



Pengaruh Pemberian Permen Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I

Nabila Asyahida^{1*}, Enny Yuliaswati²
¹⁻²Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

Alamat: Jl. Kapulogo No. 3 Griyan Pajang Laweyan Surakarta
Korespondensi Penulis: 202322029.students@aiska-university.ac.id*

Abstract. *The incidence of nausea and vomiting in Indonesia during 2019 there were 543 pregnant women in Lampung Province in 2019 there were 50-90% of 19,896 pregnant women experiencing nausea and vomiting. The impact of nausea and vomiting if not handled properly will cause severe nausea and vomiting. Ginger has the property of providing anti-nausea effects, giving ginger preparations in the form of candy is more effective in reducing the side effects of ginger such as an unpleasant taste in the mouth. Objective; To determine the effect of giving ginger candy on reducing nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester. Method; Pre-experimental with a one group pretest-posttest design. The sample in this study was 32 people. The sampling technique used simple random sampling. The research instrument used the Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) scoring system questionnaire. Statistical tests using the Wilcoxon test. Results; There is a difference in reducing nausea and vomiting before and after being given ginger candy with a p-value of 0.000 < 0.05. Conclusion; There is an effect of giving ginger candy on nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester.*

Keywords: *Pregnant woman, Nausea and Vomiting, Ginger*

Abstrak. Kejadian mual muntah di Indonesia selama tahun 2019 ada 543 ibu hamil di Provinsi Lampung tahun 2019 ada 50-90% dari 19.896 ibu hamil mengalami kejadian mual muntah. Dampak mual dan muntah apabila tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan mual muntah yang berat. Jahe mempunyai khasiat membeikan efek anti mual, pemberian sediaan jahe dalam bentuk permen lebih efektif untuk mengurangi efek samping dari jahe seperti rasa tidak enak dimulut. Tujuan; Mengetahui pengaruh pemberian permen jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I. Metode; Pre *eksperimental dengan* dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Sampel pada penelitian ini 32 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) scoring system*. Uji statistic menggunakan uji Wilcoxon. Hasil; Terdapat perbedaan penurunan mual muntah sebelum dan sesudah diberikan permen jahe dengan nilai p-value 0,000<0,05. Kesimpulan; Ada pengaruh pemberian permen jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Kata kunci: Ibu Hamil, Mual Muntah, Jahe

1. LATAR BELAKANG

Menurut *World Health Organization (WHO)* 2018, jumlah kejadian mual muntah pada ibu hamil mencapai 14% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia. Menurut Departemen Kesehatan tahun 2019, angka ibu hamil dengan kasus mual muntah di wilayah Indonesia selama tahun 2019 dari 2203 angka kehamilan ibu, terdapat 543 ibu hamil mengalami mual muntah diawal masa kehamilan. Sehingga jumlah rata-rata angka kejadian mual muntah tahun 2019 sebanyak 67,9% (Depkes RI, 2019). Berdasarkan Profil Kesehatan Lampung 2019 tingginya angka kejadian mual muntah pada ibu hamil yaitu 50-90% sedangkan hiperemesis

gravidarum mencapai 10-15% di Provinsi Lampung dari jumlah ibu hamil yang ada yaitu sebanyak 19.896 orang.

Mual muntah dapat ditangani secara farmakologi dengan diberikan obat-obatan untuk mengurangi mual muntah seperti vitamin B6, akan tetapi obat tersebut mempunyai efek samping antara lain seperti sakit kepala, diare dan mengantuk. Pengobatan non farmakologi atau terapi komplementer ini terapi tanpa menggunakan obat-obatan, melainkan dengan mengubah gaya hidup dan asupan nutrisi yang lebih sehat. Terapi non farmakologi dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional, akupuntur, akupresur, relaksasi, dan jahe yang dapat dikonsumsi dalam berbagai bentuk seperti minuman, manisan dan permen jahe (Runiari, 2017).

