sehat (100%) dan sebagian besar responden

berpendidikan tinggi (70%) dan tidak bekerja (70%). Serta umur kehamilan dalam rentang 8-12 minggu (60%).

2. Distribusi frekuensi Mual dan Muntah

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Mual dan Muntah Sebelum dan Sesudah diberikan Wedang Jahe di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

No	Frekuensi Mual dan Muntah (skor PUQE)	Frekuensi (n=10)	Persentase (100%)
1 Sebelum			
	Emesis Ringan (≤ 6)	2	20
	Emesis Sedang (7-12)	6	60
	Emesis Berat (13-15)	2	20
2 Sesudah			
	Emesis Ringan (≤ 6)	8	80
	Emesis Sedang (7-12)	2	20
	Emesis Berat (13-15)	0	0

Berdasarkan tabel 2 di atas, presentase tertinggi frekuensi mual dan muntah sebelum dilakukan pemberian wedang jahe dalam kategori emesis sedang yaitu sebesar (60%) dan frekuensi tertinggi setelah pemberian

wedang jahe dalam kategori nyeri ringan (80%).

3. Rerata Frekuensi Mual dan Muntah Sebelum dan Sesudah diberikan Wedang Jahe

Tabel 3. Rerata Frekuensi Mual dan Muntah Sebelum dan Sesudah diberikan Wedang Jahe di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

Frekuensi Mual dan Muntah	Mean	Selisih Mean	SD	Min	Max
Sebelum Intervensi	9,30	-	3,129	5	14
Sesudah Intervensi					
• Hari 1	8,60	0,70	3,026	5	13
• Hari 2	7,60	1,00	2,547	4	12
• Hari 3	6,70	0,90	2,497	4	12
• Hari 4	4,50	2,20	1,841	3	8
Rata-Rata	6,85		1,748	4,5	8,6

Berdasarkan tabel 3 di atas, dapat disimpulkan bahwa dari 10 responden yang diberikan intervensi wedang jahe, didapatkan hasil rata-rata frekuensi mual dan muntah sebelum intervensi

adalah 9,30 dan rata-rata frekuensi mual muntah sesudah intervensi adalah 6,85. Dan penurunan frekuensi mual muntah terjadi pada hari 3 ke hari 4 dengan rata-rata sebesar 2,20. Sedangkan untuk

Iluh Meta I, Rialike B, dan Desi W, Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Frekuensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

penurunan sebelum dilakukan intervensi wedang jahe dan sesudah diberikan sampai hari ke-4, menunjukkan penurunan yang signifikan dengan rata-rata sebesar 4,80. Dapat disimpulkan pemberian wedang jahe dapat menurunkan

frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum*.

4. Analisis Bivariant

Tabel 4. Efektivitas Wedang Jahe terhadap Frekuensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

Frekuensi Mual dan Muntah	N	Mean	Δ Mean	SD	p value
Sebelum	10	9,30	2,45	3,129	0,000
Sesudah	10	6,85		1,748	

Berdasarkan tabel 4 di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 2,45 dengan *p value* =

0,000, yang artinya pemberian wedang jahe efektif dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017.

Tabel 5. Analisis Pengaruh Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Umur Kehamilan terhadap Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

Variabel	Frekuensi Mual Muntah (Emesis)						Total		p-value
	Emesis Ringan		Emesis Sedang		Emesis Berat				
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Umur									
<20 tahun dan >35 tahun	1	76.9	0	23.1	0	0	1	100	0.598
20-35 tahun	7	77,8	2	22.2	0	0	9	100	
Pendidikan									
Rendah	3	100	0	27.3	0	0	3	100	0.201
Tinggi	5	71,4	2	28,6	0	0	7	100	
Pekerjaan									
Tidak Bekerja	5	71,4	2	28,6	0	0	7	100	0.201
Bekerja	3	80	0	0	0	0	3	100	
Umur kehamilan									
4-8 minggu	4	100	0	0	0	0	4	100	0,297
8-12 minggu	4	66,7	2	33,3	0	0	6	100	

Berdasarkan tabel 5, analisis pengaruh umur, pendidikan, pekerjaan dan umur kehamilan dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 2,45 dengan *p value* = 0,000. Dapat disimpulkan, pemberian wedang jahe efektif dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017.

a. Frekuensi Mual dan Muntah Sebelum dan Sesudah diberikan Wedang Jahe

Hasil penelitian ini menunjukkan presentase tertinggi frekuensi mual dan muntah sebelum dilakukan pemberian wedang jahe berada dalam kategori emesis sedang yaitu sebesar (60%) dari ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah. Sedangkan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dilakukan pemberian wedang jahe adalah 9,30. Frekuensi mual muntah yang dirasakan ibu hamil trimester I sebelum dilakukan intervensi mengalami peningkatan dalam kategori emesis sedang. Frekuensi mual muntah meningkat karena ibu hamil masih belum mengetahui penanganan yang baik dan benar untuk mengurangi mual dan muntah (emesis gravidarum) yang sedang dialaminya serta belum ada sosialisasi yang optimal dalam penanganan emesis gravidarum.

Emesis gravidarum merupakan mual muntah yang muncul pada empat minggu pertama kehamilan dan perlahan menghilang pada umur kehamilan menginjak dua belas minggu

(Purwaningsih, 2010). Mual merupakan kecenderungan memuntahkan sesuatu, atau sensasi yang muncul pada daerah kerongkongan atau epigastrik tanpa diikuti dengan muntah, sedangkan muntah didefinisikan sebagai pengeluaran isi lambung melalui mulut, dan umumnya disertai dengan dorongan yang kuat yang terjadi pada kehamilan (Setiawan, 2012).

Penanganan *emesis gravidarum* dibagi menjadi farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi terdiri dari pemberian Vitamin yang (vitamin B kompleks, mediamer N6 sebagai vitamin dan anti muntah) dan pengobatan sedatif ringan. Penanganan non farmakologi untuk mengatasi *emesis gravidarum* misalnya dengan cara memberikan teh panas (Bandiyah, 2009) dan memberikan jahe (Setiawan, 2012).

Setelah dilakukan pemberian wedang jahe, sebagian besar berada dalam kategori emesis ringan yaitu sebesar (80%) dari ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah. Sedangkan rata-rata frekuensi mual muntah sesudah dilakukan pemberian wedang jahe adalah 6,85. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan rata-rata frekuensi mual dan muntah setelah diberikan wedang jahe sebesar 2,45.

Penurunan frekuensi mual muntah terjadi pada hari 3 ke hari 4 dengan rata-rata penurunan sebesar 2,20. Sedangkan untuk penurunan sebelum dilakukan intervensi wedang jahe dan sesudah diberikan sampai hari ke-4, menunjukkan penurunan yang signifikan

Iluh Meta I, Rialike B, dan Desi W, Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Frekuensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

dengan rata-rata sebesar 4,80. Dapat disimpulkan pemberian wedang jahe dapat menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum*.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh putri dkk (2017) yaitu rata-rata frekuensi morning sickness sebelum diberikan minuman jahe hangat yaitu sebanyak 13 kali dan setelah diberikan menurun menjadi 3,18 kali. Hasil uji bivariabel menunjukkan bahwa minuman jahe hangat efektif dalam mengurangi morning sickness pada ibu hamil ($p=0,000$)

Sesuai dengan manfaat wedang jahe yang dapat mengendurkan dan melemahkan otot-otot saluran pencernaan sehingga mual dan muntah dapat berkurang (Glare *et al*, 2011 dan Perwitasari *et al*, 2011). Dan sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri, dkk (2017) sebelum diberi intervensi rata-rata responden mengalami frekuensi mual muntah sebanyak 13 kali dalam sehari, setelah diberi intervensi minuman jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah menurun menjadi 3,18 kali dalam sehari. Pada data penelitian ini sudah dilakukan uji normalitas yaitu dengan *Shapiro Wilk* yang hasilnya adalah data berdistribusi normal, sehingga dapat dilanjutkan untuk *uji paired t-test*.

b. Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Penurunan Frekuensi Mual dan Muntah

Berdasarkan hasil analisis dengan *Chi Square*, frekuensi mual muntah setelah dilakukan

pemberian wedang jahe, ada 2 responden (22,2%) tetap mengalami emesis sedang yaitu pada kategori umur 20-35 tahun, 2 responden (28,6%) tetap mengalami emesis sedang yaitu pada kategori pendidikan tinggi, 2 responden (28,6%) tetap mengalami emesis sedang yaitu pada kategori ibu dengan tidak bekerja dan 2 responden (33,3) tetap mengalami emesis sedang pada kategori umur kehamilan 8-12 minggu.

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan *Independent Sampel T-test*, menunjukkan ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah pemberian wedang jahe sebesar 2,45 dengan $p\ value = 0,000$. Sehingga dapat disimpulkan pemberian wedang jahe efektif dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saswita dkk (2011) yang menyatakan bahwa penurunan rata-rata mual dan muntah sebelum diberikan intervensi sebesar 3,87 dan setelah diberikan intervensi 2,78 dengan $p\ value 0,014$. Dapat disimpulkan bahwa jahe efektif dalam mengurangi mual dan muntah selama kehamilan trimester pertama

Riset yang dilakukan oleh Universitas Chiang Mai di Thailand juga membuktikan keefektifan khasiat jahe pada ibu hamil dalam mengatasi mual muntah. Dalam riset ini melibatkan 32 ibu hamil yang mengalami mual muntah yang

diberikan suplemen yang mengandung 1 gram ekstrak jahe setiap hari, ternyata hasilnya sangat memuaskan dimana terjadi penurunan gejala mual muntah yang signifikan pada ibu-ibu hamil tersebut (Hasanah, 2014).

Jahe berkhasiat sebagai anti muntah dan dapat digunakan para ibu hamil mengurangi morning sickness. Penelitian menunjukkan bahwa jahe sangat efektif menurunkan metoklopramid senyawa penginduksi mual dan muntah. Jahe putih kecil memiliki kandungan minyak atsirinya lebih besar dari pada jahe gajah, sehingga rasanya lebih pedas, disamping seratinya tinggi dan sering ditemukan dipasaran, sehingga jahe dapat dijadikan sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi *emesis gravidarum* sebelum menggunakan obat antiemetik. Kandungan wedang jahe aman dari bahan berbahaya karena dapat dibuat sendiri sehingga ibu hamil tidak perlu khawatir akan membahayakan kehamilan dan janinnya (Putri dkk, 2017).

Mekanisme jahe memiliki efek langsung dalam saluran pencernaan dengan meningkatkan pergerakan lambung, serta absorpsi racun dan asam. Jahe dipercaya sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah karena kandungan minyak *Atsiri Zingiberena*, *Zingiberol*, *Bisabilena*, *Kurkuman*, *Gingerol*, *Flandrena*, vit A dan resin pahit. Kandungan zat-zat tersebut dapat memblokir serotonin yaitu suatu neurotransmitter sistem saraf pusat dan sel-sel *enterokromafin* dalam saluran pencernaan dengan menghambat induksi HCG ke lambung.

Menurut peneliti Smith (2004) Seorang professor *obstetrics* dan *gynecology* Universitas Adelaide, Australia menyebutkan dari hasil penelitiannya bahwa ada efek menguntungkan dari minum jahe bagi wanita karena jahe dapat mengurangi rasa mual dan muntah, bahwa jahe berkhasiat mengendurkan dan melemahkan otot-otot pada saluran pencernaan sehingga mual muntah banyak berkurang. Hasil penelitian Smith didukung dengan penelitian Vutyavanich (2001) bahwa jahe efektif untuk mengobati gangguan pencernaan dan pencegahan gejala mual muntah. Sebuah survey yang dilakukan oleh Power et al (2001) di Washington DC dalam buku Tiran (2009) menemukan bahwa dokter obstetrik lebih cenderung menyarankan wanita hamil untuk mencoba mengkonsumsi jahe sebelum meresepkan obat antiemetik (Hasanah, 2014).

