

PENGARUH PEMBERIAN AIR SEDUHAN JAHE TERHADAP DERAJAT DAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI UPT PUKESMAS DASAN TAPEN TAHUN 2023

Rita Sopiatus¹, Nuraini.A², Baiq Iin Rumintang³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Mataram, NTB

Abstrak

Latar belakang: Menurut data WHO 2018 angka kejadian mual muntah mencapai 12,5% dari seluruh jumlah wanita hamil di dunia sedangkan untuk negara berkembang termasuk Indonesia mencapai 12,8% dari seluruh kehamilan berdasarkan data Dikes NTB, ibu hamil yang mengalami mual muntah pada trimester I sebanyak 261,772 ibu hamil. Sedangkan di UPT Pukesmas Dasan Tapen sebanyak 598 ibu hamil yang mengalami mual muntah. Mual muntah merupakan fenomena yang sering terjadi pada usia kehamilan 5-12 minggu. Mual ini disebabkan karena meningkatnya kadar hormon estrogen dan HCG. Jahe merupakan stimulan aromatik yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltik usus. Sekitar enam senyawa di dalam jahe telah terbukti memiliki antiemetik anti muntah.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen pengukuran mual dan muntah (*pre-test*) dan (*post-test*) menggunakan kusioner. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu total sampling. Analisis data menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Hasil penelitian: Hasil nilai penurunan derajat mual muntah pada ibu hamil trimester I setelah di berikan seduhan jahe dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai *p value* 0.00. ($\alpha=0.05$). dan pada penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I setelah di berikan seduhan jahe dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai *p value* 0.00. ($\alpha=0.05$).

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pemberian air seduhan jahe terhadap derajat dan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Kata Kunci: Ibu hamil, air seduhan jahe, mual muntah

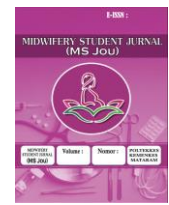
THE EFFECT OF GINGER STEEPING WATER ON THE DEGREE AND FREQUENCY OF NAUSEA AND VOMITING IN FIRST TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT UPT PUKESMAS DASAN TAPEN IN 2023

Abstrak

Background: According to WHO 2018 data, the incidence of nausea and vomiting reaches 12.5% of the total number of pregnant women in the world while for developing countries including Indonesia it reaches 12.8% of all pregnancies based on NTB Bikes data, pregnant women who experience nausea and vomiting in the first trimester are 261,772 pregnant women. While in UPT Pukesmas Dasan Tapen there were 598 pregnant women who experienced nausea and vomiting. Nausea and vomiting is a phenomenon that often occurs at 5-12 weeks of pregnancy. Ginger is a strong aromatic stimulant that can control vomiting by increasing intestinal peristalsis. About six compounds in ginger have been shown to have anti-emetic anti-vomiting properties.

Research Methods: The study used quasi-experimental measurements of nausea and vomiting (*pre-test*) and (*post-test*) using a questionnaire The sample in this study were 32 people The sampling technique used in this study was total sampling Data analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test.

Results of the study: The results of the decrease in the degree of nausea vomiting in first trimester pregnant women after being given ginger brew with the results of statistical tests showed *p value* 0.00 ($\alpha=0.05$) and on the decrease in the frequency / nausea vomiting in



first trimester pregnant women after being given ginger brew with the results of statistical tests showed *p value* 0.00. ($\alpha=0.05$).

Conclusion: There is an effect of ginger steeping water on the degree and frequency of nausea vomiting in first trimester pregnant women.

Keywords: Pregnant women, ginger steeping water, nausea vomiting

Copyright (c) 2023 Rita Sopiatus¹, Nuraini.A², Baiq Iin Rumintang³

✉ Corresponding author :

Email Address : nurainirani290@gmail.com

Received tanggal Agustus 2023, Accepted tanggal Agustus 2023, Published tanggal bulan tahun

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyatakan angka kejadian mual muntah mencapai 12,5% dari seluruh jumlah wanita hamil di dunia dengan angka kejadian yang beragam dari berbagai negara yaitu mulai dari 1-3 % dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,5% di California, 1,9% di Turki, 10,8% di China dan di Amerika Serikat sebanyak 0,5% -2% jumlah kehamilan di dunia (WHO, 2018).