Pemberian jahe dalam bentuk sediaan permen lebih efektif dan mudah untuk dikonsumsi karena ibu langsung dapat mengkonsumsinya tanpa perlu lagi membuatnya sendiri. Selain itu pemberian sediaan jahe dalam bentuk permen akan mengurangi efek samping jahe seperti rasa tidak enak dimulut, bersendawa, kembung, terutama pada sediaan jahe bubuk. Kandungan enzim yang berada di jahe yang dapat mengkatalisa proteom yang ada dalam sistem pencernaan sehingga memberikan efek anti mual, sedangkan anti muntah pada jahe merupakan efek dari gabungan atau kombinasi senyawa zingerones dan shogaols (Aghazadeh et al., 2016), Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Permen Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Sri Wigati, S.Tr.Keb, Lampung Tengah.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian *Pre eksperimental*. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design* yaitu penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok yang dipilih secara random dan tidak dilakukan tes kesetabilan dan kejelasan keadaan kelompok sebelum diberi perlakuan. Penelitian ini diukur menggunakan pre test sebelum diberikan perlakuan dan post test yang dilakukan setelah diberi perlakuan untuk setiap kali pertemuan. Pemberian permen jahe 2 x sehari yaitu pagi dan sore hari. Penelitian ini dilaksanakan di PMB Sri Wigati S.Tr.Keb, Lampung Tengah pada bulan April-Mei 2024

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil Trimester I di PMB Sri Wigati, S.Tr.Keb Lampung Tengah yang mengalami mual muntah datang memeriksakan kehamilannya pada bulan Februari - Maret 2024 berjumlah 35 responden. Sampel dalam

penelitian ini berjumlah 32 responden dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji Wilcoxon.

3. HASIL

Tabel 1 Distribusi frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
< 20 th > 35 th	4	12,5
20 - 35 tahun	28	87,5
Pendidikan		
SMA	27	84,4
Diploma	2	6,3
Sarjana	3	9,4
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	19	59,4
Bekerja	13	40,6
Total	32	100

Berdasarkan tabel 1 didapati bahwa sebagian besar responden berusia 20- 35 tahun yaitu ada 28 orang (87,5%), berdasarkan tingkat pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMA yaitu ada 27 orang (84,4%), dan mayoritas responden tidak bekerja hanya sebagai Ibu Rumah Tangga yaitu ada 19 orang (59,4%).

Tabel 2 Distribusi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum Diberikan Permen Jahe.

Mual Muntah	f	%
Ringan	6	18,8
Sedang	26	81,3
Total	32	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan permen jahe sebagian besar mual muntah responden tingkat sedang yaitu ada 26 orang (81,3%) dengan nilai rata-rata 7,97 nilai min-max 5-10).

Tabel 3 Distribusi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Sesudah Diberikan Permen Jahe.

Mual Muntah	f	%
Ringan	29	90,6
Sedang	3	9,4
Total	32	100

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa sesudah diberikan permen jahe sebagian besar mual muntah responden tingkat ringan yaitu ada 29 orang (90,6%) dengan nilai rata-rata 4,75 nilai min-max 3-7).

Tabel 4 Perbedaan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Sesudah diberikan Permen Jahe.

Mual Muntah	Mual Muntah				p-value
	Sebelum		Sesudah		Asymp.Sig (2-tailed)
	N	%	N	%	
Ringan	6	18,8	29	90,64	0.000
Sedang	26	81,3	3	9,4	
Jumlah	32	100	32	100	
Rata-Rata Mual Muntah (min -max)	7,97 (5-10)		4,75 (3-7)		

Hasil uji statistik *willcoxon signed ranks test* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 (<0.05) artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan permen jahe nilai ties sebesar 0^c artinya semua responden mengalami perubahan mual muntah, sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian permen jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Sri Wigati, S.Tr.Keb, Lampung Tengah.

