

The Effect of Giving Warm Ginger in Reducing Emesis Gravidarum in 1st Trimester Pregnant Women

Lina Maridanti¹, Ade Anwar¹, Filda Fairuza¹, Resti Safitri¹, Firman Rezaldi^{2*}

¹Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKes Salsabila, Serang, Banten, Indonesia;

²Program Studi D4 Teknologi Laboratorium Medis, STIKes Tujuh Belas, Karanganyar, Jawa Tengah, Indonesia;

Article History

Received : June 08th, 2024

Revised : June 28th, 2024

Accepted : July 10th, 2024

*Corresponding Author:

Firman Rezaldi, Program Studi D4 Teknologi Laboratorium Medis, STIKes Tujuh Belas Karanganyar, Jawa Tengah, Indonesia;

Email:

firmarezaldi890@gmail.com

Abstract: Due to an increase in the hormone estrogen and progesterone produced by Human Chronic Gonadotropin (HCG), which causes emesis gravidarum, during pregnancy, the mother experiences hormonal changes. This study means to decide the impact of giving warm ginger in diminishing emesis gravidarum in pregnant ladies in the principal trimester PMB Lilis Nurhasanah, S.ST., Keb., Bd. SKM 2024. This exploration utilizes a Semi Trial technique with a One Gathering Pretest Posttest plan. This study's participants were pregnant women in their first trimester who had emesis gravidarum at PMB Lilis Nurhasanah, S.ST., Keb., Bd. SKM upwards of 30 respondents. The examining strategy in this examination is Complete Testing. Shapiro-Wilk normality test analysis yielded sig data (0.05). The Wilcoxon test has a p-worth of 0.000, and that implies there is an impact of giving warm ginger in diminishing emesis gravidarum in first trimester pregnant ladies. This end shows that there is an impact of giving warm ginger in lessening emesis gravidarum in first trimester pregnant ladies at PMB Lilis Nurhasanah, S.ST., Keb., Bd. SKM 2024.

Keywords: Emesis gravidarum, ginger, pregnancy.

Pendahuluan

Kehamilan adalah persiapan spermatozoa dan ovum dan hubungan selanjutnya dari organisme yang baru jadi ke dinding rahim, setiap kali ditentukan dari jam perawatan atau persiapan sampai masuknya tukik. Kehamilan tipikal akan terjadi dalam waktu tidak kurang dari 40 minggu atau 9 bulan 7 hari. Jangka waktu perkembangan dari ovulasi hingga melahirkan adalah sekitar 280 hari (40 minggu) dan tidak melebihi 300 hari (43 minggu) (Sarau, 2022). Kehamilan 40 minggu dikenal dengan istilah kehamilan. Kehamilan dianggap postmatur jika berlangsung lebih dari 43 minggu. Kehamilan antara usia 28 dan 36 minggu disebut kehamilan prematur. Kehamilan terakhir ini akan mempengaruhi kepraktisan (daya tahan) tukik, karena embrio yang terlalu muda mempunyai

dampak buruk (Hasliana, 2020).

Mual muntah (*emesis gradidarum*) adalah gejala normal dan sering terjadi pada trimester pertama kehamilan. Mual adalah perasaan atau sensasi tidak menyenangkan yang terjadi di bagian belakang tenggorokan dan daerah epigastrium dan mungkin menyebabkan muntah atau tidak (Triatmini dan Kamidah, 2023). Sementara itu muntah didefinisikan sebagai sensasi subjektif dan keinginan untuk muntah (Septi *et al.*, 2022). Mual bisa terjadi kapan saja atau di malam hari, namun paling sering terjadi di pagi hari (Nasution dan Kaban, 2016). Efek samping ini muncul sekitar satu setengah bulan setelah hari utama siklus kewanitaan terakhir dan berlangsung sekitar 10 minggu. Menderita mual dan muntah 60% hingga 80% primigravida dan 40% hingga 60% multigravida. Gejala lain muntah pada satu dari setiap seribu

kehamilan.

Emesis gravidarum dapat menjadi hiperemesis gravidarum menyebabkan ibu terus menerus muntah setiap kali makan atau minum (Efrizal, 2021). Kondisi ini bisa memburuk, selain itu tubuh ibu menjadi lemah, pucat, dan frekuensi buang air kecil semakin berkurang, sehingga menyebabkan berkurangnya cairan dalam tubuh dan pengentalan darah (hemokonsentrasi) yang membuat aliran darah menjadi buruk, berkurang dan dapat menyebabkan kerusakan jaringan, sehingga membahayakan anak, kesejahteraan ibu dan kemajuan anak dalam kandungan (Septi *et al.*, 2022).

