

PENGARUH PEMBERIAN SEDUHAN JAHE (*ZINGIBER OFFICINALE VAR. AMARUM*) TERHADAP TINGKAT EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB ATMIRAH PURWANTINI KOTA BOGOR

Dini Marlina¹, Yeni Rosyeni², Agustami Indriyana Sani^{3*}

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat¹, Program Studi Pendidikan Profesi Bidan², Program Studi S1 Kebidanan³, Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Cimahi

*Corresponding Author : atamiisani@gmail.com

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan gejala yang wajar atau sering terdapat pada kehamilan trimester pertama. Di Indonesia angka kejadian hiperemesis gravidarum terdapat 1,5-3% dari seluruh kehamilan. Penatalaksanaan hiperemesis gravidarum secara non farmakologi dapat diberikan seduhan air jahe karena jahe memiliki sifat menghambat reseptor 5-HT₃ untuk mengurangi sinyal mual dan muntah yang dikirimkan dari CTZ. Penelitian ini merupakan Uji Pre-Eksperimental dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* dengan cara melibatkan satu kelompok subjek untuk mengetahui pengaruh pemberian seduhan jahe pada ibu hamil Trimester I di PMB Atmirah Kota Bogor. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 15 ibu hamil Trimester I yang mengalami emesis gravidarum. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Total Sampling. Instrumen penelitian berupa Skor PUQE-24 yang digunakan untuk menilai tingkat mual dan muntah pada wanita hamil. Penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan uji Wilcoxon didapat pvalue 0,001 ($p < 0,05$) dengan rata-rata emesis gravidarum sebelum diberikan seduhan jahe adalah 10,80 sedangkan rata-rata emesis gravidarum setelah diberikan seduhan jahe adalah 3,73 dan rata-rata penurunan secara keseluruhan hingga 7,50 kali. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap penurunan tingkat emesis gravidarum. Diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan informasi bahwa air rebusan jahe sebagai minuman penurun mual muntah trimester pertama yaitu melalui Konseling yang berkesinambungan.

Kata kunci : hiperemesis gravidarum, ibu hamil, jahe

ABSTRACT

Emesis gravidarum is a common symptom in the first trimester of pregnancy. Non-pharmacological management of hyperemesis gravidarum includes ginger tea infusion since ginger has properties that inhibit 5-HT₃ receptors to reduce the signals of nausea and vomiting transmitted from the CTZ. This study is a Pre-Experimental Study using a One Group Pretest-Posttest Design involving a single group of subjects to determine the effect of ginger tea infusion on pregnant women in the first trimester at PMB Atmirah, Bogor City. The sample in this study consisted of 15 pregnant women in the first trimester experiencing emesis gravidarum. Total Sampling was used as the sampling technique. The research instrument used was the PUQE-24 Score, which was employed to assess the level of nausea and vomiting in pregnant women. The study revealed that based on the data analysis using the Wilcoxon test, a p-value of 0.001 ($p < 0.05$) was obtained. The average emesis gravidarum score before receiving ginger tea infusion was 10.80, while the average emesis gravidarum score after receiving ginger tea infusion was 3.73, resulting in an overall average decrease of 7.50 times. The results of this study indicate that ginger tea infusion has an influence on reducing the level of emesis gravidarum. It is hoped that healthcare professionals can provide information that ginger tea infusion is a first-trimester anti-nausea and anti-vomiting beverage through continuous counseling.

Keywords : hyperemesis gravidarum, ginger, pregnant women

PENDAHULUAN

Emesis gravidarum sering atau khas sepanjang trimester pertama kehamilan. Mual bisa menyerang kapan saja, siang atau malam, namun lebih sering terjadi pada pagi hari. Gejala-

