

**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN JAHE TERHADAP IBU HAMIL
TRIMESTER PERTAMA DENGAN EMESIS GRAVIDARUM DI PUSKESMAS
TANAH PUTIH 1 KABUPATEN ROKAN HILIR**

**YANTI PRIHATIN SITORUS¹, ARY OKTORA SRI RAHAYU², KOMARIA
SUSANTI³, RIZKA MARDIYA⁴**

Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al
Insyirah^{1,2,3,4}

Email: yantiprihatin1990@gmail.com¹, ary.oktora@ac.id², komaria@ikta.ac.id³,
rizka.mardiya@ac.id⁴

Abstract: *Nausea and vomiting (emesis gravidarum) are common symptoms experienced by pregnant women in the first trimester. These symptoms require special attention because, if not properly managed, they may progress to hyperemesis gravidarum, which can affect maternal health and fetal development. This study aims to determine the effect of ginger drink consumption on first-trimester pregnant women with emesis gravidarum in the working area of Tanah Putih 1 Community Health Center. This research used a quantitative approach with a quasi-experimental design, applying a one-group pretest–posttest model. The population consisted of first-trimester pregnant women, with a sample of 15 respondents selected through purposive sampling. The research instrument was an observation sheet. The intervention was carried out over 5 days. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis with a paired sample t-test. The univariate analysis showed that before being given ginger drinks, most first-trimester pregnant women experienced nausea and vomiting at a moderate frequency. After the intervention, nausea and vomiting remained in the moderate category but showed improvement. The bivariate analysis obtained a p-value < 0.05, indicating that ginger drinks had a significant effect in reducing nausea and vomiting during the first trimester of pregnancy. It is expected that Tanah Putih 1 Community Health Center, Rokan Hilir Regency, will improve maternal care services by applying alternative treatments to help manage emesis gravidarum in pregnant women.*

Keywords: *Ginger drink, emesis gravidarum, first trimester pregnant women*

Abstrak : Mual dan muntah (emesis gravidarum) adalah gejala yang sering didapatkan pada ibu hamil trimester I. Hal ini perlu mendapatkan perhatian khusus karena jika tidak ditangani dengan tepat bisa berakibat menjadi hiperemesis gravidarum yang dapat berdampak pada kesehatan ibu dan tumbuh kembang janin. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian minuman jahe pada ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarium di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Putih 1. Jenis penelitian kuantitatif, dengan desain quasi experiment dengan rancangan one group with pretest-posttest. Populasi adalah ibu hamil trimester I, sampel sebanyak 15 orang, dengan teknik sampling purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan alat lembar observasi. Intervensi dilakukan selama 5 hari. Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji paired sampel t test. Hasil univariat didapat mayoritas ibu hamil trimester I sebelum diberikan minuman jahe mengalami frekuensi mual dalam kategori sedang, dan yang mengalami frekuensi muntah dalam kategori sedang, dan sesudah diberikan minuman jahe mengalami frekuensi mual dalam kategori sedang, dan yang mengalami frekuensi muntah dalam kategori sedang. Analisa bivariat diperoleh pvalue < 0,05, yang artinya bahwa minuman jahe berpengaruh dalam mengatasi mual muntah pada kehamilan trimester I. Diharapkan bagi Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir dapat meningkatkan pelayanan khususnya dibidang asuhan ibu hamil untuk menurunkan mual muntah ibu hamil dengan menerapkan pengobatan alternatif lain untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil.

Kata Kunci :Minuman Jahe, Emesis Gravidarum, Ibu Hamil Trimester I

A.Pendahuluan

Kehamilan adalah proses yang fisiologis dan alamiah. Kehamilan di hitung mulai dari hari pertama pada haid terakhir. Lama kehamilan dari awal konsepsi hingga bayi lahir adalah 40 minggu atau 280 hari. Terdapat tiga bagian dalam kehamilan, trimester I dari konsepsi sampai tiga bulan, trimester II dari empat bulan hingga enam bulan, dan trimester III dimulai dari 7 bulan sampai ke 9 bulan (Runjati & Umar, 2019).

