



## **EFEKTIFITAS AROMATERAPI JAHE TERHADAP MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL DI RUANG KREATIVA RS UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

**Jujuk Enderwati Eka Wardani<sup>✉</sup>, Sulastri**

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Surakarta

[jujukendarwati074@gmail.com](mailto:jujukendarwati074@gmail.com)

### **Abstrak**

Kehamilan dapat mempengaruhi tubuh ibu dan dapat menimbulkan ketidaknyamanan dalam kehamilan yang salah satunya adalah mual muntah (emesis gravidarum). Penanganan yang dapat diberikan kepada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum selain terapi farmakologis yaitu dengan terapi non farmakologis dengan pemberian aromaterapi jahe. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektifitas aromaterapi jahe terhadap mual dan muntah pada ibu hamil di ruang kultura RS Universitas Sebelas Maret. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus (laporan kasus). Sumber data penelitian ini diperoleh melalui proses wawancara, observasi, dan studi dokumentasi tentang mual muntah pada ibu hamil. Mual muntah diukur sebelum dan sesudah intervensi dengan menggunakan kuesioner Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE). Hasil penelitian ini pada asuhan keperawatan dengan memberikan aromaterapi jahe dan dapat diterapkan kepada ibu hamil yang mengalami masalah mual muntah sesuai dengan yang diharapkan, untuk mual muntahnya menurun dengan nilai PUQE menurun. Kesimpulan dari penelitian ini masalah mual muntah pada ibu hamil dapat teratasi dengan memberikan aromaterapi jahe dan sesuai hasil yang diharapkan. Aromaterapi jahe dapat mengurangi rasa mual muntah pada ibu hamil di Ruang Kultura RS Universitas Sebelas Maret.

**Kata Kunci:** *Aroma Terapi Jahe, Mual Muntah, Ibu Hamil.*

### **Abstract**

*Pregnancy can affect the mother's body and can cause discomfort during pregnancy, one of which is nausea and vomiting (emesis gravidarum). Treatment that can be given to pregnant women who experience emesis gravidarum apart from pharmacological therapy is non-pharmacological therapy by administering ginger aromatherapy. The aim of this research was to determine the effectiveness of ginger aromatherapy against nausea and vomiting in pregnant women in the culture room at Sebelas Maret University Hospital. This research design uses a case study approach (case report). The data sources for this research were obtained through the process of interviews, observations, and documentation studies regarding nausea and vomiting in pregnant women. Nausea and vomiting were measured before and after the intervention using the Pregnant Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) questionnaire. The results of this research on treatment by providing ginger aromatherapy and can be applied to pregnant women who experience nausea and vomiting problems are as expected, the nausea and vomiting decreases with the PUQE value decreasing. The conclusion from this research is that the problem of nausea and vomiting in pregnant women can be resolved by providing ginger aromatherapy and the results are as expected. Ginger aromatherapy can reduce nausea and vomiting in pregnant women in the Culture Room at Sebelas Maret University Hospital.*

**Keywords:** *Ginger aroma therapy, nausea and vomiting, pregnant women.*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author :

Address : Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email : [jujukendarwati074@gmail.com](mailto:jujukendarwati074@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Kehamilan adalah kondisi pertemuan antara spermatozoa dan sel telur berlanjut dengan terjadinya peristiwa masuknya hasil pembuahan ke endometrium yang disebut midas atau implantasi. Ketika mengalami kehamilan, ibu memiliki berbagai faktor risiko, terutama risiko kematian. Kehamilan merupakan suatu kondisi fisiologis, namun kehamilan normal juga dapat berubah menjadi kehamilan patologis. Patologi pada kehamilan merupakan suatu gangguan komplikasi atau penyulit yang menyertai ibu saat kondisi hamil. Ibu hamil yang mengalami gangguan medis atau masalah kesehatan akan dimasukkan kedalam kategori risiko tinggi, sehingga kebutuhan akan pelaksanaan asuhan pada kehamilan menjadi lebih besar (Eka Wardani & Sulastri, 2023)

Kehamilan adalah masa yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin, yang berlangsung selama 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) yang dibagi kedalam tiga tahap yakni trimester pertama yang dimulai 0-14 minggu, trimester kedua mulai 14-28 minggu dan trimester 3 dimulai 28-42 minggu (Wirda et al., 2020). Selama kehamilan pada tubuh ibu hamil akan terjadi berbagai perubahan baik secara fisiologis dan psikologis. Secara fisiologis tubuh akan menyesuaikan diri untuk mempertahankan kehamilan. Setelah fertilisasi tubuh akan meningkatkan produksi hormon Human Chorionic Gonadotropin (HCG) untuk mempertahankan corpora lutea selama tahap awal kehamilan yang juga menghasilkan hormon esterogen dan progesteron. Peningkatan hormon ini mempengaruhi tubuh sehingga mudah mengalami mual dan muntah (Pramesti et al., 2020).