Berdasarkan pengamatan peneliti dilapangan, ibu mengatakan setelah meminum wedang jahe, perut terasa hangat, mual muntah berkurang. Setelah dilihat dari pola makan, 2 responden yang tidak mengalami penurunan frekuensi mual muntah yang signifikan atau dalam kategori *emesis gravidarum* kategori sedang. Hal ini disebabkan karena ibu terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang memicu timbulnya mual muntah seperti kol, mentimun, nangka, dan makanan yang berbau tajam serta berminyak dan bersantan. Menurut Khabiba (2016) jenis makanan tersebut menghasilkan gas dalam perut sebaiknya dihindari oleh ibu hamil, sebab pada ibu hamil gerakan lambung melambat dan membentuk gas sehingga

Iluh Meta I, Rialike B, dan Desi W, Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Frekuensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017

mengakibatkan perut terasa kembung serta mengiritasi lambung.

Ibu beralasan mengkonsumsi makanan tersebut karena faktor ngidam yang terlalu berlebihan sehingga tidak dapat menghindari meskipun mual muntah terus menerus, ibu juga mengalami gangguan istirahat (tidak pernah tidur siang) dikarenakan peran ibu sebagai wanita mengurus anak dan rumah tangga. Faktor tersebut sebagai salah satu pemicu tidak ada penurunan frekuensi mual muntah secara signifikan

Berdasarkan hasil penelitian dan teori di atas dapat disimpulkan bahwa pemberian wedang jahe pada ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah (*emesis gravidarum*) memegang peranan penting dalam pemberian asuhan kebidanan yang dapat membantu menurunkan frekuensi mual dan muntah dalam kehamilan. Untuk mewujudkan terlaksananya intervensi pemberian wedang jahe, diperlukan adanya kerja sama dan kesadaran yang tinggi dari bidan dan ibu hamil. Kemampuan ibu dalam menerapkan penanganan non farmakologi selama mual muntah dalam kehamilan yaitu dengan pemberian wedang jahe tidak dapat dipisahkan dari pengetahuan ibu. Oleh karena itu, bidan harus mampu memberikan konseling cara mengurangi mual dan muntah yaitu dengan pemberian wedang jahe saat mengalami *emesis gravidarum*, tidak hanya memberikan obat-obatan untuk mengurangi mual muntah.

SIMPULAN

Terdapat perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 4,80 dengan *p value* =

0,000, yang berarti pemberian wedang jahe efektif dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Kabupaten Bengkulu Utara tahun 2017.

DAFTAR RUJUKAN

- Bandiyah. 2009. *Kehamilan Persalinan Gangguan Kehamilan*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bengkulu Utara. 2016. *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Bengkulu Utara*. Bengkulu
- Hasanah. 2014. *Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) terhadap Penurunan Emesis Gravidarum pada Trimester Pertama*. Jurnal Biometrika dan Kependudukan Vol. 3 No. 1 Halaman 81-87
- Irianto, Koes. 2015. *Kesehatan Reproduksi Reproductive Health Teori & Praktikum*. Alfabeta. Bandung
- Manuaba IGB. 2012. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Marianti dkk. 2014. *Hubungan Dukungan Suami, Usia Ibu dan Gravida terhadap Kejadian Emesis Gravidarum*. JOM PSIK Volume 1 Nomor 2 Halaman 1-9
- Purwaningsih. 2010. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Putri, dkk. 2017. *Efektifitas Pemberian Jahe Hangat dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I*. *Naskah Publikasi*. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Parepare
- Rinata, dkk. 2015. *Penanganan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di BPM Nunik Kustantinna Tulangan – Sidoarjo*. *Naskah Publikasi*. Program Studi Diploma III

Artikel 2

CHMK MIDWIFERY SCIENTIFIC JOURNAL
VOLUME 2, NOMOR 2 APRIL 2019

**PENGARUH MINUMAN SARI JAHE DALAM MENGURANGI EMESIS
GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS ALAK**

Dina Melaniika Sitikhe Henukh, Aning Pattypeilohy*

*Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Citra Husada Mandiri Kupang
dinahenukh@chmk.ac.id

ABSTRAK

Keluhan yang sering terjadi pada ibu hamil adalah emesis gravidarum. Emesis gravidarum umumnya dialami oleh 65-70% wanita hamil, sering terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Sedangkan hyperemesis gravidarum terjadi sekitar 10-15%. Saat hamil lambung bekerja lebih lambat dalam mencerna makanan dibandingkan sebelum hamil sehingga dapat memicu muntah. Kandungan minyak atsiri yang bersifat aromatik dan rasa pedas gingerol pada jahe dapat memberikan pengaruh langsung pada saluran pencernaan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil. Desain penelitian yang digunakan adalah *Pre Eksperimental* dengan rancangan *One Group Pretest Posttest*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 16 orang, dengan metode *purposive sampling*. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah diberikan minuman sari jahe selama 4 hari dengan lembar observasi. Hasil analisis uji *Wilcoxon* penelitian menunjukkan ada efektifitas penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil setelah pemberian minuman sari jahe bagi ibu hamil di Puskesmas Alak tahun 2018 dengan nilai p -value sebesar 0,001 ($\alpha=0,05$).

Kata kunci : Emesis gravidarum, jahe, kehamilan

ABSTRACT

A inconvenience that often occurs in pregnant women is emesis gravidarum. Emesis gravidarum is generally experienced by 65-70% of pregnant women, often occurring in 60-80% primigravida and 40-60% multigravida. Where as hyperemesis gravidarum occurs around 10-15%. When pregnant the gastric works more slowly in digesting food than before pregnancy so it can trigger vomiting. The aromatic essential oil content and spicy gingerol taste in ginger can have a direct influence on the digestive tract. The purpose of this study is to determine whether there is an effect of ginger juice drinks in reducing emesis gravidarum in pregnant women. The research design used Pre Experimental with the design of the One Group Pretest Posttest. The number of samples in this study were 16 people, with a purposive sampling method. Measurements were made before and after being given ginger juice drinks for 4 days with an observation sheet. The results of the Wilcoxon test showed that there was an effective decrease in the emesis of gravidarum in pregnant women after giving ginger juice drinks to pregnant women in Alak Public Health Center in 2018 with a p -value of 0.001 ($\alpha = 0.05$).

Keywords: Emesis gravidarum, ginger, pregnancy

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses yang alami dan normal. Masa kehamilan merupakan masa yang rawan kesehatan, baik kesehatan ibu yang mengandung maupun janin yang dikandungnya sehingga dalam masa kehamilan perlu dilakukan pemeriksaan secara teratur untuk mengatasi keluhan, deteksi dini tanda bahaya dan komplikasi. Perubahan-perubahan yang terjadi baik secara fisik maupun psikologis karena berbagai faktor selama hamil ini biasanya akan menimbulkan berbagai keluhan dan ketidaknyamanan selama kehamilan. Keluhan dan ketidaknyamanan pada ibu hamil ini juga bisa menunjukan masalah yang mungkin menyertai kehamilannya sehingga akan menimbulkan komplikasi pada kehamilannya dan berujung pada kematian bila tidak diberikan asuhan yang tepat. Salah satu perubahan yang terjadi adalah mual muntah yang bila tidak ditangani bisa memungkinkan terjadi hyperemesis gravidarum⁽¹⁾.

Berdasarkan profil kesehatan Indonesia 2014, AKI di Indonesia adalah 359/100.000 kelahiran hidup pada tahun 2012, sedangkan AKN di Indonesia sebesar 19/1000 kelahiran hidup. Penyebab langsung kematian ibu biasanya terkait erat dengan kondisi kesehatan ibu sejak proses kehamilan, persalinan dan pasca persalinan. Kematian perinatal juga dipengaruhi oleh kondisi ibu saat kehamilan dan persalinan. Emesis gravidarum umumnya dialami oleh 65-70% wanita hamil, sering terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Sedangkan hyperemesis gravidarum terjadi sekitar 10-15%⁽¹⁾. Berdasarkan data dari Puskesmas Alak jumlah ibu hamil selama bulan Januari – Maret, terdapat sebanyak 174 dan dari ibu hamil terdapat 85 yang mengalami emesis gravidarum, dan 2 kasus pada

primigravida menjadi hyperemesis gravidarum.

Emesis gravidarum disebabkan karena meningkatnya kadar HCG dan estrogen secara drastis⁽²⁾. Lambung bekerja lebih lambat dalam mencerna makanan dibandingkan sebelum hamil sehingga dapat memicu muntah. Hal ini sering terjadi di usia kehamilan muda atau trimester pertama. Masalah psikologis juga dapat mempredisposisi beberapa wanita untuk mengalami mual dan muntah dalam kehamilan. Masalah psikologis seperti kehamilan yang tidak diinginkan, beban kerja atau finansial, ambivalensi, kecemasan, konflik dan ketidaknyamanan fisik⁽³⁾. Bahaya muntah-muntah saat hamil adalah gangguan kesehatan pada ibu seperti kekurangan cairan, kekurangan cairan elektrolit tubuh, badan terasa lemah dan tidak bertenaga, penurunan berat badan, dehidrasi, gangguan kesehatan pada janin yaitu kekurangan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangannya, berat badan janin lebih rendah dari berat badan normal. Gangguan pertumbuhan dan perkembangan bayi⁽⁴⁾. Ibu hamil biasanya mengkonsumsi obat-obatan atau melakukan tindakan untuk mengatasi mual dan muntah. Obat-obatan yang sering bidan berikan yang mengandung efek anti mual yaitu B6. Selain itu, di sarankan juga bagi ibu untuk mengatur pola makan setiap hari, menghindari makanan yang berbau tajam dan berlemak⁽¹⁾.

Jahe merupakan salah satu tanaman yang digunakan sebagai obat tradisional. Hasil penelitian terhadap tikus hamil yang diberikan ekstrak jahe secara oral tidak mempengaruhi kehamilan dan tidak menyebabkan toksisitas sampai konsentrasi 1000 mg/kg⁽⁵⁾. Walaupun dilaporkan juga beberapa efek samping minor akibat konsumsi jahe seperti diare ringan atau

CHMK MIDWIFERY SCIENTIFIC JOURNAL
VOLUME 2, NOMOR 2 APRIL 2019

reaksi alergi ringan. Efek samping terutama terjadi bila jahe dikonsumsi mentah⁽⁶⁾. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa bila jahe dikonsumsi dalam jangka panjang akan mempunyai efek hipoglikemik dan hipolipidemik (Ahmed dan Sharma 1997). Demikian juga telah dicobakan terhadap kadet angkatan laut ternyata secara signifikan bisa lebih efektif untuk mencegah mabuk laut terutama untuk mual dan vertigo (Grontved et al. 1988)⁽⁷⁾. Tanaman jahe segar dan olahannya mudah di jumpai di Indonesia dengan nilai ekonomi yang relatif murah. Tujuan dari penelitian ini untuk menilai pengaruh minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini termasuk penelitian *pre eksperimental* dengan menggunakan rancangan *one group pre and posttest* dimana sampel tidak dibagi menjadi beberapa kelompok melainkan hanya terdiri dari satu kelompok⁽⁸⁾, kemudian diberikan minuman sari jahe. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah diberikan minuman sari jahe. Teknik uji statistik yang di pilih berdasarkan tujuan uji yaitu tujuan komparatif (perbandingan) menggunakan uji t sampel berpasangan atau *paired sample t Test* (Uji non Parametrik). Uji yang digunakan adalah uji *Wilcoxon*⁽⁹⁾. Pengujian ini dimaksudkan untuk menyelidiki apakah ada pengaruh pemberian minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil di Puskesmas Alak tahun 2018.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat emesis gravidarum ibu di Puskesmas Alak sebelum pemberian minuman sari jahe

Tabel 1. Tabel Distribusi Frekuensi Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum Pemberian Minuman Sari Jahe

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ringan	1	6,3	6,3	6,3
Sedang	9	56,3	56,3	62,5
Berat	6	37,5	37,5	100,0
Total	16	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel diatas dapat diinterpretasikan bahwa sebelum pemberian minuman sari jahe, dari 16 ibu dengan emesis gravidarum di Puskesmas Alak, 6,3% ibu dengan tingkat emesis ringan, 56,3% ibu dengan tingkat emesis sedang, dan 37,5% ibu dengan tingkat emesis berat.

Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Tingkat Emesis Gravidarum Setelah Pemberian Minuman Sari Jahe

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ringan	9	56,3	56,3	56,3
Sedang	7	43,8	43,8	100,0
Total	16	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel diatas dapat diinterpretasikan bahwa setelah pemberian minuman sari jahe, dari 16 ibu dengan emesis gravidarum di Puskesmas Alak, terdapat 56,3% ibu dengan tingkat emesis ringan dan 43,8% ibu dengan tingkat emesis sedang.

Dari hasil yang diperoleh, maka dilakukan analisis pengaruh sebelum dan sesudah pemberian minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil di Puskesmas Alak menggunakan uji *wilcoxon*

CHMK MIDWIFERY SCIENTIFIC JOURNAL
VOLUME 2, NOMOR 2 APRIL 2019

Tabel 3 **Tabel** **Descriptive**
Statistics **Wilcoxon** **Sebelum Dan**
Sesudah Pemberian Minuman Sari Jahe

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
sebelum pemberian minuman sari jahe	16	4,0625	1,06262	2,00	6,00
setelah pemberian minuman sari jahe	16	2,0625	1,23659	,00	4,00

Berdasarkan tabel 3, sebelum pemberian minuman sari jahe, nilai rata-rata tingkat emesis adalah 4,0625 dan nilai rata-rata tingkat emesis gravidarum adalah 2,0625.

Tabel 4 Test Statistics^a

	setelah pemberian minuman sari jahe - sebelum pemberian minuman sari jahe
Z	-3,355 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan uji *wilcoxon*, didapatkan Asymp. Sig. (2-tailed) atau p adalah $0,001 < \alpha (0,05)$, ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil di Puskesmas Alak tahun 2018.

Tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil sebelum diberikan minuman sari jahe

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 3 menunjukkan tingkat emesis gravidarum ibu sebelum diberikan minuman sari jahe memiliki nilai mean 4,0625, hal ini dapat diartikan bahwa sebelum pemberian minuman sari jahe pada ibu dengan emesis gravidarum rata-rata tingkat emesis gravidarum ibu adalah sedang.

Gejala emesis umumnya terjadi pada awal kehamilan, biasanya pada trisemester pertama⁽¹⁰⁾. Gejala ini biasanya timbul di pagi hari dengan frekuensi yang akan menurun setiap harinya sering dengan bertambahnya usia kehamilan. Hal ini sering terjadi di usia kehamilan muda atau trimester pertama. Emesis disebabkan peningkatan kadar HCG dan estrogen secara drastis. Kondisi ini mempengaruhi bagian otak pengontrol muntah. Hal ini sering terjadi di usia kehamilan muda atau trimester pertama⁽¹¹⁾. Desakan saluran pencernaan, terutama lambung karena rahim yang semakin membesar dapat menimbulkan reflus asam lambung sehingga memicu muntah. Lambung bekerja lebih lambat dalam mencerna makanan dibandingkan sebelum hamil sehingga dapat memicu muntah⁽⁹⁾.

Dilihat dari usia kehamilan adalah ibu dengan usia kehamilan pada trimester 1 sebanyak 14 ibu dan sebagian kecil yaitu sebanyak 2 ibu pada trimester 2. Pada awal kehamilan terjadi perubahan hormon pada ibu, gejala ini biasanya timbul di pagi hari dengan frekuensi yang akan menurun setiap harinya sering dengan bertambahnya usia kehamilan dan kondisi ibu yang beradaptasi dengan perubahan hormon pada tubuh ibu karena kehamilan. Setelah memasuki trimester kedua umumnya ibu sudah mulai dapat beradaptasi dan dapat menangani masalah ketidaknyamanan pada kehamilan.

Tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil setelah diberikan minuman sari jahe

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 3 menunjukkan tingkat emesis gravidarum ibu sebelum diberikan minuman sari jahe memiliki nilai mean 2,0625, hal ini dapat diartikan bahwa sebelum pemberian minuman sari jahe

pada ibu dengan emesis gravidarum rata-rata tingkat emesis gravidarum ibu adalah ringan. Emesis yang terjadi di awal kehamilan sering terjadi karena ibu masih beradaptasi terhadap perubahan hormon di tubuhnya. Bahkan, emesis dapat terjadi sepanjang kehamilan. Meskipun demikian, emesis yang terlalu berlebihan atau disebut dengan hiperemesis gravidarum pasti akan sangat mengganggu kesehatan ibu dan janinnya. Bahaya muntah-muntah saat hamil yaitu gangguan kesehatan pada ibu seperti kekurangan cairan, badan terasa lemah dan tidak bertenaga, penurunan berat badan, dan dehidrasi. Sedangkan gangguan kesehatan pada janin seperti kekurangan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangannya, berat badan janin lebih rendah dari berat badan normal, hingga gangguan pertumbuhan dan perkembangan bayi⁽²⁾.

Dari hasil penelitian, setelah meminum minuman sari jahe, terdapat 14 ibu hamil yang mengalami penurunan emesis gravidarum, dan 2 ibu hamil yang tetap merasakan emesis gravidarum setelah minum minuman sari jahe selama 4 hari. Berdasarkan hal tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden yang sesudah diberikan minuman sari jahe mengalami penurunan tingkat emesis gravidarum, di dukung dengan pendapat responden yang mengatakan mual muntahnya berkurang dari sebelum minum minuman sari jahe. Ibu hamil yang tidak mengalami perubahan penurunan emesis gravidarum dapat disebabkan faktor pendukung lain seperti memerlukan waktu yang lebih lama dalam mengkonsumsi minuman jahe, dukungan dari keluarga dan lingkungan, pola asupan makanan lain yang mungkin dapat memicu emesis gravidarum, pola istirahat serta faktor lain yang juga dapat mempengaruhi

kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil.

Analisis pengaruh tingkat emesis gravidarum sebelum dan sesudah pemberian minuman sari jahe

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat hasil uji *wilcoxon* didapatkan Asymp. Sig. (2-tailed) atau p adalah $0,001 < \alpha$ (0,05), ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan tingkat emesis gravidarum sebelum dan sesudah diberikan minuman sari jahe. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh pemberian minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil di Puskesmas Alak tahun 2018.

Hal ini terjadi karena minuman sari jahe yang diberikan pada ibu dengan emesis gravidarum berasal dari rimpang jahe yang mengandung dua komponen utama yaitu komponen volatile dan komponen non-volatile. Komponen volatile terdiri dari oleoresin (4,0-7,5%), yang bertanggung jawab terhadap aroma jahe (minyak atsiri) dengan komponen terbanyak adalah zingiberen dan zingiberol. Komponen non-volatile pada jahe bertanggung jawab terhadap rasa pedas, salah satu diantaranya adalah gingerol. Gingerol merupakan senyawa identitas untuk tanaman jahe dan berfungsi sebagai senyawa yang berkhasiat obat. Gingerol yang terkandung di dalam jahe memiliki efek sebagai antiinflamasi, antipiretik, gastroprotective, cardiotonic dan antihepatotoksik, antioksidan, antikanker, antiinflamasi, antiangiogenesis dan anti-atherosclerotic. Kandungan-kandungan ini yang mampu membantu mengurangi rasa mual pada ibu hamil.

Responden mengatakan bahwa 4 hari setelah minum minuman sari jahe tingkat emesis gravidarum ibu berkurang ditandai dengan, ibu sudah tidak mual sesering sebelum minum

CHMK MIDWIFERY SCIENTIFIC JOURNAL
VOLUME 2, NOMOR 2 APRIL 2019

minuman sari jahe dan juga mengatakan mulai bisa menerima makanan yang sebelumnya membuat mual.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada frekuensi mual muntah terhadap ibu hamil sebelum dan setelah pemberian minuman sari jahe bagi ibu hamil di Puskesmas Alak tahun 2018.

Ada efektifitas penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil setelah pemberian minuman sari jahe bagi ibu hamil di Puskesmas Alak tahun 2018 dengan nilai p -value sebesar 0,001 ($\alpha=0,05$).

Peneliti dan peneliti berikutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan ilmu dan data awal untuk referensi penelitian selanjutnya, disarankan untuk peneliti selanjutnya agar penelitian ini dapat diperluas lagi dari segi waktu dan dari jumlah responden dan penggunaan berbagai jenis sediaan jahe. Bagi institusi pendidikan, disarankan agar menjadikan hasil penelitian ini, sebagai tambahan referensi dan wacana di lingkungan pendidikan serta sebagai bahan kajian lebih lanjut khususnya untuk penelitian yang sejenis. Bagi ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum dan masyarakat, penelitian ini merupakan tambahan pengetahuan tentang manfaat jahe dalam mengurangi emesis gravidarum bagi ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Manuaba. Ida Ayu C, Ide Bagus Fajar, Ida B Gede. 2006. *Buku Ajar Patologi Obstetri untuk Mahasiswa Kebidanan*, Jakarta : EGC
- (2) Bartini Istri. 2012 *Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Normal*. Yogyakarta. Nuha Medika.
- (3) Irmawati. 2016 *Kehamilan bermasalah*. Jakarta Selatan. Laksana.
- (4) Manuaba. Ida Bagus Gde. 1998. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan 7 Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*, Jakarta : ECG
- (5) Hernani, Winarti Christina. 2013 *Kandungan Bahan Aktif Jahe dan Pemanfaatannya dalam Bidang Kesehatan*. IN: Balai Penelitian Tanaman Obat dan Aromatik. *Jahe*. Bogor. Balitro
- (6) Sembiring B.S, Yuliani Sri. 2013 *Penanganan dan Pengolahan Rimpang Jahe*. IN: Balai Penelitian Tanaman Obat dan Aromatik. *Jahe*. Bogor. Balitro.
- (7) Bermawie N, Purwiyanti S. 2013 *Botani Sistemika dan Keragaman Kultivar Jahe*. IN: Balai Penelitian Tanaman Obat dan Aromatik. *Jahe*. Bogor. Balitro
- (8) Notoatmodjo S, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta.
- (9) Saryono, 2011. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Yogyakarta: Mitra Cendikia Press
- (10) Banun Sri. 2018. Pengaruh Efektifitas Pemberian Seduhan Daun Pepermint pada Ibu Hamil Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum. *Jurnal EDUMidwifery*. 1(2): 4-5
- (11) Sarwono. 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta. PT Bina Pustaka.

Artikel 3

International Journal of Research in Medical Sciences
 Dewianti NM et al. *Int J Res Med Sci.* 2019 Feb;7(2):347-350
 www.msjonline.org

pISSN 2320-6071 | eISSN 2320-6012

DOI: <http://dx.doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20190332>

Original Research Article

Effectiveness of ginger aromatherapy towards nausea and vomiting on first trimester pregnant women at BPM (private practice midwives) Ni Wayan Suri in Denpasar City

Ni Made Dewianti*, Ni Nyoman Deni Witari

Midwifery Academy of Kartini Bali, Denpasar, Bali, Indonesia

Received: 08 October 2018

Accepted: 29 December 2018

***Correspondence:**

Dr. Ni Made Dewianti,

E-mail: dewianti1987@gmail.com

Copyright: © the author(s), publisher and licensee Medip Academy. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License, which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

ABSTRACT

Background: Nausea and vomiting in pregnancy are called morning sickness, which is experienced by around 70-80% of pregnant women, is a phenomenon that often occurs at 5-12 weeks of gestation. Since long time ago, ginger has been known as a plant with a million of medicinal properties. Non-pharmacological intervention measures by giving ginger aromatherapy is part of the comfort intervention which aimed to provide physical comfort to pregnant women.

