

EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR REBUSAN JAHE TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

**Devy Lestari Nurul Aulia⁽¹⁾, Arum Dwi Anjani⁽²⁾, Risqi Utami⁽³⁾,
Berty Prima Lydia⁽⁴⁾**

⁽¹⁾Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Batam

*email: dv.aulia87@univbatam.ac.id

⁽²⁾ Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Batam

email: arum.dwianjani05@univbatam.ac.id

⁽³⁾Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Batam

email: risqi0512@univbatam.ac.id

⁽⁴⁾ Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Batam

email: bertyprimalydia@ymail.com

*corresponding author

ABSTRAK

Emesis gravidarum salah satu ketidaknyamanan yang sering dirasakan pada awal kehamilan yang disebabkan adanya perubahan hormon, hal ini dapat berlanjut menjadi Hyperemesis Gravidarum yang dapat mengganggu aktivitas, gangguan nutrisi, ketidak seimbangan elektrolit, dehidrasi dan penurunan berat badan. Air rebusan Jahe adalah penatalaksanaan non farmakologis untuk mengatasi emesis gravidarum, kandungan minyak astiri dan gingeol dalam jahe dapat menimbulkan efek menyegarkan dan menghambat reflek muntah. Penelitian dilakukan untuk mengetahui efektifitas air rebusan Jahe terhadap *emesis gravidarum*. Design penelitian yang digunakan adalah *pra eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest*, dilakukan di puskesmas Tanjung Unggat pada Juli 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester pertama dengan *emesis gravidarum* sampel berjumlah 34 orang. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan di analisa menggunakan independent T-test. Hasil penelitian menunjukkan rerata *emesis gravidarum* sebelum diberikan intervensi adalah 11,71 dan rerata emesis gravidarum setelah diberikan intervensi adalah 5,12. Hasil analisa paired sample t-test didapat *p-value* 0.000 ($p < 0.05$), sehingga H_a diterima dan bisa disimpulkan pemberian air rebusan jahe efektif menurunkan *emesis gravidarum*. Rekomendasi terhadap tenaga kesehatan agar dapat memberi informasi kepada ibu hamil tentang cara dan dosis air rebusan jahe yang aman dikonsumsi untuk menurunkan mual dan emesis gravidarum.

Kata kunci: Air Rebusan Jahe, Emesis Gravidarum, Ibu Hamil

ABSTRACT

Emesis gravidarum is one of the discomforts that is often felt in early pregnancy caused by hormonal changes, this can progress to Hyperemesis Gravidarum which can interfere with activity, nutritional disorders, electrolyte imbalance, dehydration and weight loss. Ginger boiled water is a non-pharmacological treatment to treat emesis gravidarum, the content of essential oils and gingeol in ginger can have a refreshing effect and inhibit the vomiting reflex. This study aims to determine the effectiveness of ginger boiled water against emesis gravidarum. The research design used a pre-experimental design with a one group pretest-posttest design, carried out at the Tanjung Unggat Public Health Center in July 2019. The

population in this study was first trimester pregnant women who experienced emesis gravidarum with a sample of 34 people. The research instrument used an observation sheet and analyzed using an independent T-test. The results showed that the mean of emesis gravidarum before being given the intervention was 11.71 and the mean of emesis gravidarum after being given the intervention was 5.12. The results of the paired sample t-test analysis obtained a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), so H_0 was rejected and it can be concluded that the administration of ginger boiled water was effective in reducing emesis gravidarum. Recommendations for health workers to be able to provide information to pregnant women about the method and dosage of ginger boiled water that is safe for consumption to reduce nausea and vomiting.

Keywords: Ginger Stew Water, Emesis Gravidarum, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu proses yang diawali pertemuan ovum dan sperma, membentuk zigot, menempel pada dinding endometrium dan embrio berkembang di dalam uterus sampai cukup bulan (term). Pada saat kehamilan terjadi perubahan Fisik dan Psikologis yang dipengaruhi hormon kehamilan. (Aulia, D. L. N., Anjani, A. D., & Utami, 2022; Bobak. Lowdermilk, 2012)

Saat hamil, tubuh wanita mengalami transformasi terutama pada sistem reproduksi wanita dan payudara. Perubahan ini disebabkan ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron. Hormon estrogen menyebabkan sekresi asam lambung yang meningkat dan mengakibatkan rasa mual dan muntah selain itu sekresi *Human Chorionic Gonadotropin (HCG)* dalam darah menimbulkan rasa mual dan muntah serta memunculkan keluhan ketidaknyamanan kehamilan (Bobak. Lowdermilk, 2012).

