

Volume 3, No. 1
April, 2020

e-ISSN : 2685-1997
p-ISSN : 2685-9068

REAL in Nursing Journal (RNJ)

Research of Education and Art Link in Nursing Journal

<https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>

Pengaruh Jahe Hangat Dalam Mengurangi Mual, Muntah Ibu Hamil Dengan Hipermesis Gravidarum

Wenny Lazdia & Nadia Eka Putri



UNIVERSITAS
FORT DE KOCK
BUKITTINGGI

Program Studi Keperawatan dan Pendidikan Ners
Universitas Fort de Kock Bukittinggi, Indonesia

Pengaruh Jahe Hangat Dalam Mengurangi Mual, Muntah Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum

REAL in
Nursing
Journal (RNJ)

<https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>

Wenny Lazdia & Nadia Eka Putri

ABSTRACT

Background: Pregnancy is the condition of a woman who has an embryo in her womb that continues to develop over time. Normal pregnancy occurs for 40 weeks between the last menstrual period and birth (38 weeks) from conception. Based on the phenomenon obtained in the Muara Labuh Health Center work area in July 2018, it was found that 47 women were pregnant with hyperemesis gravidarum. This study aims to determine the effect of giving ginger. **Method:** Research methods Quasy Experiment control design post-post test With the Pretest and Posttest approach to see the effect of giving warm ginger water to the reduction of nausea and vomiting in pregnant women with hyperemesis gravidarum trimester 1. **Results:** The results of warm ginger administration research Interventions have a significant effect on decreasing hyperemesis gravidarum in the first trimester of pregnancy women with a decrease in the average difference between the intervention group and the control group was 10.87 RINVR score (Rhodesh INdex from Nusea, Vomiting, and Retching) and p-value = 0,000, where the decrease in the intervention group was greater than control group. **Conclusion:** It is expected that respondents namely trimester I pregnant women can use warm ginger steeping in overcoming or reducing the frequency of hyperemesis gravidarum because based on the results of research on boiling water ginger is effective in reducing the severity of hyperemesis gravidarum in pregnant women..

Keywords:

ginger, first trimester pregnancy, nausea, vomiting

Korespondensi:

Wenny Lazdia
wenny.lazdia@fdk.ac.id

Prodi Keperawatan dan
Ners, Universitas Fort De
Kock Bukittinggi

ABSTRAK

Latar Belakang : Kehamilan merupakan suatu keadaan wanita yang memiliki embrio di dalam rahimnya yang terus berkembang dari waktu ke waktu.proses kehamilan yang normal terjadi selama 40 minggu antara waktu mentstruasi terakhir dan kelahiran (38 minggu) dari pembuahan.Berdasarkan fenomena yang didapatkan di wilayah kerja Puskesmas Muara Labuh pada bulan Juli 2018 didapatkan ibu hamil yang mengalami hyperemesis gravidarum adalah 47 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jahe. **Metode:** Quasy Eksperiment *pre-post test control design* Dengan pendekatan Pretest dan Posttest untuk melihat pengaruh pemberian air jahe hangat terhadap pengurangan mual dan muntah pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum trimester 1. **Hasil:** Pemberian intervensi jahe hangat berpengaruh signifikan terhadap penurunan hyperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dengan beda rata-rata penurunan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah sebesar 10,87 skor RINVR (Rhodesh INdex of Nusea, Vomiting, and Retching) dan p-value = 0,000, dimana penurunan pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. **Kesimpulan:** Diharapkan kepada responden yaitu ibu hamil trimester I untuk dapat memanfaatkan seduhan jahe hangat dalam mengatasi atau mengurangi frekuensi hyperemesis gravidarum karena berdasarkan hasil penelitian pemberian air rebusan jahe efektif dalam menurunkan tingkat keparahan hyperemesis gravidarum pada ibu hamil