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 4.1 hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa sebagian besar respnden berusia antara 30 – 35 tahun yaitu ada 28 orang (87,5%). Usia ibu merupakan faktor risiko dari eemesis gravidarum. Hal tersebut berhubungan dengan kondisi psikologis ibu hamil. Kondisi kehamilan dipengaruhi oleh umur ibu, karena kesiapan fisiologis dan psikologis berada pada umur 20-35 tahun dibanding dengan kehamilan di usia kurang dari 20 tahun ataupun lebih dari 35 tahun (Komariah & Nugroho, 2020). Berdasarkan pendidikan diketahui bahwa sebagian besar responden berpendidikan lulusan SMA yaitu ada 27 orang (84,4%). Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia untuk pengembangan diri. Pendidikan adalah suatu faktor yang mendasari adanya perilaku. Perilaku diukur dari tingkatpendidikan formal tertinggi yang diperoleh sesuai dengan ijazah terakhir dari bangku sekolah. Pendidikan mempunyai peranan penting dalam merubah dan menguatkan pengetahuan, sikap dan motivasi agar searah dengan tujuan dan kegiatan yang dilakukan sehingga menimbulkan perilaku yang positif (Wulandari, 2017). Berdasarkan pekerjaan diketahui bahwa sebagian besar responden adalah tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah

tangga yaitu ada 19 orang (59,4%). Pekerjaan berhubungan dengan kondisi sosial ekonomi yang juga mempengaruhi pola makan, aktifitas dan stres pada ibu hamil. Pada wanita yang bekerja, tidak dianjurkan jika beban fisik pekerjaan tersebut cukup berat, begitu juga jika efek stress akibat beban kerja juga tidak dianjurkan.

Berdasarkan tabel 4.2 hasil penelitian diketahui bahwa sebelum diberikan permen jahe sebagian besar mual muntah responden tingkat sedang yaitu ada 26 orang (81,3%) dengan nilai rata-rata 7,97 nilai minimum 5-maksimalnya 10. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden mengalami ketidaknyamanan dalam kehamilan dimana masalah mual muntah disebabkan karena adanya perubahan hormon serta adanya emosional (kecemasan) yang dialami. Hasil penelitian tersebut dapat dilihat berdasarkan hasil penilaian mual muntah ibu hamil sebelum diberikan permen jahe, dimana sebagian besar ibu hamil trimester I yang menjadi responden mengalami mual muntah dengan frekuensi 5 – 10 kali dalam 24 jam. Berdasarkan hasil penilaian tersebut responden mengalami mual muntah sedang.

Berdasarkan tabel 4.3 hasil penelitian diketahui bahwa sesudah diberikan permen jahe sebagian besar mual muntah responden tingkat ringan yaitu ada 29 orang (90,6%) dengan nilai rata-rata 4,75, nilai minimal 3 dan maksimal 7. Hal tersebut menunjukkan bahwa mual muntah ibu sesudah diberikan permen jahe sebagian besar mengalami penurunan mual muntah dalam 24 jam yaitu responden mengalami mual muntah sebanyak 3-7 kali, hasil penilaian tersebut responden mengalami mual muntah ringan.

Jahe juga mempunyai kandungan minyak atsiri yang berfungsi sebagai anti radang, sehingga jahe dapat menghambat proses peradangan yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bahrah & Wigunarti (2022) yang melakukan penelitian tentang pengaruh permen jahe terhadap frekuensi mual muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Amban Kabupaten Manokwari. Selah diberikan permen jahe selama 7 hari sesuai SOP pemberian permen jahe dengan dosis pemberian pemberian intervensi permen jahe sebanyak 4 kemasan dalam 1 hari, permen jahe berpengaruh terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I. Jahe sangat efektif menurunkan metoklopramid senyawa penginduksi mual dan muntah. Menurut asumsi peneliti ke 32 responden setelah diberikan permen jahe mengalami penurunan mual muntah dari tingkat sedang ke tingkat tingkat ringa hal ini disebabkan karena kandungan enzim yangberada di jahe yang dapatmengkatalisa proteom yang adadalam sistem pencernaan sehingga memberikan efek anti mual.

