

Article

PEMBERIAN SEDUHAN JAHE TERHADAP FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DENGAN EMESIS GRAVIDARUM DI PMB KECAMATAN SENDURO KABUPATEN LUMAJANG

Sulima¹, Sulistiyah², Reny Retnaningsih²

¹S-1 Kebidanan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

²Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

SUBMISSION TRACK

Received: May 13, 2024

Final Revision: June 05, 2024

Available Online: June 20, 2024

KEYWORDS

Pregnancy, Emesis Gravidarum, Ginger Brew

CORRESPONDENCE

Phone: 081456149492

E-mail: sulimazr0208@gmail.com

A B S T R A C T

Nausea, vomiting that occurs during pregnancy is caused by increased levels of the hormones estrogen and progesterone produced by Human Chorionic Gonadotropin in the serum from the placenta. This study aims to determine the effect of giving ginger infusion on the frequency of nausea and vomiting in 1st trimester pregnant women with emesis gravidarum in PMB Senduro District, Lumajang Regency in 2024. This research used a quasi-experimental design with a pre-posttest control group design. The population of all pregnant women in the first trimester with emesis gravidarum in the PMB Senduro District, Lumajang Regency in the period January-April 2024 was 40 pregnant women. The sampling technique using a purposive sampling, analyzed using Mann-Whitney test. The frequency of nausea and vomiting in the intervention group, before giving the ginger brew was an average of 9.4 times per day and after giving the ginger infusion the frequency of nausea and vomiting was an average of 5.6 times. In the control group who were not given ginger infusion, the frequency of nausea and vomiting was 9.2 times per day beforehand and 8.5 times afterward. The results of Mann Whitney test showed a p-value of $0.001 < \alpha (0.05)$, which means that there was an effect of giving ginger infusion on the frequency of nausea and vomiting in first trimester pregnant women with emesis gravidarum in PMB Senduro District, Lumajang Regency.

I. INTRODUCTION

Mual dan muntah selama kehamilan mempengaruhi 80% wanita hamil serta menimbulkan efek yang mempengaruhi kualitas hidup. Mual dan muntah terjadi pada sebagian ibu hamil selama masa kehamilan (Rofi'ah et al., 2017). Menurut

Oktaviani et al. (2022), kehamilan dapat mempengaruhi tubuh ibu hamil dengan menimbulkan perubahan fisiologi yang terjadi diseluruh sistem organ, sebagian besar perubahan pada tubuh ibu hamil disebabkan kerja hormonal. Perubahan ini terjadi akibat ada ketidakseimbangan

hormon progesteron dan estrogen yang ada di dalam tubuh ibu hamil.

Mual muntah atau *morning sickness* yang terjadi pada kehamilan disebabkan karena peningkatan hormon progesteron dan estrogen yang diproduksi *Human Chorionic Gonadotropine* dalam serum dari plasenta. Frekuensi terjadinya mual muntah tidak hanya terjadi di pagi hari melainkan bisa terjadi di siang bahkan juga di malam hari (Ningsih et al., 2018). Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual muntah pada trimester I. Mual dan muntah dianggap sebagai konsekuensi di awal kehamilan yang menimbulkan dampak pada wanita. Frekuensi mual dan muntah pada primipara terjadi 60-80% dan pada multipara terjadi 40-60% (Ramadhani & Ayudia, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO), *hiperemesis gravidarum* terjadi di seluruh dunia, diantaranya negara-negara benua Amerika dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai 0,5-2%, 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, 1,9% di Turki. Sedangkan di Indonesia angka kejadian *hiperemesis gravidarum* mulai 1% hingga 3% dari seluruh kehamilan. Perbandingan secara umumnya yaitu 4 : 1000 (Atika et al., 2016). Menurut data Kemenkes RI, kejadian mual muntah pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 50%-75% pada trimester pertama atau awal-awal kehamilan (Ningsih et al., 2020).

Mual muntah atau disebut dengan *emesis gravidarum* atau mual muntah dalam keadaan normal tidak banyak menimbulkan efek negatif, hanya saja bila *emesis gravidarum* berkelanjutan menjadi *hiperemesis gravidarum* serta 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 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 7 (Manuaba, 2016).