Perubahan yang terjadi pada ibu hamil dapat menimbulkan ketidaknyamanan dalam kehamilan, salah satunya adalah mual muntah. Mual dan muntah atau dalam bahasa medis disebut hiperemesis gravidarum merupakan salah satu komplikasi kehamilan. Dampak Hiperemesis Gravidarum yaitu dehidrasi yang menimbulkan konsumsi O<sub>2</sub> menurun, gangguan fungsi liver dan terjadi ikterus, terjadi perdarahan pada parenkim liver sehingga menyebabkan gangguan fungsi umum alat-alat vital dan menimbulkan kematian (Retni & Damansyah, 2022).

Trimester pertama kehamilan merupakan masa kritis saat janin berada dalam tahap awal pembentukan organ-organ tubuh. Jika janin mengalami kekurangan gizi tertentu pembentukan organ yang sempurna bisa mengalami kegagalan. Selain itu janin berisiko lahir dengan berat badan lahir rendah. Berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual muntah pada masa kehamilan bisa dilakukan secara farmakologis maupun non farmakologis. Terapi secara farmakologis antara lain dengan pemberian

Vitamin B<sub>6</sub>, B Kompleks, dan B<sub>12</sub> (Ani & Machfudloh, 2021).

Estrogen dan progesteron, keduanya mempunyai efek relaksasi terhadap otot polos gastrointestinal. Hormon-hormon steroid, terutama progesterone menyebabkan waktu pengosongan lambung (gastric emptying) dan waktu transit intestinal (intestinal transit time) memanjang, sehingga merupakan faktor predisposisi terjadinya mual dan muntah. Perempuan hamil dengan mual dan muntah mempunyai distrimia gelombang lambat (slow wave dysrhythmias) seperti tachygastria dan bradygastria serta aktivitas elektrik puasa yang tidak stabil dan gangguan respons elektrik (Gunawan et al., 2021)

Pada wanita hamil terjadi peningkatan kynurenic dan xanturenic acid di urin. Kedua asam ini diekskresi apabila jalur perubahan tryptophan menjadi niacin terhambat. Hal ini dapat juga terjadi karena defisiensi vitamin B<sub>6</sub>. Kadar hormon estrogen yang tinggi pada ibu hamil juga menghambat kerja enzim kynureninase yang merupakan katalisator perubahan tryptophan menjadi niacin, yang mana kekurangan niacin juga dapat mencetuskan mual dan muntah. Estrogen dan progesteron, keduanya mempunyai efek relaksasi terhadap otot polos gastrointestinal. Hormon-hormon steroid, terutama progesteron menyebabkan waktu pengosongan lambung (gastric emptying) dan waktu transit intestinal (intestinal transit time) memanjang, sehingga merupakan faktor predisposisi terjadinya mual dan muntah. Perempuan hamil dengan mual dan muntah mempunyai distrimia gelombang lambat (slow wave dysrhythmias) seperti tachygastria dan bradygastria serta aktivitas elektrik puasa yang tidak stabil dan gangguan respons elektrik pada pencernaan makanan. Pada kehamilan waktu pengosongan lambung pada ibu hamil akan memanjang sebagai dampak dari desakan uterus yang membesar dan relaksasi otot karena pengaruh hormon progesteron dengan melihat cara kerja dari sifat anti mual dan muntah dari tanaman jahe adalah dengan meningkatkan produksi enzim dan asam pencernaan, yang mempercepat proses pencernaan makanan di dalam perut. Mekanisme inilah yang pada akhirnya akan membantu untuk mencegah mual dan muntah (Gunawan et al., 2021).