Berdasarkan tabel 4.4 hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil *uji wilcoxon* diperoleh nilai p-value $0,000 < 0,05$ maka H_0 diterima artinya ada perbedaan mual muntah sebelum dan

sesudah diberikan permen jahe, sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian permen jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Sri Wigati, S.Tr.Keb, Lampung Tengah. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa adanya perbedaan mual muntah antara sebelum dan sesudah diberikan permen jahe dimana terjadi penurunan mual muntah sebagian besar responden dari sedang menjadi ringan. Sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian permen jahe dapat mempengaruhi mual muntah responden. Pemberian sediaan jahe dalam bentuk permen akan mengurangi efek samping jahe seperti rasa tidak enak dimulut, bersendawa, kembung, terutama pada sediaan jahe bubuk. Kandungan enzim yang berada di jahe yang dapat mengkatalisa proteom yang ada dalam sistem pencernaan sehingga memberikan efek anti mual, sedangkan anti muntah pada jahe merupakan efek dari gabungan atau kombinasi senyawa zingerones dan shogaols (Aghazadeh, 2016). Disamping itu, permen jahe juga memiliki kemampuan untuk menyegarkan tenggorokan dan menyembuhkan kembung (Nurdiana, Ani. 2018).

Hal ini didukung oleh penelitian Bahrah & Wigunarti (2022) yang meneliti tentang pengaruh permen jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1, dengan pemberian permen jahe selama 7 hari diperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi rerata skor frekuensi mual muntah sebelum diberikan perlakuan 7,2 yang merupakan kategori mual muntah sedang dan setelah diberikan intervensi terjadi penurunan skor frekuensi mual muntah menjadi 3,9 yang merupakan kategori mual muntah ringan dengan nilai p-value yaitu <0,05. Berdasarkan hasil penelitian terdapat perbedaan sebelum dan sesudah pemberian permen jahe. Hal ini menunjukkan bahwa dengan mengkonsumsi permen jahe efektif untuk menurunkan mual muntah ibu hamil. hal ini disebabkan oleh senyawa gingerol dalam jahe yang bersifat memblok serotonin (zat kimia yang berperan dalam menginduksi mual muntah). Pemberian jahe dalam bentuk sediaan permen lebih efektif dan mudah untuk dikonsumsi karena ibu langsung dapat mengkonsumsinya tanpa perlu lagi membuatnya sendiri. Selain itu pemberian sediaan jahe dalam bentuk permen akan mengurangi efek samping dari jahe seperti rasa tidak enak di mulut, mulas, bersendawa, kembung dan mual, terutama pada sediaan jahe bubuk. Selain memberikan permen jahe peneliti tetap menganjurkan ibu hamil untuk tetap meminum obat mual muntah yang diberikan oleh tenaga kesehatan apabila ada.

5. KESIMPULAN

Ada pengaruh pemberian permen jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di PMB Sri Wigati, S.Tr.Keb, Lampung Tengah.

6. SARAN

Diharapkan dapat dijadikan terapi untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Aghazaderrh, M. A., Merrrcado, M. A., Pan, M. M., Mirlerrs, B. J., & Goh, A. C. (2016). Performance of robotic simulated skills tasks is positively associated with clinical robotic surgical performance. *BJU International*, 118(3), 475–481. <https://doi.org/10.1111/bju.13511>
- Airnir, Z., & Kanarsirh, W. (2010). Pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap mual muntah pada ibu yang mengalami emesis gravidarum di wilayah kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta. *STIKES' Aisyiyah Yogyakarta*.
- Asrimah, Putri, S. S., & Suristyorini, D. (2015). Asuhan kebidanan masa kehamilan. *Graha Ilmu*.
- Atirqoh, R. N. (2020). Kupas tuntas hiperemesis gravidarum (mual muntah berlebihan dalam kehamilan). *One Peach Media*.
- Bahrah, B., & Wignarti, M. (2022). Pengaruh pemberian jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I. *Malahayati Nursing Journal*, 4(7), 1689–1702. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i7.6766>
- Depkes RI. (2019). Profil kesehatan Lampung 2019. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Elerna, Sihombing, S. F., & Fahnawal, T. M. (2021). Efektivitas pemberian pemberian jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil di Rumah Sakit Umum Daerah Raja Ahmad Tabib Tanjungpinang. *Zona Kebidanan*, 11(3), 10–17.
- Hirdayat, A. A. (2017). Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data: Contoh aplikasi studi kasus. *S alemba Medika*.
- Komarirah, S., & Nugroho, H. (2020). Hubungan pengetahuan, usia, dan paritas dengan kejadian komplikasi kehamilan pada ibu hamil trimester I di Rumah Sakit Ibu dan Anak Aisyiyah Samarinda. *KESMAS UWIGAMA: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 83. <https://doi.org/10.24903/kurjkm.v5i2.835>
- Latifah, L., Setiawati, N., & Hapsari, E. D. (2017). Efektivitas self management module dalam mengatasi morning sickness. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(1), 10–18. <https://doi.org/10.24198/jkp.v5n1.2>
- Mandriwati, A., Apriani, W. N., Harini, R. T., Darmapatmi, & Jayanti, S. (2017). Asuhan kebidanan kehamilan berbasis kompetensi edisi 3. *Buku Kedokteran EGC*.
- Manuraba, I. B. S. (2019). Ilmu kebidanan, penyakit kandungan dan KB untuk pendidikan bidan (2nd ed.). *EGC*.