Terdapat 50 % ibu hamil mempunyai keluhan mual dan muntah pada pagi hari atau yang disebut dengan *emesis gravidarum*, hal ini menjadi periode yang tidak nyaman saat masa kehamilan, biasanya gejala ini muncul pada minggu keenam dan berkurang saat usia kehamilan duabelas sampai dengan enambelas minggu, akan tetapi terdapat sekitar 12% ibu hamil masih mengalami mual muntah sampai akhir kehamilan.

Emesis gravidarum dialami 60 – 80 % ibu primigravida dan 40 – 60 % terjadi kepada ibu multigravida. (Suwarni, 2017).

Data WHO menunjukkan, angka kejadian *Emesis Gravidarum* sebanyak 12.5 % dari semua kehamilan di dunia. Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2015 menunjukkan AKI yang cukup tinggi di Indonesia yaitu 305 / 100.000 kelahiran hidup, hal ini masih jauh dari target yang ditetapkan yaitu sebesar 102/ 100.000 kelahiran hidup. (Departemen Kesehatan RI, 2015)

Emesis gravidarum yang tidak tertangani dapat mengakibatkan penurunan berat badan, gangguan nutrisi, ketidakseimbangan elektrolit, dehidrasi sampai mengganggu aktifitas sehari – hari. Selain itu dapat meningkatkan kejadian gangguan pertumbuhan janin, BBLR dan cacat bawaan. (Prawirohardjo, 2016).

Penanganan mual muntah pada kehamilan dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Beberapa terapi nonfarmakologi yang dapat digunakan adalah dengan menggunakan herbal seperti Daun peppermint, lemon, lavender, dan jahe (Maternity, 2017)

Jahe merupakan tanaman rimpang yang mempunyai banyak khasiat. Dalam jahe mengandung *Atsiri Zingiberena (zingiroan)*, *Gingerol*, *zingiberol*, *kurkumen*, *flandrena*,

bisabilena, Vitamin A serta resin pahit yang mampu menghambat *serotonin*. Sehingga dapat merilekskan otot saluran pencernaan yang memunculkan rasa nyaman didalam abdomen sehingga mual dan muntah bisa berkurang (Ramadhani, I. P., & Ayudia, 2019). Kandungan Jahe dapat mengurangi gas dari dalam abdomen sehingga dapat meredakan perut kembung, Menurut Khairani, 2012 cara mengkonsusmsi air rbusan jahe adalah dengan menggunakan 250 mg jahe dan 250 mg air, ydi minum pada pagi hari selama 4 hari. Jahe berkhasiat sebagai profilakasis dan detoksifikasi selain itu kandungan gingerol dalam jahe dapat menghambat muntah dan migrain dalam kehamilan(Wulandari, D. A., Kustriyanti, D., & Aisyah, 2019)

Penelitian yang dilakukan (Rufaridah, A., Herien, Y., & Mofa, 2019) didapatkan hasil bahwa pemberian minuman jahe berpengaruh pada penurunan emesis gravidarum dengan p-value 0,000 ($p < 0,05$), hal serupa juga di kemukakan Wulandari, dkk (2019) yang menyimpulkan bahwa konsumsi air jahe berpengaruh pada *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama dengan nilai p-value = 0.000.(Wulandari, D. A., Kustriyanti, D., & Aisyah, 2019)

Berdasarkan penelitian (Putri,A.D., Andiani, 2017) sebelum di lakukan intervensi rerata frekuensi mual dan muntah adalah 13 kali / hari, dan setelah di berikan intervensi, rerata frekuensi mual dan muntah menjadi 3,18 kali / hari. Sejalan dengan penelitian Ningsih, dkk (2020) yang mendapatkan rerata frekuensi mual dan muntah sebelum diberikan seduhan jahe adalah 9,36 kali/hari, sedangkan rerata setelah diberikan seduhan jahe adalah 4,86 kali/hari. Dapat di simpulkan bahwa terdapat perbedaan rerata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi seduhan jahe dengan nilai $Z = -4,123$ dan

p value = 0,yang artinya mengkonsumsi seduhan jahe efektif untuk mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I (Ningsih, D. A., Fahriani, M., Azhari, M., & Oktarina, 2020).