Selama hamil ibu mengalami perubahan fisik, sosial dan emosional di lingkungan keluarga. Setiap kehamilan juga dapat berkembang menjadi masalah atau komplikasi setiap saat. Itu sebabnya mengapa ibu hamil memerlukan pemantauan selama kehamilannya. Perubahan hormonal wanita terjadi pada saat kehamilan yaitu terjadinya peningkatan hormon progesteron, dan estrogen, sehingga menghasilkan HCG plasenta atau (Human Chorionic Gonadotropine). Hal ini dapat menimbulkan keluhan yang akan dialami oleh ibu hamil, salah satunya adalah emesis gravidarum (Kasmiati, 2023).

Mual dan muntah atau dikenal dengan emesis gravidarum merupakan salah satu tanda awal kehamilan, bagi orang awam dikarenakan siklus menstruasi yang panjang sehingga. Sebagian ibu hamil baru menyadari bahwa dirinya hamil setelah mengalami mual dan muntah. Mual dan muntah adalah salah satu tanda gejala kehamilan yang umum terjadi pada ibu hamil pada awal kehamilan trimester I (Nurhidayanti, 2023).

Mual muntah yang terjadi pada kehamilan yang disebabkan karena terjadi peningkatan kadar hormon estrogen dan progesteron yang diproduksi oleh Human Chorionic Gonadotropine (HCG) dalam serum dalam dari plasenta. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% pada multigravida. Perubahan hormon pada setiap perempuan hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual muntah pada kehamilan (Putri, Ayu 2022).

Menurut World Health Organization (WHO, 2020) jumlah kejadian emesis gravidarum mencapai 12,5%, dari seluruh jumlah kehamilan di dunia, dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki (WHO, 2020).

Di Indonesia, jumlah ibu hamil trimester 1 data dari cakupan K1 dalam Profil Kesehatan Indonesia tahun 2022 sebanyak 4.873.441 ibu dengan kurang lebih 50% mengalami emesis gravidarum sebanyak 2.436.721 orang. Menurut data yang terdapat di Kemenkes RI kejadian mual muntah pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 50%-75% pada trimester pertama atau diawal kehamilan (Kemenkes, 2022).

Hal ini didasarkan pada bukti Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2018 ibu hamil sebesar 228/100.000 perempuan, yang mengalami emesis Gravidarum sebesar 26%. Sedangkan pada tahun 2019 jumlah ibu hamil sebesar 359/100.000 perempuan, dan yang mengalami emesis gravidarum dalam kehamilan diperkirakan sebesar 32% (SDKI, 2019). Data yang dilaporkan dalam Riskesdas Provinsi Riau pada tahun 2018 menunjukkan bahwa kejadian mual muntah pada ibu hamil berdasarkan usia 15-49 (WUS) berkisar antara 29,81% pada awal trimester I (Riskesdas, 2018).

Data dari Profil Kesehatan Kabupaten Rokan Hilir tahun 2023 tentang cakupan penanganan komplikasi kebidanan ditangani ada sebanyak 8.102 ibu hamil atau 99,94 % dari perkiraan sasaran ibu hamil dengan komplikasi 8.107 ibu. Persentase penanganannya meningkat jika dibandingkan dengan tahun 2019 sebesar 98,54 %. Berdasarkan laporan Pada tahun 2023, jumlah seluruh ibu di Kabupaten Rokan Hilir yang mengalami emesis gravidarum sebanyak 15,3% (Dinas Kabupaten Rokan Hilir, 2023).

Secara psikologis, mual dan muntah selama kehamilan mempengaruhi lebih dari 80% wanita hamil serta menimbulkan efek yang signifikan terhadap quality of life. Sebagian ibu

hamil merasakan mual dan muntah merupakan hal yang biasa terjadi selama kehamilan. Sebagian lagi merasakan sebagai sesuatu yang tidak nyaman dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Bahkan banyak wanita hamil yang harus mengkonsumsi obat-obatan atau tindakan alternatif lain untuk mengatasi mual dan muntah. Obat anti mual yang sering diberikan pada wanita hamil adalah vitamin B6. Namun obat ini dilaporkan memiliki efek samping seperti sakit kepala, diare, dan mengantuk (Rofi'ah, Handayani, Rahmawati 2019).