Mual dan muntah pada kehamilan dapat diatasi dengan pemberian terapi farmakologi yaitu pemberian piridoksin (vitamin B6). Tetapi, mual muntah juga dapat diatasi secara non farmakologi/ terapi komplementer antara lain dengan tanaman herbal atau tradisional yang dapat dilakukan dan mudah di dapatkan seperti jahe, daun peppermint, lemon, dll. Selain mengkonsumsi obat-obatan untuk mengatasi mual muntah, para ibu hamil dapat mencoba berbagai ramuan tradisional seperti jahe dengan cara di seduh (Onggo, 2015).

Kandungan yang terdapat pada jahe diantaranya minyak *atsiri zingiberena*, *zingiberol*, *bilena*, *kurkumen*, *bisabilena*, *flandrena*, *gingerol*, memiliki resin pahit yang bisa memblok *serotonin* yaitu suatu *neurotransmitter* disintesis di neuron-neuron *serotonergis* dalam dalam sistem saraf pusat dan sel-sel *enterokromafin* dalam saluran pencernaan, akibatnya kerja otot-otot pada saluran pencernaan mengendur dan melemah, kemudian menimbulkan perasaan nyaman dalam perut, sehingga mual muntah dapat berkurang (Yanuaringsih et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan Sarberi et al. (2013) yang melibatkan 279 wanita hamil dilibatkan, menyakan bahwa jahe lebih efektif daripada akupresur untuk meringankan mual dan muntah, analisis menunjukkan bahwa total skor mual dan muntah berkurang 49% pada kelompok jahe dan 29% pada kelompok akupresur. Ningsih et al. (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa rata-rata frekuensi mual dan muntah sebelum dilakukan pemberian seduhan jahe sebesar 9,36 kali/hari, sedangkan rata-rata setelah dilakukan pemberian seduhan jahe sebesar 4,86 kali/hari. Jahe hangat yang diseduh memberikan pengaruh terhadap

penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama (Putri et al., 2017).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PMB di wilayah kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang pada bulan September 2023, diperoleh 6 dari 8 ibu hamil mengalami mual muntah pada kehamilannya. Dari studi tersebut menunjukkan 75% ibu hamil mengalami mual dan muntah di Wilayah Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang.

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 dengan emesis gravidarum di PMB Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang.

II. METHODS

Penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperiment* dengan rancangan *control group pre-post test design*. Penelitian ini dilakukan di PMB Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu hamil primigravida trimester I dengan *emesis gravidarum*. Pemilihan sampling dengan *purposive sampling*, dengan jumlah sampel 32 responden, 16 responden merupakan kelompok kontrol dan 16 responden sebagai kelompok eksperimen.

Kelompok eksperimen diberikan jahe merah sebanyak 2,5 gram diiris dan diseduh air panas 250 ml ditambah gula 1 sendok makan (10 gram) diminum 2x sehari sehari selama 7 hari. Kelompok kontrol hanya diberikan air putih + gula.

Pengambilan data menggunakan lembar observasi dan lembar kuesioner PUQEI (*Pregnancy-Uniquei Qunification of Eimeisis*). Analisa data penelitian ini adalah analisa univariat dan bivariat. Analisa bivariat untuk melihat pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 dengan *emesis gravidarum* menggunakan uji *Mann-Whitney*.

III. RESULT

Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa dari 16 responden sebelum diberikan seduhan jahe, sebanyak 14 responden (87,5%) mengalami mual muntah kategori sedang, dan sesudah diberikan seduhan jahe, sebanyak 16 responden (100%) mengalami mual muntah kategori sedang. Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa dari 16 responden sebelum diberikan gula dan air putih, sebanyak 13 responden (82,2%) mengalami mual muntah kategori sedang, dan sesudah diberikan gula dan air putih, sebanyak 11 responden (69,7%) mengalami mual muntah kategori sedang. Dari hasil uji *mann-whitney* diperoleh *p-value* $0.001 < 0.05$, artinya ada pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang.

