



**PENGARUH MINUMAN JAHE (*ZINGIBER OFFICINALE*) UNTUK
MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM TRIMESTER 1
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SEPUTIH BANYAK
KABUPATEN LAMPUNG TENGAH**

**THE EFFECT OF GINGER DRINK (*ZINGIBER OFFICINALE*)
TO REDUCE EMESIS GRAVIDARUM TRIMESTER 1 IN THE WORKING
AREA OF SEPUTIH BANYAK HEALTH CENTER,
CENTRAL LAMPUNG REGENCY 2022**

Wahyu Nur Indah Kustiani¹, Nur Alfi Fauziah², Wisnu Probo Wijayanto³, Inggit Primadevi⁴
Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Kesehatan Universitas Aisyah Pringsewu
Jl. A. Yani No. 1A Tambahrejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu
Lampung 35372
email: indah.wahyunur29@gmail.com

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan keluhan normal yang sering dialami ibu hamil trimester pertama, dan dapat menjadi hiperemesis gravidarum jika tidak ditangani secara tepat. Di tahun 2018 angka *emesis gravidarum* di Indonesia sekitar 50-90 % perempuan hamil mengalami *emesis gravidarum*. Tujuan penelitian diketahui mengetahui Pengaruh pemberian minuman jahe terhadap penurunan frekuensi mual muntah (*Emesis gravidarum*) pada ibu hamil *Trimester 1*. Desain dalam penelitian ini adalah Perbandingan Kelompok *statis (Static Group Comparison)* dengan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Cluster Random sampling* dengan sampel sebanyak 30 ibu hamil trimester pertama yang mengalami *emesis gravidarum*. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Seputih Banyak pada tanggal 6 Agustus 2022 sampai dengan 30 September 2022. Analisis perbedaan frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Uji *Wilcoxon*. Instrumen yang digunakan adalah SOP dan lembar observasi PUQE-24, Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata penurunan mual muntah ibu hamil trimester I pada kelompok intervensi sebesar 4,1 Sedangkan rata-rata penurunan mual muntah ibu hamil *trimester 1* pada kelompok kontrol sebesar 3,2. Hasil analisis *bivariat* menunjukkan adanya penurunan rata –rata kemudian diujikan dengan *uji wilcoxon* dengan hasil p-value sebesar 0,001 (<0,05) yang artinya ada pengaruh minuman Jahe terhadap penurunan *emesis gravidarum trimester 1* . Diharapkan bagi masyarakat dapat memanfaatkan minuman jahe sebagai pendamping alternatif obat *antiemetik*, dan dapat mengolah varian lain dari tanaman jahe yang dapat digunakan bersama untuk menurunkan frekuensi *emesis gravidarum*.

Kata Kunci : *Emesis Gravidarum, Trimester 1, Minuman Jahe*

ABSTRACT

Gravidarum is a normal complaint that is often experienced by pregnant women in the first trimester, and can become hyperemesis gravidarum if not handled properly. In 2018 the number of *emesis gravidarum* in Indonesia is around 50-90% of pregnant women experiencing *emesis gravidarum*. The aim of the study was to find out the effect of giving ginger drink on reducing the

frequency of nausea and vomiting (Emesis gravidarum) in Trimester I pregnant women. The design in this study was a static group comparison with the intervention group and the control group. The sampling technique used Cluster Random Sampling with a sample of 30 first trimester pregnant women who experienced emesis gravidarum. This research was conducted in the Working Area of Seputih Banyak Health Center from 6 August 2022 to 30 September 2022. Analysis of differences in the frequency of nausea and vomiting before and after the intervention used the Wilcoxon Test. The instruments used were the SOP and the PUQE-24 observation sheet. The results of this study showed an average decrease in nausea and vomiting in first trimester pregnant women in the intervention group of 4.1, while the average decrease in nausea and vomiting in first trimester pregnant women in the control group was 3. ,2. The results of the bivariate analysis showed that there was an average decrease then tested with the Wilcoxon test with a p-value of 0.001 (<0.05), which means that there is an effect of ginger drink on reducing first trimester emesis gravidarum. It is hoped that the community can utilize ginger drink as an alternative companion for antiemetic drugs, and can process other variants of the ginger plant which can be used together to reduce the frequency of emesis gravidarum

