



PENGARUH AIR JAHE TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB JULIANA DALIMUNTHE TAHUN 2024

Fatwiany¹, Kamaliah²

Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan

Email: wie.ranaya@gmail.com, ma_yah23@yahoo.com

ABSTRAK

Mual muntah dapat terjadi sampai umur kehamilan 20 minggu, dimana segala apa yang dimakan dan diminum dimuntahkan sehingga mempengaruhi keadaan umum dan pekerjaan sehari-hari, berat badan menurun, dan dehidrasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh air jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I di PMB Juliana Dalimunte. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei sampai dengan Juni tahun 2024. Jumlah sampel yaitu 50 orang yang ditentukan menggunakan tehnik Accidental Sampling. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian diperoleh Ada pengaruh pemberian air Jahe terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil Trimester I dengan nilai $p=0,170$ dan tidak ada pengaruh kelompok intervensi terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil Trimester I dengan nilai $p=0,000$. Diharapkan dijadikan salah satu pertimbangan bagi masyarakat dan pelayan kesehatan untuk menjadikan air jahe sebagai pilihan obat yang bersifat herbal untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Kata kunci: Ibu Hamil, Mual Muntah, Air Jahe.

LATAR BELAKANG

Kebijakan pemerintah dalam Permenkes No. 97 Tahun 2014 Pasal 12 tentang Pelayanan Kesehatan masa hamil Ayat 1 berbunyi “Setiap ibu hamil berhak mendapatkan pelayanan sesuai standar, termasuk deteksi kemungkinan adanya penyakit/penyulit yang diderita ibu berdampak negatif bagi kesehatan ibu dan janin, salah satunya dalam mengatasi keluhan ibu dengan mual muntah trimester I, petugas kesehatan memberikan obat anti mual muntah (vitamin B6) dan konseling pada pola makan”(Sherly, 2023). Berdasarkan data World Health Organization (WHO) mengenai status kesehatan nasional pada capaian target Sustainable Development Goals (SDGs) menyatakan secara global sekitar 830 wanita meninggal setiap hari karena komplikasi selama kehamilan dan persalinan, dengan tingkat AKI sebanyak 216 per 100.000 kelahiran hidup. Sebanyak 99 persen kematian ibu akibat masalah kehamilan, persalinan atau

kelahiran terjadi di negara-negara berkembang. Rasio AKI (Angka Kematian Ibu) masih dirasa cukup tinggi sebagaimana ditargetkan menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (WHO, 2017). Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2021, jumlah kejadian emesis gravidarum mencapai 12,5 % dari jumlah kehamilan didunia. Di Amerika Serikat dan Kanada mencatat sekitar 4 juta dan 350.000 perempuan hamil yang terpengaruh setiap tahun karena emesis gravidarum atau mual muntah (Habibah, 2022). Mual dan muntah jarang menyebabkan kematian, tetapi angka kejadiannya masih cukup tinggi. Total kejadian hiperemesis gravidarum di seluruh dunia bervariasi yaitu dari semua total kehamilan di Indonesia 1-3%, dari semua total kehamilan di Canada 0,8%, di Swedia sebesar 0,3%, di Norwegia 0,9%, di China 10,8%, di California 0,5%, di Pakistan 2,2% dan di Turki sebesar 1,9%, 0,5-2% merupakan angka prevalensi Hiperemis Gravidarum Di Amerika



Serikat (Oktavia, 2016). Di Indonesia terdapat 50-90 % kasus Mual muntah yang dialami oleh ibu hamil. Namun, pada kasus seperti ini tidak menyebabkan kematian pada ibu hamil karena Mual Muntah hanya kekurangan nutrisi dan cairan. Mual muntah yang berkelanjutan bisa berakibat Hyperemesis Gravidarum. Pada Hyperemesis Gravidarum berakibat buruk bagi kesehatan ibu dan bayinya. Oleh karena itu ibu hamil dengan Hyperemesis Gravidarum harus segera dirawat dirumah sakit agar mendapatkan penanganan segera (Wardani FK et al., 2020). Menurut laporan Dinas Kesehatan Kota Medan pada tahun 2021 terdapat 206 wanita hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah dari seluruh jumlah ibu hamil trimester pertama yaitu 465 orang (Dinkes Kota Medan 2021). 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 2021). Pada beberapa kasus penanganan mual muntah oleh petugas kesehatan menggunakan Vitamin B6. Vitamin B6 memiliki banyak manfaat salah satunya mengatasi sakit perut dan muntah pada saat kehamilan. namun pada beberapa ibu hamil justru tidak cukup efektif dan malah memperberat mual muntah tersebut Efek samping penggunaan vitamin B6 jangka panjang dengan dosis tinggi akan menimbulkan masalah otak dan saraf tertentu (Sherly,2023).