Table 1. Frekuensi Emesis Gravidarum Sebelum Intervensi pada Kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol

Frekuensi Emesis Gravidarum Sebelum	Rata-Rata
Kelompok Kontrol	9,25
Kelompok Eksperimen	9,44

Rerata frekuensi emesis gravidarum kelompok kontrol di PMB Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang sebelum pemberian air putih sebanyak 9,25 kali/hari, sedangkan rerata frekuensi emesis gravidarum pada kelompok eksperimen sebelum diberikan minuman seduhan jahe sebanyak 9,44 kali/ hari.

Table 2. Frekuensi *Emesis Gravidarum* Sesudah Intervensi pada Kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol

Frekuensi <i>Emesis Gravidarum</i> Sesudah	Rata-Rata
Kelompok Kontrol	8,50
Kelompok Eksperimen	5,56
<i>p-value</i> 0,001	

Rerata frekuensi emesis gravidarum kelompok kontrol di PMB Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang sesudah pemberian air putih sebanyak 8,50 kali/hari, sedangkan rerata frekuensi emesis gravidarum pada kelompok eksperimen sesudah diberikan minuman seduhan jahe sebanyak 5,56 kali/hari.

IV. DISCUSSION

Hasil dari penelitian ini menunjukkan presentase tertinggi frekuensi mual dan muntah sesudah pemberian seduhan jahe pada kelompok eksperimen berada dalam kategori emesis gravidarum ringan sebesar 100% dari ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah. Sedangkan rata-rata sesudah dilakukan pemberian seduhan jahe adalah 5,56. Sedangkan presentase tertinggi mual dan muntah sesudah pemberian air putih dan gula pada kelompok kontrol berada dalam kategori emesis sedang sebesar 69,7% dari ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah. Sedangkan rata-rata sesudah dilakukan pemberian air putih dan gula adalah 8,50. Hasil uji *mann-whitney* menunjukkan nilai *p-value* $0,001 < 0,05$. Hal ini menunjukkan, ada pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan seduhan jahe sebanyak 9,44 kali/hari dan sesudah diberikan seduhan jahe menurun menjadi 5,56 kali/hari. Hasil

penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ramadhani & Ayudia (2019) dimana ada pengaruh pemberian minuman jahe terhadap penurunan emesis gravidarum trimester pertama. Frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe sebanyak 3,65 kali/hari dan sesudah diberikan minuman jahe menurun jadi 2,18 kali/hari. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Rufaridah et al. (2019) yang menunjukkan bahwa pada kelompok yang diberikan minuman jahe sangat efektif untuk menurunkan frekuensi *emesis gravidarum*.

Mual dan muntah pada kehamilan biasanya bersifat ringan dan merupakan kondisi yang dapat dikontrol sesuai dengan kondisi ibu hamil. Namun bila tidak ditangani mual muntah ini akan bertambah berat menjadi *hiperemesis gravidarum*. Mengatasi mual dan muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi dan non farmakologi. Tindakan non farmakologi yang dianjurkan dan disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk mengkonsumsi jahe dalam bentuk teh jahe, teknik relaksasi, dan aromaterapi (Ningsih et al., 2020). Khasiat jahe sebagai anti muntah tidak hanya digunakan untuk penderita gastritis, tetapi juga sudah digunakan pada ibu hamil, karena jahe dianggap mempunyai efek samping yang lebih ringan dibanding obat-obat anti muntah.

Mekanisme jahe memiliki dampak langsung dalam saluran pencernaan dengan cara 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*, *bilena*, *kurkumen*, *bisabilena*, *flandrena*, *gingerol*, memiliki resin pahit yang bisa memblokir *serotonin* yaitu suatu *neurotransmitter* disintesis di neuron-neuron *serotonergis* dalam dalam sistem saraf pusat dan sel-sel *enterokromafin* di

dalam saluran pencernaan dengan menghambat induksi HCG ke lambung (Indrayani et al., 2018).