Kata Kunci : jahe,kehamilan trimester 1,mual muntah

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu keadaan wanita yang memiliki embrio di dalam rahimnya yang terus berkembang dari waktu ke waktu. Proses kehamilan yang normal terjadi selama 40 minggu antara waktu menstruasi terakhir dan kelahiran (38 minggu dari pembuahan). Istilah medis untuk wanita hamil adalah gravid. Sedangkan calon manusia yang terdapat di dalam rahim disebut fetus pada minggu-minggu awal kehamilan, dan kemudian disebut janin sampai proses kelahiran. Seorang wanita yang hamil untuk pertama kalinya, primigravida atau gravid1. Sedangkan wanita yang tidak pernah hamil disebut gravida 0 (Yulia & Dewi, 2006). Trimester pertama sering dianggap sebagai periode penyesuaian ibu mengalami perubahan-perubahan psikologis. Kurang lebih 80% wanita mengalami kekecewaan, penolakan, kecemasan, depresi dan kesedihan. Beberapa wanita yang telah merencanakan kehamilannya atau berusaha keras untuk hamil, merasa senang sekaligus tidak percaya bahwa dirinya telah hamil dan mencari tanda bukti hamil pada setiap perubahan pada tubuhnya (Nanny, Dewi, & Anggraeni, 2014).

Kehamilan menyebabkan perubahan fisik, psikis dan hormonal pada tubuh ibu, hal tersebut menimbulkan bermacam-macam keluhan, salah satunya adalah mual dan muntah atau morning sickness yang biasa terjadi pada awal kehamilan, mual dan muntah merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stress yang dikaitkan dengan kehamilan, hampir 50-90% perempuan hamil mengalami mual dan muntah pada trimester pertama. Mual dan muntah seringkali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi di awal kehamilan (Putri & Andiani, 2017).

Mual muntah yang terjadi pada kehamilan yang disebabkan karena terjadi peningkatan kadar hormone estrogen dan progesterone yang diproduksi oleh *Human Chorionic Gonadotropine (HCG)* dalam serum ari plasenta. Frekuensi terjadinya morning sickness tidak hanya terjadi di pagi hari melainkan bisa siang bahkan malam hari. Selain itu karena mencium aroma suatu masakan, setengah hari wanita hamil pasti akan mengalami mual muntah. Perubahan hormone pada setiap perempuan hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual dan muntah pada kehamilan (Putri et al., 2017). Menurut Prawirohardjo (2009), mual (nausea) dan muntah (emesis gravidarum) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester I. Emesis Gravidarum ini menyebabkan penurunan nafsu makan sehingga terdapat perubahan keseimbangan elektrolit dengan kalium, kalsium dan natrium yang menyebabkan perubahan metabolisme tubuh (Nugrahani, 2017).

Hiperemesis gravidarum adalah mual muntah yang berlebihan atau tidak terkendali selama masa hamil, yang menyebabkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, atau defisiensi nutrisi, dan kehilangan berat badan. (Eni Nur Rahmawati, 2009). Pada umumnya ibu-ibu yang mengalami mual dan muntah tidak merasa nyaman dan ingin segera melewati masa ini. Untuk mengatasi mual dan muntah bisa secara farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi, diberikan vitamin B6, tablet zat besi/Fe sebagai penambah darah, dan lain-lain. Secara non Farmakologi adalah dengan melakukan tindakan pencegahan dan dengan pengobatan tradisional. Salah satu pengobatan tradisional adalah dengan meminum teh jahe,

memakan permen jahe, ataupun minum air rebusan jahe (Putri et al., 2017). Setelah diberi air rebusan jahe kejadian mual dan muntah mengalami penurunan disebabkan oleh pengaruh zat yang dikandung oleh jahe yaitu gingerols dan shogaols yang berguna dalam memblok serotonin (zat kimia yang berperan dalam menginduksi mual). Hal ini sesuai dengan penelitian James. et all (2006) yang menghasilkan bahwa bubuk jahe dapat menurunkan tingkat keparahan dan gejala emesis gravidarum pada ibu hamil (Aini, 2010).