Methods: The design of this study was pre-experimental (Quasi experiment design) with one group pretest-posttest design on the group that was given ginger aromatherapy. The population in this study was pregnant women who made antenatal visits at Private Practice Midwives (hereafter BPM) Ni Wayan Suri in Denpasar City in 2018 with purposive sampling technique. The samples in this study were first trimester pregnant women who experienced nausea and vomiting in BPM Ni Wayan Suri in Denpasar City and met the inclusion criteria. The number of samples in this study was 30 people. Data were analyzed through t-test to compare the results of the pretest and posttest.

Results: The average nausea and vomiting of pregnant women in the first trimester before receiving ginger aroma therapy was 8.1. The average nausea and vomiting of pregnant women in the first trimester upon receiving the aroma of ginger therapy was 6 with a p value of 0.00 which means that there was an effect of ginger aromatherapy on nausea and vomiting of pregnant women in first trimester in Private Practice Midwives BPM Ni Wayan Suri in Denpasar City.

Conclusions: There is an effect of ginger aromatherapy on nausea and vomiting of pregnant women in first trimester in Private Practice Midwives BPM Ni Wayan Suri in Denpasar City.

Keywords: Effectiveness, First trimester pregnancy, Ginger aromatherapy, Nausea and vomiting

INTRODUCTION

Mortality and morbidity in pregnant women and newborns have become a concern for a long time, especially in developing countries. About 25-50% mortality of women in childbearing age is caused by pregnancy-related problem.¹

Pregnancy is a condition of woman who has an embryo or fetus in her uterus that continues to develop over time.

The normal pregnancy process occurs for 40 weeks between the last menstrual period and birth (38 weeks after conception). Pregnancy is a phase that has been eagerly awaited by many couples since through this phase they will have a baby to complete their domestic life. Pregnancy process causes changes in the mother's body. These changes occur to adjust the mother's body with the condition of her pregnancy.² These changes are mostly influenced by hormones, an increase in the hormone's estrogen and progesterone. Immediately after an increase

in the hormone's estrogen and progesterone in body, mother would experience various kinds of physiological discomfort such as nausea, vomiting, fatigue and enlargement of the breast.³

Nausea and vomiting are one of the earliest symptoms, the most common yet the most stressful for mother which are affiliated with pregnancy.⁴ Nausea and vomiting in pregnancy are called morning sickness, which is experienced by about 70-80% of pregnant women is a phenomenon that often occurs at 5-12 weeks of gestation.⁵ Pregnant women, especially in the first trimester, experience nausea and vomiting at different levels. By and large, it is mild and occurs especially in the morning. But, in some occasions, it is also quite severe and can last all day.

Nausea and vomiting occur 2 weeks after missed menstruation period and lasts for around 6-8 weeks. The cause is unknown but presumably instigated by an increase of sex hormones level (estrogen and progesterone) produced during pregnancy. After 12 weeks, these symptoms usually disappear as the body has adjusted.⁶ Excessive nausea and vomiting during pregnancy or what is commonly known as hyperemesis gravidarum does not only threatens a woman's life but can also cause side effects on the fetus such as abortion, low birth weight, premature birth, and malformation in newborns. Intrauterine Growth Retardation (IUGR) increases in pregnant women with hyperemesis gravidarum.⁵

Efforts can be made to help adapt to nausea and vomiting through alternative non-pharmacological and pharmacological actions. Some non-pharmacological actions that are applied to clients are advocating for ginger consumption, relaxation techniques and aromatherapy.⁵

Since long time ago, everyone in this earth knows that ginger is a plant with a million of medicinal properties. Ginger is an important herb. Its rhizomes are very widely used, among others as cooking spices, drinks and sweets while are also used in traditional medicinal ingredients.⁷

Aromatherapy is a therapy that uses essential oils or pure oil extracts to help improving or maintaining health, arousing enthusiasm, refreshing and reviving the body. Non-pharmacological intervention measures by giving ginger aromatherapy is part of the comfort intervention which aims to provide physical comfort for pregnant women. These technical actions are designed to help maintaining or restoring physical function and comfort, while preventing complications. Study conducted by Ardani A, entitled "comparison of the effectiveness of ginger drink therapy with cardamom drinks on morning sickness in pregnant women in the first trimester" proves that giving ginger drink therapy decreases the average vomiting in pregnant women from 11.19 to 7.50.⁸

METHODS

The design of this research was pre-experiment (Quasi experiment design) with the design of one group pretest - posttest design. Measurements were made in the group given ginger aromatherapy before and after being given ginger aromatherapy. This study was conducted at Private Practice Midwives (BPM) Ni Wayan Suri. The study was conducted for 3 months from May to August 2018. The study population was all pregnant women who made antenatal visits at Private Practice Midwives (BPM) Ni Wayan Suri in 2018. The sample of this study was Trimester I pregnant women who experienced nausea and vomiting in Private Practice Midwives (BPM) Ni Wayan Suri that met the research inclusion criteria.

The inclusion criteria for the sample in this study were, first trimester pregnant women who experienced nausea and vomiting, pregnant women who were willing to become respondents, pregnant women who did not experience complications in pregnancy.

Exclusion criteria were pregnant women in the first trimester who had complications in pregnancy and were not willing to become respondents. The sample size in this study was 30 people. The sampling technique in this study was using a purposive sampling technique. The instruments used to collect data in this study were questionnaires and observation sheets.

Data was collected by structured interview method and observation sheet on each research subject. The types of data collected are primary data in the form of data on the characteristics of respondents consisting of age, gravida, education and employment and data on the frequency of nausea and vomiting every 24 hours. Ginger aromatherapy was given for 4 days and then evaluated the frequency of nausea and vomiting for 24 hours. Data analysis techniques are used analysis with t-test.

RESULTS

Based on Table 1, author found that small amount of respondents who are 2 people (6,7%) experienced nausea and vomiting in first trimester in severe category, the majority of the result which was 17 people (56,6%) experienced nausea and vomiting in the first trimester of pregnancy in the moderate category and almost half of respondents that are 11 people (36,7%) experiences nausea and vomiting in first trimester in mild category. The average nausea and vomiting of pregnant women in the first trimester before receiving ginger aroma therapy was 8.1. Based on Table 2, the result shows that almost all of the respondents that are 11 people (67,6%) were in moderate category, the majority of the result which was 19 people (63,3%) experienced nausea and vomiting on the first trimester of pregnancy in the mild category, and there were no respondent that have had nausea and vomiting in severe category.

The average nausea and vomiting of pregnant women in the first trimester upon receiving ginger aroma therapy was 6. Based on Table 3, it is shown that ginger

aromatherapy was effective to decrease nausea and vomiting on the first trimester pregnant women with p value of 0.00 (95% CI: 1.72-2.55).

Table 1: Frequency distribution of nausea and vomiting before giving ginger aromatherapy.

No.	Frequency of nausea and vomiting	Frequency (f)	%	Frequency of nausea and vomiting (average)
1	Severe	2	6.7	8.1
2	Moderate	17	56.6	
3	Mild	11	36.7	
Total	30	100		

Source: Primary Data, 2018

Table 2: Frequency distribution of nausea and vomiting upon receiving ginger aromatherapy.

No.	Nausea and vomiting frequency	Frequency (f)	%	Frequency of nausea and vomiting (average)
1	Severe	0	0	6
2	Moderate	11	36.7	
3	Mild	19	63.3	
Total		30	100	

Source: Primary Data, 2018

Table 3: T-test analysis results on ginger aromatherapy.

No.	Variable	95% CI	P value
1	Pre and Post	1.72-2.55	0.000

Source: Primary Data, 2018

DISCUSSION

The results of this study indicate that ginger aromatherapy is effective in reducing nausea and vomiting in pregnant women during the first trimester with a p value of 0.00 (95% CI:1.72-2.55). Ginger stimulates the motility of the gastrointestinal tract which was previously lowered by the hormone progesterone and stimulates the secretion of saliva, bile and other gastric secretion products.⁹

Ginger can inhibit 5-HT₃ activation and has an effect similar to 5-HT₃ antagonists and ondansetron which cause contraction in stomach, thus consequently nausea and vomiting. Ginger relaxes and weakens the muscles of the digestive tract so that nausea and vomiting can be reduced. Ginger inhibits carminative effect, thus preventing gastric gas release. Ginger has an effect similar to dimenhydrinate.

Dimenhydrinate is a histamine antagonist (H₁) and can also inhibit vestibular stimulation that works in the autolytic system and at large doses on the semicircular canal. Ginger can reduce the effect of cisplatin through central or peripheral nerve barriers by increasing 5-hydroxytryptamine, dopamine and substance P. Cisplatin

is a drug which induces nausea and vomiting in chemotherapy. Aside from being anti-nausea and vomiting, ginger also has efficacy as an antioxidant, anti-inflammatory, anti-tumor and anti-microbial. The common average dosage used ranges from 0.5-2grams in powder form which is put into capsules or in the form of aromatherapy with essential ginger oil. It can also be used in the form of fresh or dried ginger extract.

From several studies, it was found that doses that have an effect to reduce nausea and vomiting in the first trimester of pregnancy are as much as 250mg of ginger taken 4 times a day, which can be taken in the form of syrup, capsules or other preparations as well as aromatherapy.¹⁰ Many studies prove that ginger powder as much as 1 gram per day can eliminate nausea caused by various factors but should not exceed 4grams per day.¹¹

The results of this study are in line with the research conducted by Ardani A entitled "comparison of the effectiveness of ginger drink therapy with cardamom drinks on morning sickness in pregnant women during the first trimester" proves that giving ginger drink therapy lowers the average vomiting in pregnant women from 11.19 to 7.50.⁸

CONCLUSION

Ginger aromatherapy has proven effective in reducing nausea and vomiting of pregnant women in the first trimester.

ACKNOWLEDGEMENTS

Authors would like to Kemenristek Dikti who has supported the funding of this study, as well as the Board of Directors who have helped providing input to improve this study.

Funding: Kemenristek Dikti

Conflict of interest: None declared

Ethical approval: The study was approved by the Research Ethics Commission of the Faculty of Medicine, Udayana University/Sanglah Central Hospital Denpasar, Bali (Approval number 688/UN.14.2.2/PD//Kep/2018)

REFERENCES

1. Notoatmodjo S. Health promotion and behavioral sciences. Jakarta: Rineka Cipta. 2007;296:297.
2. Ratna, Dwi. Pregnant Women Treatment. In: Yogyakarta: Panji Pustaka; 2010:35-68
3. Hani UD. Midwifery Care on Physiological Pregnancy. In: Jakarta: Salemba Medika; 2011:58-79
4. Tiran, Denise. Nauseous Vomiting of Pregnancy. In: Jakarta: Buku Kedokteran ECG; 2009:68-85.
5. Nengah R. Nursing Care on Client with Hyperemesis gravidarum. In: Jakarta: Salemba Medika; 2010:125-146.
6. John L. Nausea and vomiting. Medical Source, 2012. Available at: <http://www.gastro/pregnant.org/index>. Accessed on 6 January 2017.
7. Rukmana R. Ginger Farming. In: Yogyakarta: Kanisius; 2006:34-48.
8. Ardani A. Comparison of the Effectiveness of Giving Therapeutic Ginger Drinks with Cardamom Drinks on Morning Sickness in Trimester I Pregnant Women in Ngempon Sub-District Bergas District, Semarang Regency. Journal. Semarang: Program in Midwifery Diploma IV Study at the Ngudi Waluyo Ungaran School of Health Sciences; 2013.
9. Lee NM, Saha S. Nausea and vomiting of pregnancy. Gastroenterology Clinics. 2011 Jun 1;40(2):309-34.
10. Der Marderosian A, Beutler JA. The review of natural products. St. Louis, Mo.: Wolters Kluwer. J Consumer Health Internet. 2014;18(3):291-2.
11. Drugs.com. Ginger, 2008. Available at: <http://www.drugs.com/MTM/ginger.html>. Accessed on 8 February 2017.