gejala ini biasanya terjadi enam minggu setelah hari pertama menstruasi terakhir, dan biasanya berlangsung selama sepuluh minggu (Abidah et al., 2022). Saat hamil tubuh mengalami perubahan hormonal yang signifikan, seperti peningkatan produksi hormon kehamilan. Hormon hCG dapat menstimulus ovarium memproduksi hormon estrogen, estrogen yang meningkat selama kehamilan dapat mempengaruhi motilitas saluran pencernaan dan meningkatkan kepekaan terhadap mual dan terdapat peran hormone progesterone yang dapat memperlambat gerakan otot halus saluran pencernaan, yang dapat menyebabkan penumpukan makanan dalam lambung dan memicu mual (Suryaningrum et al., 2019). Hiperemesis gravidarum adalah gangguan yang menyebabkan muntah parah dan menyebabkan ketidakseimbangan elektrolit, dehidrasi, ketidakseimbangan asam-basa, dan penurunan berat badan yang cukup besar pada ibu hamil (Atiqoh & Keb, 2020). Menurut informasi yang dipublikasikan oleh Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2017, terdapat 1,5–3% ibu hamil di Indonesia pada tahun 2015 yang mengalami hiperemesis gravidarum (Kemenkes, 2018). Prevalensi hiperemesis gravidarum lebih besar di Jawa Barat pada tahun 2020 yaitu sekitar 13% dari seluruh kehamilan (Mariyah et al., 2022).

Mual dan muntah selama kehamilan adalah keluhan fisiologis umum yang, jika tidak diobati dapat menyebabkan gejala patologis yang lebih serius. Kehilangan cairan tubuh dan hemokonsentrasi akibat mual dan muntah dapat menurunkan sirkulasi darah, yang dapat berdampak pada tumbuh kembang janin (Prawirohardjo, 2018). Hingga 80% ibu yang baru pertama kali melahirkan dan 40% ibu yang berulang kali mengalami morning sickness selama kehamilan. Ini hampir tidak mempengaruhi 1 dari setiap 1.000 bayi baru lahir, tetapi jika tidak diobati, penyakit ini dapat berkembang menjadi bentuk yang parah dan berpotensi mematikan (Harahap1 et al., 2020). Salah satu cara mengatasi emesis gravidarum tanpa menggunakan obat-obatan adalah dengan meminum jahe hangat, tanaman tradisional yang digunakan di India untuk meredakan mual pada ibu hamil. Jahe dapat digunakan untuk membuat berbagai minuman, serta permen dan manisan lainnya (Rofi'ah et al., 2017). Karena jahe tidak memiliki efek negatif dan mudah didapat, jahe sering direkomendasikan untuk wanita hamil yang mengalami mual dan muntah akibat emesis gravidarum (Wirida et al., 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di PMB Atmirah, 35 (58%) dari 60 ibu hamil trimester pertama dalam tiga bulan terakhir, dari bulan Maret hingga Juni, menderita emesis gravidarum. Banyak ibu hamil yang kesulitan menggunakan obat antiemetik karena mengalami muntah-muntah sesaat setelah meminum obat tersebut, sehingga mereka tidak mau meminum obat tersebut lagi karena efek samping yang tidak menyenangkan. Karena tidak ada pengobatan farmasi untuk emesis gravidarum, para peneliti tertarik untuk menyelidiki "Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe terhadap Tingkat Emesis Gravidarum pada Wanita Hamil Trimester Pertama" untuk mempelajari lebih lanjut tentang bagaimana jahe dapat membantu wanita hamil dengan kondisi tersebut. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti tingkat keparahan emesis gravidarum pada ibu hamil PMB Atmirah trimester pertama setelah seduhan jahe.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat emesis gravidarum sebelum dan sesudah pemberian seduhan jahe di PMB Atmirah, mengetahui rata-rata tingkat emesis gravidarum sebelum dan sesudah pemberian seduhan jahe di PMB Atmirah serta menganalisis pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil Trimester I di PMB Atmirah.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis Quasi Eksperimen dengan pendekatan penelitian kuantitatif dan menggunakan desain One Group Pretest-Posttest dimana tidak ada kelompok pembandingan (control) tetapi dalam desain ini, sampel terlebih dahulu diberikan pretest (pengukuran awal)