Fungsi farmakologis jahe salah satunya adalah antiemetic (anti muntah). Jahe merupakan bahan yang mampu mengeluarkan gas dari dalam perut, hal ini akan meredakan perut kembung. Jahe juga merupakan stimulant aromatic yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltic usus. Sekitar enam senyawa dalam jahe telah terbukti memiliki aktifitas antiemetic (anti muntah) yang manjur. Nutrisi yang terkandung dalam jahe adalah *potassium* 3,4%, *magnesium* 3,0%, dan vitamin B6 (*pyridoxine*) 2,5%, (Dept Nutritional Profile, 2008, dalam Fitriana, 2013). Dalam sistem pencernaan jahe bersifat karmitatif, yakni bahan yang mampu mengeluarkan gas dari dalam perut, hal ini akan meredakan perut kembung, jahe juga merupakan *stimulant aromatic* yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltic usus. Jahe juga mempunyai semua efek sekretoris alias efek mengeluarkan. Jahe adalah suatu diaforetik atau perangsang keluarnya keringat (Budhawar, 2006).

Angka kematian ibu dan bayi merupakan tolak ukur dalam penelitian derajat suatu bangsa, oleh karena itu pemerintahan sangat menekankan

untuk menurunkan angka kematian ibu dan bayi melalui program-program kesehatan. Dalam pelaksanaan program kesehatan sangat dibutuhkan sumber daya manusia yang kompeten, sehingga apa yang menjadi tujuan dapat tercapai (Wiraharja, Heidy, Rustam, & Iskandar, 2011).

Menurut data World Health Organization (WHO), pada tahun 2012, sebanyak 585.000 perempuan meninggal saat hamil atau persalinan. Setiap tahun sekitar 160 juta perempuan diseluruh dunia hamil. Sebagian besar kehamilan ini berlangsung dengan aman. Namun, sekitar 15% menderita komplikasi berat, dengan sepertiganya merupakan komplikasi yang mengancam jiwa ibu (Ningsih, 2015). Komplikasi ini mengakibatkan kematian lebih dari setengah juta ibu setiap tahun. Dari jumlah ini diperkirakan 90% terjadi di Asia dan Afrika Subsahara, 10% di Negara berkembang lainnya, dan kurang dari 1% di Negara-negara maju. Di beberapa Negara resiko kematian ibu lebih tinggi dari 1 dalam 100 kehamilan, sedangkan di Negara-negara maju resiko ini kurang dari 1 dalam 6000 kehamilan. Di Indonesia diperoleh data ibu dengan *Hiperemesis Gravidarum* mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan (Depkes RI, 2013). Berdasarkan hasil penelitian di Sumatera Barat terhadap 51 orang Di Wilayah Kerja Puskesmas Palembang Jorong Koto Tinggi tahun 2014 sebagai responden, didapatkan bahwa lebih dari separoh yaitu sebanyak 30 responden (58,8%) mengalami terjadinya hiperemesis gravidarum.

Penelitian tentang bagaimana mengurangi mual dan muntah yang terjadi selama kehamilan dengan berbagai teknik sudah banyak dilakukan di Indonesia. Namun, menggunakan jahe sebagai alternatif dalam mengurangi mual dan muntah

selama kehamilan trimester pertama belum banyak dilakukan.

Di wilayah kerja Puskesmas Muara Labuh merupakan salah satu unit pelayanan kesehatan yang ada di kabupaten Solok Selatan, berdasarkan survey awal yang dilakukan, jumlah ibu hamil yang mengalami *Hyperemesis gravidarum* dalam kurun waktu empat bulan didapatkan sebanyak 47 orang. Menyikapi hal-hal yang di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Untuk Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 dengan Hiperemesis Gravidarum”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian *Quasy Eksperiment pre-post test control design* dengan pendekatan *Pretest dan Posttest* untuk melihat pengaruh pemberian air jahe hangat terhadap pengurangan mual dan muntah pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum trimester pertama. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Muaralabuh Kabupaten Solok Selatan. Populasi seluruh penderita hiperemesis gravidarum trimester 1 di wilayah kerja