Angka kejadian mual dan muntah pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 50 hingga 75% pada trimester I atau awal kehamilan, menurut Kementerian Kesehatan RI. Angka kejadian mual dan muntah pada ibu hamil usia 15 sampai 49 tahun (WUS) berkisar 29,81 persen pada awal trimester pertama, menurut data Riskedas provinsi Banten tahun 2018 (Kholifa *et al.*, 2023). Berdasarkan data profil kesehatan Provinsi Banten tahun 2020, Kabupaten Serang akan memiliki cakupan K-1 tertinggi sebesar 109,46%. Kota Serang memiliki cakupan K-1 terendah 80,99%, turun 9,2% jika dibandingkan tahun 2019 (Dinkes Provinsi Banten, 2020). Berdasarkan profil kesehatan Kota Serang tahun 2019, ibu hamil pertama kali atau K-1 sebanyak 14.333 orang dan 12.933 orang. Akibatnya, sebagian besar kunjungan K-1 dilakukan oleh ibu hamil pada trimester pertama, yang lebih cenderung mengeluhkan emesis gravidarum (Badan Statistik Kota Serang, 2020).

Upaya pemberian pendidikan kesehatan kepada ibu hamil tentang gizi, termasuk mengurangi makanan berminyak dan makan dalam porsi kecil namun sering, bidan dapat mengurangi rasa mual dan muntah di awal kehamilan. Kemudian secara farmakologi misalnya pemberian obat antiemetik atau vitamin B6 yang mampu mengurangi rasa mual dan muntah, namun obat tersebut mempunyai efek samping seperti nyeri otak, diare dan mengantuk (Riadinni, 2021). Infus jahe hangat atau aromaterapi merupakan pengobatan nonfarmakologis untuk mengatasi mual dan muntah pada kehamilan trimester pertama, dan peran keluarga mempengaruhi perubahan pada ibu hamil. Kemudian tugas dan dukungan dokter

spesialis persalinan adalah memberikan inspirasi, mendidik dan memberikan informasi tentang apa saja yang dibutuhkan oleh ibu hamil yang mengalami sakit dan muntah (Dheslia, 2022).

Jahe memiliki banyak manfaat, antara lain melemahkan dan mengendurkan otot-otot sistem pencernaan yang tegang sehingga mengurangi kambuhnya rasa mual dan muntah pada ibu hamil (Mardiyati *et al.*, 2023). Gingerol yang terkandung dalam jahe selanjutnya dapat melancarkan peredaran darah dan mengembangkan kemampuan saraf lebih lanjut. Minyak atsiri, memiliki kemampuan untuk mengisi bahan bakar dan meredam respons muntah, bertanggung jawab atas aroma harum jahe (Yuliana *et al.*, 2021). Sedangkan oleoresin yang berfungsi menghangatkan tubuh inilah yang memberi rasa pedas pada jahe (Umi, 2021). Penelitian Warni dan Manurung, (2023) menunjukkan nilai $p < (0,05)$ dimana pemberian jahe hangat efektif pada ibu hamil trimester I untuk menurunkan mual muntah. Penelitian lainnya dari Pratiwi *et al.*, (2022) menemukan bahwa pemberian konsentrat jahe merah pada ibu hamil berpengaruh signifikan terhadap penurunan emesis gravidarum. Jahe dapat disarankan sebagai salah satu mediasi dalam asuhan maternitas pada ibu hamil *emesis gravidarum*.

Hasil survei awal yang peneliti lakukan di PMB Lilis Nurhasanah S.ST., Keb., Bd. SKM pada bulan Juli sampai dengan September 2023 didapatkan data kunjungan ibu hamil trimester pertama yaitu 155 ibu hamil. Kunjungan ibu hamil trimester pertama sebanyak 47 orang. 30 ibu hamil trimester pertama ini mengalami emesis gravidarum. Ibu hamil 5 orang mengalami mual muntah dengan frekuensi 8-11 kali/hari, dan 25 orang ibu hamil tersebut mengatakan 4-7kali/hari. Selain itu, ibu hamil mengalami emesis gravidarum mengatakan kesulitan dalam mengkonsumsi obat, bahkan ada ibu mengatakan tidak mau mengkonsumsi obat, dikarenakan setiap kali obat dimasukkan kedalam mulut langsung dimuntahkannya sehingga obat tersebut tidak jadi dikonsumsi. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian jahe hangat dalam mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Lilis Nurhasanah S.ST., Keb., Bd. SKM Serang Tahun 2024.