dan posttest (pengukuran akhir) setelah perlakuan diberikan. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data primer. Pengolahan data dilakukan dengan metode *editing, coding, processing* dan *cleaning*. Analisis data menggunakan metode univariat dan bivariat. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh seduhan jahe terhadap muntah pada ibu hamil. Adapun variable yang diteliti dalam penelitian ini terdiri dari variable dependent yaitu tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil dan variable independent yaitu pemberian seduhan jahe. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil Trimester I yang mengalami emesis gravidarum di PMB Atmirah Kota Bogor pada bulan Mei-Juni sebanyak 15 orang. Sample dari penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum berjumlah 15 orang atau sama dengan jumlah populasi dengan kriteria inklusi sebagai berikut; Ibu yang bersedia mengikuti penelitian sesuai dengan prosedur penelitian; Ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum; Ibu hamil yang bersedia menjadi responden penelitian hingga selesai; Ibu hamil trimester I (8-12 Minggu). Etika penelitian diperoleh dengan mengajukan permohonan izin kepada ketua program studi sarjana kebidanan dan menyebarkan kuesioner dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut; *Informed Consent, Anonymity, Confidentiality* dan *Beneficience*. Waktu penelitian dilakukan mulai bulan Juni sampai bulan Juli Tahun 2023 dan tempat penelitian dilakukan di PMB Atmirah, Amd.Keb Kota bogor Tahun 2023.

HASIL

Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Intervensi Seduhan Jahe

Tabel 1. Distribusi Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Intervensi Seduhan Jahe

Tingkat Emesis Gravidarum	Jumlah	Presentase
Sebelum Intervensi		
Sedang	8	53,3
Berat	7	46,7
Total	15	100,0
Sesudah Intervensi		
Ringan	10	66,7
Sedang	5	33,3
Total	15	100,0

Berdasarkan temuan penelitian, Sebelum diberikan intervensi seduhan jahe sebagian besar responden 53,3% (8 responden) mengalami emesis gravidarum sedang, sedangkan sebagian kecil responden 46,7% (7 responden) mengalami emesis gravidarum berat. Setelah diberikan intervensi seduhan jahe sebagian besar responden atau 66,7% (10 responden) mengalami emesis gravidarum ringan.

Tabel 2. Rata-Rata Tingkat Emesis Gravidarum

Hari ke-	Tingkat Emesis Gravidarum	Mean	Min	Max
Sebelum Intervensi				
Hari ke-1	Sedang – Berat	10,80	7	15
Sesudah Intervensi				
Hari ke-2	Ringan - Sedang	7,20	4	9
Hari ke-3	Ringan-Sedang	4,60	3	8
Hari ke-4	Ringan-Sedang	3,93	3	7
Hari ke-5	Ringan-Sedang	3,80	3	7
Hari ke-6	Ringan-Sedang	3,80	3	7
Hari ke-7	Ringan-Sedang	3,73	3	5

Rata-Rata Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Diberikan Seduhan Jahe

Berdasarkan temuan penelitian, rata-rata tingkat emesis gravidarum yang dialami responden sebelum diberikan intervensi seduhan jahe berada pada kisaran sedang hingga berat yaitu 10,80. Intervensi pemberian seduhan jahe dilakukan selama 7 hari dan terjadi penurunan tingkat emesis gravidarum hingga pada pengukuran hari ke-7 didapatkan hasil tingkat emesis gravidarum yang dialami oleh responden berada pada rentang ringan hingga sedang dengan rata-rata 3,73.

Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Tingkat Emesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe

Data	Ranks	N	Mean Rank	Z Hitung	P value
Pretest- Posttest	Negative	15	7,50	-3.302 ^b	.001
	Positive	0	.00		
	Ties	0			
	Total	15			

Tabel 3 merupakan hasil dari analisis uji *Wilcoxon* menggunakan perangkat lunak SPSS. Data menunjukkan bahwa terdapat 15 rangking negatif, yang mengindikasikan bahwa semua responden penelitian mengalami penurunan tingkat emesis gravidarum setelah menerima seduhan jahe. Tidak ada rangking positif yang tercatat, menunjukkan bahwa tidak ada responden yang mengalami peningkatan tingkat emesis gravidarum.