Cite this article as: Dewianti ND, Witari NND. Effectiveness of ginger aromatherapy towards nausea and vomiting on first trimester pregnant women at BPM (private practice midwives) ni wayan suri in Denpasar City. Int J Res Med Sci 2019;7:347-50.

Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I

The Effect of Ginger Stewing Water on Decreasing Nausea and Vomiting in First Trimester Pregnant Women

Rahmaini Fitri Harahap¹, Lazuar Dani Rose Alamanda¹, Idam Lestari Harefa¹

¹Universitas Prima Indonesia, Medan

Abstrak

Mual dan muntah merupakan keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda. Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan non farmakologi yang biasa di sarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk mengkonsumsi air rebusan jahe. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pre-experimental design yang didesain dengan cara one-group pretest-posttest design. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling yaitu 30 orang. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder yang dikumpulkan dengan menggunakan lembar PUQE-24, diolah dan dianalisa dengan menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan bermakna pemberian air rebusan jahe dari hari pertama sampai hari ketiga, sebelum dan sesudah diberikan air rebusan jahe dengan nilai p-value $0,000 < 0,05$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Perlu peningkatan program kesehatan dalam bidang reproduksi khususnya kehamilan serta upaya peningkatan pengetahuan bahwa air rebusan jahe sebagai minuman penurun mual muntah trimester pertama yaitu melalui KIE yang berkesinambungan.

Kata Kunci : Air Rebusan Jahe, Mual Muntah

Abstract

Nausea and vomiting are common complaints that occur in early pregnancy. Overcoming nausea and vomiting during pregnancy can be done through pharmacological and non-pharmacological measures. Non-pharmacological actions are usually recommended by health workers, such as advising pregnant women to consume ginger boiled water. This study aims to determine the effect of ginger boiled water on reducing nausea and vomiting in trimester I pregnant women. This research is a quantitative research with pre-experimental research design which is designed by means of one-group pretest-posttest design. The sampling technique in this study used a total sampling of 30 people. Types of data used are primary data and secondary data collected using PUQE-24 sheets, processed and analyzed using the Wilcoxon test. The results showed that there were significant differences in the provision of boiled ginger water from the first day to the third day, before and after being given boiled ginger water with a p-value of $0.000 < 0.05$. The conclusion in this study is that there is an effect of giving ginger boiled water on reducing nausea and vomiting in first trimester pregnant women. It is necessary to improve health programs in the field of reproduction, especially pregnancy and efforts to increase knowledge that ginger boiled water as a drink to reduce nausea and vomiting in the first trimester, namely through KIE which continuous.

Keywords : Ginger Stewing Water, Nausea and Vomiting

Korespondensi:

* Suci Nofiyanti, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas
Abulyatama, Aceh Besar email: sucinofiyanti1@gmail.com

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

Latar Belakang

Kehamilan adalah proses yang fisiologis dan alamiah. Kehamilan di hitung mulai dari hari pertama pada haid terakhir. Lama kehamilan dari awal konsepsi hingga bayi lahir adalah 40 minggu atau 280 hari. Terdapat tiga bagian dalam kehamilan, trimester I dari konsepsi sampai tiga bulan, trimester II dari empat bulan hingga enam bulan, dan trimester III dimulai dari 7 bulan sampai ke 9 bulan (Runjati & Umar, 2018).

Selama hamil ibu mengalami perubahan fisik, sosial dan emosional di lingkungan keluarga. Setiap kehamilan juga dapat berkembang menjadi masalah atau komplikasi setiap saat. Itu sebabnya mengapa ibu hamil memerlukan pemantauan selama kehamilannya (Maternity et al., 2018). Perubahan hormonal wanita terjadi pada saat kehamilan yaitu terjadinya peningkatan hormon progesteron, dan estrogen, sehingga menghasilkan HCG plasenta atau (Human Chorionic Gonadotropine). Hal ini dapat menimbulkan keluhan yang akan dialami oleh ibu hamil, salah satunya adalah emesis gravidarum (Manuaba et al., 2015).

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda. Sebagian besar mual muntah saat kehamilan dapat diobati dengan pengobatan jalan, serta

pemberian obat penenang dan anti muntah. Tetapi, sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah yang berkelanjutan sehingga mengganggu aktifitas dan menyebabkan terganggunya keseimbangan elektrolit akibat kekurangan cairan. (Manuaba et al., 2015).

Mual dan muntah terjadi karena pengaruh HCG, tonus otot-otot traktus digestivus menurun sehingga kemampuan bergerak seluruh traktus digestivus juga berkurang (Kusmiyati et al., 2015). Komplikasi mual dan muntah terjadi pada primigravida sekitar 60-80% dan terjadi pada multigravida sekitar 40-60%. Pada 1 dari 1.000 gejala ini menjadi lebih berat, tetapi jika tidak segera ditangani hal ini dapat berakibat fatal (Manuaba et al., 2015).

Dari total seluruh kehamilan di dunia menurut WHO (World Health Organization) terdapat 12,5% jumlah kejadian hiperemesis gravidarum. Akibat mual dan muntah terjadi ketidakseimbangan cairan yang dapat mengganggu jaringan ginjal dan hati menjadi nekrosis (WHO, 2013).

Mual dan muntah jarang menyebabkan kematian, tetapi angka kejadiannya masih cukup tinggi. Total kejadian hiperemesis gravidarum di seluruh dunia bervariasi yaitu dari semua total kehamilan di Indonesia 1-3%,

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

dari semua total kehamilan di Canada 0,8%, di Swedia sebesar 0,3%, di Norwegia 0,9%, di China 10,8%, di California 0,5%, di Pakistan 2,2% dan di Turki sebesar 1,9%, 0,5-2% merupakan angka prevalensi Hiperemis Gravidarum Di Amerika Serikat (Oktavia, 2016).

Keluhan mual muntah pada emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang berbahaya. Mual dan muntah juga menyebabkan cairan tubuh berkurang dan terjadi hemokonsentrasi yang dapat memperlambat peredaran darah sehingga mempengaruhi tumbuh kembang janin. Di Indonesia sebanyak 50%-75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester pertama atau awal-awal kehamilan (Wulandari et al., 2019).

Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan non farmakologi maupun farmakologi. Tindakan non farmakologi yang sering disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk mengonsumsi jahe dalam bentuk teh jahe, teknik relaksasi, dan aromaterapi (Runiari, 2015). Sejak lama khasiat jahe telah dikenal sebagai tanaman dengan sejuta manfaat, dan juga salah satu

rempah yang sering digunakan sehari-hari. Jahe memiliki banyak manfaat pada rimpangnya yaitu untuk minuman, bumbu masak, dan permen serta digunakan sebagai ramuan obat tradisional (Ahmad et al., 2015).

Terapi komplementer dapat digunakan untuk mengurangi rasa mual dan muntah pada awal kehamilan, terapi ini mudah didapatkan dan bisa dilakukan dengan tanaman herbal tradisional seperti jahe. Minyak atsiri terdapat di dalam kandungan jahe (minyak aromaterapi yang berbahan dasar wangi-wangian yang digunakan untuk pengobatan alami) Zingiberol, kurkumen, flandrena, bisabilena, zingiberena (zingirona), gingerol, resin pahit dan vitamin A yang bisa menghalangi serotonin yang merupakan neuro transmitter pada neuron-neuron serotonergis yang disintesiskan sel-sel enterokromafin serta sistem saraf pusat ke dalam saluran pencernaan yang kemudian diyakini dapat mengatasi mual dan muntah karena memberi rasa nyaman dalam perut (Ahmad et al., 2015).

Emesis gravidarum saat kehamilan juga bisa dikurangi serta diobati oleh ekstrak jahe (Zingiber Officinale Roscoe). Publikasi dalam sebuah University of Maryland Medical Center, menjelaskan pada saat hamil mengonsumsi 1 gram ekstrak jahe setiap hari merupakan hal

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

yang efektif dan aman untuk mengurangi rasa mual dan muntah di pagi hari yang sering dirasakan. Selama 4 hari diberikan 1 gram jahe pada wanita hiperemesis setelah pengobatan, penurunan yang signifikan terjadi dalam mual dan muntah (Fitria, 2013).

Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 13 Januari 2020 di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi didapatkan jumlah ibu hamil yang memeriksakan kehamilan di Klinik Bidan Darwina dari Desember 2019 ke Januari 2020 didapatkan sebanyak 37 orang ibu hamil dengan usia kehamilan trimester I. Dengan keluhan mengalami mual dan muntah sebanyak 30 orang.

Berdasarkan uraian tersebut dan banyaknya ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum yang bisa mengarah kepada hal yang patologis seperti hyperemesis gravidarum. Maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi Tahun 2020".

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dalam bentuk pre-experimental

design dengan desain penelitian dalam bentuk one-group pretest-posttest design. Dalam desain ini, terdapat pretest, sebelum diberi perlakuan. Dalam penelitian ini data yang digunakan merupakan data primer dan sekunder. Analisa data dilakukan dengan uji statistik non parametrik melalui Uji Wilcoxon.

Populasi Dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah pada bulan Juli dan Agustus 2020 sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling yaitu semua populasi dijadikan sampel penelitian sebanyak 30 orang ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi.

Tempat Dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi. Penelitian dilakukan sejak pengajuan judul sampai hasil penelitian dimulai pada bulan Januari sampai bulan Agustus tahun 2020.

Hasil

Tabel 1

Distribusi Karakteristik Ibu Hamil Trimester I

No	Karakteristik	f	%
Umur			
1	<20 tahun	4	13,3
2	20-35 Ahun	21	70,0
3	> 35 tahun	5	16,7

	Total	30	100
Gravida			
1 Gravida 1	7	23,3	
2 Gravida 2	16	53,4	
3 Gravida 3	7	23,3	
Total	30	100	
Pendidikan			
1 SMA	27	90,0	
2 Perguruan Tinggi	3	10,0	
Total	30	100	
Pekerjaan			
1 Buruh	2	6,7	
2 Wiraswasta	10	33,3	
3 Ibu Rumah Tangga	14	46,7	
4 Guru	1	3,3	
5 PNS	2	6,7	
6 Pedagang	1	3,3	
Total	30	100	

Berdasarkan tabel 1 di atas, terlihat bahwa mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 21 orang (70%), dilihat dari *gravida*, sebagian besar responden hamil anak kedua (*gravida 2*) sebanyak 16 orang (53,4%), berpendidikan SMA sebanyak 27 orang (90,0%) dan tidak bekerja (ibu rumah tangga) sebanyak 14 orang (46,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Mual dan Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Air Rebusan Jahe pada Ibu Hamil Trimester I

Variabel	Mual Muntah						Jumlah	
	Ringan		Sedang		Berat		h	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Hari Pertama	Sebelum	0	0,0	0	0,0	3	100	3
	Sesudah	0	0,0	2	80,0	6	20,0	3
Hari Kedua	Sebelum	0	0	2	80,0	6	20,0	3
	Sesudah	0	0	3	100,0	0	0,0	3
Hari Ketiga	Sebelum	0	0	3	100,0	0	0,0	3
	Sesudah	2	80,	6	20,0	0	0,0	3

4	0	0
---	---	---

Hasil tabel di atas, menunjukkan bahwa semua responden mengalami *emesis gravidarum* pada hari pertama sebelum pemberian air rebusan jahe sebanyak (100%) yaitu 30 orang mengalami mual muntah berat. Kemudian setelah pemberian air rebusan jahe, terjadi penurunan *emesis gravidarum* sebanyak (80,0%) yaitu sebanyak 24 orang mengalami *emesis gravidarum* sedang. Pada hari kedua, setelah diberikan minuman air rebusan jahe, frekuensi mual muntah terus mengalami perubahan, yaitu terdapat 30 orang (100%) merasakan *emesis gravidarum* yang biasa, lalu di hari ketiga, ibu yang merasakan *emesis gravidarum* biasa berubah menjadi mengalami mual muntah ringan dan 24 orang (80,0%) dan hanya 6 orang (20,0%) yang mengalami mual muntah sedang.