Peneliti melakukan Studi pendahuluan kepada beberapa responden melalui wawancara pada Februari 2019 dari 10 ibu hamil terdapat 8 orang yang mempunyai keluhan mual muntah selama kehamilan dengan frekuensi 3 – 5 kali perhari. Selama ini penanganan yang di berikan dengan menggunakan obat pereda mual muntah, dan belum pernah menggunakan jahe untuk mengurangi keluhan mual muntah, Berdasarkan uraian latar belakang di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I”.

METODE

Desain penelitian ini adalah pre – eksperimen dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Dilakukan diwilayah kerja Puskesmas Tanjung Unggat, Kecamatan Bukit Bestari Kota Tanjungpinang pada bulan Mei - Juni tahun 2019. Pada penelitian ini menggunakan Populasi seluruh ibu hamil Trimester I dari bulan Mei- Juni 2019 yang mengalami *emesis gravidarum*. Pengambilan sampel menggunakan Total sampling yang artinya seluruh populasi di jadikan sampel yang berjumlah 34 orang. Seblum dilakukan intervensi dilakukan pengukuran frekuensi emesis gravidarum, Setelah itu Responden di beri perlakuan air rebusan jahe selama 5 hari, dengan dosis 3-4 kali per hari dengan takaran saji 250 mg selama 5 hari. Setelah perlakuan kembali di lakukan pengukuran frakuensi emesis gravidarum. Hasil penelitian di

tampilkan dalam tabel distribusi univariat dan bivariat, analisa data menggunakan *t-test* dengan program SPSS.(Anjani, A. D., Aulia, D. L. N., & Suryanti, 2022; Notoadmodjo, 2012)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dan di tampilkan dalam tabel berikut :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Ibu Hamil Trimester I

Umur Ibu	N	%
20-35	21	61,8
>35	13	38,2
Umur kehamilan		
5-8 minggu	6	17,7
9-12 minggu	28	82,3
Gravida		
Primigravida	6	17,6
Multigravida	28	82,4
Pendidikan		
SD	15	44,1
SMP	7	20,6
SMA	7	20,6
PT	5	14,7
Pekerjaan		
IRT	19	55,9
Swasta	10	29,4
PNS	3	8,8
Pegawai swasta	2	5,9

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berada dalam rentang usia 20 – 35 tahun yaitu 61,8 %, sebagian besar responden dengan umur kehamilan 9 – 12 minggu yaitu sebanyak 28 orang (82,3 %), Mayoritas responden multigravida (82,3 %) dengan jenjang pendidikan sebagian besar berpendidikan dasar (SD) yaitu sebanyak 15 orang (44,1 %), untuk pekerjaan, sebagian besar responden adalah IRT yaitu sebanyak 19 orang (55,9 %).

Sebelum dilakukan uji Paired t-test dilakukan uji normalitas yang hasilnya $p > 0,05$ yang berarti data terdistribusi normal.

Tabel 2. Rerata Frekuensi Emesis Gravidarum Sebelum Diberikan Air Rebusan Jahe

Frekuensi Emesis Gravidarum	Rerata	Standar deviasi	N
Sebelum	11,71	1,962	34

Berdasarkan tabel 2 dari 34 responden diketahui rerata *emesis gravidarum* sebelum diberikan air rebusan jahe sebesar 11,71 dengan standar deviasi sebesar 1,962

Tabel 3. Rerata Frekuensi Emesis Gravidarum Sesudah diberikan Air Rebusan Jahe

Frekuensi Emesis Gravidarum	Rerata	Standar deviasi	N
Sesudah	5,12	0,808	34

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan rerata *emesis gravidarum* sesudah diberikan air rebusan jahe sebesar 5,12 dengan standar deviasi 0,808 .

Tabel 4. Perbedaan rerata Frekuensi Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Diberikan Air Rebusan Jahe

Frekuensi Emesis Gravidarum	Rerata	SD	Min	Max	t hitung	p
Sebelum	11,71	1,962	8	15	18,635	0,000
Sesudah	5,12	0,808	4	6	635	

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan terdapat perbedaan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan air rebusan jahe. Hasil analisa menggunakan *paired t test* menunjukkan t hitung 18,635 dan p-value = 0.000 < ($\alpha = 0.05$) yang berarti H_0 ditolak, artinya terdapat perbedaan yang signifikan rerata frekuensi *emesis gravidarum* pada

ibu hamil sebelum dan sesudah diberi air rebusan jahe .