Hasil ini juga mencatat rata-rata penurunan tingkat emesis gravidarum secara keseluruhan sebesar 7,50 yang artinya tingkat emesis gravidarum yang dialami responden turun hingga 7,50 kali. Berdasarkan nilai z-hitung sebesar -3.302 dengan p-value sebesar 0,001 yang artinya nilainya kurang dari 0,05, maka dapat menyimpulkan bahwa pemberian seduhan jahe memiliki pengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Atmirah Kota Bogor pada tahun 2023.

PEMBAHASAN

Perbedaan Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Diberikan Seduhan Jahe

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Hampir seluruh responden 53,3% (8 Responden) mengalami emesis gravidarum sedang dan sebagian kecil 46,7% (7 Responden) mengalami emesis gravidarum berat sebelum mendapat intervensi. Setelah diberikan seduhan jahe sebagian besar responden 66,7% (10 responden) mengalami emesis gravidarum ringan Sedangkan sebagian kecil responden 33,3% (5 Responden) mengalami emesis gravidarum dengan tingkat sedang.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Henukh (2019) bahwa 56,3% ibu hamil mengalami mual dan muntah sedang sebelum diberikan seduhan jahe dan setelah diberikan seduhan jahe 56,3% ibu hamil mengalami mual dan muntah ringan Usia kehamilan responden saat mengalami keluhan emesis gravidarum ini berada pada rentang usia 8 minggu hingga 12 minggu yang dimana hal ini sejalan dengan teori bahwa penyebab mual muntah pada ibu hamil dapat disebabkan oleh hormon beta-hCG yang mulai diproduksi tubuh setelah implantasi embrio, kadar beta-hCG akan terus meningkat hingga mencapai puncaknya di minggu ke-8 hingga ke-11 kehamilan sehingga peningkatan tersebut diyakini dapat mempengaruhi kerja otak, khususnya bagian yang terkait dengan mual dan muntah (Cunningham, 2020).

Human Chorionic Gonadotropin (hCG) dan kadar estrogen telah terbukti menjadi kontributor utama terjadinya emesis gravidarum. Wanita hamil mungkin mengalami mual dan muntah akibat peningkatan jumlah hormon tersebut, yang dapat mengganggu fungsi saluran

pencernaan dan sistem saraf pusat. Pada wanita hamil, hormon ini dapat mengaktifkan daerah muntah di otak sehingga menyebabkan mual dan muntah. Selain itu, estrogen diduga berkontribusi terhadap mual dan muntah, terutama melalui pengaruhnya pada saluran pencernaan (Cunningham, 2020)

Masalah psikologis dapat pula menjadi penyebab lain mual dan muntah saat hamil. Terdapat hubungan antara mual dan muntah saat hamil dengan kesedihan, kecemasan, dan histeria pada responden yang merasa cemas pada kehamilan pertamanya hingga mengalami emesis gravidarum berat. Mengubah pola makan untuk memasukkan makanan yang lebih kecil, lebih sering, dan lebih sedikit asupan cairan mungkin diperlukan untuk meredakan mual dan muntah ringan hingga sedang. Makanan ringan, almond, keju, kacang Panjang. Minuman yang mengandung elektrolit dan suplemen nutrisi oral disarankan untuk membantu menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit, serta memenuhi kebutuhan energi. Mual dan muntah di pagi hari adalah gejala umum kehamilan, namun ada makanan alami seperti jahe yang dapat membantu (Rudiyanti & Rosmadewi, 2019).

Mual muntah pada wanita dikendalikan oleh dua pusat meduler yang berbeda: pusat muntah di retikulum lateral dorsal dan zona pemicu kemoreseptor di daerah postrema dekat dasar ventrikel keempat. Ambang batas berbagai rangsangan di area muntah sangat bervariasi antar individu. Fungsi emesis dikoordinasikan dan dikendalikan oleh pusat muntah. Sistem gastrointestinal, daerah tubuh lainnya, batang otak bagian atas dan pusat kortikal, khususnya aparatus labirin, dan zona pemicu kemoreseptor semuanya memberikan masukan aferen ke daerah muntah ini. Hiperemesis gravidarum ditandai dengan mual, muntah, dan keengganan terhadap semua jenis makanan dan cairan. Dehidrasi, ketidakseimbangan kadar elektrolit darah, dan alkalosis hipokloremik dapat terjadi jika terus berlanjut (Lubis et al., 2021).