Teori Sherman dan Flaxman menyatakan bahwa rasa mual dimasa kehamilan mungkin merupakan cara alamiah untuk melindungi janin dengan mencegah ibu untuk tidak memakan makanan yang berbahaya sehingga wanita merasa mual saat melihat, mencium atau merasakan makanan yang mungkin berpotensi mempengaruhi janin yang menyebabkan menjadi muntah. Peningkatan hormon HCG akan menyebabkan perubahan tubuh ibu hamil yang memicu rasa mual muntah. Anggapan bahwa mual muntah merupakan pertanda janin kuat dan aktif tidak sepenuhnya benar. Sebab ibu hamil yang jarang merasakan mual, tidak berarti janin di dalam perutnya tidak aktif. Hal yang sama juga berlaku pada ibu yang mengalami mual muntah, tidak berarti janin di dalamnya kuat dan aktif. Dampak dari mual muntah itu sendiri jika berlebihan menurut Gross et al, menyatakan jika ibu mengalami penurunan berat badan lebih dari 5% dapat meningkatkan peluang retardasi pertumbuhan intrauterus, ibu dapat mengalami dehidrasi sehingga berlanjut dari emesis menjadi hiperemesis gravidarum (Tiran, 2019).

Penanganan emesis gravidarum dibagi menjadi farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi terdiri dari pemberian vitamin (vitamin B kompleks, mediamer B6 sebagai vitamin dan anti muntah) dan pengobatan sedatif ringan. Penanganan non farmakologi untuk mengatasi emesis gravidarum misalnya dengan cara memberikan teh panas dan memberikan jahe. Kandungan didalam jahe terdapat minyak atsiri zingiberena (zingirona), zingibe rol, bisabilena, kurkumen, gingerol, flandrena, vitamin A dan resin pahit yang dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter yang di sintesisikan pada neuron-neuron serotonergis dalam sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan sehingga dapat sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah (Setyawan, 2020).

Jahe merupakan tanaman herbal, berbatang semu dengan panjang 30-75cm. Jahe hampir tersebar diseluruh tropika basah, termasuk Indonesia. Kandungan di dalam jahe terdapat minyak atsiri Zingiberena (zingirona), zingiberol, bisabilena, kurkumen, gingerol, flandrena, vit A dan resin pahit yang dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter yang di sintesisikan pada neuronneuron serotonergis dalam sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan sehingga di percaya dapat sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga di percaya sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah (Atiqoh, 2020).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa jahe merupakan bahan terapi untuk meredakan dan mengurangi rasa mual dan muntah. Selain itu jahe juga efektif dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama kehamilan dan menurunkan mual muntah pada ibu (Afriyanti & Rahendza, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dewi, dkk (2020) hasil penelitian didapatkan rata-rata frekuensi morning sickness sebelum diberikan minuman jahe hangat yaitu 9,36kali/hari dan setelah diberikan menurun menjadi 4,86 kali/har. Minuman jahe hangat memberikan pengaruh terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama (Dewi, Metha dan Mikha, 2020).

Penelitian yang dilakukan Putri, dkk (2019) menunjukkan setelah diberi intervensi minuman jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah menurun menjadi 3,18 kali dalam sehari. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Wulandari, dkk. (2019) bahwa frekuensi mual muntah pada kelompok intervensi setelah tindakan mendapatkan rata-rata skor 7.56 yang menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe efektif terhadap frekuensi emesis gravidarum

pada ibu hamil trimester I. Selain itu berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Giti Ozgoli (2018) di Iran tentang Effects of Complementary Medicine on Nausea and Vomiting in Pregnancy menunjukkan hasil tinjauan. Sebagian besar metode yang digunakan efektif mengurangi mual muntah tetapi jahe lebih direkomendasikan untuk mengurangi mual muntah dan tidak memberikan efek negatif.

Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 13 Oktober 2024 di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir didapatkan jumlah ibu hamil yang memeriksakan kehamilan dari September sampai Oktober 2024 didapatkan sebanyak 37 orang ibu hamil dengan usia kehamilan trimester I. Dengan keluhan mengalami mual dan muntah sebanyak 30 orang.

Berdasarkan latar belakang, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Terhadap Ibu Hamil Trimester Pertama Dengan Emesis Gravidarum di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir”.