Hasil laporan menunjukkan bahwa hampir 50-90% wanita hamil mual muntah terjadi pada trimester pertama (3 bulan pertama kehamilan). Frekuensi terjadinya emesis gravidarum tidak hanya terjadi pada pagi hari saja. Sekitar 50-60% kehamilan disertai mual dan muntah dari 360 wanita hamil, 2% diantaranya mengalami mual dan muntah di pagi hari dan sekitar 80% mual dan muntah sepanjang hari. Emesis gravidarum biasanya dimulai sekitar 8 minggu dan berakhir sampai 12 minggu. Keadaan ini terjadi pada

sekitar 60-80% primigravida dan 40-60% terjadi pada multigravida. Setiap wanita hamil akan memiliki tingkat mual yang berbeda-beda, ada yang tidak terlalu merasakan apa-apa, tapi ada juga yang merasa mual dan bahkan ada yang merasa sangat mual dan muntah setiap saat, sehingga memerlukan pengobatan (Alrahmatasyah et al., 2022).

Manifestasi klinis dari hiperemesis gravidarum dibagi dalam tiga tingkatan. Pada tingkat I ditandai dengan mual dan muntah terus menerus, ibu tampak lemas dan lemah, nyeri pada epigastrium, menimbulkan nafsu makan mengalami penurunan sehingga berat badan turun secara drastis, dan menunjukkan tanda terjadinya dehidrasi yaitu mata yang cekung, mukosa bibir tampak kering, lidah kering, dan penurunan turgor kulit. Tingkat II ditandai dengan kesadaran apatis, takikardia, tampak lemah, konstipasi, oliguria, hemokonsentrasi (pengentalan darah) dan tekanan darah menurun. Pada tingkat III, ditandai dengan menurunnya kesadaran, suhu meningkat, nadi melemah, tekanan darah semakin menurun, mual dan muntah berhenti (Febrien, 2023).

Dampak emesis gravidarum bagi ibu hamil apabila tidak ditangani adalah penurunan nafsu makan yang mengakibatkan perubahan keseimbangan elektrolit (kalium, kalsium, dan natrium) yang menyebabkan perubahan Metabolisme tubuh, kehilangan berat badan sekitar 5% karena cadangan karbohidrat, protein, dan lemak terpakai untuk energi. Ibu hamil sangat memerlukan asupan gizi yang cukup bahkan lebih karena asupan gizi yang dibutuhkan oleh ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan janin dan ibu. Namun, terkadang ibu hamil mengalami mual muntah yang berlebihan sehingga asupan gizi tidak dapat terpenuhi. Hal tersebut akan mempengaruhi tumbuh kembang janin karena pada trimester pertama merupakan fase dimana organ-organ janin dibentuk (Alrahmatasyah et al., 2022).

Berdasarkan analisis data yang dihimpun oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2018, ditemukan bahwa prevalensi emesis gravidarum mencapai 12,5% dari total kasus kehamilan di skala global. Angka prevalensi ini mengalami variasi antar negara, dengan contoh kasus mencakup 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Kanada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki. Situasi serupa juga terjadi di Indonesia, di mana prevalensi emesis gravidarum memiliki kisaran antara 1-3%, menunjukkan bahwa sekitar 5.324.562 ibu hamil terpengaruh oleh kondisi ini (Ardianto & Shifa, 2024).

Sementara itu, prevalensi hiperemesis gravidarum di Indonesia adalah 1-3% dari seluruh kehamilan dengan perbandingan 4 : 1000 . Menurut data Kementerian Kesehatan RI,

prevalensi mual dan muntah pada ibu hamil pada trimester pertama di Indonesia berkisar antara 50% hingga 75% (Tamara Gusti E et al., 2022).

Berdasarkan data yang dikeluarkan Departemen Kesehatan Indonesia tahun 2018 diprovinsi Jawa Tengah diperoleh data terdapat 56,60% dari 121.000 ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum (Febrien, 2023)

Mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama di masyarakat masih terjadi dan cara penanggulangannya sebagian besar masih menggunakan terapi farmakologis.

Terapi farmakologis dan non farmakologis dapat digunakan guna mengatasi keluhan mual dan muntah pada ibu hamil. Terapi farmakologis meliputi penggunaan antihistamin, metoklopramid, vitamin B6 (piridoksin), ondansetron, dan metilprednisolon. Vitamin B6 juga dapat meningkatkan produksi serotonin yang merupakan neurotransmitter di otak dengan cara menghambat SSP (sistem saraf pusat) sehingga dapat menginduksi CTZ (Chemoreseptor Triggering Zone) yaitu penghantar tingkat emosi dalam tubuh bisa stabil sehingga kecemasan sampai depresi pun berkurang 34% wanita hamil memilih untuk tidak mengonsumsi vitamin B6 dan 26% di antaranya mengurangi dosisnya karena khawatir akan efek samping obat yang digunakan selama periode kehamilan (Tamara Gusti E et al., 2022).