Bahan dan Metode

Waktu dan tempat penelitian

Penelitian bertempat di di PMB Lilis Nurhasanah S.ST.,SKM Kota Serang. Penelitian berlangsung selama bulan Maret - April tahun 2024.

Desain penelitian

Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan metode *Quasy Eksperimen* melalui desain *One Group Pretest Posttest*. Tujuannya untuk mengetahui pengaruh pemberian jahe hangat dalam mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

Tabel 1. Desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*

Pretest	Treatment	Posttest
O ₁	X	O ₂

Keterangan:

O₁ : Test awal (pretest) sebelum perlakuan diberikan

O₂ : Test akhir (posttest) sesudah perlakuan diberikan

X : Perlakuan eksperimen yaitu dengan memberikan jahe hangat

Populasi dan sampel penelitian

Populasi adalah semua ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* yang ada di PMB Lilis Nurhasanah S.ST.,SKM Tahun 2024 sebanyak 30 responden. Sampel penelitian ini adalah total populasi yakni ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* di PMB Lilis Nurhasanah, S.ST. Keb. Bd. SKM Tahun 2024 sebanyak 30 responden.

Etika penelitian

Etika yang diaplikasikan dalam penelitian ini mencakup atas lembar persetujuan responden (*informed consent*), *Anonymity* atau tanpa nama, dan *confidentiality* (kerahasiaan).

Teknik sampling

Sampel diambil menggunakan teknik Total Sampling dengan memperhatikan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi :

- Pasien bersedia menjadi responden tanpa ada unsur paksaan.
- Pasien yang ditunjuk sebagai responden telah mendapatkan izin dari suaminya.
- Pasien memiliki kriteria Wanita hamil trimester I yaitu 0 sampai dengan 12 minggu.
- Pasien yang dijadikan sebagai responden salah satunya adalah Wanita hamil yang tidak mengkonsumsi obat baik obat yang berasal dari bidan maupun dokter.

Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini meliputi :

- Ibu Ibu yang tidak suka mengkonsumsi jahe hangat.
- Ibu Ibu yang sedang mengkonsumsi obat antimual.
- Ibu Ibu yang sedang mengalami mual atau muntah sebanyak 13 kali/hari.

Pengumpulan data

Pengumpulan data berupa data primer yang secara langsung diperoleh Peneliti. Pengumpulan data yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, perhitungan frekuensi, pemberian jahe hangat, pemantauan responden, observasi, dan pencatatan data.

Analisis data

Analisis data meliputi unvariat dan bivariat. Analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti, yakni melihat frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan rebusan jahe hangat. Analisis bivariat untuk melihat pengaruh pemberian rebusan jahe hangat dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Hasil uji normalitas data penelitian diperoleh bahwa data berdistribusi tidak normal dengan nilai signifikan sebesar 0,000 baik untuk data pretest maupun untuk data posttest, maka untuk melihat perbedaan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I menggunakan uji statistic non parametrik data hal ini menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil dapat dianalisa sebagai berikut:

Bila *p-value* < 0,05 berarti rebusan jahe hangat efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I

Bila $p\text{-value} > 0,05$ berarti rebusan jahe tidak efektif mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis univariat

Karakteristik responden ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah berdasarkan pekerjaan

Data pada tabel 1 diketahui bahwa responden yang memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga 23 orang (83,3%), pekerjaan sebagai karyawan 3 orang (10,0%), dan bekerja sebagai pedagang memiliki 2 orang (6,7%).

Tabel 1. Distribusi Pekerjaan Responden

Pekerjaan	F	%
IRT	25	83,3
Karyawan	3	10,0
Pedagang	2	6,7
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer, 2024.

Karakteristik responden ibu hamil Trimester I yang mengalami mual muntah berdasarkan paritas

Data pada tabel 2 diketahui responden pada status gravida didapatkan primigravida 15 orang (50,0%) dan pada multigravida didapatkan 15 (50,0%).

Tabel 2. Distribusi Pataritas Responden

Paritas	F	%
Primigravida	15	50,0
Multigravida	15	50,0
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer, 2024.