- Manuraba. (2017). Pengantar kuliah obstetrik. EGC.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi penelitian kesehatan (edisi revisi). Rineka Cipta.
- Novira Rudiyaniti & Rosmadewi. (2019). Hubungan usia, paritas, pekerjaan, dan stres dengan emesis gravidarum di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 7–18.
- Nurdiana, A., Mengkuri, B., & Lusih, R. (2019). Efektivitas pemberian pemberian jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil di Klinik Khairunnida Sunggal Tahun 2018. *Colostrum Journal Kebidanan*, 1(1). <http://ojs.poltekkes-medan.ac.id/colostrum/article/view/605>
- Permenkes RI. (2016). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2016 tentang upaya pengembangan kesehatan tradisional melalui asuhan mandiri pemanfaatan taman obat keluarga dan keterampilan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Prawirohardjo, S. (2016). Ilmu kebidanan. PT. Bina Pustaka.
- Putri, A. D., Andriani, D., & Usman. (2017). Efektivitas pemberian jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I. *Prosiding Seminar Nasional KAKEKSAMADA*, 978–979.
- Putri, L. P. M. V., Wiradnyana, A. A. G. P., & Darmayasa, I. M. (2019). Karakteristik ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum di RSUP Sanglah Denpasar tahun 2017. *Intisari Sains Medis*, 10(2), 177–179. <https://doi.org/10.15562/ism.v10i2.257>
- Rofi'ah, S., Handayani, E., & Rahmawati, T. (2017). Efektivitas konsumsi jahe dan serai dalam mengatasi morning sickness. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 2(2).
- Royal College of Obstetricians and Gynaecologists. (2016). Annual Review 2016/17.
- Rumirasi, N. (2017). Asuhan keperawatan pada klien dengan hiperemesis gravidarum: Penerapan konsep dan teori keperawatan. Salemba Medika.
- Sari, Z. E. (2018). Perbedaan efektivitas pemberian essential oil peppermint dan aromaterapi lavender terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam. *Jurnal Menara Ilmu*, 12(14).
- Sasmita, E. (2017). Immunomodulator bahan alami (1st ed.). Rapha Publishing, Andi Offset.
- Setiadini. (2013). Konsep dan praktik penulisan riset keperawatan (edisi 2). Graha Ilmu.
- Siregar, R. N., Purba, A., Hasian, S., Studi, P., Profesi, P., Fakultas, B., Kesehatan, I., & Sari, U. (2023). Implementasi ginger candy dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil di BPM Marriana tahun 2022. 2(1), 8–13.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.

- Sumirat, E., Hernawati, Y., Syafullah, H., Kartika, I., Purnama Sari, D., Studi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, P., & Dharma Husada Bandung, Stikes. (2023). Pengaruh pemberian pemberian jahe (*Zingiber officinale*) terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Surkarsmi Kabupaten Cianjur tahun 2023. STIKes Dharma Husada Bandung, 01(01), 1–7.
- Tirran, D. (2019). Mual dan muntah kehamilan. EGC.
- Wiraharja, R. S., Herindy, Rustam, S., & M, I. (2011). Kegunaan jahe untuk mengatasi gejala mual dalam kehamilan. *Damianus Journal of Medicine*, 10(3), 161–170.
- Wulandari, Y. (2017). Pengaruh penerapan aplikasi Sahabat Ibu Hamil terhadap penurunan keluhan trimester I kehamilan. UNPAD Bandung.