Keywords: Emesis Gravidarum, Trimester I, Ginger Drink

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses normal. Ibu hamil akan memasuki tahap 3 bulan yang lazim disebut trimester atau triwulan. Awal kehamilan yang disebut trimester 1 yaitu dimana ibu masuk pada 3 bulan pertama. Ibu hamil pada trimester I ini akan mengalami perubahan emesis gravidarum yang umum dialami oleh 50% wanita hamil. Kehamilan menyebabkan banyak perubahan fisik, Psikis dan hormonal pada tubuh ibu. Hal tersebut menimbulkan bermacam-macam keluhan, salah satunya adalah mual muntah yang biasa terjadi pada awal kehamilan (Putri, 2016).

Masalah kesehatan terbesar bagi negara berkembang adalah tingkat mortalitas dan morbidity pada ibu hamil dan bersalin. Mual muntah yang banyak dikeluhkan ibu hamil Trimester 1 juga termasuk keluhan yang sering terjadi yang mengakibatkan ketidaknyamanan ibu pada kehamilannya. Hal ini terjadi pada kehamilan Trimester 1 karena peningkatan kadar hormon selama masa kehamilan yaitu Human Chorionic Gonadotropin (hCG) yang pada dasarnya keluhan atau gejala yang timbul adalah fisiologis. Akan tetapi hal ini akan semakin menjadi parah jika tubuh tidak dapat beradaptasi. Oleh karena itu, agar keluhan tersebut tidak berlanjut, perlu diketahui gejala patologis yang timbul. Walaupun pada dasarnya emesis gravidarum terjadi tidak hanya pada trimester awal kehamilan.. Tanda bahaya yang perlu diwaspadai antara lain penurunan berat badan, kekurangan gizi atau perubahan status gizi, dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, dan ketosis. Selain itu mual muntah berlebihan dan terus menerus saat hamil hingga dapat mengganggu keseimbangan gizi, cairan dan elektrolit tubuh serta kehilangan lebih dari 5% berat badan sebelum hamil dapat didefinisikan sebagai hiperemesis gravidarum. Hal tersebut dapat berakibat buruk pada janin seperti abortus, Intra Uterine Fetal Death (IUFD), partus prematur, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), Intra Uterine Growth Restriction (IUGR). (Wulandari, 2020)

World Health Organization (WHO) menyatakan angka kejadian emesis gravidarum sedikitnya 15% dari semua wanita hamil. Emesis gravidarum terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,9% di Swedia, 0,5% di

California, 1,9% di Turki, dan di Amerika Serikat prevalensi emesis gravidarum sebanyak 0,5%-2%. (WHO, 2014). Angka kejadian emesis gravidarum di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang terkena emesis gravidarum. Di Indonesia sekitar 10% wanita hamil yang terkena emesis gravidarum (Kemenkes RI, 2015).

Angka kejadian hiperemesis gravidarum pada tahun 2016 sebanyak 385 orang dari 2093 pasien ibu hamil. Berdasarkan Profil Kesehatan Propinsi Lampung tahun 2018 tingginya angka kejadian emesis gravidarum pada wanita hamil yaitu 50-90%, sedangkan hiperemesis gravidarum mencapai 10-15% di Propinsi Lampung dari jumlah ibu hamil yang ada yaitu sebanyak 186.319 orang (Dinkes Provinsi Lampung, 2018).

Masalah kesehatan terbesar bagi negara berkembang adalah tingkat mortalitas dan morbidity pada ibu hamil dan bersalin. Mual muntah yang banyak dikeluhkan ibu hamil Trimester 1 juga termasuk keluhan yang sering terjadi yang mengakibatkan ketidaknyamanan ibu pada kehamilannya. Hal ini terjadi pada kehamilan Trimester 1 karena peningkatan kadar hormon selama masa kehamilan yaitu Human Chorionic Gonadotropin (hCG) yang pada dasarnya keluhan atau gejala yang timbul adalah fisiologis. Akan tetapi hal ini akan semakin menjadi parah jika tubuh tidak dapat beradaptasi. Oleh karena itu, agar keluhan tersebut tidak berlanjut, perlu diketahui gejala patologis yang timbul. Walaupun pada dasarnya emesis gravidarum terjadi tidak hanya pada trimester awal kehamilan. (Wulandari, 2012)