Karakteristik Responden Ibu Hamil Trimester I Yang Mengalami Mual Muntah Berdasarkan Pendidikan

Data pada tabel 3 diketahui bahwa responden yang pendidikan SD didapatkan 9 orang (30,0%), responden yang pendidikan SMA didapatkan 18 orang (60,0%), dan responden yang pendidikan S1 memiliki 3 orang (10,0%).

Tabel 3. Distribusi Responden Pendidikan

Pendidikan	F	%
SD	9	30,0

SMA	18	60,0
S1	3	10,0
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer, 2024.

Karakteristik Responden Ibu Hamil Trimester I Yang Mengalami Mual Muntah Berdasarkan Usia Ibu

Data pada tabel 4 diketahui bahwa usia ibu 20-35 tahun didapatkan 30 responden (100,0%). Namun, tidak ditemukan usia ibu <20 tahun dan >35 tahun.

Tabel 4. Distribusi Usia Responden

Usia Ibu	F	%
<20	0	0
20-35	30	100,0
>35	0	0
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Distribusi frekuensi sebelum diberikan rebusan jahe hangat dalam mengurangi Emesis Gravidarum pada ibu hamil Trimester I

Data pada tabel 5 diketahui responden yang frekuensi mual muntah ringan 4-7 didapatkan 20 orang (66,7%), frekuensi mual muntah yang sedang 8-11 didapatkan 10 orang (33,3%), dan frekuensi mual muntah yang tidak muntah 3 didapatkan 0 (0,0%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Sebelum Intervensi.

Sebelum	F	%
Tidak Muntah : 3	0	0
Ringan : 4-7	20	66,7
Sedang : 8-11	10	33,3
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Distribusi Frekuensi Sesudah Diberikan Rebusan Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I

Data pada tabel 6 diketahui responden yang frekuensi yang tidak muntah 3 didapatkan 27 orang (90,0%), dan frekuensi mual muntah yang ringan 4-7 didapatkan 3 orang (10,0%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Sesudah Intervensi

Sesudah	F	%
Tidak Muntah : 3	27	90,0

Ringan : 4-7	3	10,0
Sedang : 8-11	0	0
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer, 2024.

Analisis bivariat Uji Normalitas Data

Hasil uji normalitas sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan rebusan jahe hangat menggunakan metode *Shapiro – Wilk*, diperoleh nilai signifikan sebesar $0,000 \leq 0,05$ maka data berdistribusi tidak normal, artinya analisa data menggunakan statistic non parametric. Pengujian nya menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks*.

Tabel 7. Uji Normalitas Data

Variabel	Statistic	Sig
Pretest	0,929	0,000
Posttest	0,347	0,000

Sumber : Data Primer, 2024.

Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di PMB Lilis Nurhasanah, S,ST., Keb. Bd., SKM Tahun 2024

Data pada tabel 4.8 pada uji *Wilcoxon* dapat dilihat bahwa tabel diatas didapatkan nilai $p=0,000$, maka dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Rebusan Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Yang Mengalami Mual Muntah di PMB Lilis Nurhasanah, S,ST., Keb. Bd., SKM Tahun 2024.

Tabel 8. Hasil Uji Wilcoxon

Variabel	N	Rank	Mean Rank	p-value
Pretest	30	Negatif Rank	15,50	0,000
Posttest	30			

Sumber : Data Primer, 2024

Pembahasan

Hubungan Antara Karakteristik Ibu Dengan Pengaruh pemberian jahe hangat dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu Trimester I

Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan ada 23 responden yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga (83,3%), 3 responden yang berperan

sebagai wakil (10,0%), dan 2 responden yang berperan sebagai pedagang (6,7%). Ibu hamil dapat menimbulkan kekhawatiran tambahan yang membuat ibu merasa tidak enak badan sehingga mengakibatkan mual dan muntah pada saat hamil. Ibu rumah tangga tidak meningkatkan keadaan ekonomi keluarga. Namun, bagi ibu bekerja, berangkat kerja terburu-buru di pagi hari tanpa cukup waktu untuk sarapan dapat menyebabkan mual dan kembung (Septi, 2022). Pekerjaan ibu, bau, atau lingkungan dapat menyebabkan mual dan muntah semakin parah. Sejalan dengan Ariska (2018) dimana Ibu yang tidak bekerja sebanyak 14 responden (58,3 persen), disusul ibu yang bekerja di swasta sebanyak 7 responden (29,2 persen), dan ibu yang bekerja sebagai petani dengan presentasi terkecil sebanyak 3 responden (12,5 persen).