Setelah melalui uji statistik non parametrik Wilcoxon Test, maka diperoleh hasil seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I

Variabel	Mean	SD	P-Value
Hari Pertama	Sebelum	13,93	0,691
	Sesudah	11,93	0,691
Hari Kedua	Sebelum	11,93	0,691
	Sesudah	8,93	0,691
Hari Ketiga	Sebelum	8,93	0,691
	Sesudah	4,93	0,691

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa terdapat perbedaan bermakna pemberian air rebusan jahe dari hari pertama sampai hari ketiga, sebelum dan setelah pemberian air rebusan jahe, hasil $p\text{-value } 0,000 < 0,05$. Dapat dirumuskan bahwa ada pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil muda di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi Tahun 2020.

Pembahasan

Frekuensi Mual dan Muntah Sebelum Diberikan Air Rebusan Jahe pada Ibu Hamil Trimester I

Konsekuensi yang sering kali diabaikan adalah pada *trimester I* perempuan hamil mengalami hampir 50-90% mual dan muntah. Dikarenakan meningkatnya kadar hormon *progesteron* dan *estrogen* yang di produksi dalam serum plasenta HCG (*Human Chorionic Gonadotropine*) dan yang paling menyebabkan stress. Tidak hanya pada pagi hari peningkatan mual dan muntah bisa terjadi siang bahkan malam hari.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan minuman wedang jahe semua responden mengalami mual muntah berat sebanyak 30 orang (100%). Mengonsumsi jahe sangat disarankan untuk ibu hamil karena dapat mengatasi *emesis gravidarum* selama masa kehamilan, upaya yang dapat

dilakukan melalui tindakan medis maupun tradisional, tindakan tradisional yang biasa disarankan seperti mengonsumsi jahe dalam bentuk the, aromaterapi dan teknik relaksasi. Terapi komplementer dapat digunakan untuk mengurangi rasa mual dan muntah pada awal kehamilan, terapi ini mudah didapatkan dan bisa dilakukan dengan tanaman herbal tradisional seperti jahe. Minyak *Atsiri* terdapat di dalam kandungan jahe.

Ditinjau dari karakteristik responden, rentang usia terbanyak berada pada 20-30 tahun namun ada pula yang masih berumur kurang dari 20 tahun. Rahim ibu hamil yang berusia kurang dari 20 tahun belum berfungsi secara optimal. Ibu hamil yang berusia kurang dari 20 tahun secara psikologis belum bisa menerima kehamilannya, cenderung labil dan belum bisa mengontrol emosi, untuk menjadi orang tua belum cukup siap. Hal ini dapat mengakibatkan stres serta memicu konflik mental yang dapat membuat ibu mual dan muntah karena tidak memperhatikan asupan nutrisinya. Sedangkan pada ibu hamil yang berusia diatas 35 tahun yang mengalami mual dan muntah diakibatkan dari kondisi psikologis yang takut memiliki anak di usia tua, sehingga memicu mual dan muntah yang berlebihan karena perubahan emosi.

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

Berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan terbanyak ialah SMA, dan berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa rata-rata adalah ibu rumah tangga. Kondisi sosial ekonomi dan pekerjaan juga berhubungan dengan pola makan, aktifitas dan stres yang mempengaruhi ibu hamil. Seorang ibu rumah tangga yang apabila ikut membantu mencari penghasilan, maka pada saat hamil mereka lebih ekstra menggunakan pikiran dan tenaga. Yang efeknya berpengaruh pada kondisi psikologi dan fisik ibu. Hal ini dapat menstimulasi pusat muntah di otak, kondisi tersebut yang menyebabkan mual dan muntah.

Frekuensi Mual dan Muntah Sesudah Diberikan Air Rebusan Jahe pada Ibu Hamil Trimester I

Hasil penelitian menunjukkan terjadi perubahan pada ibu hamil *trimester I* setelah pemberian air rebusan jahe, frekuensi *emesis gravidarum* dari hari pertama sampai hari ketiga mengalami penurunan. Terlihat bahwa pada hari pertama sebelum diberikan air rebusan jahe semua responden sebanyak 30 orang (100%) mengalami *emesis gravidarum* berat. Setelah diberikan air rebusan jahe, terdapat 24 orang (80,0%) yang mengalami perubahan mual muntah, yaitu mengalami mual dan muntah sedang. Pada hari kedua, setelah diberikan minuman air rebusan jahe, frekuensi mual muntah terus mengalami

perubahan, yaitu terdapat 30 orang (100%) yang merasakan *emesis gravidarum* yang biasa, lalu di hari ketiga, ibu yang merasakan *emesis gravidarum* biasa berubah menjadi mengalami mual muntah ringan dan 24 orang (80,0%) dan hanya 6 orang (20,0%) yang mengalami mual muntah sedang.

Setelah mengkonsumsi air rebusan jahe frekuensi mual dan muntah ibu hamil mengalami perubahan hal ini membuktikan bahwa air rebusan jahe sangat efektif untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Jahe mengandung minyak *Atsiri*, *zingiberena*, *zingiberol*, *bisabelina*, *kurkuman*, *gingerol landrena*, *vitamin A* dan *resin pahit*. Jahe dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di dalam perut untuk mengatasi mual muntah. Jahe juga memiliki efek langsung dalam saluran pencernaan serta absorsi racun dan asam, karena kandungan zat-zat pada jahe tersebut dapat memblokir *serotonin* yaitu suatu *neurotransmitter* sistem saraf pusat dan sel *enterokromafin*. sehingga menghalangi induksi HCG ke lambung.

Wedang jahe merupakan salah satu alternatif untuk menurunkan *emesis gravidarum* untuk mengurangi cemas dan ketidaknyamanan selama masa kehamilan. Jahe juga efektif pada penggunaan *antiemetik* untuk mencegah keracunan makanan, kemotradi dan Menurut

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

teori, jahe memiliki 19 komponen yang bermanfaat untuk tubuh salah satunya gingerol yang memiliki efek *antiemetik* (antimuntah) yang bisa memblok *serotonin*. Jahe juga berfungsi menurunkan kecemasan dan ketidaknyamanan pada masa kehamilan, mencegah keracunan, kemotrapi, serangan *emesis gravidarum* saat tubuh berputar dan bergetar saat berpergian dengan kendaraan bermotor. Sehingga ibu hamil dapat melanjutkan aktifitas sehari-hari dengan tenang dan nyaman dan berkonsentrasi penuh menjaga kehamilannya menuju persalinan. (Hasanah et al., 2014).

Penelitian ini juga tidak mengalami kesenjangan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Astria, 2018), Pada ibu mengandung yang mengalami mual dan muntah sebelum meminum air rebusan jahe berada dalam golongan mual muntah ringan sebanyak (80%). Setelah diberikan air rebusan jahe rata-rata frekuensi 6,85. Penelitian menunjukkan adanya pengurangan frekuensi setelah diberikan air rebusan jahe sebanyak 2,45. Tingkat mual muntah menurun pada hari ke 3 dan ke 4, rata-rata penurunan sebesar 2,20. Penurunan yang terbesar terjadi pada hari ke 4, dengan rata-rata sebesar 4,80. Pada ibu hamil muda yang mengalami *emesis gravidarum*. Dapat

diartikan bahwa pemberian air rebusan jahe bisa mengurangi tingkat *emesis gravidarum*.

Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I

Analisa statistik dengan menggunakan *Wilcoxon Test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna pemberian air rebusan jahe dari hari pertama sampai hari ketiga, sebelum dan sesudah diberikan air rebusan jahe dengan nilai $p\text{-value} 0,000 < 0,05$. Jadi bisa diartikan bahwa ada pengaruh memberikan air rebusan jahe terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi Tahun 2020.

Standar deviasi adalah ukuran yang digunakan untuk mengukur jumlah variasi atau sebaran sejumlah nilai data. Semakin rendah standar deviasi, maka semakin mendekati rata-rata, sedangkan jika nilai standar deviasi semakin tinggi maka semakin lebar rentang variasi datanya. Sehingga standar deviasi merupakan besar perbedaan dari nilai sampel terhadap rata-rata. Dalam penelitian ini, standar deviasi adalah 0,691. Ini menunjukkan bahwa sampel yang digunakan telah mewakili seluruh populasi.

Hasil penelitian sesuai dengan jurnal penelitian (Rusman et al., 2017) bahwa

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

pemberian air rebusan jahe efektif untuk menurunkan tingkat mual dan muntah ibu hamil di *trimester* pertama. Kebanyakan ibu hamil mengalami emesis gravidarum sebelum diberikan intervensi adalah sebanyak 13 kali sehari, dan rata-rata setelah diberi intervensi rebusan jahe mengalami penurunan mual dan muntah sebanyak 3,18 dalam sehari.

Hasil dari penelitian ini juga memiliki hasil yang sejalan dengan penelitian (Wulandari et al., 2019), menunjukkan adanya pengaruh pemberian minuman jahe hangat dalam mengurangi *emesis gravidarum* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol ibu hamil *trimester* I di Puskesmas Nalumsari Jepara. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian jahe efektif mengatasi mual dan muntah, karena jahe bermanfaat secara langsung melalui minuman yang menekan respon muntah serta aroma jahe juga bermanfaat dalam mencegah mual muntah pada ibu hamil.

Penggunaan jahe menjadi alternatif herbal alami yang paling aman untuk mengurangi rasa mual dan dapat digunakan para ibu hamil untuk mengurangi morning sickness karena jahe dapat menurunkan *metoklopramid* senyawa penginduksi mual dan muntah selain itu, beberapa penelitian juga menunjukkannya bahwa jahe sebagai obat untuk mual selama

kehamilan yang aman dan efektif. karena dapat dibuat sendiri dengan bahan alami yang tidak membahayakan kehamilan dan janinnya.

Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Ada beberapa hal yang menyebabkan seorang ibu hamil mengalami tanda gejala mual muntah di pagi hari berdasarkan pada medis dan kesehatan. Mual muntah terjadi karena adanya perubahan hormon kehamilan yang bisa kapan saja terjadi, dimana saja dan dalam keadaan apapun sehingga untuk para ibu hamil akan merasa terganggu dengan aktivitas keseharian selama kehamilan di *trimester* pertama (Astria, 2018).

Penanganan mual dan muntah secara farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian *piridoksin* (vitamin B6), *antihistamin*, *fenotiazin* dan *metoklopramid*, *ondansentron* dan *kortikosteroid*. Sedangkan penanganan non farmakologi melalui perubahan gaya hidup dan pola makan teratur, akupunktur dan akupresur, menghindari atau mengurangi kemungkinan yang dapat menimbulkan rasa mual serta penggunaan jahe. Jahe telah terbukti efektif menurut beberapa penelitian, dan aman

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

untuk kehamilan. Jahe merupakan salah satu cara untuk meredakan mual dan muntah selama kehamilan, setidaknya meminimalisasi gangguan ini.