Di Indonesia di peroleh data ibu hamil dengan mual muntah mencapai 12,8% dari seluruh kehamilan. Keluhan mual muntah terjadi pada 60-80% *primigravida* dan 40-60% *multigravida*. Satu diantara 1000 kehamilan gejala-gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatkan kadar hormon *estrogen* dan *hormon chorionic gonadotropine* (HCG) dalam serum perubahan fisiologis kenaikan hormon ini belum jelas, mungkin karena sistem saraf pusat atau pengosongan lambung yang berkurang. (Depkes RI, 2020).

Berdasarkan data Dinkes Provinsi NTB, cakupan ibu hamil yang mengalami mual muntah pada trimester I naik dari tahun ke tahun, pada tahun 2012 naik menjadi 53,24 % dari 142.240 ibu hamil, 2019 naik menjadi 62,99% dari 261,772 ibu hamil. (Dikes Provinsi NTB, 2020).

Di UPT Pukesmas Dasan Tapen adalah salah satu dari pukesmas yang ada di Lombok Barat yang terdapat kunjungan ibu hamil sebanyak 902 orang dengan jumlah kunjungan (K1) yaitu 830 ibu hamil dan sebanyak 598 ibu hamil yang mengalami mual muntah. (Pukesmas Dasan Tapen 2022).

Mual dan muntah pada kehamilan umumnya disebut *morning sickness*, yang dialami oleh sekitar 60- 80% ibu hamil pada *primigravida* dan 40- 60% ibu hamil pada *multigravida*. Mual muntah merupakan fenomena yang sering terjadi pada usia kehamilan 5-12 minggu. Perasaan mual ini disebabkan karena meningkatnya kadar hormon *estrogen* dan HCG. Meskipun kondisi ini biasanya akan berhenti pada akhir trimester pertama (Hidayati, 2011 dalam Fajrin, 2019).

Untuk terapi non farmakologi salah satu pengobatan alternatif untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan bisa dengan pemberian seduhan jahe sebanyak 2,5 gram jahe , 250 ml air dan 10 gram gula pasir yang diminum dalam kondisi hangat secara rutin setiap pagi dan sore. Dijelaskan dalam publikasi di

University of Mayland Medical Center, mengonsumsi 1 gram jahe setiap hari pada saat hamil akan mengurangi keluhan mual muntah secara efektif. (Putri et al, 2017).

Jahe merupakan stimulan aromatik yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltik usus. Sekitar enam senyawa di dalam jahe telah terbukti memiliki antiemetik (anti muntah) (Ira, 2012)

Metode Penelitian

Jenis penelitian menggunakan desain kuasi eksperimen dengan *pretest* dan *posttest* sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Dalam penelitian ini data yang digunakan merupakan data primer dan sekunder. Penelitian ini dilakukan di Upt Puskesmas Dasan Tapen dengan Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah pada saat penelitian, Sample dalam penelitian sebanyak 32 ibu hamil cara tehnik pengambilan sample dengan total sampling, Analisa data dilakukan dengan uji statistik non parametrik melalui uji wilcoxon.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Paritas.

