

Article

PENGARUH MINUMAN JAHE TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM

Antri Ariani¹

¹ Program Studi DIII Kebidanan. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Kencana

SUBMISSION TRACK

Received: August 26, 2021
Final Revision: Sept 06, 2021
Available Online: Sept 13, 2021

KEYWORDS

Jahe, Emesis Gravidarum, Trimester I

CORRESPONDENCE

E-mail: antri.ariani@bku.ac.id

A B S T R A C T

Emesis gravidarum is a common complaint in early pregnancy. The occurrence of pregnancy causes hormonal changes in women due to an increase in the hormones estrogen, progesterone, and the release of human chorionic placenta gonadotropin. Emesis gravidarum during pregnancy can be overcome by non-pharmacological therapy, one of which is using ginger. This study aims to determine the effect of ginger on emesis gravidarum in first trimester pregnant women. The research design used was a quasi-experimental. The results showed that most pregnant women experienced emesis gravidarum in the first trimester of pregnancy and the study showed ginger as a non-pharmacological therapy that could affect the decrease in the frequency of emesis gravidarum in pregnant women. The conclusion is that there is an effect of giving ginger herbs to emesis gravidarum in pregnant women in the first trimester.

I. INTRODUCTION

Mual dan muntah (emesis) merupakan gejala yang sering terjadi pada kehamilan adalah 60-80% Primigravida dan 40-60% Multigravida. Mual biasanya terjadi pada pagi hari tetapi dapat dirasakan kapan saja waktu siang dan malam. Mual dan muntah biasanya dimulai pada minggu pertama kehamilan dan akhir bulan keempat bisa dirasakan oleh ibu hamil wanita selama kehamilan jika penanganan mual dan muntah tidak dilakukan dengan benar (Ariani, Sari, & Sutriyawan, 2021).

Sebagian besar ibu hamil yang mengalami mual dan muntah hanya mengerti mual muntah yang dialami ibu

hamil wanita hanya bisa diatasi dengan menggunakan obat-obatan, Padahal penggunaan obat pada ibu hamil sangat berpengaruh pada janin yang dikandung. Di Selain itu, ibu hamil yang mengalami mual dan muntah tidak mengkonsumsi buah karena mereka menganggap buah yang mereka makan akan memperburuk mual dan muntah (Ariani, Sari, & Sutriyawan, 2021).

Salah satu cara farmakologis untuk mengobati mual dan muntah pada kehamilan adalah pyridoxine (vitamin B6), yang mengobati mual dan muntah di kehamilan. Terapi nonfarmakologis dilakukan dengan mengatur pola makan ibu hamil, dukungan emosional, dan akupresur dan nonfarmakologis (Ariani,

Sari, & Sutriyawan, 2021).

Beberapa terapi non farmakologis seperti obat tradisional yang bisa dilakukan dan mudah didapat seperti jahe, daun peppermint, dan lemon (Rufaridah, Herien, & Mofa, 2019).

Ekstrak jahe bermanfaat untuk mengatasi penyakit pencernaan karena jahe bersifat aromatik, merangsang buang angin, dan menghangatkan tubuh. Rasa dan aroma pedas pada jahe disebabkan oleh kandungan senyawa gingerol dan volatile (Rufaridah, Herien, & Mofa, 2019).

Untuk mengetahui pengaruh jahe terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

II. METHODS

Jenis penelitian menggunakan *Quasi Experiment* dengan pendekatan one group pre-post test design. Pengukuran pre test dan post test dilakukan dengan menggunakan instrumen PUQE

(*Pregnancy Unique Quantification of Emesis*) yang sudah valid dan reliable sehingga peneliti tidak perlu melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk mengukur skala mual dan muntah. Sampel pada penelitian ini yaitu ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan emesis gravidarum pada trimester I dengan teknik pengambilan sample secara purposive sampling dengan kriteria pengambilan sampel sebagai berikut ; bersedia menjadi responden, ibu hamil yang tidak memiliki penyakit penyerta sedang dalam pengobatan penyakit tertentu, primigravida, tidak menggunakan obat mual muntah dalam trimester I.