Penatalaksanaan mual dan muntah pada kehamilan tergantung pada beratnya gejala. Pengobatan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun nonfarmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian antiemetik, antihistamin, antikolinergik, dan kortikosteroid, namun ibu hamil akan lebih baik jika mampu mengatasi masalah mual pada awal kehamilan dengan menggunakan terapi pelengkap nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis bersifat noninstruktif, noninvasif, murah, sederhana, efektif, dan tanpa efek samping yang merugikan. Terapi nonfarmakologi dapat dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional, akupunktur, dan pemberian aromaterapi (Rahayu & Sugita, 2018)

Aromaterapi merujuk pada bentuk terapi yang mengandalkan minyak esensial atau ekstrak alami tanpa campuran bahan kimia untuk memperbaiki atau menjaga kesehatan, mengembalikan semangat, memberi efek penyegaran, serta menenangkan jiwa dan tubuh. Praktik aromaterapi ini dapat memberikan perasaan kenyamanan dan ketenangan bagi para ibu hamil. Di antara variasi aromaterapi yang ada, aromaterapi dengan penggunaan minyak esensial jahe merupakan salah satu jenis yang paling efektif dalam meredakan gejala mual dan muntah pada para ibu hamil, bahkan dibandingkan dengan

penggunaan aromaterapi yang memanfaatkan tanaman herbal lainnya (Ardianto & Shifa, 2024).

Jahe (*Zingiber Officinale* Rovb. var. *Rubra*) merupakan tumbuhan berbatang semu tegak yang tidak bercabang dan termasuk famili Zingiberaceae. Batang jahe berbentuk bulat kecil berwarna hijau dan agak keras. Rimpang jahe mengandung komponen senyawa kimia yang terdiri dari minyak menguap (*volatile oil*), minyak tidak menguap (*nonvolatile oil*) dan pati. Minyak atsiri (minyak menguap) merupakan suatu komponen yang memberi kekhasan pada jahe, kandungan minyak atsiri jahe sekitar 2,58- 2,72% dihitung berdasarkan berat kering. Minyak atsiri umumnya berwarna kuning, sedikit kental, dan merupakan senyawa yang memberikan aroma yang khas pada jahe. Kandungan minyak tidak menguap disebut oleoresin, yakni suatu komponen yang memberi rasa pahit dan pedas. Rasa pedas pada jahe sangat tinggi disebabkan oleh kandungan oleoresin yang tinggi. Zat oleoresin inilah yang bermanfaat sebagai antiemetik, oleh karena itu aromaterapi jahe di percaya sebagai pemberi rasa nyaman dalam perut sehingga mengatasi mual muntah (Retni & Damansyah, 2022).

Jahe mengandung senyawa shogaols, bisapolene, zingiberol, zingiberene, gingerol, sesquiphellandrene, minyak atsiri dan resin. Komponen utama jahe yang aktif secara farmakologi adalah gingerol dan shogaol. Gingerol adalah komponen utama rimpang jahe segar, sedangkan shogaol, terutama 6- shogaol merupakan komponen polifenol terbanyak pada jahe kering. Jahe mampu meredakan mual muntah dengan cara meningkatkan tonus dan motilitas lambung melalui aktivitas antikolinergik dan antiserotonergik serta dapat meningkatkan pengosongan lambung (Tamara Gusti E et al., 2022).

Aromaterapi jahe merupakan aromaterapi yang paling efektif dan mempunyai banyak keunggulan bagi ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah dibandingkan dengan aromaterapi tanaman herbal lainnya. Keunggulan pertama aromaterapi jahe adalah kandungan mengandung minyak atsiri yang mampu menjadi penghalang serotonin, yaitu suatu neurotransmitter sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan dengan menghambat induksi Human Chorionic Gonadotrophin (HCG) ke lambung yaitu sebuah senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi sehingga rasa mual dan muntah berkurang. Cara penggunaan aromaterapi ada beberapa teknik, yaitu inhalasi, pijat, kompres dan berendam. Teknik yang paling efektif adalah teknik inhalasi (Alrahmatasyah et al., 2022).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi efektifitas aromaterapi terhadap

mual dan muntah pada ibu hamil di Ruang Kultura RS Universitas Sebelas Maret. Untuk mencapai penelitian tersebut, penelitian ini mengajukan beberapa pertanyaan penelitian dan juga pengukuran *pregnancy unique quantification of emesis and nausea* (PUQE).