Tanda bahaya yang perlu diwaspadai antara lain penurunan berat badan, kekurangan gizi atau perubahan status gizi, dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, dan ketosis. Selain itu mual muntah berlebihan dan terus menerus saat hamil hingga dapat mengganggu keseimbangan gizi, cairan dan elektrolit tubuh serta kehilangan lebih dari 5% berat badan sebelum hamil dapat didefinisikan sebagai hiperemesis gravidarum. Hal tersebut dapat berakibat buruk pada janin seperti abortus, Intra Uterine Fetal Death (IUFD), partus prematur, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), Intra Uterine Growth Restriction (IUGR). (Wulandari, 2012)

World Health Organization (WHO) menyatakan angka kejadian emesis gravidarum sedikitnya 15% dari semua wanita hamil. Emesis gravidarum terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,9% di Swedia, 0,5% di California, 1,9% di Turki, dan di Amerika Serikat prevalensi emesis gravidarum sebanyak 0,5%-2%. (WHO, 2014). Angka kejadian emesis gravidarum di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang terkena emesis gravidarum. Di Indonesia sekitar 10% wanita hamil yang terkena emesis gravidarum (Kemenkes RI, 2015).

Angka kejadian hiperemesis gravidarum pada tahun 2016 sebanyak 385 orang dari 2093 pasien ibu hamil. Berdasarkan Profil Kesehatan Propinsi Lampung tahun 2018 tingginya angka kejadian emesis gravidarum pada wanita hamil yaitu 50-90%, sedangkan hiperemesis gravidarum mencapai 10-15% di Propinsi Lampung dari jumlah ibu hamil yang ada yaitu sebanyak 186.319 orang (Dinkes Propinsi Lampung, 2018).

Pada umumnya ibu-ibu yang mengalami mual muntah tidak merasa nyaman dan ingin segera melewati masa ini. Untuk mengatasi mual muntah ada 2 cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi, diberikan vitamin B6, tablet zat besi/Fe sebagai penambah darah, dan lain-lain. Secara non farmakologi bisa dengan melakukan tindakan pencegahan seperti terapi komplementer dan juga tradisional. Salah satu pengobatan tradisional adalah dengan meminum teh jahe, memakan permen jahe, ataupun minum air rebusan jahe. Disinilah makanya peran bidan dimulai dengan cara melakukan pendekatan pada ibu hamil tersebut kemudian memotivasi ibu dan menanyakan terkait hal yang masih kurang pada pasien karena masih mual muntah dan akhirnya bidan juga memberikan penyuluhan dari intervensi yang ada dan bisa dikombinasikan dengan non farmakologi seperti minuman jahe dan yang lainnya untuk mengatasi mual muntah tersebut. (Nurdiana, 2018)

Pengaruh minuman jahe dalam mengurangi mual muntah ada kaitannya dengan Ekstrak jahe pada Terapi komplementer yang digunakan untuk

mengurangi rasa mual dan muntah pada awal kehamilan. 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 menekan mual muntah dan diyakini dapat mengatasi mual dan muntah karena memberi rasa nyaman dalam perut (Ahmad et al., 2015). oleh karena itu, frekuensi mual muntah yang disebabkan oleh infeksi H.pylori dapat dikurangi. (Hartini, 2020)

Menurut hasil studi pendahuluan yang telah didapat di Puskesmas Seputih Banyak pada bulan Januari 2022- Juli 2022 terdapat 350 ibu hamil, dan yang mengalami kejadian emesis gravidarum 90% yang diperkirakan ada 315 ibu hamil. Dan untuk angka kejadian pada PMB dengan data paling tinggi ibu hamil terdapat pada PMB D yang menyatakan bahwa banyak terdapat pasien Ibu hamil yang dengan keluhan mual muntah dan sedikit mengganggu aktivitas mereka dengan adanya 102 kasus ibu hamil yang mengalami mual muntah (emesis gravidarum) dan diambil dari data bulan September 2021 – Maret 2022 dengan jumlah total 146 ibu hamil. Dan juga mereka mengeluh bahwa tindakan yang mereka lakukan jika membeli obat mandiri takut membahayakan janin apabila dikonsumsi dan tidak direkomendasikan juga oleh bidan, maka dengan adanya banyak kasus tersebut peneliti tertarik untuk dilakukannya sebuah penelitian yang mana memanfaatkan hasil dari tumbuh-tumbuhan yang telah banyak riset yang meneliti dengan mengkonsumsi jahe, dengan judul “Pengaruh Minuman Jahe (Zingiber Officinale) untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Seputih Banyak Kabupaten Lampung Tengah