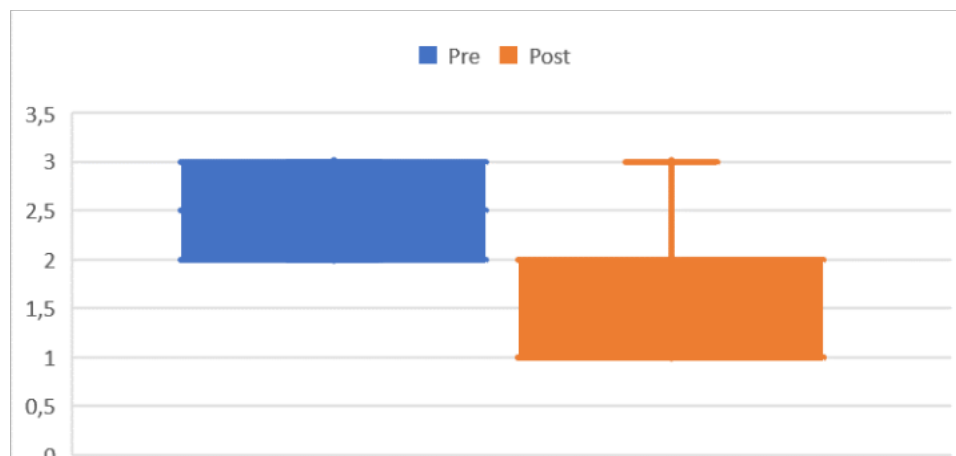
III. RESULT

Tabel 1. Karakteristik dan Evaluasi Emesis setelah Pemberian Jahe

Responden	Karakteristik		Evaluasi Emesis		
	Usia	Usia Kehamilan (mgg)	Paritas	Pre	Post
1	28	12	2	Sedang	Ringan
2	21	10	1	Berat	Ringan
3	25	11	1	Sedang	Ringan
4	22	8	1	Sedang	Ringan
5	24	8	1	Berat	Sedang
6	24	10	1	Berat	Berat
7	29	10	2	Sedang	Ringan
8	31	10	2	Sedang	Ringan
9	20	12	1	Berat	Berat
10	27	9	2	Sedang	Ringan
11	23	12	1	Berat	Sedang
12	21	11	1	Berat	Sedang
13	21	11	1	Berat	Berat
14	33	10	3	Sedang	Ringan
15	30	8	2	Sedang	Ringan
16	28	11	2	Sedang	Ringan
17	25	12	1	Berat	Sedang
18	32	12	2	Sedang	Ringan
19	34	10	2	Sedang	Ringan
20	23	9	1	Berat	Sedang
21	21	7	1	Berat	Berat

22	19	8	1	Berat	Berat
23	25	12	2	Berat	Berat
24	29	11	2	Sedang	Sedang
25	26	9	2	Berat	Ringan
26	33	10	2	Sedang	Ringan
27	21	10	1	Berat	Sedang
28	24	8	1	Sedang	Ringan
29	29	8	1	Sedang	Ringan
30	36	9	2	Berat	Sedang

Gambar 1. *Pivot Tabel Pre dan Post* Evaluasi Emesis setelah Pemberian Jahe



Ket. 3 (berat), 2 (sedang), dan 1 (ringan)

IV. DISCUSSION

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa Jahe memiliki Pengaruh terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I yaitu dapat menurunkan mual muntah ibu hamil trimester I. Jahe merupakan tanaman herbal, berbatang semu dengan panjang 30-75 cm. Jahe hampir tersebar diseluruh tropika basah, termasuk Indonesia. Kandungan di dalam jahe terdapat minyak atsiri Zingiberena (zingirona), zingiberol, bisabilena, kurkumen, gingerol, flandrena, vit A dan resin pahit yang dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter yang di sintesis pada neuron-neuron serotonergis dalam sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan sehingga di percaya dapat

sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga di percaya sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah (Afriyanti, 2017).