#### TINJAUAN PUSTAKA

Pada studi yang dilakukan oleh (Henniwati et al., 2023) penerapan aromaterapi jahe melalui pengembusan atau inhalasi langsung ternyata efektif dalam mengurangi gejala mual dan muntah pada trimester pertama kehamilan. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa setelah penerapan aromaterapi, Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB A Klapanunggal Bogor Tahun 2022 sebagian besar ibu hamil mengalami penurunan tingkat mual dan muntah. Sebelum mengadopsi aromaterapi, sebagian besar ibu hamil (40%) mengalami morning sickness pada tingkat sedang, dan 33% mengalami tingkat berat. Setelah melibatkan aromaterapi, sebagian besar gejala morning sickness mengalami penurunan menjadi tingkat ringan, bahkan 22% tidak lagi merasakan gejala mual dan muntah. Temuan ini mencerminkan pengaruh positif dari penerapan aromaterapi jahe terhadap mitigasi gejala mual dan muntah pada ibu hamil dengan morning sickness.

Kelompok usia yang dianggap ideal untuk kehamilan dan persalinan biasanya berada pada rentang usia antara 20 hingga 35 tahun. Analisis usia ibu dengan kasus emesis gravidarum di Wilayah Kerja Curup Timur menunjukkan bahwa sebagian besar ibu yang mengalami emesis gravidarum berada pada rentang usia 20 hingga 35 tahun, yang dianggap aman atau tidak beresiko. Kesimpulannya, tidak semua kasus emesis gravidarum terjadi pada usia di bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun, tetapi mereka juga bisa berada di rentang usia aman, yaitu 20 hingga 35 tahun (UTAMI et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Wirida et al., 2020) menurut asumsi penelitian dari uraian diatas peneliti berpendapat bahwa, ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya emesis gravidarum seperti faktor paritas, faktor usia, faktor pekerjaan, faktor gisi, faktor psikologis, dan faktor kegemukan. Sedangkan untuk penelitian ini berjenis kelamin perempuan dengan kehamilan trimester pertama. Penurunan emesis gravidarum pada responden ibu hamil membuktikan bahwa pemberian aromaterapi jahe sangat berpengaruh menurunkan emesis gravidarum disebabkan karena keinginan responden untuk mencium dan menikmati aromaterapi jahe dengan teratur selama 1 minggu. Dan namun tidak terjadi penurunan emesis gravidarum dipengaruhi oleh responden ibu hamil yang mungkin tidak menyukai aromaterapi.

Penelitian yang dilakukan (Pramesti et al., 2020) hasil analisa yang telah dilakukan peneliti menggunakan kuesioner PUQE- 24 jam pre post test intervensi aromaterapi jahe mengalami penurunan yang signifikan terhadap mual muntah (emesis gravidarum) pada ibu hamil. Menyatakan bahwa terdapat perubahan. Dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian aromaterapi jahe dapat menurunkan mual muntah (emesis gravidarum) pada ibu hamil. Hal ini tidak terlepas dari peran petugas kesehatan untuk menginformasikan kepada masyarakat bahwa aromaterapi jahe sangat berpengaruh sebagai penanganan nonfarmakologi dalam menurunkan frekuensi mual muntah (emesis gravidarum) pada ibu hamil.