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *kuantitatif* dengan desain Perbandingan Kelompok statis (*Static Group Comparison*). Dalam desain ini sebelum perlakuan diberikan, terlebih dahulu sampel diberi *pretest* (tes awal)

dan sesudah eksperimen sampel diberi *posttest* (tes akhir). Desain ini digunakan sesuai dengan tujuan yang akan dicapai seperti rancangan *ine group pretest dan posttest* dengan perbedaan menambahkan kelompok kontrol, kelompok eksperimen menerima perlakuan (X) yang diikuti dengan pengukuran kedua (observasi) hasil observasi ini yang kemudian dikontrol atau dibandingkan dengan hasil observasi pada kelompok kontrol yang tidak menerima program atau intervensi. (Notoatmojo, 2018).

Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu hamil yang mengalami mual muntah fisiologi (*Emesis Gravidarum*) pada TM 1 kehamilan yang berjumlah 30 orang di Wilayah Kerja Puskesmas Seputih Banyak..

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Diketahui dari 15 responden untuk kelompok intervensi dengan range umur 15-35 th sebanyak 10 orang (67 %), dan yang berumur kurang dari 35th sebanyak 5 responden (33%) dan untuk responden kelompok intervensi dengan paritas primigravida 3 orang (20%) sedangkan untuk paritas multigravida ada 12 orang (80%). Untuk responden kelompok intervensi dengan pendidikan dasar sebanyak 2 orang (13%), untuk tingkat menengah sebanyak 8 orang (54%) serta pendidikan tinggi sebanyak 5 orang (33%). Untuk kelompok intervensi dengan kategori Bekerja ada sebanyak 7 orang (46%), serta sebagai IRT sebanyak 8 orang (54%) dan responden kelompok kontrol dengan umur 19-35 tahun sebanyak 11 orang (73%) dan untuk yang berumur $35 <$ sebanyak 4 orang (27%), dan untuk responden kelompok kontrol dengan paritas primigravida sebanyak 5 orang (33%) sedangkan multigravida sebanyak 10 orang (67%), responden kelompok kontrol dengan pendidikan dasar sebanyak 0 (0,0%), sedangkan Menengah sebanyak 11 (73%) dan tinggi sebanyak 4 orang (27%), responden kelompok kontrol dengan Kategori bekerja sebanyak 8 orang (54%) sedangkan sebagai IRT sebanyak 7 orang (46%) .

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	N	%	N	%
Usia				

15-35 tahun	10	67%	11	73%
>35 tahun	5	33%	4	27%
Paritas				
Primigravida	3	20%	5	33%
Multigravida	12	80%	10	67%
Pendidikan				
Dasar	2	13%	0	0%
Menengah	8	54%	11	73%
Tinggi (S1-S2)	5	33%	4	27%
Pekerjaan				
Bekerja	7	46%	8	54%
IRT	8	54%	7	46%

b. Hasil Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

Variabel	Kategori	Shapiro-Wilk	Ket.
Intervensi	Sebelum	0,01	T.Normal
	Sesudah	0,00	T.Normal
Kontrol	Sebelum	0,08	Normal
	Sesudah	0,11	Normal

Persebaran data dikatakan normal apabila nilai $p > 0.05$. Dari tabel tersebut didapatkan nilai p -value Intervensi tidak normal dan p -value kelompok Kontrol normal atau > 0.05 . Hal ini berarti persebaran data tidak normal. Oleh karena persebaran data tidak normal, maka pada penelitian ini digunakan uji korelasi bivariat non parametrik yaitu uji *Wilcoxon*.