Puskesmas Muaralabuh Kabupaten Solok Selatan pada tahun 2018 sebanyak 47 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah 32 orang yang dibagi menjadi 16 orang kelompok intervensi dan 16 orang kelompok kontrol. Adapun kriteria dari sampel adalah (a) Penderita hiperemesis gravidarum trimester 1 yang berumur (22-40 tahun), (b). Bersedia mengkonsumsi air rebusan jahe hangat 2 kali sehari selama 4 hari. Instrumen yang digunakan untuk mengukur mual dan muntah adalah RINVR (*Rhodesh Index of Nusea, Vomiting, and Retching*). Instrumen ini telah baku dan dapat digunakan untuk mengetahui skor mual dan muntah yang menghasilkan skala ukur numerik.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini terbagi atas analisis univariat dan bivariat. Analisa univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel penelitian. Pada penelitian ini analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan rata-rata hiperemesis gravidarum ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok Perlakuan maupun kelompok Kontrol.

Tabel 1. Skor Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Pada Kelompok Perlakuan

Hiperemesis Gravidarum	N	Mean	SD	Min - Max
Pre test	16	24,5	3,18	19 – 31
Post test	16	10,87	2,91	8 – 16

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata hiperemesis gravidarum responden pada kelompok perlakuan sebelum intervensi adalah $24,5 \pm 3,18$ dengan skor terendah adalah 19 dan

tertinggi 31. Skor setelah intervensi adalah $10,87 \pm 2,91$ dengan skor terendah adalah 8 dan tertinggi 16.

Tabel 2. Skor Hyperemesis Gravidarum Ibu Hamil Pada Kelompok Kontrol

Hyperemesis Gravidarum	N	Mean	SD	Min - Max
Pre test	16	24,56	1,26	23 - 27
Post Test	16	21,81	1,68	19 - 24

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata hyperemesis gravidarum observasi awal pada kelompok kontrol adalah $24,56 \pm 1,26$ dengan skor terendah 23 dan tertinggi 27. Sedangkan rata-rata hyperemesis gravidarum saat observasi akhir pada kelompok kontrol adalah $21,81 \pm 1,68$ dengan skor terendah 19 dan tertinggi 24.

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat keterkaitan antara variabel independent dengan variabel dependent yang diguga memiliki keterkaitan antara satu dengan yang lainnya. Pada penelitian ini analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian jahe hangat untuk mengurangi hyperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dengan hyperemesis gravidarum.

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Jahe Hangat untuk Mengurangi Hyperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I dengan Hyperemesis Gravidarum

Mual Muntah	Mean	SD	Mean Different	p-value	N
Perlakuan	13,62	4,12	10,87	0,000	32
Kontrol	2,75	1,39			

Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata pengurangan hyperemesis gravidarum pada kelompok perlakuan adalah 13,62 dan pada kelompok kontrol sebesar 2,75. Terdapat perbedaan penurunan hyperemesis gravidarum antara kelompok intervensi pemberian jahe hangat dengan kelompok kontrol (tidak ada intervensi dari peneliti) dengan beda rata-rata penurunan sebesar 10,87 dan nilai p-value = 0,000, dimana penurunan pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian jahe hangat berpengaruh signifikan terhadap penurunan hyperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dengan hyperemesis gravidarum.

tertinggi 31. Hiperemesis gravidarum merupakan keluhan mual dan muntah yang di kategorikan berat jika ibu hamil selalu muntah setiap kali minum ataupun makan. akibatnya, tubuh sangat lemas, muka pucat, dan frekuensi buang air kecil menurun drastis, aktifitas sehari-hari menjafi terganggu dan keadaan umum menurun. meski begitu, tidak sedikit ibu hamil yang masih mengalami mual dan muntah sampai trimester ketiga (Sukrisno Adi, 2010). Banyak faktor yang diduga menjadi penyebab hyperemesis gravidarum, menurut Proverawati (2010), hyperemesis gravidarum berawal ari kondisi emesis gravidarum yang tidak tertangani dan kondisi ini dapat disebabkan oleh faktor hormonal, faktor Psikososial, pekerjaan, dan paritas.