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan rancangan quasi eksperimen dengan metode one group pretestpostest yaitu penelitian yang dimana observasi dilakukan sebanyak 2 kali dengan kelompok yang sama sebelum dan sesudah experiment. Observasi yang dilakukan sebelum experiment (T1) disebut pretest dan observasi sesudah experiment (T2) disebut posttest. Perbedaan T1 dan T2 atau sebelum dan sesudah dilakukan pemberian minuman jahe diasumsikan sebagai efek dari proses experiment. Lokasi penelitian telah dilakukan di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau, pada bulan Juli - Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini merupakan seluruh ibu hamil trimester 1 yang melakukan kunjungan K1 pada bulan Juli 2025 yang mengalami mual dan muntah (*emesis gravidarum*). Sampel penelitian adalah subjek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Cara pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Peneliti menggunakan sampel sebanyak 15 orang ibu hamil Trimester I. Untuk menentukan besar sampel dalam penelitian ini peneliti menggunakan rumus *Lemeshow*.

C. Pembahasan dan Analisa

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur, Pekerjaan, Pendidikan dan Status Gravida

Variabel	F	Persentase (%)
Umur		
<20 tahun	0	0.0
21-35 tahun	14	93.3
> 35 tahun	1	6.7
Pendidikan		
Rendah (SD-SMP)	2	13.3
Menengah (SMA)	11	73.4
Tinggi (Perguruan Tinggi)	2	13.3
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	13	86.7
Bekerja	2	13.3
Status Gravida		
Gravida Pertama	3	20.0

Gravida Kedua	9	60.0
Gravida Ketiga	2	13.3
Gravida Keempat Atau Lebih	1	6.7
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 1. diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden berdasarkan umur, mayoritas usia antara 21-35 sebanyak 14 orang (93,3%). Berdasarkan pendidikan mayoritas responden tamat SMA sebanyak 11 responden (73,4%). Berdasarkan pekerjaan mayoritas responden tidak bekerja (Ibu Rumah Tangga) sebanyak 13 responden (86,7%). Berdasarkan status gravida mayoritas responden adalah gravida kedua sebanyak 9 responden (60,0%).

Tabel 2. Distribusi Rata-Rata Mual Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum dan Sesudah Diberikan Minuman Jahe di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir

No	Mual	Frekuensi		Persentase (%)	
		sebelum	sesudah	sebelum	sesudah
1	Ringan	0	4	0	26,7
2	Sedang	13	11	86,7	73,3
3	Berat	2	0	13,3	0
	Total	15	15	100	100

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa mayoritas ibu hamil trimester I sebelum diberikan minuman jahe mengalami mual dalam kategori sedang sebanyak 86,7% dan berat sebanyak 13,3%, sedangkan sesudah diberikan intervensi minuman jahe mengalami mual dalam kategori sedang yaitu 73,3% dan ringan sebanyak 26,7%.

Tabel 3. Distribusi Rata-Rata Muntah Ibu Hamil Trimester Pertama Sebelum dan Sesudah Diberikan Minuman Jahe di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir

No	Muntah	Frekuensi		Persentase (%)	
		sebelum	sesudah	sebelum	sesudah
1	Ringan	0	4	0	26,7
2	Sedang	13	11	86,7	73,3
3	Berat	2	0	13,3	0
	Total	15	15	100	100

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa mayoritas ibu hamil trimester I sebelum diberikan minuman jahe mengalami muntah dalam kategori sedang sebanyak 86,7% dan berat sebanyak 13,3%, sedangkan sesudah diberikan intervensi minuman jahe mengalami muntah dalam kategori sedang yaitu 73,3% dan ringan sebanyak 26,7%.

Tabel 4. Selisih Rata-Rata *Emesis Gravidarum* Sebelum Dan Sesudah Intervensi Pada Ibu Hamil Trimester Pertama di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir

Mual muntah	Perlakuan	Rata-rata	Standar Deviasi (Min-Max)	P value
Mual	Sebelum	9,00	1.363 (7-11)	0,000
	Sesudah	6,53	1.356 (5-9)	
	Selisih	2,74		
Muntah	Sebelum	6,13	1.302 (5-10)	0,000
	Sesudah	4,94	1.223 (2-6)	
	Selisih	1,96		