Selain itu, hiperemesis gravidarum menyebabkan tubuh menggunakan cadangan lemak dan karbohidrat untuk energi karena energi dari makanan tidak mencukupi. Akibatnya, ketosis berkembang dengan penumpukan asam aseton-asetat, asam hidroksi butirat, dan aseton dalam darah, yang mengakibatkan asidosis (Kurianto & Arianti, 2018).

Alat Skor PUQE-24 dapat digunakan untuk menilai keluhan emesis gravidarum untuk memastikan tingkat keparahan kondisi yang dilaporkan oleh responden. Menurut (Anshory et al., 2022), terdapat cara untuk mengukur intensitas gejala mual dan muntah pasien saat hamil. Kuantifikasi Emesis dan Skor Mual/PUQE Unik-Kehamilan adalah nama pengukurannya. Tiga pertanyaan berdasarkan durasi mual, muntah, dan muntah kering dimasukkan dalam kuesioner. Dengan bantuan kuesioner ini, wanita hamil dapat menilai gejala yang mereka alami dalam 12 hingga 24 jam terakhir pada trimester pertama dan mengukur tingkat keparahan keluhan muntah mereka untuk memutuskan pengobatan terbaik.

Rata-Rata Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Diberikan Seduhan Jahe

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata emesis gravidarum responden sebelum intervensi adalah 10,80 kali dengan skor tertinggi 15 dan skor terendah 7, artinya responden mengalami emesis dengan tingkat sedang hingga berat. Emesis gravidarum atau morning sickness adalah kondisi mual yang terkadang disertai muntah pada wanita hamil. Sekitar 70-85% wanita hamil mengalami mual muntah selama kehamilan, ditemukan bahwa 78,47% mual muntah terjadi pada trimester pertama, dengan tingkat keparahan yang berbeda, yaitu 52,2% mengalami mual muntah ringan, 45,3% mengalami mual muntah sedang, dan 2,5% mengalami mual muntah berat. Pada trimester kedua, 40,1% wanita masih mengalami mual muntah, dengan rincian 63,3% mengalami mual muntah ringan, 35,9% mengalami mual muntah sedang, dan 0,8% mengalami mual muntah berat (Irianti, 2015).

Sejalan dengan penelitian Rofiah et al (2017) bahwa sebelum pemberian jahe, rata-rata frekuensi mual dan muntah pada responden mencapai 7,9 kali. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa ibu hamil trimester I yang mengalami hiperemesis gravidarum

umumnya mengalami tingkat mual dan muntah yang sangat tinggi, yang mengganggu aktivitas sehari-hari mereka.

Intervensi pemberian seduhan jahe dilakukan selama 7 hari dan terjadi penurunan tingkat emesis gravidarum hingga pada pengukuran hari ke-7 didapatkan hasil rata-rata emesis gravidarum 3,73 dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 3 yang artinya terdapat penurunan tingkat emesis gravidarum yang semula rata-rata 10,80. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aini (2015) yang menunjukkan bahwa sebelum pengobatan, ibu hamil mengalami mual dan muntah rata-rata enam hingga sembilan kali sehari. Hal ini menunjukkan bahwa mual dan muntah adalah pengalaman umum di kalangan responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mengonsumsi 1 gram jahe yang diseduh dengan 250 ml air setiap pagi selama tujuh hari, sebagian besar responden—66,7% (10 responden)—mengalami emesis gravidarum sedang, dengan rata-rata penurunan sebesar 3,73. Namun sebagian besar ibu hamil tidak mengalami gejala apa pun. mual muntah, namun sebagian ibu hamil mengalami mual tanpa muntah. Menurut penelitian (Parwitasari, 2018), mayoritas ibu hamil tidak mengalami mual atau muntah setelah meminum seduhan jahe.