PEMBAHASAN

Kelompok Perlakuan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata hyperemesis gravidarum responden pada kelompok perlakuan sebelum intervensi adalah $24,5 \pm 3,18$ dengan skor terendah adalah 19 dan

Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rofi'ah, dkk (2017) yang menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi mual muntah responden sebelum pemberian jahe adalah 7,9 kali. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ibu

hamil trimester I dengan hyperemesis gravidarum umum mengeluhkan kondisi mual muntah yang berlebihan sehingga mengganggu aktifitas ibu sehari-hari. Ibu menyatakan bahwa mual muntah lebih dari 7x dalam 12 jam serta ibu menyatakan mual dan muntah hingga ibu tidak mengeluarkan apapun saat muntah kecuali udara. Kondisi ini sangat mengganggu dan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan ibu. Ibu merasa lemas, terlihat pucat sehingga mual muntah yang dialami sangat mengganggu terhadap aktifitas sehari-hari. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kejadian hyperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Muaralabuh. Berdasarkan hasil analisis penelitian, peneliti melihat tingkat keparahan hyperemesis gravidarum semakin tinggi pada kelompok ibu dengan usia > 35 tahun dan ibu bekerja yang memiliki ikatan kerja dengan pihak lain seperti pegawai swasta maupun pegawai negeri sipil, dimana sifat pekerjaan ini dapat meningkatkan stress psikologis akibat beban pekerjaan ibu, sedangkan stress merupakan suatu kondisi yang dapat memperparah kondisi mual dan muntah atau hyperemesis pada ibu hamil (Hasanah et al., 2014).

Setelah perlakuan, hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata hyperemesis gravidarum responden adalah $10,87 \pm 2,91$ dengan skor terendah adalah 8 dan tertinggi 16. Setelah intervensi pemberian rebusan jahe hangat pada ibu hamil trimester I dengan hyperemesis gravidarum terlihat adanya penurunan intensitas hyperemesis gravidarum jika dibandingkan sebelum intervensi. Hal ini terbukti dari hasil penelitian dimana sebelum intervensi ditemukan secara umum responden mengeluhkan kondisi mual dan muntah yang berlebihan dan mengganggu aktifitas sehari-hari (hyperemesis gravidarum, dimana frekuensi mual dan muntah yang terjadi lebih dari 7 kali sehari, tubuh menjadi lemah dan tidak bertenaga serta ibu mengalami muntah sampai tidak mengeluarkan apa-apa saat muntah serta ibu merasa sangat terganggu dengan mual muntah yang dialaminya).

Setelah 4 hari intervensi, peneliti menemukan adanya penurunan tingkat keparahan hyperemesis gravidarum, dimana sebagian besar responden menyatakan frekuensi mual muntah yang terjadi hanya berkisar antara 3 -4 kali sehari serta kondisi ini jauh lebih baik jika dibandingkan dengan sebelum intervensi, secara keseluruhan tingkat keparahan yang dirasakan responden sudah jauh berkurang dari sebelum pemberian rebusan jahe hangat.

Responden menyatakan keluhan atau penderitaan akibat mual muntah sudah jauh berkurang dari sebelum intervensi dan ibu tidak lagi mengalami mual muntah sampai tidak mengeluarkan apapun saat muntah. Kondisi ini menunjukkan bahwa adanya dugaan efektifitas pemberian tambahan intervensi jahe hangat mampu mengurangi intensitas hyperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Sejalan dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Putri, dkk (2014) yang meneliti tentang efektifitas pemberian jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum pemberian jahe rata-rata frekuensi mual muntah responden adalah 13 kali dan setelah intervensi turun menjadi 3,18 kali.