Tabel 4.1: Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja UPT Pukesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

No	Karakteristik	n	%
1	Umur		
	< 20 tahun	3	9.4
	20-35 tahun	27	84.4
	>35 tahun	2	6.3
2	Pendidikan		
	Dasar dan SMP	15	46.9
	SMA	14	43.8
	Diploma dan Serjana Tinggi	3	9.4
3	Pekerjaan		
	Bekerja	10	31.3
	Tidak Bekerja	22	68.8
4	Paritas		
	Primigravida	16	50
	Multigravida	7	21.9
	Grandemultigravida	9	28.1
Jumlah		32	100

Sumber :Data Primer

Berdasarkan tabel 4.1 di atas diketahui ibu hamil trimester I sebagian besar berusia yaitu 20-35 tahun diperoleh sebanyak 27 orang (84.4%),

berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar yaitu Dasar dan SMP sebanyak 15 orang (46.9%), berdasarkan tingkat pekerjaan sebagian besar yaitu tidak bekerja sebanyak 22 orang (68.8%) dan berdasarkan paritas sebagian besar yaitu primigravida sebanyak 16 orang (50%).

2. Penurunan Derajat Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Setelah di Berikan Seduhan Jahe.

Tabel 4.2 : Distribusi Derajat Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja UPT Pukesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

No	Derajat Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I	Sebelum		Setelah	
		n	%	n	%
1	Tidak merasa mual	0	0	13	40.6
2	Merasa mual <30 menit	11	34.4	10	31.3
3	Muntah 2 kali	15	46.9	8	25.0
4	Mual >30 menit dan muntah > 2 kali	6	18.8	1	3.1
Jumlah		32	100	32	100

Sumber :Data Primer

Berdasarkan tabel 4.2 di atas diketahui ibu hamil trimester I sebelum di berikan seduhan jahe terbanyak pada derajat Muntah 2 kali sebanyak 15 orang (46.9 %). Kemudian setelah di berikan seduhan jahe paling banyak pada derajat Tidak merasa mual sebanyak 13 orang (40.6%).

3. Penurunan Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Setelah diberikan Seduhan Jahe.

Tabel 4.3 : Distribusi Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja UPT Pukesmas Dasan Tapen Tahun 2023

No	Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I	Sebelum		Setelah	
		n	%	n	%
1	Tidak muntah	0	0	16	50
2	Muntah 1-2 kali	21	65.6	13	40.6
3	Muntah 3-4 kali	9	28.1	3	9.4
4	Muntah > 5 kali	2	6.3	0	0
Jumlah		32	100	32	100

Sumber :Data Primer

Berdasarkan tabel 4.3 di atas diketahui ibu hamil trimester I sebelum di berikan seduhan jahe terbanyak pada frekuensi muntah 1-2 kali sebanyak 21 orang (65.6 %). Kemudian setelah di berikan seduhan jahe paling banyak pada frekuensi tidak muntah sebanyak 16 orang (50%).

4. Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Penurunan Derajat Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I.

Tabel 4.4 : Analisa Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hami Trimester 1 di Wilayah Kerja UPT Pukesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

No	Penurunan Derajat Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I	n	%	Nilai P
1	Tidak ada penurunan	4	12.5	0.00
2	Ada penurunan	28	87.5	
	Jumlah	32	100	

Sumber :Data Statistik

Berdasarkan tabel 4.4 di atas diketahui ibu hamil trimester I yang mengalami penurunan derajat mual muntah sebanyak 28 orang (87.5%) Setelah melalui uji statistik non parametrik Wilcoxon Test sebelum dan setelah pemberian air seduhan jahe maka di peroleh hasil p-value $0.00 < 0,05$. Disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian air seduhan jahe terhadap derajat mual muntah ibu hamil trimester I di UPT Pukesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

5. Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Penurunan frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I.

Tabel 4.5 :Analisa Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hami Trimester 1 di Wilayah Kerja UPT Pukesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

No	Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I	n	%	Nilai P
1	Tidak ada penurunan	9	28.1	0.00
2	Ada penurunan	23	71.8	
	Jumlah	32	100	