Asuhan Komplementer, seperti jahe, dapat digunakan untuk meringankan gejala emesis gravidarum bersamaan dengan obat-obatan. Sifat antiemetik dan pereda mual pada jahe menjadikannya obat herbal yang populer untuk ibu hamil. Penderita maag dan wanita hamil mendapatkan manfaat dari sifat antiemetiknya karena efek samping negatifnya diperkirakan lebih sedikit dibandingkan antiemetik lain yang umum digunakan.

Pengaruh Pemberian Seduhan jahe terhadap tingkat emesis gravidarum ibu hamil Trimester I di PMB Atmirah Kota Bogor

Sebelum melakukan Analisis data, peneliti melakukan uji normalitas Shapiro Wilk dan didapatkan hasil bahwa data tidak berdistribusi dengan normal maka analisis menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai z-score. sebesar -3,302b dan p-value 0,001 (0,05), menerima H_a dan menolak H_0 , menunjukkan adanya pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil trimester III I di PMB Atmirah Kota Bogor Tahun 2023.

Hasilnya sejalan dengan Wulandari dkk. (2019), yang memberikan minuman jahe hangat pada ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Nalumsari Jepara dan mengamati penurunan kasus emesis gravidarum yang signifikan ($p=0,0001$).

Penelitian lain mengamati efek pemberian minuman jahe kepada ibu hamil selama trimester pertama, dan mereka menemukan bahwa sebelum minum, wanita dalam penelitian tersebut mengalami mual dan muntah rata-rata 9,30 kali. Pada trimester pertama kehamilan, 4,50 persen wanita melaporkan bahwa mengonsumsi minuman jahe membantu mereka merasa lebih baik. Analisis bivariat menunjukkan penurunan mual muntah yang signifikan setelah intervensi wedang jahe $p=0,000$ dengan rata-rata 4,80 (Sumiati, 2018).

Hormon beta-hCG mengikat pada reseptor tertentu yang terdapat di berbagai jaringan tubuh, termasuk di area trigger zona muntah (CTZ) di otak. Ini dapat mengaktifkan reseptor dan memicu respon yang mengarah pada mual dan muntah. Hormon beta-hCG dapat mempengaruhi neurotransmitter, seperti serotonin, yang berperan dalam pengaturan mual dan muntah. Beta-hCG dapat meningkatkan kadar serotonin di otak, terutama di daerah CTZ. (G. Cunningham et al., 2020). Jahe dapat menghambat reseptor 5-HT₃ sehingga dapat mengurangi sinyal mual dan muntah yang dikirimkan dari CTZ dikarenakan jahe mengandung senyawa gingerol dan shogaol yang memiliki efek penghambatan pada reseptor serotonin tipe 3 (5-HT₃) (S. , Gopi & Varma Ac, 2018).

Jahe juga dapat melemaskan otot-otot sistem pencernaan, mekanisme lain yang mencegah mual dan muntah. Namun, jahe juga memiliki efek antikarminatif yang mencegah pelepasan gas lambung. Hasil dimenhydrinate dan jahe serupa. Dimenhydrinate, antagonis histamin (H₁), juga dapat memblokir aktivasi sistem vestibular, Sistem ini termasuk kanal setengah lingkaran

dan otolith (Rachmawati Siswoyo & Susanti, 2023). Penelitian ini menggunakan dosis 1 gram jahe per hari, yang sejalan dengan temuan (Lete & Allué, 2016) bahwa jahe dapat digunakan dengan aman dan efektif untuk mengatasi keluhan emesis gravidarum. Kelebihan minuman jahe yang memengaruhi sistem pencernaan akan timbul karena penggunaan jahe lebih dari jumlah harian yang disarankan yaitu 1 gram. Gejala termasuk mual, diare, bersendawa, atau kembung dapat terjadi akibat penggunaan yang berlebihan (Ardianto, 2018).