Kelompok Kontrol

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata hyperemesis gravidarum observasi awal pada kelompok kontrol adalah $24,56 \pm 1,26$ dengan skor terendah 23 dan tertinggi 27. Banyak faktor yang diduga menjadi penyebab hyperemesis gravidarum, menurut Proverawati (2010), hyperemesis gravidarum berawal dari kondisi emesis gravidarum yang tidak tertangani dan kondisi ini dapat disebabkan oleh faktor hormonal, faktor Psikososial, pekerjaan, dan paritas. Pada kelompok kontrol kondisi hyperemesis gravidarum responden tidak berbeda jauh dengan kelompok intervensi, dimana sebelum intervensi secara umum ibu juga mengeluhkan kondisi mual muntah yang

berlebihan sehingga mengganggu aktifitas ibu sehari-hari. Ibu menyatakan bahwa mual muntah lebih dari 7x dalam 12 jam serta ibu menyatakan mual dan muntah hingga ibu tidak mengeluarkan apapun saat muntah kecuali udara. Kondisi ini sangat mengganggu dan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan ibu. Tingkat keparahan hiperemesis gravidarum pada kelompok kontrol juga terlihat tingkat pada kelompok ibu dengan usia > 35 tahun dan ibu bekerja yang memiliki ikatan kerja dengan pihak lain seperti pegawai swasta maupun pegawai negeri sipil, dimana sifat pekerjaan ini dapat meningkatkan stress psikologis akibat beban pekerjaan ibu, sedangkan stress merupakan suatu kondisi yang dapat memperparah kondisi mual dan muntah atau hiperemesis pada ibu hamil.

Observasi Akhir (*Post Test*) menunjukkan bahwa rata-rata hiperemesis gravidarum observasi akhir pada kelompok kontrol adalah $21,81 \pm 1,68$ dengan skor terendah 19 dan tertinggi 24. Kelompok kontrol pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester I dengan hiperemesis gravidarum yang diberikan penanganan secara farmakologis oleh petugas kesehatan tanpa ada intervensi tambahan dari peneliti. Dimana penanganan secara farmakologis yang dilakukan di Puskesmas Muaralabuh adalah dengan pemberian obat-obatan sedative dalam hal ini Phenobarbital, pemberian tablet Fe, Vit. B1, B2 dan B6 yang berfungsi untuk menurunkan keluhan atau gangguan mual muntah serta juga diberikan anti histaminika berupa obat antimitetik seperti disklomin hidrokloride dan avomin sebagai obat anti mual atau anti muntah. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan yaitu penatalaksanaan hiperemesis gravidarum meliputi tindakan pencegahan, pemberian obat-obatan, isolasi terapi psikologik, diet, pemberian cairan prenatal (dalam pengawasan dokter) dan yang paling parah adalah penghentian kehamilan (Rahmawati, 2009). Sejalan dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Putri, dkk (2017) tentang efektivitas pemberian jahe hangat

dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi mual muntah post test pada kelompok kontrol turun dari 13 kali menjadi 9,8 kali setelah intervensi.

Pada kelompok kontrol yaitu kelompok ibu hamil trimester I dengan hiperemesis gravidarum yang tidak dilakukan intervensi tambahan dari peneliti juga terjadi penurunan tingkat keparahan hiperemesis gravidarum. Dimana pada observasi pertama kondisi hiperemesis gravidarum yang dialami oleh ibu tidak jauh berbeda dengan kelompok perlakuan, dimana ibu mengalami mual muntah secara berlebihan dengan frekuensi lebih dari 7 kali dalam 12 jam, ibu mengalami muntah secara berlebihan sampai ibu tidak mengeluarkan apapun saat muntah serta ibu merasa lemas, terlihat pucat sehingga mual muntah yang dialami sangat mengganggu terhadap aktifitas sehari-hari. Setelah hari ke 4 pengukuran ditemukan bahwa sudah ada pengurangan frekuensi mual muntah yang dialami ibu yaitu sebagian besar ibu mengalami mual muntah dengan frekuensi 5 – 6 kali sehari dan hanya 1 orang ibu yang masih mengalami mual muntah dengan frekuensi lebih dari 7 kali dalam sehari. Namun secara keseluruhan tingkat keparahan mual muntah ibu sudah mengalami penurunan dan mual muntah yang dialami tidak begitu mengganggu aktifitas jika dibandingkan dengan pengukuran pada hari pertama.