Emesis Gravidarum adalah keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda dan sering juga dikenal dengan *Morning Sickness* karena sering dirasakan pada waktu pagi. Gejala ini dimulai dari rasa tidak enak sampai muntah, yang diperberat oleh bebauan yang menyengat dan juga kondisi psikologis. Ibu yang merasakan *emesis gravidarum* perlu diberikan makanan ringan yang mudah dicerna. Apabila mual muntah berlebihan dapat diberikan obat anti muntah. (Nugroho, 2014).

Dalam penelitian Handajani dan Astuti (2019) dikatakan bahwa terdapat 50 – 90% ibu hamil merasakan mual dan muntah pada tiga bulan pertama kehamilan, dan berkurang pada usia kehamilan 12 – 16 minggu. Angka kejadian sekitar 60 – 80 %. Pada kehamilan primi dan 40 – 60 % pada multigravida. (Handajani, S. R., & Astuti, 2019)

Peningkatan estrogen dan (*Human Chorionic Gonadotrophin*) adalah salah satu penyebab terjadinya *emesis gravidarum*. Menurut Defrin (2014), mual dan muntah yang terjadi saat hamil diakibatkan karena adanya perubahan hormon kehamilan, seperti *Hormon Chorionic Gonadotropin (HCG)* yang diproduksi untuk menjaga tersedianya hormon estrogen dan progesterone. *HCG* akan mencapai kadar tertinggi saat usia kehamilan memasuki minggu ke 12 – 16. Hal ini akan mempengaruhi sistem pencernaan, menurunkan daya cerna dan peristaltik usus serta meningkatkan asam lambung dan penurunan selera makan. (Mandriwati, 2018)

Menurut Matthews et al., 2010 dalam penelitian yang dilakukan oleh Latifah (2017) , Mual muntah saat kehamilan, umumnya dikenal sebagai "morning sickness" yang memengaruhi sekitar 80% wanita hamil. Ibu hamil

denan keluhan mual muntah mayoritas tidak memahami bagaimana mengatasi keluhannya. Saat mengalami mual muntah biasanya ibu membiarkan keluhannya dan beristirahat dirumah, dan akan ke rumah sakit atau tempat praktek bidan jika sudah dirasa mengganggu. Penggunaan obat bagi ibu hamil perlu mendapatkan perhatian khusus karena terjadi banyak perubahan farmakokinetik maupun farmakodinamik obat saat kehamilan. Mengonsumsi air rebusan jahe merupakan alternatif metode nonfarmakologis untuk menyelesaikan keluhan mual muntah saat kehamilan. (Latifah, L., & Setiawati, 2017)

Dari hasil penelitian yang dilakukan setelah dilakukan pemberian air rebusan jahe frekuensi mual dan muntah turun menjadi 2-3 kali perhari.. Sesuai dengan tabel distribusi rata-rata setelah diberikan air rebusan jahe pada 34 responden diketahui perbedaan rerata sebelum dan sesudah di berikan air rebusan jahe sebesar 6,59 dengan standar deviasi sebesar 0,971.

Penelitian ini sama halnya dengan hasil penelitian (Handajani, S. R., & Astuti, 2019), penelitian dilakukan pada 26 wanita hamil dengan mual muntah. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan pemberian 4 x 1 SDM sirup jahe (250 mg jahe) per hari selama dua minggu dan kelompok kontrol diberikan perlakuan pemberian 4 x 1 SDM sirup plasebo per hari. Didapat hasil bahwa pada kelompok eksperimen sebesar 77 % mengalami penurunan mual muntah dan kelompok kontrol mengalami penurunan mual muntah sebesar 20 %. Pada hari ke 9, sebanyak 67 % kelompok eksperimen tidak mengalami muntah. Dalam penelitian ini disebutkan Jahe mampu mengatasi mual dan muntah sebab jahe dapat menghalangi serotonin, yaitu senyawa kimia yang membuat kontraksi pada

perut, sehingga menimbulkan perasaan mual. hal serupa juga di tunjukkan penelitian lain bahwa air jahe efektif untuk menurunkan mual dan muntah pada kehamilan trimester I.(Fitria, 2018)