Hasil penelitian Harahap *et al.*, (2020) menemukan pekerjaan tersebut menunjukkan hal yang normal bagi ibu rumah tangga. Kebiasaan makan, aktivitas, dan tingkat stres yang dialami ibu hamil juga dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi dan pekerjaan. Seorang ibu rumah tangga yang mendapatkan penghasilan selama hamil akan menginvestasikan investasi tambahan yang signifikan dengan menggunakan pikiran dan tenaganya berdampak pada kesehatan mental dan fisik ibu. Hal ini dapat merangsang fokus muntah di otak, suatu kondisi yang menyebabkan mual dan muntah. Sehingga sesuai dengan anggapan para ahli bahwa sebagian besar responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Hal ini berhubungan dengan prevalensi emesis gravidarum pada ibu bekerja. Jadi ibu-ibu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga mempunyai koneksi sosial yang lebih kecil, data yang didapat lebih sedikit, dan tidak mempunyai teman untuk diajak bersosialisasi, sehingga dengan asumsi ada masalah terkait kehamilan, mereka tidak bisa menghadapinya dan itu menyebabkan tekanan, yang akan memicu penyakit dan muntah.

Paritas

Hasil penelitian pada responden paritas didapatkan primigravida 15 orang (50,0%) dan multigravida didapatkan 15 (50,0%). *Emesis gravidarum* lebih sering terjadi karena sebagian besar primigravida belum mampu menyesuaikan diri dengan hormon estrogen dan choreonicgonadotropin (Septi, 2022). Sementara, multigravida dapat beradaptasi

dengan bahan kimia estrogen dan choreonicgoandotropin karena mereka sudah memahami kehamilan dan persalinan. Primigravida menunjukkan bahwa persepsi ibu terhadap mual dan muntah juga dipengaruhi kurangnya pengetahuan, informasi, dan komunikasi antara mereka dan pengasuhnya. Sedangkan multigravida sudah memiliki pengalaman, informasi, dan pengetahuan yang diperlukan untuk mengatasi gejala emesis gravidarum. Hasil penelitian ini sejalan Harahap (2020) dimana status gravida responden gravida kedua responden sebanyak 9 orang (50,0%), minoritas gravida ketiga dan keempat atau lebih masing-masing berjumlah 2 orang (11,1%).

Salah satu faktor yang menurut hipotesis peneliti dapat mempengaruhi terjadinya mual dan muntah adalah paritas. Biasanya, primigravida menunjukkan kurangnya informasi, data dan korespondensi yang tidak menguntungkan antara ibu hamil dan orang tua yang juga mempengaruhi persepsi perempuan terhadap efek samping sakit dan muntah. Hal ini berkaitan dengan kondisi mental ibu hamil, dimana ibu hamil yang sedang hamil akan mengalami tekanan yang lebih besar dibandingkan ibu yang sudah hamil secara proaktif dan dapat menyebabkan emesis gravidarum. Terlebih lagi, ibu multigravida sudah mempunyai pengalaman dalam menghadapi kehamilan dan persalinan sehingga mampu beradaptasi dengan hormon kehamilan tersebut.

Pendidikan

Hasil penelitian diketahui responden yang pendidikan SD didapatkan 9 orang (30,0%), SMA sebanyak 18 orang (60,0%), dan S1 sebanyak 3 orang (10,0%). Terjadinya emesis gravidarum pada ibu hamil lebih sering terjadi pada ibu hamil dengan aktivitas rendah (Bahrah, 2022). Secara hipotetis, ibu hamil dengan pendidikan tinggi umumnya akan lebih fokus pada kesehatan dirinya dan keluarganya. Hasil penelitian sejalan dengan Harahap (2020) bahwa pendidikan ibu terhadap 18 responden sebagian besar SMA sebanyak 11 responden (61,2%) dan minoritas pendidikan perguruan tinggi sebanyak 3 responden (16,7%).

Penelitian ini sejalan dengan Ningsih (2020) ditemukan 12 responden (54,5%) yang mengalami sakit dan muntah-muntah pernah

mengenyam pendidikan dasar. Ibu yang tingkat pendidikannya rendah seperti SD atau SMP kemungkinan besar tidak mendapat informasi yang baik. Selain itu, ibu yang kurang mempunyai keinginan belajar juga menurunkan tingkat pengetahuannya. Memiliki ijazah SMA ke atas tidak menutup kemungkinan para ibu dapat memperoleh informasi yang cukup; Komunikasi dan pertukaran informasi antar ibu mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap informasi yang diterima.