Pengaruh Pemberian Jahe Hangat untuk Mengurangi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I dengan Hiperemesis Gravidarum

Hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata pengurangan hiperemesis gravidarum pada kelompok perlakuan adalah 13,62 dan pada kelompok kontrol sebesar 2,75. Terdapat perbedaan penurunan hiperemesis gravidarum antara kelompok intervensi pemberian jahe hangat dengan kelompok kontrol (tidak ada intervensi dari peneliti) dengan beda rata-rata penurunan sebesar 10,87 dan nilai p-value = 0,000, dimana penurunan pada

kelompok intervensi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian jahe hangat berpengaruh signifikan terhadap penurunan hyperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dengan hyperemesis gravidarum.

Menurut Budhawaar (2006), Jahe sekurangnya mengandung 19 komponen yang berguna bagi tubuh yang salah satunya gingerol yaitu senyawa paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas antiemetik (antimuntah) yang manjur dengan bersifat memblok *serotonin*, yaitu senyawa kimia pembawa pesan. Senyawa *serotonin* menyebabkan perut berkontraksi dan menyebabkan rasa mual dan muntah pada ibu hamil. *Gingerol* pada jahe mampu memblok senyawa *serotonin* sehingga otot-otot saluran pencernaan akan mengendor dan rileks sehingga rasa mual banyak berkurang. Selaint itu, suatu penelitian mengatakan melaporkan bahwa jahe sangat efektif menurunkan kerja dari *metokloamid* yakni senyawa penginduksi mual muntah. Kandungan lain dari jahe yang dapat mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil adalah *potassium*, *magnesium*, dan vitamin B6 (*pyridoxine*) yang mampu mengendalikan atau mengurangi mual dan muntah dengan memberikan efek anti kembung (karminatif) dengan mengeluarkan gas dari organ pencernaan. Jahe juga merupakan stimulant aromatic yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltic usus, sehingga juga dapat mengurangi frekuensi mual muntah dengan memperbaiki kondisi psikologis (Buhawar, 2006).

Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rofi'ah, dkk (2017) dengan judul Efektivitas Konsumsi Jahe Dan Sereh Dalam Mengatasi Morning Sickness, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi mual muntah responden sebelum pemberian jahe adalah 7,9 kali dan penelitian yang telah dilakukan oleh Setyawati, dkk (2014) Pemberian jahe instan terhadap kejadian mual muntah dan

asupan energi pada ibu hamil trimester pertama, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Jahe instan dapat menurunkan tingkat mual muntah 6 kali lebih besar dibanding plasebo ($p < 0,05$).

Mekanisme penurunan hyperemesis gravidarum dengan pemberian tambahan seduhan jahe hangat adalah kandungan senyawa alami yaitu *potassium*, *magnesium* dan vitamin B6 (*pyridoxine*) dalam jahe yang mampu memberikan sifat *karminatif* yaitu sifat anti kembung dengan mengeluarkan kelebihan gas pada sistem pencernaan, jadi kandungan senyawa alami tersebut mampu mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil dengan mencegah kembung sebagai pemicu mual dan muntah. Kandungan utama jahe yaitu *gingerol* merupakan senyawa alami yang dapat memblok *serotonin* yaitu senyawa pembawa pesan mual dan muntah, sehingga apabila di blok maka akan mengurangi mual muntah dengan meningkatkan rileksasi pada organ pencernaan. Selanjutnya, jahe juga merupakan stimulan aromatik yang kuat yang dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltik usus sehingga mampu meningkatkan daya cerna tubuh sehingga rangsangan mual dan muntah dapat dikurangi. Maka dapat disimpulkan bahwa Jahe mempunyai semua efek "sekretoris" atau efek "mengeluarkan" dalam hal ini jahe bersifat anti kembung, kemudian jahe juga memiliki sifat antiemetik dengan memblok *serotonin* sebagai pembawa pesan mual sehingga mampu meningkatkan rileksasi pada organ pencernaan, serta jahe memiliki sifat aromatic yang kuat yang dapat meningkatkan peristaltic usus dan semua sifat kandungan jahe tersebut mampu meningkatkan kinerja sistem pencernaan sehingga frekuensi mual dan muntah dapat dikurangi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi jahe hangat disamping penatalaksanaan secara farmakologis lebih efektif dalam menurunkan tingkat hyperemesis