Salah satu terapi non farmakologis obat tradisional yang bisa dilakukan dan mudah didapat adalah jahe. Jahe (*zingiber officinale*) termasuk ke dalam daftar obat tradisional

Indonesia menurut Kepmenkes No. 187 Tahun 2017 tentang Formularium Ramuan Obat Tradisional Indonesia. Kandungan kimia didalam jahe yang dapat mengatasi mual muntah diantaranya yaitu minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan menghasilkan aroma sehingga memblokir reflek muntah. Oleoresisnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat. Efek antiemetik juga ditimbulkan oleh komponen diterpentinoid yaitu gingerol, shaogaol, galanolactone (Habibah, 2020). Terapi jahe untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil menurut penelitian sebelumnya (sesuai jurnal) yaitu pengaruh minuman jahe merah (*Zingiber officinale rose*) terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I oleh Habibah Harahap (2020) didapatkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi air jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Menurut studi double-blind di Denmark menyimpulkan bahwa jahe dapat mengurangi sakit kepala dan muntah-muntah yang sering kali menyertai kehamilan. Efeknya menjadi tampak jelas pada 19 dari 27 wanita setelah 4 hari terapi, meski belum sempurna (Yudy, 2008). Dari hasil survei awal yang saya lakukan di PMB Juliana Dalimunthe tahun 2024 terdapat 50 orang ibu hamil trimester 1. Dimana 25 orang ibu hamil ini mengalami mual muntah dengan frekuensi 5-6 kali dalam sehari. Dari data survei yang dilakukan maka peneliti akan meneliti ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah di Praktek Mandiri Bidan Juliana Dalimunthe Pasar VII Tembung Tahun 2024. Dari latar belakang diatas, maka peneliti berniat melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Air Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Praktek Mandiri Bidan Juliana Dalimunthe Tahun 2024..

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan adalah kuantitatif. Penelitian ini akan dilakukan pengamatan terhadap frekuensi terjadinya mual muntah. Kelompok eksperimen akan diberikan Kuisisioner, tujuannya untuk



No	Variabel	Kelompok (n=50)			
		Intervensi		Kontrol	
		F	%	F	%
1.	Umur				
	< 20 tahun	9	36	10	40
	20-35 tahun	16	64	15	60
2.	Graviditas				
	Primipara	4	16	7	28
	Multipara	21	84	18	72

mengetahui keadaan kelompok setelah diberikan tindakan air jahe pada ibu hamil trimester I di PMB Juliana Dalimunthe Tahun 2024. Bentuk rancangan ini dapat digambarkan sebagai berikut :



HASIL

Hasil Penelitian Penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 4.3 Rata-rata Frekuensi Mual Muntah pada kelompok Intervensi di PMB Juliana Dalimunthe tahun 2024

Frekuensi Mual dan Muntah	N	Min	Max	Mean	Median	SD
Sesudah	25	6	8	6,92	7,00	0,812

Berdasarkan tabel 4.3 diatas, dapat disimpulkan bahwa rata-rata frekuensi mual dan muntah etelah perlakuan adalah 6,92.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian bahwa:

1. Pengaruh Pemberian Air Jahe terhadap perubahan Frekuensi Mual dan Muntah Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I sesudah pemberian air jahe, hampir seluruh dalam kategori emesis

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Umur dan Graviditas di PMB Juliana Dalimunthe Tahun 2024

Berdasarkan table 1 diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden kelompok intervensi (64%) berusia 20-35 tahun dan sebagian besar kelompok intervensi (84%) memiliki graviditas multipara.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Mual dan Muntah pada Kelompok Intervensi di PMB Juliana Dalimunthe Tahun 2024

No	Frekuensi Mual dan Muntah (skor PUQE)	Kelompok (n=25)	
		Intervensi	
		F	%
1	Sesudah		
	Emesis Ringan (≤ 6)	6	24
	Emesis Sedang (7-12)	19	76
	Emesis Berat (13-15)	0	

Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa dari 25 responden didapatkan hasil bahwa hampir seluruh responden Setelah diberikan perlakuan frekuensi mual muntah pada kelompok intervensi memiliki rentang sedang (76%)

sedang yaitu sebesar (76%) dengan p value sebesar 0,170 ($p \geq \alpha = 0,05$).