Berdasarkan tabel 4, diatas, didapatkan hasil uji *paired sample test* menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe berpengaruh signifikan dalam mengatasi mual muntah pada ibu

hamil trimester I di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir. Hal ini didukung dari hasil indikator mual dan muntah ibu hamil didapatkan masing-masing $p.value < 0,05$ yaitu sebesar 0,000. Berdasarkan tabel 4.5 rata-rata frekuensi mual yang dialami ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe nilai rata-rata sebesar 9 kali sehari dan setelah diberikan minuman jahe nilai rata-rata frekuensi mual menurun menjadi menjadi 6 kali sehari. Sedangkan frekuensi muntah ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe rata-rata 6 kali sehari dan setelah diberikan minuman jahe nilai rata-rata frekuensi muntah ibu menurun menjadi 5 kali sehari. Berdasarkan tabel 4.5 diketahui minuman jahe memiliki pengaruh sebesar 6 kali lipat untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan *emesis gravidarum*, dibuktikan dengan nilai t pada uji statistik *Paired t-test* untuk mual sebesar 6.154 dan muntah sebesar

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe (*zingiber officinale*) memiliki pengaruh signifikan dalam mengatasi mual muntah pada kehamilan trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir. Hal ini didukung dari hasil indikator mual dan muntah ibu didapatkan masing-masing nilai p value $< 0,05$ yaitu sebesar 0,000. Adapun nilai rata-rata frekuensi mual yang di alami ibu sebelum diberikan minuman jahe nilai rata-rata sebesar 9 kali sehari dan setelah diberikan minuman jahe nilai rata-rata frekuensi mual menurun menjadi menjadi 6 kali sehari. Sedangkan frekuensi muntah ibu sebelum diberikan minuman jahe rata-rata 6 kali sehari dan setelah diberikan minuman jahe nilai rata-rata frekuensi muntah ibu menurun menjadi 5 kali sehari. Minuman jahe memiliki pengaruh sebesar 6 kali lipat untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan *emesis gravidarum*, dibuktikan dengan nilai t pada uji statistik *Paired t-test* untuk mual sebesar 6.154 dan muntah sebesar 6.089.

Mual (*nausea*) dan muntah (*morning sickness*) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada trimester I kehamilan, mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul pada malam hari dan setiap saat. Gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (Tiran, 2019). Mual dan muntah pada kehamilan bersifat ringan dan merupakan kondisi yang dapat dikontrol sesuai dengan kondisi ibu hamil. Kondisi tersebut kadang berhenti pada trimester pertama, namun pengaruhnya dapat menimbulkan gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, penurunan berat badan serta ketidak seimbangan elektrolit. Mual dan muntah tidak hanya mengancam ibu hamil namun juga dapat menyebabkan efek samping pada janin serta abortus, bayi lahir rendah, prematur, serta malformasi pada bayi baru lahir (Febriyanti, H, 2021).

Emesis gravidarum dapat berubah menjadi *hiperemesis gravidarum* jika tidak segera mendapatkan penanganan. Keluhan gejala dan perubahan fisiologis menentukan berat ringannya penyakit. *Emesis gravidarum* yang tidak mendapatkan penanganan yang baik dapat menyebabkan *hiperemesis gravidarum* dan berakibat kematian pada ibu hamil (Prawihardjo, 2018). Salah satu alternatif untuk mengatasi mual muntah dalam kehamilan menurut Alina (2020) dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan non farmakologi yang biasa disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk minum minuman herbal, teknik relaksasi, dan aromaterapi. Terapi awal pada *emesis* sebaiknya konservatif disertai dengan perubahan diet, dukungan emosional, dan terapi alternatif seperti herbal. Ramuan tradisional bisa digunakan dengan meminum secangkir minuman jahe.