Menurut jurnal obstetrik dan ginekologi, mual muntah di pagi hari yang sering terjadi pada ibu hamil *trimester I* dapat dicegah dengan cara mengkonsumsi rebusan jahe tanpa takut menimbulkan efek yang dapat membahayakan janin dalam kandungannya. Dari beberapa penelitian menunjukkan mengkonsumsi jahe saat kehamilan dapat mengurangi rasa mual dan muntah pada *trimester awal*, mengkonsumsi jahe lebih baik dibandingkan mengkonsumsi obat-obatan yang mengurangi rasa mual muntah pada ibu hamil *trimester I*.

Mengkonsumsi jahe tidak mengganggu kehamilan ibu. Menurut peneliti mengkonsumsi jahe bisa dijadikan terapi yang efektif dalam mengatasi mual muntah saat kehamilan namun perlu penelitian lebih lanjut agar mengetahui bahwa jahe benar-benar aman dikonsumsi ibu hamil. (Astriana, 2018).

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka menurut peneliti manfaat menggunakan rebusan air jahe saat kehamilan dapat mengurangi *emesis gravidarum*. Jahe merupakan salah satu cara untuk meredakan mual dan muntah selama kehamilan,

setidaknya meminimalisasi gangguan ini. Jahe dapat membantu para wanita hamil mengatasi derita mual dan muntah tanpa menimbulkan efek samping yang membahayakan janin di dalam kandungannya. Jahe berfungsi lebih baik dibandingkan plasebo atau obat inaktif seperti vitamin B6, yang selama ini menunjukkan fungsinya dalam mengurangi mual muntah pada beberapa wanita hamil. Wanita hamil yang mengkonsumsi jahe tersebut tidak mengalami gangguan dalam kehamilannya, jahe bisa menjadi terapi yang efektif untuk mengatasi mual dan muntah dalam kehamilan

Berdasarkan hasil yang di dapat, ibu yang telah mengkonsumsi wedang jahe merasakan perutnya terasa hangat, *emesis gravidarum* menurun setelah megkonsumsi air rebusan jahe. Berdasarkan hasil penelitian dalam pemberian asuhan kebidanan dapat melakukan pemberian terapi air rebusan jahe pada ibu hamil muda yang merasakan *emesis gravidarum* untuk mengurangi tingkat mual dan muntah dalam kehamilan.

Tenaga kesehatan/bidan dan ibu hamil memerlukan kerjasama agar intervensi pemberian air rebusan jahe terlaksana. Bidan berperan untuk memberikan arahan agar para ibu hamil *trimester I* menggunakan air rebusan jahe sebagai alternatif alami saat

Harahap, Alamanda, Harefa / Jurnal Ilmu Keperawatan (2020) 8:1

mengalami mual dan muntah yang dialaminya selama kehamilan.

Menurut peneliti meminum seduhan jahe sebanyak 2 kali dalam sehari dengan 250 mg jahe dapat mengurangi mual dan muntah pada *trimester* pertama, jahe berperan menstimulasi motilitas *traktus gastrointestinal* dan mendorong *sekresi saliva* dan jahe untuk melonggarkan dan melemahkan otot-otot saluran pencernaan, karena senyawa *gingerol* dalam jahe memblok *serotonin* peningkatan *progesteron*, sehingga tonus dan motilitas otot polos menurun dan terjadi *regurgitasi esofagus*.

Kesimpulan

- Sebelum mengkonsumsi air rebusan jahe rata-rata ibu hamil *trimester I* mengalami mual dan muntah yang akut.
- Mual muntah pada ibu hamil *trimester I* sesudah mengkonsumsi air rebusan jahe mayoritas adalah mengalami mual muntah yang ringan.
- Pemberian air rebusan jahe terbukti menurunkan mual dan muntah yang berpengaruh pada ibu hamil *trimester I*.

Saran

Bagi Tempat Penelitian

Peningkatan kesehatan program bidang reproduksi perlu dalam upaya peningkatan

khususnya kehamilan serta pengetahuan akan khasiat air rebusan jahe merupakan sebagai obat tradisional dalam menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil muda yang secara Komunikasi, Informasi serta Edukasi (KIE) telah terbukti bermanfaat untuk mengurangi mual dan muntah.

Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan bacaan bagi Universitas Prima Indonesia dan dapat dijadikan bahan acuan peneliti selanjutnya

Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pula untuk melakukan metode yang lebih aplikatif dalam melanjutkan penelitian, serta menggunakan sediaan jahe untuk mengatasi masalah mual dan muntah sebagai alternatif mudah dan murah yang dapat ditemukan oleh masyarakat.

Daftar Pustaka

- Ahmad, M., Cahya, A., & Gustiar, H. (2015). Pengaruh Antioksidan Ekstrak Jahe Merah (*Zingiber officinale* var. *Sunti*) terhadap Poliferasi Sel Leukimia (THP-1). *Penulisan Ilmiah*.
- Astria. (2018). Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 4(2), 43–48.
- Fitria, R. (2013). Efektivitas Jahe Untuk Menurunkan Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester Satu. *Maternity and*

Artikel 5

Al-Insyirah Midwifery**Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)**<http://jurnal.alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan>

Volume 9, Nomor 1, Tahun 2020

p-ISSN: 2338-2139

e-ISSN: 2622-3457

**PENGARUH JAHE (*ZINGIBER OFFICINALE*) HANGAT DALAM
MENGURANGI *EMESIS GRAVIDARUM* DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS HARAPAN RAYA PEKANBARU**

Haridawati

Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, STIKes AL Insyirah Pekanbaru

Email: Haridawati54@gmail.com**ABSTRAK**

Emesis Gravidarum terjadi karena peningkatan kadar hormon Estrogen, Progesteron dan Human Chorionic Gonadotropine (HCG) dalam serum dari plasenta. Jahe merupakan salah satu cara untuk meredakan mual dan muntah selama kehamilan. Tujuan penelitian ini untuk menganalisa pengaruh pemberian seduhan jahe hangat dalam mengurangi *emesis gravidarum* di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya pada bulan April 2019. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah dengan jumlah sampel 14 responden, teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Analisis data digunakan analisis univariate dan bivariate. Hasil univariate didapatkan sebelum pemberian seduhan jahe, mayoritas responden mengalami *emesis*, sedang sebesar 85.7%, dan sesudah pemberian seduhan jahe, kondisi *emesis* responden menurun menjadi *emesis* ringan sebesar 78.6%. Hasil uji *Paired Sample T-test* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0.000$ ($p\text{-value} < \alpha = 0.05$). Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa seduhan jahe hangat sangat berpengaruh dalam mengurangi *emesis gravidarum* di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru.

Kata kunci : *Emesis Gravidarum*, Kehamilan, Jahe

ABSTRACT

Gravidarum emesis occurs due to the increasing levels of the hormones Estrogen, Progesterone and Human Chorionic Gonadotropine (HCG) in the serum of the placenta. Ginger is a way to relieve nausea and vomiting during pregnancy. The purpose of this study was to analyze the effect of giving warm ginger steeping in reducing *emesis gravidarum* in the Work Area of the Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. This type of research is quantitative with one group pretest-posttest design. This research was conducted in the working area of Puskesmas Harapan Raya in April 2019. The population of this study was first trimester pregnant women who experienced nausea and vomiting with a sample of 14 respondents, the sampling technique was purposive sampling. The measuring instrument in this study is the observation sheet. Data analysis used univariate and bivariate analysis. Univariate results were obtained before administration of ginger steeping, the majority of respondents experienced *emesis*, moderate by 85.7% and after giving ginger steeping, the *emesis* condition of the respondents decreased to mild *emesis* by 78.6%. Paired Sample T-test results obtained $p\text{ value} = 0.000$ ($p\text{-value} < \alpha = 0.05$). Based on these results it can be concluded that steeping warm ginger is very influential in reducing *emesis gravidarum* in the Work Area of the Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru.

Keywords : *Emesis Gravidarum*, Pregnancy, Ginger

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan peristiwa dimulai dari pembuahan yaitu bertemunya sel telur/ovum wanita dengan sel benih/spermatozoa pria, kemudian terjadinya pembelahan sel (zigot), kemudian terjadinya nidasi/implantasi zigot pada dinding saluran reproduksi (endometrium), kemudian pertumbuhan dan perkembangan zigot-embrio-janin menjadi bakal individu baru (Sukarni, 2013). Periode kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, yaitu masing-masing terdiri atas tiga bulan menurut hitungan kalender, yaitu kehamilan trimester I antara umur kehamilan 0-12 minggu, kehamilan trimester II antara umur kehamilan 13-28 minggu, dan kehamilan trimester III antara umur kehamilan 29-42 minggu (Manuaba, 2010).

Mual muntah yang terjadi pada kehamilan yang disebabkan karena terjadi peningkatan kadar hormon estrogen dan *progesterone* yang diproduksi oleh *Human Chorionic Gonadotropine* (HCG) dalam serum dari plasenta. Frekuensi terjadinya *morning sickness* tidak hanya di pagi hari melainkan bisa siang bahkan malam hari. Perubahan hormon pada setiap perempuan hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual muntah pada kehamilan (Aritonang, 2010).

Terapi awal pada mual muntah atau *emesis* sebaiknya konservatif disertai dengan perubahan diet, dukungan emosional, dan terapi alternatif seperti herbal. Ramuan tradisional bisa digunakan dengan meminum secangkir jahe hangat. Di India, jahe dibuat sebagai minuman untuk mengatasi rasa mual pada wanita hamil. Jahe dapat dikonsumsi dalam berbagai bentuk seperti minuman, permen, atau manisan (Akbar, 2015).

Untuk mengatasi mual muntah bisa secara farmakologi dan nonfarmakologi.

Secara farmakologi diberikan B6, tablet zat besi/Fe sebagai penambah darah, dan lain-lain. Efek samping dari vitamin B6 yaitu sakit kepala, mengantuk, kesemutan pada tungkai. Secara non farmakologi adalah dengan melakukan tindakan pencegahan dan mengurangi mual muntah dengan pengobatan tradisional. Salah satu pengobatan tradisional adalah dengan meminum teh jahe, memakan permen jahe, seduhan jahe, ataupun minum air rebusan jahe (Aini, 2010).

Jahe adalah salah satu obat-obatan herbal yang memiliki kandungan vitamin A, B, C, lemak, protein, pati, dammar, asam organik, oleoresin (*gingerin*), dan minyak terbang (*zingeron*, *zingerol*, *zingiberol*, *zingiberin*, *borneol*, *sineol*, dan *feladren*). Selain itu jahe juga mengandung minyak atsiri yang menyegarkan dan oleresin. Khasiat jahe antara lain sebagai karminatif (peluruh kentut), antimuntah, pereda kejang, anti pengerasan pembuluh darah, peluruh keringat (Cahyo, 2016). Menurut penelitian Faiza (2017) mengkonsumsi air rebusan jahe efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil dengan hasil penelitian nilai *p value* = 0,001 ($\alpha < 0,05$).

Menurut penelitian Iluh (2017) dengan judul "Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I" dengan pemberian wedang jahe satu gelas pada pagi dan satu gelas pada sore hari selama 4 hari kepada 10 ibu hamil yang mengalami mual muntah, dengan hasil penelitian menunjukkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I sebelum diberikan wedang jahe sebesar 9,30. Sedangkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I setelah diberikan wedang jahe sebesar 4,50. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar

4,80 dengan $p=0,000$ ($\alpha=0,05$). Dapat disimpulkan pemberian wedang jahe dapat menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum*.