gravidarum pada ibu hamil trimester I. Penambahan intervensi dengan memberikan jahe hangat mampu menurunkan intensitas hyperemesis gravidarum dalam 4 hari intervensi dimana penurunan intensitas hyperemesis gravidarum terlihat jauh lebih baik jika dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu kelompok yang hanya diberikan penatalaksanaan secara farmakologis. Diharapkan kepada responden yaitu ibu hamil trimester I untuk dapat memanfaatkan seduhan jahe hangat dalam mengatasi atau mengurangi frekuensi hyperemesis gravidarum karena berdasarkan hasil penelitian pemberian air rebusan jahe efektif dalam menurunkan tingkat keparahan hyperemesis gravidarum pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Ketua STIKes Fort De Kock Bukittinggi, Ketua Program Studi Keperawatan yang telah mendukung penelitian ini. Selanjutnya kepada Bagian Litbang Prodi Keperawatan, dan seluruh responden yang turut andil dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Aini, Z. (2010). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Yang Mengalami Emesis Gravidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta Tahun 2010.
- Fitria, R. (2013). Efektifitas jahe untuk menurunkan mual muntah pada kehamilan trimester I. *Jurnal Maternity and Neonatal*, 1(2), 55–66.
- Hasanah, U., Dan, A., Departemen, M., Dan, B., Fakultas, K., Masyarakat, K., ... Alyamaniah, H. (2014). Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 3(No. 1 Juli 2014), 81–87. Retrieved from

<http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-biometrik10a64e0be22full.pdf>

- Nanny, V., Dewi, L., & Anggraeni, F. D. (2014). Ekstrak Jahe Lebih Efektif Dalam Mengurangi Mual Pada Kehamilan Trimester I Dibandingkan Dengan Vitamin B6, 3(3). Retrieved from <http://eprints.uad.ac.id/5407/1/14>. EFEKTIFITAS PEMBERIAN JAHE HANGAT DALAM MENGURANGI FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I.
- Ningsih, D. A. (2015). SESUDAH MENGGONSUMSI MINUMAN JAHE DIFFERENCE OF HYPEREMESIS GRAVIDARUM BEFORE AND AFTER CONSUMTION GINGER DRINK, 11(2), 111–118.
- Nugrahani, R. R. (2017). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe Dengan Jus Buah Jeruk Bali Terhadap Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester 1. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 30.
- Parwitasari, C. D., Utami, S., & Rahmalia, S. (2009). Perbandingan efektivitas pemberian rebusan jahe dan daun mint terhadap mual muntah pada ibu hamil. *Perbandingan*, 1, 1–10. Retrieved from <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=186726&val=6447&title=Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil>
- Putri, A. D., Andiani, D. (2017). Efektifitas pemberian jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester i. *Prosiding Seminar Nasional*, 978–979. Retrieved from <http://eprints.uad.ac.id/5407/1/14>. EFEKTIFITAS PEMBERIAN JAHE HANGAT DALAM MENGURANGI FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I.pdf

Rinata, E., & Ardillah, F. R. (2015). Penanganan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di BPM Nunik Kustantina Tulangan-Sidoarjo. *Komunitas*.

Wiraharja, R. S., Heidy, Rustam, S., & Iskandar, M. (2011). Kegunaan Jahe Untuk Mengatasi Gejala Mual Dalam Kehamilan. *Damianus Journal of Medicine*, 10(3), 161–170.