Jahe diketahui bisa menjadi obat yang aman dan efektif digunakan untuk mengobati *emesis gravidarum* pada ibu hamil. Jahe mengandung minyak atsiri, zingiberena, zingiberol, bisabelina, kurkuman, gingerol landrena, vitamin A dan resin pahit. Jahe dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di dalam perut untuk mengatasi mual muntah. Jahe juga memiliki efek langsung dalam saluran pencernaan serta absorsi racun dan asam, karena kandungan zat-

zat pada jahe tersebut dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter sistem saraf pusat dan sel enterokromafin. sehingga menghalangi induksi HCG ke lambung (Astriana, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian Dyah Ayu Wulandari (2019) dimana pemberian minuman jahe efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I. Keunggulan jahe adalah kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir relik muntah, sedangkan gingerol dapat melancarkan darah dan saraf bekerja dengan baik. Penelitian ini dilakukan pada 50 responden dengan metode quasi eksperiment dengan pendekatan control group pre-posttest design dan uji analisis menggunakan uji wilcoxon dan Mann Whitney dimana hasilnya adalah nilai p 0,000 yang disimpulkan ada pengaruh pemberian minuman jahe hangat terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Nalumsari Jepara.

Menurut penelitian Marisa Marcelina Limbong, et al (2024) tentang Efektivitas Air Rebusan Jahe Terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Trimester I di Praktik Mandiri Bidan Jendalit Ginting di Lenteng Agung Tahun 2023, menunjukkan bahwa kejadian Emesis Gravidarum di PMB Ginting Jendalit yaitu sebanyak 50 responden yang mengalami Emesis Gravidarum Karakteristik responden seperti usia di dapatakan usia responden 20-35 tahun memiliki presentase paling besar yaitu sebanyak 46 responden (91,7%), responden dengan Pendidikan tidak sekolah-SMP memiliki presentase paling besar yaitu sebanyak 28 responden (56,2%). Terdapat pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap Emesis Gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah perlakuan dengan nilai p-value = 0,01 atau lebih kecil dari α (0,05).

Menurut penelitian Zuanita Oktaviani Putri (2023) tentang Pengaruh Pemberian Jahe Terhadap Penurunan Morning Sickness Pada Ibu Hamil TM 1, menunjukkan bahwa hasil penelitian dengan menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai $P=0,000$ ($P<0,05$). Yang berarti ada pengaruh dari pemberian jahe terhadap penurunan morning sickness pada ibu hamil trimester I.

Menurut penelitian Wahyunti Krisningtyas, et al (2023) tentang Efektivitas Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum, hasil penelitian menunjukkan frekuensi mual dan muntah sebelum diberikan minuman rebusan jahe rata-rata 5-7 kali per hari. Frekuensi mual dan muntah setelah diberikan minuman rebusan jahe mengalami penurunan menjadi 2-3 kali per hari. Sehingga dapat disimpulkan pemberian minuman rebusan jahe pada ibu hamil efektif untuk menurunkan/mengurangi emesis gravidarum.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Auliana et al. 2022) dengan penelitian yang berjudul "Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I". Penelitian menggunakan lembar observasi dan di analisa menggunakan independent T-test. Hasil penelitian menunjukkan rerata emesis gravidarum sebelum diberikan intervensi adalah 11,71 dan rerata emesis gravidarum setelah diberikan intervensi adalah 5,12. Hasil analisa paired sample t-test didapat p-value 0.000 ($p < 0.05$), sehingga H_0 diterima dan bisa disimpulkan pemberian air rebusan jahe efektif menurunkan emesis gravidarum.

Menurut asumsi peneliti adanya pengaruh pemberian minuman jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama yang diberikan selama lima hari. Hal ini dikarenakan minuman jahe berperan menstimulasi motilitas traktus gastrointestinal 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 regurgitasi esofagus. Rasa pedas yang terkandung pada jahe disebabkan oleh zat zingerone, sedangkan aroma khas yang ada pada jahe disebabkan oleh zat zingiberol. Jahe merupakan tanaman yang digunakan sebagai bumbu masak, pemberi aroma berbagai makanan dan minuman serta dapat digunakan sebagai obat tradisional, sehingga tidak sulit menemukan tanaman jahe. Selain itu tanaman

jahe terjangkau oleh kalangan masyarakat karena harganya murah dan mudah didapatkan dipasaran.