Sesuai dugaan ilmuwan, pendidikan seseorang akan memberikan informasi mengenai efek samping emesis gravidarum karena tidak adanya data mengenai kehamilan pada trimester pertama. Hal ini disebabkan ilmu pengetahuan akan selalu berkembang seiring dengan perkembangan zaman. Televisi, surat kabar, radio, dan internet semuanya menyediakan informasi. Dengan adanya informasi atau data yang dimiliki para ibu, jika ibu mengalami emesis gravidarum, ibu dapat segera menanganinya agar tidak terus menjadi hiperemesis gravidarum.

Usia ibu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia ibu 25-35 tahun didapatkan 30 responden (100,0%). Usia salah satu pemicu emesis gravidarum. Emesis gravidarum lebih sering terjadi pada orang yang berusia di bawah 20 tahun (Aida, 2022). Hal ini berkaitan dengan ketersediaan tubuh (baik fisik maupun fisiologis). Kesiapan psikologis untuk menerima kehamilan juga berkaitan dengan usia. Demikian pula, usia tua di atas 35 tahun sering dikaitkan dengan penurunan kapasitas tubuh dan stres. Wanita hamil lebih mungkin mengalami emesis gravidarum akibat hal ini. Hasil penelitian yang sejalan dengan Ariska (2018) menemukan usia responden 20-35 tahun memiliki presentasi besar sebanyak 22 responden (91,7%) sementara usia responden 18-19 tahun memiliki presentasi yang paling kecil yaitu 2 responden (8,3%).

Hasil penelitian sejalan dengan Pramesti (2020) bahwa Responden yang dijadikan sampel berjumlah 20 orang, namun hanya satu orang yang putus sekolah. Berdasarkan karakteristik responden, usia terbanyak adalah 21-35 tahun yaitu sebanyak 17 orang atau 89,48 persen. Hal ini menunjukkan usia yang aman untuk hamil adalah 21-35 tahun karena sistem reproduksinya

sudah tergolong matang. Berdasarkan dugaan para ilmuwan, sebagian besar responden berada pada usia yang berguna dan aman (tidak dalam bahaya) khususnya usia 20-35 tahun. Usia 20-35 tahun, organ-organ regeneratif telah terbentuk dan bekerja dengan baik sehingga menurunkan risiko kehamilan.

Distribusi frekuensi sebelum diberikan rebusan jahe hangat dalam mengurangi emesis gravidarum ibu hamil Trimester I

Hasil penelitian menunjukkan responden yang frekuensi mual muntah ringan 4-7 didapatkan 20 orang (66,7%), frekuensi mual muntah yang sedang 8-11 sebanyak 10 orang (33,3%), dan frekuensi mual muntah yang tidak muntah 3 didapatkan 0 (0,0%). Esmesis gravidarum adalah rasa mual dan naik-turun yang terjadi kurang dari 5 kali sehari, biasanya dialami oleh ibu hamil dan sering terjadi pada kehamilan muda atau pada trimester pertama (Wenny, 2023).

Mual, muntah-muntah disebut juga Morning Disorder karena umumnya terjadi menjelang pagi hari, namun tidak selalu pada dini hari, bisa juga terjadi kapan saja atau sepanjang hari. Jahe adalah produk perencanaan yang menggunakan jahe sebagai minuman. Jahe mempunyai salah satu kemampuan non farmakologi yaitu dapat mencegah kembung (antiemetik). Kelebihan jahe adalah mengandung minyak peremajaan yang memberikan perbedaan yang menyegarkan dan menghambat refleks muntah, sedangkan gingerol dapat bekerja pada darah dan sistem sensorik, meredakan ketegangan, membuat kepala segar, rasa mual dan naik-turun dapat dikurangi.

Hal ini sejalan dengan Ivdatus Muttahida (2022), dimana Lima responden (34%) pada kelompok intervensi pretest, sebagian besar ibu hamil trimester pertama, dan enam responden (40%) pada kelompok kontrol, keduanya mengalami mual dan muntah ringan. Hipotesis peneliti menyatakan bahwa sebagian besar ibu mengalami mual dan muntah sebelum menerima rebusan jahe hangat, dengan rata-rata 20 ibu mengalami mual dan muntah ringan dan sedikit mengalami mual sedang.