2. Perbedaan Frekuensi Mual dan Muntah pada Kelompok Intervensi (Pemberian Air Jahe) dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan rata rata frekuensi mual muntah sesudah diberikan perlakuan dimana pada kelompok intervensi rerata sebesar 8,28. Hasil uji statistik independen t- test menunjukkan p value sebesar 0,014 ($p \leq \alpha = 0,05$) dapat disimpulkan ada pengaruh



ekstrak jahe terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di PMB Juliana Dalimunthe.

Keunggulan pertama jahe adalah kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir efek muntah, sedang gingerol dapat melancarkan darah dan syaraf-syaraf bekerja dengan baik. Hasilnya ketegangan bisa di cairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun di tekan (Christina, winarti, hermani, 2013). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa jahe bekerja efektif untuk mengatasi gejala mual dan muntah yang timbul selama masa kehamilan bahkan hyperemesis gravidarum, karena jahe berkhasiat mengendurkan dan melemahkan otot-otot pada salurn pencernaan sehingga mengurangi mual muntah pada ibu hamil (Vood yanic, 2001).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh air jahe terhadap frekuensi mual-muntah pada ibu hamil trimester I di PMB Juliana Dalimunthe Tahun 2023:

1. Karakteristik kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu sebagian responden memiliki usia 20-35 tahun dan graviditas multipara.
2. Rata-rata frekuensi mual dan muntah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan yaitu dalam rentang emesis sedang (80%) dan setelah diberikan perlakuan yaitu dalam rentang sedang (76%) kelompok intervensi dan (60%) kelompok kontrol.
3. Ada pengaruh pemberian air Jahe terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil Trimester I dengan nilai $p=0,170$ dan tidak ada pengaruh kelompok intervensi terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil Trimester I dengan nilai $p=0,000$.
4. Terdapat perbedaan antara pemberian air jahe dengan tidak diberikannya air jahe terhadap penurunan frekuensi

mual dan muntah pada ibu hamil dengan nilai $p=0,000$.

SARAN

1. Bagi Akademik
Diharapkan dapat memberikan informasi bagi mahasiswa khususnya Mahasiswa Kebidanan STIKes Sehat Medan sehingga air jahe dapat di jadikan obat alternatif untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.
2. Bagi Tempat Penelitian
Diharapkan dijadikan salah satu pertimbangan bagi masyarakat dan pelayan kesehatan untuk menjadikan air jahe sebagai pilihan obat yang bersifat herbal untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.
3. Bagi Penelitian lain
Diharapkan menjadi masukan bagi peneliti lain untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu D. (Januari 2017). Efektivitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA "Peran Tenaga Kesehatan dalam Pelaksanaan SDGs". 4 (1). 99-105.
- Harahap H. (2020). Pengaruh minuman jahe merah (*Zingiber officinale* Rose) terhadap Emesis Gravidarum pada ibu hamil trimester I di desa Purwodadi Kecamatan Kota Padang Sidempuan. 5-8.
- Fauziah A.N dkk. (April 2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi Emesis Gravidarum Pada ibu hamil trimester I. *Majalah Kesehatan Indonesia*. 3(1). 14-20.
- Indrayani M.I dkk. (2018). Efektivitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Kabupaten



- Bengkulu Utara Tahun 2017. Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan. 5 (2). 201-210.
- Wardani K.F dkk. (Oktober 2020). Efektivitas Ekstrak Jahe Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di Klinik Hj. Dewi Sasmera Medan. Jurnal Maternitas Kebidanan. 5 (2). 2-8.
- Yanuaringsih G dkk. (April 2020). Efek Seduhan Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester Pertama. Window Of Health Jurnal Kesehatan. 3 (2). 151-158.
- Fitri H, dkk. (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. Jurnal Ilmu Keperawatan. 8 (1). 1- 5