Menurut penelitian (Gunawan et al., 2021) kemampuan wanita menangani mual dan muntah selama kehamilan sangat beragam yang akan dipengaruhi oleh kepribadian dan sikapnya terhadap penyakit, komitmen keluarga, pekerjaan, kesehatan umum dan ketersediaan mekanisme pendukung. Seorang ibu dapat mengalami gejala yang berat, meskipun hanya muntah dua sampai tiga kali. Persepsi ibu mengenai keparahan gejala merupakan hal yang penting. Penyebab lainnya adalah akibat peningkatan hormone yang terjadi selama kehamilan, dan primigravida atau kehamilan pertama biasanya cenderung mengalami mual dan muntah saat kehamilan sebagian besar responden pendidikan dasar SMP sebesar 56,6%, menurut pendapat peneliti dengan pendidikan tersebut responden masih dapat mengerti dengan penjelasan yang diberikan dalam mengkonsumsi terapi yang disarankan sehingga terjadi penurunan mual muntah pada ibu dan sebagian besar ibu tidak bekerja yaitu sebesar 63,4% artinya ekstrak jahe yang disarankan kepada ibu akan lebih mudah dimanfaatkan karena ibu dapat membuat sendiri dirumah dan bahan tersebut sudah biasa digunakan ibu untuk memasak dan paritas 1-3 sebesar 76,6% artinya sebagian besar responden memiliki pengalaman dalam mengatasi mual muntah sehingga mual muntah yang dirasakan dapat berkurang setelah dilakukannya terapi. Menurut pendapat peneliti, pemberian ekstrak jahe jauh lebih efektif dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Berdasarkan hasil percobaan yang dilakukan selama 7 hari terlihat bahwa dari hasil penelitian, pada kelompok ibu yang mengkonsumsi ekstrak jahe jauh lebih berkurang rasa mualnya jika dibandingkan dengan kelompok lain. Hal ini disebabkan karena syaraf panca indra ibu tidak sensitif karena produksi serotonin yang dihasilkan dari vitamin B dan memproduksi niacin yang dapat menurunkan mual muntah serta ekstrak jahe yang memberikan manfaat lebih banyak saat diminum secara bersamaan, ekstrak jahe yang berfungsi untuk mempercepat proses pencernaan makanan dalam lambung maka akan membantu mengatasi kondisi mual muntah yang terjadi pada ibu, dengan diberikannya kombinasi tersebut maka

akan mempercepat penurunan kondisi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi efektifitas aromaterapi jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil di Ruang Kultura RS Universitas Sebelas Maret. Melalui desain penelitian yang menggunakan pendekatan studi kasus (laporan kasus), kami akan menyelidiki secara mendalam pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap mual dan muntah pada ibu hamil. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang pentingnya penerapan aromaterapi jahe pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah, serta memberikan kontribusi yang berharga dalam meningkatkan kualitas perawatan ibu hamil di fasilitas kesehatan tersebut.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus pada pasien melalui pendekatan proses keperawatan. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah Ny. P, seorang ibu hamil dengan G1P0A0 usia kehamilan 20 minggu dengan diagnosa medis hiperemesis gravidarum, yang sedang menjalani perawatan di RS Universitas Sebelas Maret. Kriteria inklusi untuk partisipan penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Pasien perempuan yang sedang hamil, 2) Pasien yang mengalami hiperemesis gravidarum 3) Pasien yang memberikan persetujuan untuk menjadi subjek penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi wawancara langsung dengan Ny. P untuk mendapatkan informasi tentang pengalaman dan persepsi terkait mual muntah yang dihadapinya, observasi terhadap proses perawatan dan interaksi dengan petugas kesehatan, serta studi dokumentasi untuk mendapatkan data medis yang relevan dengan kondisi pasien. Dengan menggunakan kombinasi teknik wawancara, observasi, dan studi dokumentasi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif tentang efektifitas aromaterapi jahe terhadap mual dan muntah pada ibu hamil.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Seorang ibu hamil yaitu Ny. P yang berusia 26 tahun, G1P0A0, beragama islam, memiliki pendidikan SMA, bekerja sebagai ibu rumah tangga. Hasil menunjukkan pasien mengatakan mual muntah 5x disertai lemas TD : 113/79 mmHg, N : 88x/m, S : 36,8<sup>0</sup>c, SpO<sub>2</sub> : 98% , RR :19x/m, Bba: 74kg, BBh: 76kg, TB: 158 cm. Dengan nilai PUQE 11. Pasien dilakukan intervensi yaitu pemberian aromaterapi jahe untuk hasil di hari pertama intervensi pasien mengatakan mual dan muntah menurun disertai lemas TD : 120/56 mmHg, N : 85x/m, S : 36,5<sup>0</sup>c, SpO<sub>2</sub> : 98% ,