Selain memperhatikan dosis jahe, perlu juga diperhatikan Suhu saat melakukan perebusan dengan benar seperti pada penelitian ini jahe sebanyak 1 gram dan gula merah 50 gram diseduh dengan 250ml dalam suhu maksimal 70°C yang diukur menggunakan termometer makanan yang sudah dikalibrasi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Shukor et al., 2020). Penerapan panas pada suhu 60 dan 70° rimpang menghasilkan rasio 6-gingerol terhadap 6-shagaol terhadap memiliki nilai 1 dibandingkan dengan 22:1 yang dihasilkan dari analisis ini, yang artinya rimpang jahe mengandung senyawa aktif yang dikenal sebagai 6-gingerol dan 6-shagaol, yang memiliki potensi efek kesehatan. Hasil analisis menunjukkan bahwa perlakuan panas pada suhu 60 dan 70°C menghasilkan rasio 6-gingerol terhadap 6-shagaol sebesar 1:1. Hal ini berarti konsentrasi 6-gingerol dan 6-shagaol menjadi seimbang setelah penerapan panas, dan penyimpanan jahe dapat disimpan di suhu 15°C untuk menjaga kualitas pascapanen dan sifat kimiawi jahe (Shukor et al., 2020).

Serta sejalan dengan penelitian (S. , Gopi & Varma Ac, 2018) bahwa terdapat kandungan gingerol pada suhu 60°C dan 70°C. Namun, perubahan yang signifikan terlihat pada suhu 80°C dan 90°C. Pada suhu ini, terjadi degradasi gingerol yang konsisten dan pembentukan shogaol. Selanjutnya, pernyataan tersebut menyebutkan bahwa pada suhu 100°C dan 120°C, terjadi degradasi yang lebih lanjut pada gingerol dan pembentukan shogaol. Artinya, pada suhu tersebut, terjadi perubahan yang signifikan dalam komposisi dan konsentrasi senyawa dalam jahe (S. , Gopi & Varma Ac, 2018).

Bukti dari penelitian dan mekanisme yang diuraikan di atas menunjukkan bahwa seduhan jahe dapat membantu mengatasi emesis gravidarum pada wanita hamil. Senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang ditemukan dalam jahe telah terbukti memblokir reseptor 5-HT₃, sehingga menurunkan sinyal yang memicu mual dan muntah. otot-otot saluran pencernaan mungkin menjadi rileks dan melemah karena CTZ dan jahe, yang mengurangi mual dan muntah. Jahe juga dapat menghambat tindakan karminatif yang menyebabkan pelepasan gas lambung. Agar khasiat atau khasiat komponen gingerol dan shogaol pada jahe lebih ideal dalam meminimalisir emesis gravidarum, maka perlu memperhatikan dosis dan teknik pengolahannya.

Oleh karena itu, pemberian seduhan jahe sangat penting dalam memberikan asuhan kebidanan, khususnya asuhan kebidanan komplementer yang dapat membantu menurunkan keluhan emesis gravidarum pada kehamilan. Mengingat ibu dapat memberikan terapi nonfarmakologis, maka bidan dan ibu hamil perlu bekerja sama dan mengetahui dengan baik mengenai seduhan jahe yang dapat diterapkan. Diperlukan Pendidikan kesehatan yang baik dan benar mengenai dosis dan cara pengolahan seduhan jahe agar ibu hamil yang mengalami keluhan emesis gravidarum dapat menerapkannya secara mandiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh seduhan jahe terhadap tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Atmirah Purwantini Kota Bogor Tahun 2023 dapat disimpulkan bahwa tingkat emesis gravidarum sebelum diberikan seduhan jahe pada 15 Responden adalah sebagian besar 53,3% (8 Responden) mengalami tingkat emesis gravidarum sedang. Tingkat emesis gravidarum setelah diberikan seduhan jahe pada 15 Responden adalah sebagian besar 66,7% (10 Responden) mengalami tingkat emesis gravidarum ringan. Rata-rata