Hal serupa juga disampaikan pada penelitian Rasmussen (2016), dengan judul penelitian *Hiperemisis Gravidarum* pada Ibu hamil dengan jenis study RCT, *Cross over design, 2 days washout period* dengan ibu hamil yang mengalami *Hiperemisis Gravidarum* sebagai sampel, intervensi dilakukan dengan memberikan bubuk jahe dengan dosis 4x250 mg perhari, dan didapatkan hasil bahwa Jahe dapat menurunkan mual muntah secara signifikan ($p = 0.035$). Jahe merupakan tumbuhan rimpang, telah sejak lama dipergunakan sebagai tambahan masakan maupun herbal. Jahe dapat membuat tubuh merasa hangat, memperbaiki nafsu makan, anti mual muntah dan kembung mengobati sakit lambung, serta dapat mempercepat proses persalinan. Akan tetapi penelitian lebih lanjut perlu dilakukan untuk menentukan dosis dan bentuk sediaan jahe yang digunakan untuk menanggungi emesis gravidarum Karena jahe bisa menyebabkan inhibisi agregasi trombosit dan mengakibatkan perdarahan saat kehamilan. Kandungan minyak atsiri dalam jahe mempunyai efek sebagai anti inflamasi, sehingga jahe dapat menurunkan frekuensi mual dan muntah akibat peradangan yang di sebabkan infeksi *H. pylori*. Takaran saji jahe yang dapat dipergunakan dengan dibatasi sebanyak 1 gram / hari (250 mg dalam 4 kali penyajian) dalam berbagai sediaan, tanpa menimbulkan efek samping berat.(Leung, 2016).

Selain itu, Penelitian Vutyavanich T, et al dalam maternity (2017) pada ibu hamil dengan emesis gravidarum menjelaskan dari 35 responden terdapat 28 responden yang mengalami penurunan frekuensi mual

muntah saat di berikan jahe. Penelitian ini menunjukkan jahe merupakan rimpang yang mempunyai banyak kegunaan terutama kandungan minyak atsiri yang berefek menyegarkan dan dapat menghambat muntah, kandungan gingerol bisa melancarkan peredaran darah darah serta membuat syaraf bekerja baik sehingga akan menghasilkan efek rileks. Aroma segar jahe dihasilkan minyak atsiri, dan oleoresin menimbulkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan memproduksi keringat.(Dainty Maternity, S. S. T., Keb, M., Putri, R. D., & Aulia, 2017; Maternity, 2017)

Berdasarkan uji *Paired t Test* didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,005$) dan $t \text{ hitung} = 18,255$ dan $t \text{ tabel} = 2,032$ ($t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$) sehingga dapat diambil kesimpulan terdapat pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu dengan *emesis gravidarum*.

Penelitian yang dilakukan diperkuat oleh riset Alyamaniah & Mahmudah (2014) yang menyimpulkan bahwa Jahe lebih berkhasiat dibandingkan dimenhydrinat untuk mengurangi emesis gravidarum. Penelitian serupa dilakukan Vutyavanich dari Universitas Chiang Mai menunjukkan fakta jahe efektif menanggulangi mual dan muntah pada ibu hamil. Kurkumin merupakan salah satu senyawa aktif yang terdapat pada jahe. Hal ini sejalan dengan buku karangan Septiatin tahun 2018, dijelaskan bahwa gingerol dan kandungan senyawa aktif dalam jahe mempunyai peran sebagai anti-hidroksitriptamin melalui percobaan pada ileum babi. Kandungan lain yang terdapat dalam jahe adalah Galanolakton yaitu antagonis kompetitif di ileus 5HT reseptor, yang menghasilkan efek anti-emetik. Studi lain juga menyimpulkan bahwa jahe dapat meredakan gejala

morning sickness pada responden. {Formatting Citation}

Kandungan minyak atsiri pada jahe mempunyai peran sebagai anti-inflamasi, sehingga jahe dapat menghambat peradangan. Oleh sebab itu, frekuensi mual dan muntah yang diakibatkan peradangan oleh H.pylori bisa diminimalisir (Septiatin, 2018). Penelitian parwitasari 2014 yang membandingkan pemberian daun mint dan air rebusan jahe di dapatkan hasil pemberian air rebusan jahe lebih efektif dari pada daun mint.(Parwitasari, 2009)