RR :18x/m, Bba: 74kg, BBh: 76kg, TB: 158 cm. dengan nilai PUQE 9. Setelah pemberian intervensi hari kedua pasien mengatakan mual muntah berkurang TD : 115/65 mmHg, N : 82x/m, S : 36,3<sup>0</sup>c, Spo<sub>2</sub> : 99% , RR :20x/m, Bba: 74kg, BBh: 76kg, TB: 158 cm. dengan hasil PUQE 8. Kemudian di hari ke 3 pemberian intervensi pasien mengatakan sudah tidak mual dan tidak muntah disertai lemas TD : 110/69 mmHg, N : 84x/m, S : 36,4<sup>0</sup>c, Spo<sub>2</sub> : 99% , RR :20x/m, Bba: 74kg, BBh: 76kg, TB: 158 cm. dengan nilai PUQE 3.

### Pembahasan

Studi kasus dilakukan bahwa ibu hamil mengalami mual muntah sudah lebih dari 5 kali dengan nilai PUQE 11. Dari hasil pengkajian menunjukkan bahwa pasien mengalami masalah keperawatan nausea Sehingga peneliti berfokus dalam upaya menyelesaikan masalah nausea hingga membaik dengan terapi nonfarmakologi pemberian aromaterapi jahe. Pada implementasi hari pertama peneliti mengidentifikasi tujuan dari pemberian aromaterapi jahe, memberikan penjelasan tentang manfaat aromaterapi jahe, serta memberikan aromaterapi jahe. Dengan hasil PUQE 9.

Kemudian pada implementasi hari kedua peneliti memberikan aromaterapi jahe kembali kepada pasien. Pasien mengatakan mual muntah berkurang. Selama sehari ini pasien muntah 3x, perut tidaknyaman sudah berkurang. Pasien masih muntah kering selama 1x hari ini. Dengan hasil PUQE 8

Implementasi hari ketiga peneliti memberikan aromaterapi jahe kembali kepada pasien. Pasien mengatakan sudah tidak muntah dan mual berkurang. Pasien juga sudah tidak muntah kerung. Dengan hasil PUQE 3.

Aromaterapi jahe yang diberikan pada ibu hamil dengan mual muntah dapat memberikan pengaruh cukup signifikan sehingga terjadi penurunan antara sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini dapat terjadi karena aromateapi jahe memiliki kandungan atsiri jahe yang dapat mempengaruhi tubuh melalui saraf olfaktorius yang berfungsi mengatur mual muntah pada tubuh dan merangsang sistem limbik untuk melepaskan endoprin dan serotonin untuk merelaksasikan sistem dalam tubuh. Jahe mengandung minyak terbang (minyak atsiri) yang menyegarkan dan memblokir reflek muntah sedangkan gingerol dapat melancarkan peredaran darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik dan ketegangan bisa dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun bisa ditekan (Pramesti et al., 2020).

Menurut asumsi penelitian dari (Wirda et al., 2020) peneliti berpendapat bahwa, ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya emesis gravidarum seperti faktor paritas, faktor usia, faktor pekerjaan, faktor gisi, faktor psikologis, dan faktor kegemukan. Sedangkan

untuk penelitian ini berjenis kelamin perempuan dengan kehamilan trimester pertama. Penurunan emesis gravidarum pada responden ibu hamil membuktikan bahwa pemberian aromaterapi jahe sangat berpengaruh menurunkan emesis gravidarum disebabkan karena keinginan responden untuk mencium dan menikmati aromaterapi jahe dengan teratur selama 1 minggu. Dan namun tidak terjadi penurunan emesis gravidarum dipengaruhi oleh responden ibu hamil yang mungkin tidak menyukai aromaterapi.

Penelitian yang dilakukan oleh (Damansyah & Retni, 2022) Pemberian aromaterapi jahe pada penelitian ini terbukti dapat mencegah atau menurunkan frekuensi mual dan muntah, karena jahe mampu menjadi penghalang serotonin, sebuah senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi, sehingga timbul rasa mual. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat 3 responden yang tidak mengalami penurunan hiperemesis gravidarum, hal ini dikarenakan adanya faktor lain seperti istirahat yang kurang, beban pikiran yang membuat ibu semakin lelah dan juga sudahparahnya tingkat mual muntah yang dialami oleh ibu. Ibu hamil dalam kategori ini mengaku sering begadang dan susah tidur saat malam hari sehingga ibu kurang cukup istirahat yang bisa menimbulkan gejala mual muntah pada ibu. Selain itu juga bisa dikarenakan tidak adanya pengukuran jarak antara zat dengan organ penghirup responden sehingga bisa berpengaruh pada hasil hirup aromaterapi jahe tersebut.