Distribusi frekuensi sesudah diberikan rebusan jahe hangat dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil Trimester

I

Hasil penelitian memperlihatkan responden yang frekuensi yang tidak muntah 3 didapatkan 27 orang (90,0%), dan frekuensi mual muntah yang ringan 4-7 didapatkan 3 orang (10,0%). Esmesis gravidarum adalah rasa mual dan naik-turun yang terjadi kurang dari 5 kali sehari, biasanya dialami oleh ibu hamil dan sering terjadi pada kehamilan muda atau pada trimester pertama (Wenny, 2023). Mual, muntah-muntah disebut juga Morning Disorder karena umumnya terjadi menjelang pagi hari, namun tidak selalu pada dini hari, bisa juga terjadi kapan saja atau sepanjang hari. Jahe adalah produk perencanaan yang menggunakan jahe sebagai minuman. Jahe mempunyai salah satu kemampuan non farmakologi yaitu dapat mencegah kembung (antiemetik). Kelebihan jahe adalah mengandung minyak peremajaan yang memberikan perbedaan yang menyegarkan dan menghambat refleks muntah, sedangkan gingerol dapat bekerja pada darah dan sistem sensorik, meredakan ketegangan, membuat kepala segar, rasa mual dan naik-turun dapat dikurangi.

Sejalan dengan peneliti Wardani (2020) kategori sesudah diberikan ekstrak jahe bahwa dari 30 responden mayoritas emesis gravidarum yang ringan sebanyak 22 responden (73,6%) dan minoritas yang sedang sebanyak 8 responden (26,7%). Sesuai dugaan para ilmuwan, terjadi penurunan angka kesakitan dan naik-turun pada ibu hamil trimester pertama setelah pemberian rebusan jahe hangat selama 7 hari berturut-turut dan mengonsumsinya dua kali sehari pada awal siang dan malam. . Jahe merupakan salah satu obat alami yang memiliki banyak manfaat, terutama dalam mengurangi penyakit pada ibu hamil di trimester utama. Minuman jahe hangat ini sangat mudah dikonsumsi dan rasanya juga enak. Sehingga ibu yang mengalami emesis gravidarum tidak merasa kesulitan saat meminum jahe hangat. Dengan rasanya yang gurih dan hangat, jahe mampu mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama.

Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di PMB Lilis Nurhasanah, S,ST., Keb. Bd., SKM Tahun 2024

Hasil penelitian yang dilakukan di PMB Lilis Nurhasanah diketahui rata-rata responden

yang mengalami emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan diperoleh nilai $p=5,069$ dan setelah diberikan diperoleh nilai $p=0,000$. Nilai tersebut memperlihatkan adanya pengaruh pemberian jahe hangat dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Sejalan dengan penelitian Rahmaini (2020) terdapat perbedaan yang sangat besar pada pemberian air jahe rebus dari hari utama ke hari ketiga yaitu pada pemberian jahe dengan $p\text{-worth } 0.000 < 0.05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan pemberian air rebusan jahe pada ibu hamil trimester pertama di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing pada tahun 2020 dapat menurunkan emesis gravidarum.

Sesuai dugaan para ilmuwan, manfaat meminum rebusan jahe hangat pada ibu hamil trimester pertama dapat mengurangi emesis gravidarum. Jahe salah satu metode untuk meredakan mual dan muntah selama kehamilan, yang pada dasarnya membatasi masalah ini. Setelah itu, ibu yang mengonsumsi sup jahe hangat tersebut merasakan perutnya terasa hangat dan rasa mual serta muntahnya pun hilang. Mengingat keterlibatan langsung analisis dalam siklus eksplorasi ini, terdapat keterbatasan yang dialami dan dipahami bahwa efek samping dari pemeriksaan ini sebenarnya memiliki kekurangan disebabkan beberapa variabel, yaitu: 1) peneliti hanya memberikan intervensi pada satu kelompok saja tidak terdapat kelompok kontrol. 2) Keterbatasan dalam penelitian ini populasi dan sampel yang kecil dan waktu penelitian yang terbatas sehingga penelitian kurang maksimal melakukan penelitian. 3) Peneliti mendapatkan kesulitan untuk melakukan pendekatan dengan ibu hamil yang tidak diizinkan menjadi responden oleh keluarga.