Analisis Bivariat

Pengaruh Minuman Jahe (*Zingiber Officinale*) terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Seputih Banyak Kabupaten Lampung Tengah

Kelompok	Kategori	Mean Rank	P value
Intervensi	Sebelum	8,1	0.001
	Sesudah	4,0	
Kontrol	Sebelum	8,2	0,001
	Sesudah	5,0	

Tabel diatas menunjukkan nilai p -value = $0.001 < 0.05$, hasil uji *wilcoxon* didapatkan nilai p -value = $0,001$ atau $p < 0,05$, pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Minuman Jahe (*Zingiber Officinale*) terhadap Pengurangan mual muntah (*Emesis Gravidarum*) Trimester 1 pada kelompok

intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Seputih Banyak Kabupaten Lampung Tengah.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol berusia 19-35 tahun sebanyak 21 orang (70,0%). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa semakin tua usia seseorang maka, semakin jarang dia akan mengalami mual muntah. Hal ini disebabkan karena yang berusia tua telah mempunyai pengalaman dalam mengatasi mual muntah, sedangkan pada usia muda belum mampu mengatasi karena sebagian besar merupakan kehamilan pertama (Putri, 2016).

Berdasarkan karakteristik pendidikan sebagian besar responden dari kelompok intervensi maupun kelompok kontrol adalah berpendidikan SMA dengan total sebanyak 19 orang (63%). Tingkat pendidikan berhubungan dengan kemampuan menerima informasi kesehatan dari media massa dan petugas kesehatan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori pekerjaan dari responden adalah seimbang dari 30 responden yang bekerja sebanyak 15 dan untuk sebagai IRT juga 15 dengan persentase 50% sama. Dengan ini setara dengan teori dari (Tiran 2013) sudah banyak kesadaran sebagai IRT bahwa dunia mengalami era globalisasi dengan taraf sebegini besar banyak sadar bahwa kebutuhan ekonomi semakin meningkat maka dengan itu saat ini juga ibu rumah tangga memiliki usaha sendiri dengan mengikuti perkembangan zaman ex: berjualan online. Dengan Pada wanita hamil yang berada diantara keluarga atau dalam rutinitas kerja (Chittuma, 2017).

Kecemasan terhadap situasi keuangan saat ini dan akan datang dapat menyebabkan para ibu juga turun tangan untuk dapat memenuhi kebutuhan keluarga, kekhawatiran tambahan yang membuat wanita merasa tidak sehat. Jadi dengan pekerjaan dapat membantu perekonomian keluarga dapat maka ibu hamil dapat menyebabkan kelelahan tambahan yang membuat wanita merasa tidak sehat sehingga menimbulkan mual muntah pada

kehamilannya seiring dengan adanya teori yang berbunyi faktor predisposisi mual muntah dalam kehamilan dapat dikaitkan dengan perilaku, dukungan keletihan, mual muntah dikehamilan sebelumnya, masalah sosial ekonomi, merokok, kesulitan dalam membina hubungan dan psikologis (Tiran, 2013).

Sebagian besar responden dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan kategori gravidarum adalah multigravidarum sudah memiliki anak dan merupakan kehamilan berulang yaitu sebanyak 22 orang (73%). *Gravida* juga dapat mempengaruhi kejadian mual muntah. Sesuai dengan teori (Tiran, 2013) Peningkatan kejadian mual muntah terjadi pada perempuan yang mual muntah dikehamilan sebelumnya

b. Kelompok Intervensi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata mual muntah sebelum diberikan intervensi yaitu 8,1 dan setelah diberikan intervensi pemberian minuman jahe untuk dikonsumsi selama 3 hari dan dilakukan pengukuran kembali didapatkan nilai rata-rata mual muntah yaitu menjadi 4,0 dengan rata rata penurunan sebesar 4,1. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe berpengaruh dalam pengurangan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Data yang diperoleh peneliti didapatkan pre intervensi dengan 2 kategori ringan sebanyak 8 orang (53%) dan sedang sebanyak 7 orang (47%). Sedangkan post intervensi didapatkan hasil dengan kategori tidak muntah sebanyak 9 orang (60%) dan ringan sebanyak 6 orang (40%). Dari data tersebut disimpulkan terdapat penurunan dari hasil yang diperoleh dari kategori mual muntah ringan ke tidak muntah dan kategori sedang ke kategori ringan.