Temuan penelitian ini sesuai dengan penelitian Putri et al. (2017) bahwa rata-rata frekuensi mual dan muntah sebelum diberikan minuman jahe hangat yaitu sebanyak 13 kali dan setelah diberikan menurun menjadi 3,18 kali. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa minuman jahe hangat efektif dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil ($p=0,000$). Riset yang dilakukan Universitas Chiang Mai di Thailand juga membuktikan telah 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 (gr) ekstrak jahe setiap hari, hasilnya sangat memuaskan dimana terjadi penurunan gejala mual muntah yang signifikan pada ibu-ibu hamil tersebut (Hasanah, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan, pemberian seduhan jahe pada ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual dan muntah (*emesis gravidarum*) memegang peranan penting dalam pemberian asuhan kebidanan yang bisa membantu menurunkan untuk frekuensi mual dan muntah dalam kehamilan, dan untuk mewujudkan agar terlaksananya perlakuan atau intervensi pemberian seduhan jahe, diperlukan adanya kerjasama dan kesadaran yang tinggi dari tenaga kesehatan (bidan) dan ibu hamil. Kemampuan ibu menerapkan penanganan non farmakologi selama mual muntah dalam kehamilan yaitu dengan pemberian seduhan jahe tidak dapat dipisahkan dari pengetahuan ibu. Oleh karena itu, bidan harus mampu memberikan konseling cara mengurangi mual dan muntah yaitu dengan cara pemberian seduhan jahe pada saat ibu mengalami *emesis gravidarum*, tidak hanya memberikan obat-obatan untuk mengurangi mual muntah.

V. CONCLUSION

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Wilayah Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang. Frekuensi *emesis gravidarum* pada kelompok eksperimen mengalami penurunan setelah diberikan seduhan jahe, sedangkan pada kelompok kontrol juga ada penurunan frekuensi *emesis gravidarum* setelah diberikan air putih dan gula. Kesimpulannya, seduhan jahe sangat efektif menurunkan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama.

REFERENCES

- Atika, I., Putra, H. K., & Thaib, S. H. (2016). Hubungan Hiperemesis Gravidarum dengan Usia Ibu, Usia Gestasi, Paritas, dan Pekerjaan pada Pasien Rawat Inap di RSUP Dr. Moh. Hoesin Palembang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(3), 166-171.
- Hasanah. (2014). Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) terhadap Penurunan Emesis Gravidarum pada Trimester Pertama. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 3(1), 81-87.
- Indrayani, I. M., Burhan, R., & 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), 201-210.
- Manuaba, I. B. G. (2016). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan*. Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta: EGC.
- Ningsih, D. A., Fahriani, M., Azhari, M., & Oktarina, M. (2020). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 1-8.
- Oktaviani, P., Indrayani, T., & Dinengsih, S. (2022). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe dan Daun Mint terhadap Rasa Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Kabupaten Bogor Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 104-109.
- Onggo, I. P. T. (2015). 92 Pengobatan Mandiri di Rumah Anda A-Z. Yogyakarta: Bangkit.
- Putri, A. D., Andiani, D., Haniarti & Usman. (2017). Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA "Peran Tenaga Kesehatan dalam Pelaksanaan SDGs"*, 978–979
- Ramadhani, I. P., & Ayudia, F. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 97-102.
- Rofi'ah, S., Handayani, E., & Rahmawati, T. (2017). Efektifitas Konsumsi Jahe dan Sereh dalam Mengatasi Morning Sickness. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 57-62.
- Rufaridah, D., Herien, Y., & Mofa, E. (2019). Pengaruh Seduhan Zingiber Officinale (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(1), 204-209
- Sarberi F., Sadat, Z., Abedzadeh-Kalahroudi, M., & Taebi, M. (2013). Acupressure and Ginger to Relieve Nausea and Vomiting in Pregnancy: a Randomized Study. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 15(9), 854-861.
- Yanuaringsih, G. P., Nasution, A. S., & Aminah, S. (2020). Efek Seduhan Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester I. *Jurnal Kesehatan*, 3(2), 151-158.