Kesimpulan

Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di PMB Lilis Nurhasanah, S.ST., Keb., Bd, SKM Tahun 2024, dapat disimpulkan bahwa kumulatif kejadian emesis gravidarum sebanyak 30 responden yang mengalami emesis gravidarum. Karakteristik responden seperti pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 23 orang (83,3%), paritas primigravida 15 orang (50,0%) dan pada multigravida 15 (50,0%), pendidikan SMA 18 orang (60,0%), dan

usia ibu 20-35 tahun sebanyak 30 responden (100,0%). Rata-rata skor emesis gravidarum sebelum pemberian jahe hangat pada ibu hamil trimester I sebanyak 7,03 dan rata-rata setelah pemberian jahe hangat sebesar 3,10. Adapun rata-rata skor penurunan emesis gravidarum adalah sebesar 3,93. Ada pengaruh antara sebelum dan sesudah pemberian jahe hangat dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dengan nilai sebesar 0,000 ($<0,05$).

Ucapan Terima Kasih

Peneliti ucapkan terima kasih pada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini, baik secara moral maupun materil.

Referensi

- Aida, f. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan*. Jakarta Selatan: PT Mahakarya Citra Utama Group. Ariska, C. A., Wiyadi, W., & Utami, K. D. (2018). Pengaruh Pemberian Minuman Sari Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I dan II di BPM Eni Marfuah Samarinda Tahun 2018.
- Bahrah. (2022). *Manfaat Ginger (Jahe) Sebagai Terapi Nonfarmakologis*. Jawa Tengah: NEM-Anggota IKAPI.
- Banten, D. K. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Banten*. Banten.
- Efrizal, W. (2021). Asuhan gizi pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 6(1), 15-27. <https://jgp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/article/view/243/145>
- Harahap, R. F., Alamanda, L. D. R., & Harefa, I. L. (2020). Pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 84-95. <https://jurnal.usk.ac.id/JIK/article/view/18089>
- Hasliana, H. (2020). *Asuhan Kebidanan Kehamilan Terintegrasi*. Sumatra Barat - Indonesia: Insan Cendika Mandiri.
- Kismiati. (2023). *Asuhan Kehamilan*. Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Group.

- Kholifa, R. D., Choirunissa, R., & Kundaryanti, R. (2023). Efektivitas Pemberian Minuman Jahe Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Menara Medika*, 5(2), 207-218. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i2.4176>
- Mardiyati, A., Palimbo, A., & Hestiyana, N. (2023). Pengaruh Pemberian Gula Semut dan Jahe terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(3), 64-74. <https://doi.org/10.55606/jrik.v3i3.2584>
- Nasution, S. A., & Kaban, F. (2016). Efektivitas Jahe Untuk Menurunkan Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di Kelurahan Suka Karya Kecamatan Kota Baru. *Scientia Journal*, 4(4).
- Ningsih, D. A., Fahriani, M., Azhari, M., & Oktarina, M. (2020). Efektivitas pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi emesis gravidarum trimester i. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 1-8. <https://stikesyahoedsmg.ac.id/ojs/index.php/sjkb/article/view/320/0>
- Septi, I. (2022). *Emesis Gravidarum Dengan Akupresur*. Pekanbaru: Taman Karya.
- Serang, B. P. (2020). *Kota Serang Dalam Angka*. Serang: BPS Kota Serang.
- Sarau, K. O. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Ny. N Dengan Gravida 25 Minggu Di Puskemas Tamalanrea Jaya Tanggal 30 Mei S/D 03 Juni 2022= Nursing Care In Ny. N With Gravida 25 Weeks At Puskemas Tamalanrea Jaya On May 30 To June 3, 2022* (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Pramessti, N. A., Surtikanti, S., & Puspita, D. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Muntah (Emesis) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Durian Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11(1), 21-32. <https://jurnal.itekesmukalbar.ac.id/index.php/JK2/article/view/115>
- Triatmini, A., & Kamidah, K. (2023). Pengaruh Akupresure Titik PC6 Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 160-182.
- Warni, S., & Manurung, B. (2023). Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PBM HJ Hotma Deli Siregar Tahun 2022. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(1), 138-144. <https://doi.org/10.55606/termometer.v1i1.1113>
- Wenny, I. (2023). *Penerapan Asuhan Kebidanan Tradisional Komplementer Untuk Mengurangi Keluhan Mual Muntah Pada Ibu Hamil*. Jawa Tengah: PT. Nasya Expanding Management.
- Yulizawati. (2017). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Padang: CV. Rumah Kayu Pustaka Utama
- Yuliana, A., Ruswanto, M. S., Apt, F. G., & Farm, M. (2021). *Cegah Covid-19 Dengan Meningkatkan Imunitas Tubuh Menggunakan Toga: Tanaman Obat Keluarga*. Jakad Media Publishing.