Mual dan muntah selama kehamilan biasanya 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.

Jahe juga mempunyai kandungan minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti radang, sehingga jahe dapat menghambat proses peradangan yang disebabkan oleh infeksi

H.pylori. oleh karena itu, frekuensi mual muntah yang disebabkan oleh infeksi H.pylori dapat dikurangi. Maka dapat disimpulkan bahwa minuman jahe efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama, asumsi peneliti terbukti dalam penelitian ini dengan hasil penelitian menggunakan uji Wilcoxon dengan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$) yang berarti bahwa responden (ibu hamil) mengalami penurunan frekuensi mual muntah pada kelompok intervensi. Berdasarkan tabel uji Wilcoxon tersebut didapatkan 15 responden dengan negative ranks yang berarti bahwa 15 responden tersebut mengalami penurunan mual muntah dari pre intervensi ke post intervensi.

c. Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata mual muntah sebelum diberikan intervensi pada kelompok kontrol adalah yaitu 8,2 dan setelah dilakukan intervensi pemberian plasebo (obat *inaktif* seperti B6 (piridoksin) untuk dikonsumsi selama 3 hari dan dilakukan pengukuran kembali didapatkan nilai mual muntah yaitu 5,0 dengan rata rata penurunan sebesar 3,2. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian plasebo (obat inaktif seperti B6 (piridoksin) juga efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Data yang diperoleh peneliti didapatkan pre intervensi pada kelompok kontrol dengan 2 kategori ringan dan sedang. Ringan sebanyak 10 orang (67%) dan sedang sebanyak 5 orang (33%). Sedangkan post intervensi didapatkan hasil dengan kategori tidak muntah sebanyak 2 orang (13%) dan ringan sebanyak 13 orang (87%). Dari data tersebut disimpulkan terdapat penurunan dari hasil yang diperoleh dari kategori mual muntah ringan ke tidak muntah dan kategori sedang ke kategori ringan.

Sejalan dengan hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Sahakian et al., (2020), yang berjudul “*Vitamin B6 is effective therapy for nausea and vomiting of pregnancy: a randomized, double-blind placebo-controlled study*” dengan populasi dalam penelitian adalah wanita hamil dengan usia kehamilan <17 minggu dengan sampel penelitian sebanyak 59 wanita hamil yang mengalami mual dan muntah menunjukkan bahwa konsumsi B6 pada wanita hamil yang mengalami mual dan muntah dengan tingkat sedang akan menunjukkan efek minimal, akan

tetapi jika dikonsumsi oleh wanita dengan tingkat mual dan muntah hebat efeknya akan lebih bermakna. Menurut Vutyavanich et al., (2020) dalam penelitiannya yang berjudul “*Pyridoxine for nausea and vomiting of pregnancy: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial*”, menyatakan bahwa *pyridoxine* efektif dalam mengurangi keparahan mual pada awal kehamilan karena ada penurunan yang signifikan dalam rata-rata *posttherapy* dengan *piridoksin* dibandingkan pada kelompok *placebo*.

Menurut asumsi peneliti mengonsumsi B6 pada wanita hamil yang mengalami mual dan muntah akan menunjukkan efek berkurang, tapi jika dibandingkan dengan kelompok yang menggunakan alternatif lainnya maka penelitian alternatif tersebut lebih efektif dibandingkan dengan penggunaan farmakologi sendiri, karena didapatkan dari banyaknya penelitian menunjukkan bahwa data kontrol dan intervensi menggunakan alternatif lain jumlahnya akan lebih maksimal intervensi, dibandingkan dengan penggunaan farmakologi secara mandiri.

Kesimpulannya dari data yang menunjukkan adanya penurunan ini dari data pada kelompok intervensi (*eksperimen*) maka penurunannya efektif, dari B6 ini sendiri Obat-obatan antiemetik yang digunakan selama ini memiliki *potensi* teratogen yang bisa mengganggu proses pembentukan janin selama kehamilan (Borelli,2015). Oleh karena itu alangkah baiknya obat teratogen dikurangi dalam pengonsumsiannya untuk mengurangi dampak kedepannya untuk janin walau pun sedikit.