Hal serupa dikemukakan (Ariyanti, L., & Sari, 2020) dalam penelitiannya bahwa campuran ekstrak jahe dan piridoksin mampu mengurangi mual muntah lebih baik dari pada hanya menggunakan piridoksin. Sejalan penelitian yang dilakukan oleh Arianto (2018) menyimpulkan ekstrak jahe lebih efektif dari pada placebo dan kombinasi ekstrak jahe dengan piridoksi lebih efektif dari pada placebo dalam meredakan mual dan muntah pada emesis gravidarum. Hal ini disebabkan jahe dapat menghalangi serotonin, yaitu senyawa kimia yang dapat mengakibatkan perut berkontraksi, sehingga memunculkan efek mual.(ARIANTO, 2018)

Selain itu penelitian dari Damasrasri (2015) juga menunjukkan hal yang sama yaitu dimana penerapan pemberian aroma terapi lemon dan air rebusan jahe di BPM Sri Jumiati Kabupaten Kebumen efektif untuk mengurangi emesisgravidarum ibu hamil diawal kehamilan. Dimana khasiat utama jahe yaitu minyak atsiri yang menimbulkan efek menyegarkan dan menghalangi reflek muntah, sedang gingerol mampu melancarkan peredaran darah dan syaraf bekerja dengan baik. sehingga ketegangan bias dicairkan, kepala menjadi segar, mual

dan muntah pun ditekan. Therapy alternatif untuk keluhan emesis gravidarum dengan menggunakan jahe dapat diterapkan pada ibu hamil, selain mudah didapatkan manfaat yang dihasilkan juga banyak dan aman jika dikonsumsi dengan dosis yang tepat, selain itu jahe dapat menimbulkan perasaan nyaman dan mampu mengurangi kecemasan wanita hamil. Apabila keluhan ketidak nyamanan kehamilan seperti mual muntah dapat tertangani dengan baik, harapannya ibu mampu menjalani kehamilannya dengan perasaan tenang dan nyaman sehingga janin dapat tumbuh sehat dan optimal.(Ramadhani, I. P., & Ayudia, 2019; Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Arfiana, 2019)

Namun hal ini tidak sejalan dengan riset Arfeen dalam penelitian (Ningsih, D. A., Fahriani, M., Azhari, M., & Oktarina, 2020) tentang penurunan *emesis gravidarum* wanita hamil dengan memberikan jahe. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan Jahe 0,5 dan 1 gr oral dosis tunggal dan kelompok kontrol diberikan Plasebo. Didapat hasil bahwa Tidak ada perbedaan bermakna frekuensi mual dan muntah antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

Pada penelitian Efektifitas Air Rebusan Jahe terhadap *Emesis Gravidarum* Ibu Hamil Trimester I di wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Unggat Kota Tanjungpinang tahun 2019 menyatakan bahwa air rebusan jahe dapat digunakan untuk mengatasi morning sickness. Hal ini didasari analisa peneliti pada penelitian ini , dengan mengkonsumsi air rebusan jahe dengan tetatur teratur 3-4 kali per hari dengan takaran saji 250 mg selama 5 hari efektif menurunkan *emesis gravidarum* ibu hamil trimester I.

Terjadinya peningkatan hormon progesteron mengakibatkan tonus dan

motilitas otot polos ikut menurun, sehingga meningkatkan waktu pengosongan lambung, dan peristaltik balik. Oleh sebab itu jahe berfungsi menstimulasi motilitas traktus gastrointestinal dan menstimulasi sekresi saliva, empedu dalam bentuk lain. Selanjutnya jahe merelaksasi dan melemahkan otot-otot saluran pencernaan, hal ini yang ditekan oleh jahe didalam.

Pada penelitian ini peneliti menyadari masih banyak terdapat keterbatasan yang mempengaruhi proses penelitian. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat terhadap pengembangan ilmu kebidanan,

Dalam penelitian ini peneliti menemui banyak hambatan dan rintangan. Dimana peneliti harus melakukan surveilans terlebih dahulu keseluruh wilayah kerja, mencari ibu hamil dari rumah ke rumah dan terdapatnya ibu hamil yang tidak meminum air rebusan jahe sesuai dosis yang telah di tetapkan. Dan peneliti akhirnya terus menghubungi ibu hamil setiap hari 3-4 kali untuk mengingatkan kembali untuk meminum air rebusan jahe sesuai takaran yang telah ditetapkan peneliti dengan menyediakan dan membuat air rebusan jahe setiap hari oleh peneliti. Dalam riset ini peneliti membuat sendiri air rebusan jahe yang akan dikonsumsi ibu hamil, sehingga peneliti memiliki kesulitan untuk mengantarkan air jahe ini ke rumah ibu hamil. Bekerja sama dengan kaderpun agak sulit dilakukan karena sebagian besar kader merupakan pekerja.