Sumber :Data Statistik

Berdasarkan tabel 4.5 di atas diketahui ibu hamil trimester I yang mengalami penurunan frekuensi mual muntah sebanyak 23 orang (71.8%). Setelah melalui uji statistik non parametrik Wilcoxon Test sebelum dan setelah pemberian air seduhan jahe maka di peroleh hasil p-value $0.00 < 0,05$. Disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian air seduhan jahe terhadap frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I di UPT Pukesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Mual muntah merupakan salah satu ketidaknyamanan yang dialami oleh ibu hamil pada trimester pertama yang terjadi hampir 50% ibu hamil. Biasanya ibu hamil akan mengalami mual muntah pada pagi hari. Itu dapat terjadi karena saat pagi hari lambung dalam keadaan kosong. Selain itu mual muntah terjadi karena

perubahan pada hormon, faktor emosional, adaptasi psikologis, kelebihan asam lambung, faktor neurologis dan faktor peristaltik melambat (Prawirohardjo, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan seduhan jahe semua responden mengalami mual muntah sebanyak 32 orang (100%). Mengonsumsi seduhan jahe sangat disarankan untuk ibu hamil karena dapat mengatasi mual muntah selama masa kehamilan

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Paritas.

Berdasarkan karakteristik tingkat umur ialah 20-35 tahun terbanyak 27 responden. Usia yang berkisar 20-35 tahun masih dalam masa produktif dimana daya tangkap seorang calon ibu terhadap segala bentuk informasi yang disampaikan akan mempengaruhi pengetahuan ibu, 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, Ayu 2016).

Berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan terbanyak ialah pendidikan dasar sebanyak 15 responden. Pendidikan merupakan faktor predisposisi pada individu seperti halnya pengetahuan dan sikap terhadap kesehatan misalnya pemeriksaan kesehatan bagi ibu hamil diperlukan pengetahuan tentang manfaat periksa hamil, baik bagi kesehatan ibu maupun bagi janinnya. Rendahnya pendidikan akan menyebabkan seseorang mengalami stres. Stres dan kecemasan yang terjadi disebabkan kurangnya informasi yang didapatkan. Stres dan kecemasan merupakan salah satu faktor psikologi yang dapat memicu terjadinya mual dan muntah berlebihan selama kehamilan dan bila terus berlangsung dapat menjadi hiperemesis gravidarum. (Prawirohardjo. 2014)

Berdasarkan karakteristik tingkat pekerjaan terbanyak ialah tidak bekerja sebanyak 22 responden. Dari segi pekerjaannya, orang bekerja akan mudah mencari informasi. Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik langsung maupun tidak langsung (Notoatmojo. 2021)

Berdasarkan karakteristik tingkat paritas terbanyak ialah primigravida sebanyak 16 responden. Gravida juga dapat mempengaruhi kejadian mual muntah. Sesuai dengan teori Tiran (2013) Peningkatan kejadian mual muntah terjadi pada perempuan yang baru pertama kali mengalami kehamilan (*Primigravida*) di banding perempuan yang telah mengalami beberapa kali kehamilan (*Multigravida*).

Penurunan Derajat Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Setelah di Berikan Seduhan Jahe di UPT Pukesmas Dasan Tapen 2023.

Hasil penelitian menunjukkan terjadi perubahan pada ibu hamil trimester I setelah pemberian air rebusan jahe, pada derajat mual muntah sebelum di berikan seduhan jahe terbanyak pada derajat Muntah 2 kali sebanyak 15 orang. Kemudian setelah di berikan seduhan jahe paling banyak pada derajat Tidak merasa mual sebanyak 13 orang.

Mual dan muntah jika tidak ditangani dengan baik akan berlanjut menjadi hyperemesis gravidarum atau mual dan muntah yang berlebihan sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan keadaan ibu hamil menjadi buruk seperti menurunnya cairan elektrolit didalam tubuh ibu, sehingga terjadi hemokonsentrasi yang dapat memperlambat peredaran darah, nafsu makan menurun yang mempengaruhi tumbuh kembang janin, gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, dan penurunan berat badan (Prawirohardjo. 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sulistyowati rini.,2021) dengan “Efektivitas pemberian rebusan jahe dan madu terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di puskesmas karangnyar II kabupaten demak” Pretest kelompok intervensi yang mengalami mual muntah sedang sebanyak 6 responden (40%), setelah di berikan seduhan jahe pada kelompok intervensi yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 8 responden (53%) dan pada kelompok kontrol yang mengalami mual muntah sedang sebanyak 5 responden (34%). Setelah di berikan seduhan jahe pada kelompok kontrol mengalami mual muntah ringan sebanyak 7 responden (46%). Berdasarkan hasil penelitian kelompok intervensi mengalami penurunan, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian mengalami penurunan karena dari kelompok kontrol sebagian ibu bekerja dan pendidikan yang tinggi dibanding kelompok intervensi.