Menurut teori terdapat 3 jenis jahe yaitu jahe gajah, jahe emprit dan jahe merah. Pada penelitian ini peneliti memberikan seduhan jahe emprit kepada ibu hamil karena jahe emprit memiliki kandungan minyak atsiri yang lebih tinggi dibanding jenis jahe lainnya dan memiliki aroma yang lebih cukup tajam, namun kurang tajam jika dibandingkan dengan jahe merah. Oleh sebab itulah, jahe emprit biasanya dimanfaatkan sebagai bahan utama jamu, campuran minuman hangat, maupun obat-obatan herbal (Lestari, 2017)

Angka kejadian mual muntah atau *morning sickness* di dunia yaitu 70%-80% dari jumlah ibu hamil. Data mengenai kejadian *emesis gravidarum* pada ibu hamil yaitu 50-90% sedangkan hiperemesis gravidarum 10-15% di Provinsi Jawa Timur dari jumlah ibu hamil yang ada sebanyak 182.815 orang pada tahun 2011. Mual dan muntah adalah gejala yang sering terjadi pada 60-80% Primigravida dan 40-60% Multigravida (Wahyuningrum, dkk, 2016).

Di Indonesia tercatat ibu hamil 5.263.057 jiwa, di Provinsi Riau cakupan pelayanan kesehatan ibu hamil Kunjungan 1 (K1) dan Kunjungan lengkap (K4) pada tahun 2016 telah memenuhi target Rencana Strategis (Renstra) Kementerian Kesehatan sebesar 72%. Namun demikian, terdapat lima provinsi yang belum mencapai target tersebut yaitu Papua, Papua Barat, Maluku, Nusa Tenggara Timur, dan Sulawesi Tengah. Dimana jumlah capaian K1 91,96% dan K4 94,89% (Kemenkes RI, 2017).

Cakupan pelayanan kesehatan ibu hamil K1 di Kota Pekanbaru sebesar 94,7% dari jumlah ibu hamil 24.044 jiwa,

berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru didapatkan hasil bahwa K1 ibu hamil yang terbanyak dari seluruh puskesmas yang ada di Kota Pekanbaru pada tahun 2017 berada pada wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya dengan jumlah data ibu hamil K1 sebanyak 2.385 jiwa atau 88,9% (Dinkes, 2017). Sedangkan cakupan ibu hamil K1 samapai K4 di wilayah kerja Harapan Raya pada tahun 2018 sebanyak 1.297 jiwa.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Harapan Raya, melalui wawancara yang peneliti lakukan kepada 6 orang ibu hamil trimester 1 maka peneliti menemukan 4 orang ibu hamil yang mengalami mual muntah dan belum pernah mengonsumsi ramuan jahe, hanya diberikan B6 untuk mengatasi atau mengurangi mual muntah dan multivitamin lain seperti kalsium dan penambah darah. Setelah peneliti mencoba memberikan jahe hangat terhadap 2 orang ibu hamil yang mengalami mual muntah dan ibu mengatakan bahwa mual muntahnya berkurang.

Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Jahe (*Zingiber Officinale*) Hangat Dalam Mengurangi *Emesis Gravidarum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru" pada tahun 2019.

Adapun tujuan dari penelitian ini dibagi menjadi tujuan umum dan tujuan khusus yaitu: Untuk mengetahui pengaruh jahe (*zingiber officinale*) hangat dalam mengurangi *emesis gravidarum*. Untuk mengidentifikasi frekuensi *emesis gravidarum* sebelum diberikan air seduhan jahe hangat. Untuk mengidentifikasi frekuensi *emesis gravidarum* setelah diberikan air seduhan jahe hangat. Untuk mengetahui pengaruh jahe (*zingiber officinale*) dalam mengurangi *emesis gravidarum*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian menggunakan metode *Pre-Eksperimental Design*, yaitu memberikan perlakuan atau intervensi pada subjek penelitian, kemudian efek perlakuan tersebut diukur dan dianalisis. Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan *one-gruop pre-test post-test designs* (pengukuran didepan atau pre-test sebelum adanya perlakuan dan setelah itu dilakukan pengukuran lagi atau post-test). Rancangan ini digunakan untuk menguji pengaruh jahe (*zingiber officinale*) hangat dalam mengurangi *emesis gravidarum* di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru dengan menggunakan lembar observasi.

Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah di Puskesmas Harapan Raya mulai dari bulan Februari-Maret 2019 sebanyak 31 orang. Penentuan jumlah besar sampel dengan menggunakan rumus besar sampel menurut (Swarjana, 2015) sebanyak 14 orang.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah "*Purposive Sampling*" yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri yaitu sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan.

Alur penelitian ini di mulai dengan mengurus surat-surat keperluan untuk penelitian seperti mengurus surat izin pendahuluan dari STIKes Al Insyirah Pekanbaru untuk menuju ke Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. Selanjutnya meminta izin kepada Kepala Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru untuk melakukan penelitian dengan responden ibu yang mengalami *emesis gravidarum*. Mempersiapkan kelengkapan administrasi yang diperlukan seperti lembar observasi, alat tulis, seduhan jahe dan sebagainya.

Analisis data adalah suatu kegiatan untuk meneliti, memeriksa, mempelajari, membandingkan data yang ada dan membuat interpretasi yang diperlukan, dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis data Univariat dan Bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Distribusi Frekuensi *Emesis Gravidarum* Sebelum Diberikan Seduhan Jahe Hangat di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru

Tabel 1 Distribusi frekuensi *emesis gravidarum* sebelum diberikan seduhan jahe hangat di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru

N	<i>Emesis Gravidarum</i>	(F)	(%)
1	Ringan	2	14,3
2	Sedang	12	85,7
3	Berat	0	0
Total		14	100

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa sebelum pemberian seduhan jahe hangat mayoritas responden mengalami *emesis gravidarum* sedang sebanyak 12 responden dengan persentase 85,7%, sedangkan yang paling sedikit yang mengalami *emesis gravidarum* ringan sebanyak 2 responden dengan persentase 14,3%.

2. Distribusi Frekuensi *Emesis Gravidarum* Sesudah Diberikan Seduhan Jahe Hangat di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru

Tabel 2 Distribusi Frekuensi *emesis gravidarum* sesudah diberikan seduhan jahe hangat di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya.

No	<i>Emesis Gravidarum</i>	(F)	(%)
1	Ringan	11	78,6
2	Sedang	3	21,4
3	Berat	0	0
Total		14	100

Pada tabel 2 dapat dilihat bahwa sesudah diberikan seduhan jahe hangat sebagian besar responden mengalami penurunan frekuensi *emesis gravidarum* ringan sebanyak 11 responden dengan persentase 78,6%, sedangkan yang mengalami *emesis gravidarum* sedang sebanyak 3 responden dengan persentase 21,4%.

3. Pengaruh pemberian air seduhan jahe hangat dalam mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru

Tabel 3 Pengaruh pemberian air seduhan jahe hangat dalam mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru

<i>Emesis Gravidarum</i>	Mean	SD	Mak-Min	Selisih	P value
Pretest	6,07	1,439	8-3		
Posttest	3,71	1,139	6-2	2,36	0,000

Pada tabel 3 dapat dilihat bahwa rata-rata frekuensi *emesis gravidarum*

sebelum diberikan air seduhan jahe hangat adalah 6,07 kali (SD=1,439 kali), nilai maksimal 8 kali dan nilai minimal 3 kali, setelah pemberian air seduhan jahe hangat setiap pagi selama 4 hari kemudian turun menjadi 3,71 kali (SD=1,139 kali), nilai maksimal 6 kali dan nilai minimal 2 kali, terjadi penurunan rata-rata sebelum dan sesudah perlakuan sebesar 2,36 kali. Hasil Uji T dependen atau *paired T-test* didapatkan *p value* = 0,000 atau *p value* < 0,05, artinya ada pengaruh air seduhan jahe hangat dalam mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 14 responden diketahui sebelum pemberian seduhan jahe hangat mayoritas responden mengalami *emesis gravidarum* sedang sebanyak 12 responden dengan persentase 85,7%, sedangkan yang paling sedikit yang mengalami *emesis gravidarum* ringan sebanyak 2 responden dengan persentase 14,3%. Sesudah diberikan seduhan jahe hangat sebagian besar responden mengalami penurunan frekuensi *emesis gravidarum* ringan sebanyak 11 responden dengan persentase 78,6%, sedangkan yang mengalami *emesis gravidarum* sedang sebanyak 3 responden dengan persentase 21,4%.

Hasil Uji dependen T test atau *Paired sample T-test* menunjukkan rata-rata frekuensi *emesis gravidarum* sebelum diberikan air seduhan jahe hangat adalah 6,07 kali (SD=1,439 kali), nilai maksimal 8 kali dan nilai minimal 3 kali, setelah pemberian air seduhan jahe hangat setiap pagi selama 4 hari kemudian turun menjadi 3,71 kali (SD=1,139 kali), nilai maksimal 6 kali dan nilai minimal 2 kali, didapatkan nilai *p value* = 0,000 atau *p value* < 0,05, artinya ada pengaruh pemberian air

seduhan jahe hangat dalam mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya.

Jahe memiliki rasa pedas dan hangat sehingga banyak pula dimanfaatkan sebagai bahan boreh atau bobok untuk mengusir perut kembung ataupun pegal-pegal. Pilih jahe segar yang tidak seberapa gemuk untuk jamu atau biasa disebut jahe empit karena rasa pedasnya lebih hangat dan segar. Manfaat jahe bagi kesehatan antara lain mengatasi perut kembung dan masuk angin, meredakan batuk, meningkatkan imunitas tubuh, mencegah kanker, mengatasi rasa mual, meredakan sakit kepala dan detox tubuh (Murtie, 2015).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Indrayani, Burhan, & Widiyanti, 2017) dengan judul “Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Kabupaten Bengkulu Utara”, rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I sebelum diberikan wedang jahe sebesar 9,30. Sedangkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I setelah diberikan wedang jahe sebesar 4,50. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 4,80 dengan $p\text{ value}=0,000$.

Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Astriana, 2018) dengan judul “Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang”, hasil penelitian didapatkan rata-rata (mean) mual muntah pada ibu hamil Trimester I sebelum pemberian rebusan air jahe sebanyak 9,8 kali, dan rata-rata (mean) mual muntah pada ibu hamil Trimester I sesudah pemberian rebusan air jahe sebanyak 5,5 kali.

Terjadi penurunan rata-rata frekuensi mual muntah antara sebelum dan sesudah diberikan air rebusan jahe sebesar 4,3 kali. Artinya ada pengaruh pemberian rebusan air jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil Trimester I di wilayah kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang dengan nilai $p\text{ value}=0,000$ ($p\text{-value}<\alpha=0,05$).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 14 responden dengan judul “Pengaruh Jahe (*Zingiber Officinale*) Hangat Dalam Mengurangi *Emesis Gravidarum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru” dapat disimpulkan bahwa frekuensi *emesis gravidarum* sebelum diberikan seduhan jahe hangat yang mengalami *emesis gravidarum* sedang 85,7% dan yang mengalami *emesis gravidarum* ringan adalah 14,3%, sesudah diberikan seduhan jahe hangat sebagian besar responden mengalami penurunan frekuensi *emesis gravidarum* ringan sebesar 78,6% dan *emesis gravidarum* sedang sebesar 21,4%.. Air seduhan jahe sangat berpengaruh dalam mengurangi *emesis gravidarum* di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru dengan nilai $p=0,000$ ($p\text{ value}<\alpha=0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar. (2015). *Aneka Tanaman Apotek Hidup di Sekitar Kita*. Jakarta: One Book.
- Aritonang, E. (2010). *Kebutuhan Gizi Ibu Hamil*. Medan: Kampus IPB Taman Kencana Bogor.
- Astriana. (2018). Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 4(2), 43–48.

Lampiran 3

LEMBAR KONSULTASI