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai p-value = 0,001 atau $p < 0,05$, Dari data yang telah dianalisis didapatkan hasil p-value 0,001 dari data kelompok intervensi maupun kelompok kontrol dengan itu maka hasil uji non parametric dengan uji wilcoxon adalah terdapat pengaruh yang signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Minuman Jahe untuk mual muntah (emesis gravidarum) di wilayah kerja Puskesmas Seputih banyak..

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata mual muntah sebelum diberikan intervensi yaitu 8,1 dan setelah diberikan intervensi pemberian minuman jahe

untuk dikonsumsi selama 3 hari dan dilakukan pengukuran kembali didapatkan nilai mual muntah yaitu menjadi 4,0 dengan rata rata penurunan sebesar 4,1. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Sedangkan Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata mual muntah sebelum diberikan intervensi pada kelompok kontrol adalah yaitu 8,2 dan setelah dilakukan intervensi pemberian plasebo (obat *inaktif*) seperti B6 (piridoksin) untuk dikonsumsi selama 3 hari dan dilakukan pengukuran kembali didapatkan nilai mual muntah yaitu 5,0 dengan rata rata penurunan sebesar 3,2. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian plasebo obat *inaktif* seperti B6 (*piridoksin*) juga efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Dari data ini menunjukkan bahwa untuk kelompok intervensi (*eksperimen*) penurunannya lebih besar dari kelompok kontrol dengan nilai selisih rata-rata 0,9.

Dari penelitian yang telah dilakukan yang melibatkan 246 wanita, jahe selalu mengungguli plasebo dalam mengatasi mual muntah, bahkan termasuk wanita yang mengalami morning sickness berat, yang disebut *Hiperemesis Gravidarum*. Keuntungan dari penelitian ini adalah apabila efek jahe terbukti baik atau sama dengan vitamin B6 dalam mengurangi rasa mual muntah pada ibu hamil maka ada nilai-nilai positif yang dapat menguntungkan ibu hamil, masyarakat, dan tenaga kesehatan (Iluh,2017).

Melihat dari berbagai penelitian yang telah disebutkan maka dapat membuktikan bahwa jahe bisa menjadi alternatif untuk mengurangi rasa mual muntah pada ibu hamil, sedangkan penanggulangan rasa mual muntah secara *farmakologi* yang sering digunakan sekarang ini dengan menggunakan vitamin B6. Maka ada dua alternatif penanggulangan mual muntah pada ibu hamil, dan pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh minuman jahe untuk sebagai pendamping alternatif untuk mengatasi atau dalam menurunkan mual muntah (*emesis gravidarum*) ibu hamil trimester 1.

KESIMPULAN

1. Rata-rata mual muntah pada kelompok eksperimen sebelum diberikan intervensi yaitu 8,1 dan setelah diberikan intervensi

menjadi 3,5 dengan hasil rata rata penurunan sebesar 4,1.

2. Rata-rata mual muntah sebelum diberikan intervensi pada kelompok kontrol adalah yaitu 8,2 dan setelah dilakukan intervensi pemberian obat inaktif seperti B6 kembali didapatkan nilai mual muntah yaitu 5,0 dengan hasil rata rata penurunan sebesar 3,2.
3. Hasil didapatkan nilai p-value = 0,001 atau $p < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Minuman Jahe (*Zingiber Officinale*) terhadap Pengurangan mual muntah (Emesis Gravidarum) Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Seputih Banyak Kabupaten Lampung Tengah.