Penggunaan jahe sampai 1 gram perhari minimal 4 hari menjadi terapi nonfarmakologi yang efektif untuk penurunan mual dan muntah pada awal kehamilan (Leung, 2016). Meminum seduhan jahe secara teratur jahe 2 kali sehari sebanyak 250 mg selama 4 hari dalam satu minggu sudah efektif untuk menurunkan emesis gravidarum pada trimester pertama (Rufaridah, Herien, & Mofa, 2019). Jahe memiliki senyawa gingerol yang bersifat memblok serotonin (zat kimia yang berperan dalam menginduksi mual muntah). Terjadinya peningkatan progesteron menyebabkan tonus dan motilitas otot

polos menurun, sehingga terjadi regurgitasi esofagus, terjadi peningkatan waktu pengosongan lambung, dan peristaltik balik. Maka disini jahe berperan, dengan menstimulasi motilitas traktus gastrointestinal dan menstimulasi disekresikannya saliva, empedu dalam bentuk lain. Setelah jahe menstimulasi motilitas traktus dan disekresikannya saliva, empedu dalam bentuk lain, lalu jahe mengendurkan dan melemahkan otot-otot saluran pencernaan, hal ini yang ditekan oleh jahe didalam lambung dengan kandungan gingerol pada jahe (Wiraharja, Heidy, Rustam, & Iskandar, 2011).

Semua jenis jahe efektif mengurangi mual muntah. Intervensi jahe dapat diberikan dalam bentuk minuman dan bentuk kapsul supplement jahe. Pada bentuk kapsul supplement jahe diberikan 2x 400mg pada jam 8 pagi dan 8 malam dan pada bentuk minuman diberikan 2x 500mg pada pagi dan sore. Dosis yang diberikan harus tepat agar tidak memberikan efek negatif terhadap janin (DEWI, Destariyani, Widiyanti, Wahyuni, Hartini, 2021).

V. CONCLUSION

Terdapat perbedaan rata-rata frekuensi emesis gravidarum sebelum dan setelah diberikan intervensi, dapat disimpulkan herbal jahe berpengaruh dalam mengurangi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

REFERENCES

- Afriyanti, D. (2017). Efektivitas Wedang Jahe Dan Daun Mint Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil di PMB YF Kota Bukittinggi Tahun 2017. *Human Care Journal*, 2(3).
- Ariani, A., Sari, D. N., & Sutriyawan, A. A. (2021). PEMBERIAN KOMBINASI MASASE TEKNIK PETRISSAGE (KNEADING) DAN PISANG AMBON (MUSA PARADISIACA) TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I. *JURNAL ILMIAH OBSGIN: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan* P-ISSN: 1979-3340 e-ISSN: 2685-7987, 13(3), 56-63.
- DEWI, P. W., Destariyani, E., Widiyanti, D., Wahyuni, E., & Hartini, L. (2021). Pengaruh Pemberian Herbal Jahe terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
- Leung, L. (2016). Effects of Ginger for Nausea and Vomiting in Early Pregnancy : A Meta-Analysis, (January 2014). <https://doi.org/10.3122/jabfm.2014.01.130167>
- Rufaridah, A., Herien, Y., & Mofa, E. (2019). Pengaruh Seduhan Zingiber Offcinale (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(1), 204-209.
- Wiraharja, R. S., Heidy, H., Rustam, S., & Iskandar, M. (2011). Kegunaan jahe untuk mengatasi gejala mual dalam kehamilan. *Damianus Journal of medicine*, 10(3), 161-170.

BIOGRAPHY

Antri Ariani, Dosen Kebidanan di Fakultas Kesehatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.