tingkat emesis gravidarum sebelum diberikan seduhan jahe pada 15 responden adalah 10,80 dan setelah diberikan seduhan jahe mengalami penurunan dengan rata-rata 3,73. Terdapat pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil Trimester I di PMB Atmirah Kota Bogor Tahun 2023 berdasarkan hasil uji Wilcoxon dengan p -value=0,001 ($<0,05$). Hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam memberikan asuhan kebidanan komplementer bagi ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum dengan memberikan seduhan jahe sebagai pilihan penanganan non-farmakologi serta sebagai referensi asuhan komplementer yang dapat bidan berikan untuk mengatasi keluhan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak termasuk responden yang telah bersedia terlibat dalam penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat memberi manfaat bagi para pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, S. N., Anggraini, F. D., Nisa, F., & Hasina, S. N. (2022). The Effect of Ginger Herbal Drink on Hyperemesis Gravidarum in the First Trimester Pregnant Women. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 64–68. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.7955>
- Anshory, V. L. S., Hasanah, N., & Ngo, N. F. (2022). Literature Review tentang Hubungan Psikologis terhadap Kejadian Hiperemesis Gravidarum. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 4(1), 89–98. <https://doi.org/10.25026/jsk.v4i1.844>
- Atiqoh, R. N., & Keb, S. T. (2020). *Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebih Dalam Kehamilan)*. One Peach Media.
- Cunningham, G. , L. K. , & D. J. (2020). *Williams Obstetrics*. Mc-Graw Hill.
- Gopi, S., & Varma Ac, K. (2018). Study On Temperature Dependent Conversion of Active Components Of Ginger Phytochemical Formulations View Project Natural Products View Project. *International Journal of Pharma Sciences*, 1344–1347.
- Kemendes, R. (2018). *Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia 2017: Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan. <https://E-Koren.Bkkbn.Go.Id/Wpcontent/Uploads/2018/10/Laporansdki-2017-Remaja.Pdf>
- Lete, I., & Allué, J. (2016). The Effectiveness of Ginger in the Prevention of Nausea and Vomiting during Pregnancy and Chemotherapy. *Integrative Medicine Insights*, 11, IMI.S36273. <https://doi.org/10.4137/IMI.S36273>
- Lubis, B., Hanim, L., Br Bangun, S., & Ajartha, R. (2021). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER PERTAMA DI WILAYAH PUSKESMAS TANJUNG PASIR 2020. *JURNAL KESMAS DAN GIZI (JKG)*, 3(2), 123–130. <https://doi.org/10.35451/jkg.v3i2.533>
- Mariyah, S., Hernawati, & E. Liawati. (2022). Perbedaan tingkat mual dan muntah pada ibu hamil trimester I dengan hiperemesis gravidarum sebelum dan sesudah diberikan rebusan jahe di klinik sehat medika tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 12(1), 12–15.
- Prawirohardjo, S. (2018). *Ilmu Kebidanan* (7th ed.). Pt Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rachmawati Siswoyo, P., & Susanti, D. (2023). Minuman jahe hangat untuk mengatasi mual dan muntah ibu hamil trimester I. *MEDIA ILMU KESEHATAN*, 12(1), 87–93. <https://doi.org/10.30989/mik.v12i1.825>

- Rudiyanti, N., & Rosmadewi, R. (2019). Hubungan Usia, Paritas, Pekerjaan dan Stres dengan Emesis Gravidarum di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 7–18.
- Shukor, N. I. A., Misran, A., Ahmad, S. H., Xue, Y. T., Mahmud, T. M. M., & Saari, N. (2020). The changes of chemical quality of ginger during postharvest storage at chilling temperature. *Food Research*, 4(5), 1653–1662. [https://doi.org/10.26656/fr.2017.4\(5\).109](https://doi.org/10.26656/fr.2017.4(5).109)
- Siregar, S. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Fajar Interpertama Mandiri.
- Sumiati, E. (2018). Efektivitas vitamin b6 (piridoksin) dan wedang jahe pada ibu hamil dengan emesis gravidarum di polindes terong tawah kecamatan labuapi kabupaten lombok barat. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 4(2).
- Wirda, W., Ernawati, E., Oktaviana, D., Suardi, S., & Nofia, N. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangarabombang Kabupaten Takalar. *Journal of Islamic Nursing*, 5(2), 127–135.