Penurunan Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Setelah di Berikan Seduhan Jahe di UPT Pukesmas Dasan Tapen 2023.

Hasil penelitian menunjukkan terjadi perubahan pada ibu hamil trimester I setelah pemberian air rebusan jahe, pada frekuensi mual muntah sebelum di berikan seduhan jahe terbanyak pada frekuensi muntah 1-2 kali sebanyak 21 orang. Kemudian setelah di berikan seduhan jahe paling banyak pada frekuensi tidak muntah sebanyak 16 orang.

Penelitian oleh Ayu, et all pada tahun 2019 dengan judul "Efektifitas pemberian jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Mattirobulu Kabupaten Pinrang". Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi intervensi rata-rata responden mengalami frekuensi mual muntah sebanyak 13 kali dalam sehari, setelah diberi

intervensi minuman jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah menurun menjadi 3,18 kali dalam sehari dengan nilai p value-0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa baik secara klinis maupun statistik, minuman jahe hangat memberikan pengaruh terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmaini Fitri Harahap. "Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I" di dalam penelitian jumlah sample 30 responden yang mengalami mual muntah berat. Kemudian setelah pemberian air rebusan jahe di hari ke tiga terjadi penurunan *emesis gravidarum* sebanyak (80,0%) yaitu sebanyak 24 orang mengalami *emesis gravidarum* ringan. terdapat perbedaan bermakna pemberian air rebusan jahe dari hari pertama sampai hari ketiga, sebelum dan setelah pemberian air rebusan jahe, hasil p -value $0,000 < 0,05$. Dapat dirumuskan bahwa ada pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil muda di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi Tahun 2020. Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama mengalami penurunan mual muntah. Adapun perbedaan dalam penelitian ini yaitu diberikan rebusan jahe selama 3 hari serta dilakukan evaluasi setiap hari penurunan mual muntahnya.

Kandungan dalam jahe berperan untuk penyerapan sterol dalam darah dan hati, mengurangi inflamasi atau peradangan karena dapat menghambat aktivitas lipoksigenase dan siklo oksigenase sehingga menurunkan kadar prostaglandin dan leukotriena yang merupakan mediator inflamasi, dan sering digunakan untuk mengatasi mual dan muntah. (Lathifah, 2017)

Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Penurunan Derajat Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I Di UPT Puskesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa pemberian air seduhan jahe berpengaruh terhadap penurunan derajat mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum dan setelah pemberian air seduhan jahe adalah 5.135. Hasil uji statistik wilcoxon di dapatkan p value $0,000 < \alpha=0,05$ artinya terdapat pengaruh pemberian air seduhan jahe terhadap derajat mual muntah pada ibu hamil trimester I di UPT Puskesmas Dasan Tapen 2023. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sulistyowati rini.,2021) dengan "Efektivitas pemberian rebusan jahe dan madu terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di puskesmas Karangnyar II kabupaten demak" menunjukkan adanya perbedaan setelah mengkonsumsi jahe dan madu dengan nilai $p=(0,000) < 0,005$ Artinya H_1 diterima atau terdapat efektivitas pemberian rebusan jahe dan madu terhadap mual muntah.

Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Penurunan frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I Di UPT Puskesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa pemberian air seduhan jahe berpengaruh terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum dan setelah pemberian air seduhan jahe adalah



4.630. Hasil uji statistik wilcoxon di dapatkan p value $0,000 < \alpha = 0,05$ artinya terdapat pengaruh pemberian air seduhan jahe terhadap derajat mual muntah pada ibu hamil trimester I di UPT Pukesmas Dasan Tapen 2023. Hasil penelitian tersebut memiliki kesamaan oleh penelitian Oktaviani.P dkk (2021) dengan judul “Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe dan Daun Mint Terhadap Rasa Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Kabupaten Bogor” Menunjukkan hasil adanya penurunan mual muntah setelah di berikan rebusan jahe dengan nilai p volue= $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 di tolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapa pengaruh setelah pemberian seduhan jahe dan mint dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Mual dan muntah pada kehamilan umumnya disebut *morning sickness*, yang dialami oleh sekitar 60- 80% ibu hamil pada primigravida dan 40- 60% ibu hamil pada multigravida. Mual muntah merupakan fenomena yang sering terjadi pada usia kehamilan 5-12 minggu. Perasaan mual ini disebabkan karena meningkatnya kadar hormon esterogen dan HCG. Meskipun kondisi ini biasanya akan berhenti pada akhir trimester pertama (Hidayati, 2011 dalam Fajrin, 2019).

Jahe memiliki kandungan seperti minyak *Atsiri Zingiberena (Zingirona)*, *zingiberol*, *bisabilena*, *kurkumen*, *gingerol*, *flandrena*, vitamin A dan *resin* pahit yang dapat memblok *serotonin* yaitu suatu *neurotransmitter* yang di *sintesis* pada *neuron-neuron serotoninis* dalam sistem saraf pusat *sel-sel enterokromafin* dalam saluran pencernaan sehingga di percaya dapat sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah (Rahayu, *et all*, 2018)

Menurut Vutyavanich (2015) bahwa jahe merupakan pengobatan yang efektif untuk meredakan mual muntah dalam kehamilan. Jenis penyakit yang dapat diatasi dengan jahe antara lain: sakit kepala, pusing-pusing, penambah nafsu makan, dan sehingga mampu menurunkan muntah- muntah pada ibu hamil.

Menurut peneliti meminum seduhan jahe sebanyak 2,5 gram jahe, 250 ml air dan 10 gram gula pasir yang diminum selama 4 hari dalam kondisi hangat secara rutin setiap pagi dan sore, Jahe dapet mengurangi mual dan muntah pada *trimester* pertama, jahe berperan menstimulasi motilitas *traktusgastrointestinal* dan mendorong *sekresi saliva* dan jahe untuk melonggarkan dan melemahkan otot-otot saluran pencernaan, karena senyawa *gingerol* dalam jahe memblok *serotonin* peningkatan *progesteron*, sehingga tonus dan motilitas otot polos menurun dan terjadi *regurtitasi esofagus*. khususnya kehamilan serta pengetahuan akan khasiat air rebusan jahe merupakan sebagai obat tradisional dalam menurunkan mual dan

muntah pada ibu hamil muda yang secara Komunikasi, Informasi serta Edukasi (KIE) telah terbukti bermanfaat untuk mengurangi mual dan muntah.

Kesimpulan dan Saran

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebanyak 27 orang (84.4%), pendidikan dasar sebanyak 15 orang (46.9%), tidak bekerja sebanyak 22 orang (68.8%) dan paritas primigravida sebanyak 16 orang (50% .
2. Penurunan derajat mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum di berikan seduhan jahe terbanyak Muntah 2 kali sebanyak 15 orang (46.9 %). Kemudian setelah di berikan seduhan jahe paling banyak pada derajat Tidak merasa mual sebanyak 13 orang (40.6%).
3. Penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum di berikan seduhan jahe terbanyak pada frekuensi muntah 1-2 kali sebanyak 21 orang (65.6 %). Kemudian setelah di berikan seduhan jahe paling banyak pada frekuensi tidak muntah sebanyak 16 orang (50%).
4. Ada pengaruh pemberian air seduhan jahe terhadap derajat dan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Upt Pukesmas Dasan Tapen Tahun 2023.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam melakukan tinjauan kurikulum maupun pengembangan bahan ajar pada mata kuliah asuhan kebidanan. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam mengaplikasikan ilmu yang diperoleh di pendidikan yang dapat dilakukan secara nyata dalam bentuk penelitian.

2. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi, motivasi dan kepatuhan ibu hamil tentang seduhan jahe sehingga dapat menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I.



3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini bidan mampu memberikan pendidikan kesehatan tentang pemberian air seduhan pada ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah saat melakukan kunjungan ke fasilitas kesehatan di Upt Puskesmas Dasan Tapen, Sehingga dengan kandungan jahe mampu menurunkan mual muntah.

4. Bagi masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini tentang seduhan jahe ibu hamil yang pernah menjadi responden dapat memberikan informasi kepada ibu hamil yang lain, Yang sedang mengalami mual muntah pada trimester I bahwa seduhan jahe bisa menurunkan mual muntah.

Daftar Pustaka

Asrinah., dkk. 2015. Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Cindy, M.E. 2020. Pengaruh Pemberian Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuok. ISSN 2580-3123.vol 4 no 2.

Depkes. RI 2020. Hasil Penelitian Ibu Hamil Dengan *Hyperemesis Gravidarum*.

Dinas Kesehatan NTB. 2019. Laporan Angka Kejadian *Hiperimeses Gravidarum* Nusa Tenggara Barat.

FatemeH Sharif zاده, Maryam Kashanian, Jalil Koohpayehzاده, FatemeH Rezaian, Narges Sheikhansari & Nooshin Eshraghi. *A comparison between the effects of ginger, pyridoxine (vitamin B6) and placebo for the treatment of the first trimester nausea and vomiting of pregnancy (NVP). The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine Volume 31, 2018 – Issue 19.india.*

Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I^o. *Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA*. Universitas Muhammadiyah Parepare.

Hardiani. 2019. *Manfaat Permen Jahe dan Permen Mint dalam Mengatasi Hiperemesis Gravidarum pada ibu hamil di RSUD H. Abdul Manap Jambi.*

Ika Putri Ramadhani dan Fanny Ayudia. Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (*Zingiber Officinale Var. Rubrum*) Terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* Trimester Pertama.

Kemenkes.2016. *Folmarium Obat Herbal Asli Indonesia*. Jakarta. Sekretariat Jendral Kementrian Kesehatan RI.



- Machfoedz, Irham. 2010. Metodologi Kesehatan. Yogyakarta : Fitra Maya.
Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Mandriwati, G.A., dkk. 2016. *Asuhan Kebidanan Kehamilan Berbasis Kompetensi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Manuaba.(2010). *Ilmu kebidanan, penyakit kandungan dan kb* (2nd ed.). Jakarta: EGC.
- Oktaviani Putri, Triana Indrayani, S. (2021). Efektivitas Pemberian Sseduhan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Rasa Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di PMB Kapubupaten Bogor.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT Bina Pustaka.
- Putri, Ayu., D Andiani dan Haniarti. 2016. *Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I*. Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA “Peran Tenaga Kesehatan dalam Pelaksanaan SDGs”
- Rahmaini Fitri.H,Lazuar Dani Rose A. (2020). Pengaruh Pemberian jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1.
- Rufaridah, D. (2019). Pengaruh Seduhan *Zingiber Offcinale* (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan, 4(1)
- Rini Sulistyowati. 2021. Efektifitas Pemberian Rebusan Jahe dan Madu Terhadap Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Karang Anyar II Kabupaten Demak.
- Sulistyawati, Ari. 2015. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Jakarta :Salemba Medika.
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)* Bandung : Alfabeta
- Tiran, Denise. 2013. *Mual dan muntah Kehamilan*. Jakarta : EGC
- Umni Aiman (2019). Efek Seduhan Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester I.
- Puskesmas Dasan Tapen. (2022). “Data Ibu Hamil Puskesmas Dasan Tapen Tahun 2022”. Dasan Tapen
- 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. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v6i1.246>