D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 15 responden dengan judul Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Terhadap Ibu Hamil Trimester Pertama Dengan Emesis Gravidarum di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir, dapat disimpulkan bahwa : Ibu hamil trimester I sebelum diberikan minuman jahe rata-rata responden sebelum intervensi (*pretest*) mengalami mual dan muntah kategori sedang sebanyak 13 orang (86,7%) dan 2 (13,3%) orang mengalami mual kategori berat. Ibu hamil trimester I setelah diberikan minuman jahe rata-rata setelah intervensi (*posttest*) derajat mual dan muntah responden mengalami penurunan, yaitu responden yang mual dan muntah kategori sedang sebanyak 11 orang (73,3%) dan mual kategori ringan sebanyak 4 orang (26,7%). Setelah intervensi diberikan minuman jahe tidak ada lagi responden yang mengalami mual dengan derajat berat. Ada pengaruh pemberian minuman jahe dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil trimester dengan emesis gravidarum di Puskesmas Tanah Putih 1 Kabupaten Rokan Hilir, dengan $p.value = 0,000 < 0,05$. Rata-rata frekuensi mual yang dialami ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe nilai rata-rata sebesar 9 kali sehari dan setelah diberikan minuman jahe nilai rata-rata frekuensi mual menurun menjadi menjadi 6 kali sehari. Sedangkan frekuensi muntah ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe rata-rata 6 kali sehari dan setelah diberikan minuman jahe nilai rata-rata frekuensi muntah ibu menurun menjadi 5 kali sehari. Minuman jahe memiliki pengaruh sebesar 6 kali lipat untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan *emesis gravidarum*, dibuktikan dengan nilai t pada uji statistik *Paired t-test* untuk mual sebesar 6.154 dan muntah sebesar 6.089.

Daftar Pustaka

- Afriyanti, D., & Rahendza, N. H. (2020). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon Elektrik Terhadap Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Maternal Child Health Care*, 2(1), 192. <https://doi.org/10.32883/Mchc.V2i1.1033>.
- Alina, M. (2020). Kesehatan Reproduksi Wanita. Jogyakarta: Nusadua
- Astriaana. (2018). Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 4(2), 43-48.
- Atiqoh, R. N., & Keb, S. T. (2020). Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebih Dalam Kehamilan). *One Peach Media*.
- Auliana, R. (2022). Ibu Hamil Trimester 1 Dengan Mual. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Dewi, W. S., & Safitri, E. Y. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Di Praktik Mandiri Bidan Wanti Mardiwati. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(3), 4–8. <https://doi.org/10.33221/Jikes.V17i3.173>.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Rokan Hilir ; Laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Rokan Hilir 2023.
- Dyah Ayu Wulandari. 2019. Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. Semarang : *Jurnal SMART Kebidanan*, 2019,6 (1), 42-47, 2019.<http://stikesyahoedsmg.ac.id/ojs/index.php/sjkb/article/view/246/pdf>
- Febriyanti H., Primadevi I., Fauziah N, Dwi Fara Y, Mayasari A (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Air Seduhan Jahe Dengan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu*.

- Kasmiati, Sari, Dian Purnama, Ernawati, Juwita, Khiantai, T., & Makmun, Kartika Sari. (2023). Asuhan Kehamilan (I. A. Putri (Ed.)). PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In Pusdatin.Kemenkes.Go.Id. Wineka Media.
- Nurhidayanti, Sitti, S., & Yuni, A. Z. (2023). Manajemen Asuhan Kebidanan Antenatal Care Patologi Pada Ny "K" Dengan Hiperemesis Gravidarum Tingkat I Gestasi 12 Minggu 2 Hari Di RS Al-Jala Ammari Makassar. *Jurnal Midwifery*, 5(1), 54. <https://doi.org/10.24252/Jmw.V5i1.33340>.
- Prawihardjo, (2018). Ilmu Kebidanan. Jakarta: EGC
- Putri, R. A., Hartini, L., Rahayu, E. S., Savitri, W., & Wahyuni, E. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Wilayah Kerja Puseksmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Arfiana, A. (2019). Studi Fenomenologi Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan*, 8(1), 41. <https://doi.org/10.31983/Jrk.V8i1.3844>.
- Runjati, Syahniar Umar, dan Monica Ester. 2019. *Kebidanan Teori dan Asuhan*. Jakarta: EGC.
- Setiawan, (2020). *Panduan Terapi Aman Selama Kehamilan*, Surabaya : PT. ISFI Penerbitan.
- Tiran Denise (2019). *Seri Asuhan Kebidanan Mual dan Muntah Kehamilan*. Edisi Cetakan I. Jakarta: EGC.
- WHO. (2020). WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250796/9789241549912-eng.pdf>.
- 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), 42-47.