### SIMPULAN

Berdasarkan proses asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada pasien Ny. P dengan hiperemesis gravidarum sebelum dilakukan pemberian aroma terapi jahe pasien mual dan muntah selama 5 kali dan setelah dilakukan pemberian aromaterapi pada hari ketiga pasien sudah tidak muntah dan mual. Hal ini dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap mual dan muntah pada ibu hamil di Ruang Kultura RS Universitas Sebelas Maret. Berdasarkan hasil kesimpulan dari proses asuhan keperawatan pada pasien Ny. P yang mengalami mual muntah, terlihat bahwa sebelum dilakukan pemberian aromaterapi jahe pasien masih mengalami mual muntah selama 5 kali, namun setelah dilakukan pemberian aromaterapi jahe pasien mengatakan sudah tidak muntah dan mual. Dari temuan ini, dapat disarankan bahwa pemberian aromaterapi jahe memiliki pengaruh yang positif terhadap mual dan muntah pada ibu hamil di ruang Kultura RS Universitas Sebelas Maret. Oleh karena itu, dianjurkan agar pemberian aromaterapi jahe menjadi terapi alternatif dari peemmasalahan mual dan muntah pada pasien ibu hamil.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alrahmatasyah, Apriza, & Syahda, S. (2022). Efektivitas Aromaterapi Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1), 35–47. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/s-jkt/article/view/8958/6756>
- Ani, I. P., & Machfudloh, M. (2021). Literature Review: Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 12(2), 20–26. <https://doi.org/10.36308/jik.v12i2.301>
- Ardianto, M. H. D., & Shifa, N. A. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB A Klapanunggal Bogor Tahun 2022. *Nursing Applied Journal*, 2(1), 12610. <https://jurnal.stikeskesosi.ac.id/index.php/NAJ/article/view/101/109>
- Damansyah, H., & Retni, A. (2022). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Jahe Terhadap Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 2(1), 10–18.
- Eka Wardani, J. E., & Sulastri, S. (2023). Pendidikan Kesehatan tentang Preeklampsia dengan Media Leaflet untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1227–1235. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.5423>
- Febrien, D. L. A. (2023). *Asuhan keperawatan pada pasien dengan hiperemesis gravidarum di Ruang Baitunnisa 2 Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang*. 1–66. [https://repository.unissula.ac.id/31187/1/Keperawatan%28D3%29\\_40902000023\\_fullpdf.pdf](https://repository.unissula.ac.id/31187/1/Keperawatan%28D3%29_40902000023_fullpdf.pdf)
- Gunawan, M. R., Sari, R. F., & Furqoni, P. D. (2021). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukarame Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 3(1), 39–49. <https://doi.org/10.33024/manuju.v3i1.1571>
- Henniwati, H., Iswani, R., & Mutiah, C. (2023). Efektivitas Aromaterapi Jahe dan Lemon terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Barat. *Malahayati Nursing Journal*, 5(1), 132–140. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i1.7938>
- Pramessti, N. A., Surtikanti, S., & Puspita, D. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Muntah (Emesis) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Durian Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11(1), 21–32. <https://doi.org/10.54630/jk2.v11i1.115>
- Rahayu, R., & Sugita, S. (2018). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Dan Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di BPM Trucuk Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 3(1), 19–26. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v3i1.62>
- Retni, A., & Damansyah, H. (2022). the Effect of Giving Ginger Aromatherapy on Reducing Hyperemesis Gravidarum in First-Trimester Pregnant Women in the Work Area Limboto Health Center. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), 10–18. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16860>
- Tamara Gusti E, Hariadini, A. L., Mukti, A. W., Rahayu, A., & Sari, D. P. (2022). Narrative Review: Pengaruh Jahe (Zingiber Officianale) Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil. *FARMASIS: Jurnal Sains Farmasi*, 3(1), 38–49. <https://doi.org/10.36456/farmasis.v3i1.5396>
- UTAMI, H. R., MARSINOVA, D., & PURNAMA EKA SARI, W. I. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Journal Of Midwifery*, 11(2), 251–258. <https://doi.org/10.37676/jm.v11i2.5109>
- 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. <https://doi.org/10.24252/join.v5i2.17631>