SIMPULAN

Dari penelitian yang dilakukan dapat di ambil kesimpulan pemberian air rebusan jahe efektif mengurangi *emesis gravidarum* ibu hamil trimester pertama.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, A. D., Aulia, D. L. N., & Suryanti, S. (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PENA PERSADA.
- ARIANTO, K. (2018). *Keefektifan pemberian ekstrak jahe dan kombinasi ekstrak jahe dengan piridoksin untuk mual dan muntah pada emesis gravidarum*. etd.repository.ugm.ac.id
- Anita, A., Aprina, A., & Aryani, R. (2018). Perbedaan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I yang Diberikan Ekstrak Jahe dan Ekstrak Daun Mint. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 253-261.
- Ariyanti, L., & Sari, R. F. (2020). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukarame Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 2(2), 326–335.
- Aulia, D. L. N., Anjani, A. D., & Utami, R. (2022). *Pemeriksaan Fisik Ibu Dan Bayi*. PENA PERSADA.
- Bobak. Lowdermilk, J. (2012). *Buku Ajar Keperawatan maternitas*. JAKARTA: EGC.
- Dainty Maternity, S. S. T., Keb, M., Putri, R. D., & Aulia, D. L. N. (2017). *Asuhan Kebidanan Komunitas*. PENERBIT ANDI.
- Departemen Kesehatan RI. (2015). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015*. JAKARTA.
- Fitria, L. (2018). Pengaruh pemberian minuman sirup jahe emprit terhadap penurunan keluhan emesis gravidarum. *OKSITOSIN: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), 108–112.
- Handajani, S. R., & Astuti, K. E. W. (2019). PENGARUH PERMEN JAHE TERHADAP PENURUNAN EPengaruh Pemberian Ekstrak Jahe

- Dan Kacang Hijau Terhadap Pengurangan Mual Pada Ibu Hamil Semester 1 Di Puskesmas Ngawen 2 Wonosari Gunung Kidul. *JKG) Jurnal Keperawatan Global*, 4(2), 95–101.
- Hidayati. (2013). *Panduan lengkap manajemen kebidanan kehamilan*. Yogyakarta: penerbit d medika.
- Latifah, L., & Setiawati, N. (2017). Efektifitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness. *2017*, 5(1), 2017.
- Mandriwati, G. . (2018). *Asuhan Kebidanan Kehamilan Berbasis Kompetensi* (3rd ed.). JAKARTA: EGC.
- Manuaba, IAC., I Bagus, dan I. G. (2017). *Ilmu Kbidanan, Penyakit kandungan dan KB untuk pendidikan Bidan* (2nd ed.). JAKARTA: EGC.
- Maternity, D. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester Satu. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(3), 10–15.
- Ningsih, D. A., Fahriani, M., Azhari, M., & Oktarina, M. (2020). No TitleEfektivitas pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi emesis gravidarum trimester i. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 1–8.
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metodelogi penelitian Kesehatan*. JAKARTA: Rineka Cipta.
- Nugroho. (2014). *Kasus emergency Kebidanan Untuk Kebidanan dan keperawatan*. Yogyakarta: MUHA MEDIKA.
- Prawirohardjo. (2016). *Ilmu Kebidanan* (4th ed.). JAKARTA: EGC.
- Putri,A.D., Andiani, D. (2017).). Efektifitas Pemberian Jahe Hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah.
- Ramadhani, I. P., & Ayudia, F. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 3(2), 97–102.
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Arfiana, A. (2019). Studi Fenomenologi Kejadian Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan*, 8(1), 41–52.
- Rufaridah, A., Herien, Y., & Mofa, E. (2019). Pengaruh Seduhan Zingiber Officinale (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(1), 204–209.
- Septiatin. (2018). *Buku Asuhan Kebidanan*. JAKARTA.
- Suwarni. (2017). *Asuhan Kebidanan dan Kehamila*. Yogyakarta: PUSTAKA BARU PRESS.
- Thomson, M., Corbin, R., & Leung, L. (2014). Effects of ginger for nausea and vomiting in early pregnancy: a meta-analysis. *The Journal of the American Board of Family Medicine*, 27(1), 115-122.
- Wulandari, D. A., Kustriyanti, D., & Aisyah, R. (2019). Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Nalumsari Jepara. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(1), 42–47.