SARAN

1. Bagi Ibu Hamil
Ibu hamil diharapkan bisa mendapat ilmu lebih terutama ada kehamilannya selain mengurangi mual muntah maka ibu hamil juga dapat bertanya informasi lebih kebidan ataupun jika ada keluhan yang dirasakan. Dan juga bidan mendapatkan pengetahuan komplementer yang juga mulai berkembang dimasyarakat, dan bidan pun juga memberikan pengetahuan untuk pemberian minuman jahe yang pas takaran dan menginformasikan jika diminum berlebih dapat menimbulkan panas dan mengganggu aktifitas.
2. Bagi Wilayah Kerja Puskesmas Seputih Banyak
Bagi wilayah kerja puskesmas diharapkan kegiatan penyuluhan bisa lebih aktif dan juga dimodifikasi agar kegiatan lebih menarik dimasyarakat bisa melalui posyandu, kelas ibu, memperbanyak leaflet, dan diadakan juga poster ketika kegiatan dilakukan, dan juga ditingkatkan kembali ANC yang ada khususnya
3. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu
Melalui perpustakaan diharapkan agar dapat menambah referensi dari buku, jurnal, dan bahan skripsi selanjutnya serta melalui situs online perpustakaan UAP mengenai masalah khususnya mual muntah dan penanganannya dengan minuman jahe dan metode herbal dan juga komplementer yang saat ini juga dikombinasikan. Disarankan pada peneliti selanjutnya penelitian ini menjadi satu bahan acuan peneliti selanjutnya dapat

melanjutkan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh rebusan daun sirih merah (*piper crocatum*) dengan menghubungkan dengan karakteristik responden dan dengan variabel berbeda dalam bidang kebidanan dan menambah sampel dalam penelitian.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa dapat menambah pengalaman dan juga referensi yang juga ditambah dari referensi lainnya agar bisa membandingkan dan juga diperbarui apabila ada tambahan dari WHO tentang penanganan masalah mual muntah yang diterapi herbal dengan jahe ataupun lainnya sesuai kebutuhan peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardani, Ayu. 2014. Perbandingan Efektifitas Pemberian Terapi Minuman Jahe dengan Minuman Kapulaga Terhadap Morning Sickness pada Ibu Hamil Trimester I di Kelurahan Ngempong Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.
- Asrinah., dkk. 2015. Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Departemen Agama RI. (2015). Al- Qur'an Terjemahan (QS.Al-Mu'minun:12-14) . Bandung : CV Darus
- Halim, K. (2020). *Vitamin B6 untuk Ibu Hamil, Beserta Sumbernya*. Retrieved from <https://jovee.id/vitamin-b6-untuk-ibu-hamil-beserta-sumbernya>
- Harahap, RF,dkk (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1. JIK
- Hartini, S. (2020). *Efektivitas Minuman Jahe Pada Emesis Gravidarum Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Abung Kunang Lampung Utara*. Lampung Utara.
- . Halim, K. (2020). *Vitamin B6 untuk Ibu Hamil, Beserta Sumbernya*. Retrieved from <https://jovee.id/vitamin-b6-untuk-ibu-hamil-beserta-sumbernya>
- Harahap, RF,dkk (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1. JIK
- Hartini, S. (2020). *Efektivitas Minuman Jahe Pada Emesis Gravidarum Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Abung Kunang Lampung Utara*. Lampung Utara.
- Utara.
- Kemkes.2016. Folmarium Obat Herbal Asli Indonesia. Jakarta. Sekretariat Jendral Kementrian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI, (2016). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Latifah, L,dkk. 2017. Efektifitas *Self* Manajement Module Dalam Mengatasi Morning Sickness. .JKP
- Mandriwati, G.A., dkk. 2016. Asuhan Kebidanan Kehamilan Berbasis Kompetensi. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Marlina, Hastuti., dan Nurul. 2016. Manfaat Permen Jahe dan Permen Mint dalam Mengatasi Hiperemesis Gravidarum pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru.
- Nurdiana,A, (2018). Efektifitas Pemberian Permen Jahe Terhadap Mual Muntah Ibu Hamil di klinik Khairunida Sunggal.Skripsi
- Notoadmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Lahir. Yogyakarta : Deepublish Rineka Cipta
- Prawihardjo, Sarwono. (2012). Ilmu Kebidanan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono
- Profil Kesehatan Lampung 2017. http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2015/02_Sumut_2014.pdf.
- Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015.Jakarta : Sekretariat Jendral Kementrian Kesehatan RI. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia2015.pdf>.
- V, S. (2020). Bolehkah air jahe disimpan dan dipanaskan kembali. Retrieved from <https://www.sehatq.com/forum/bolehkah-air-jahe-disimpan-dan-dipanaskan-kembali-q16811>