



**PENGARUH AIR REBUSAN JAHE TERHADAP HIPEREMESIS GRAVIDARUM
PADA IBU HAMIL**

Shinta Novelia*, Tommy Jemmy Fransiscus Wowor, Amelia

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jl. Harsono RM No.1, RT.5/RW.4, Ragunan, Ps. Minggu, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12550

*shinta.novelia@civitas.unas.as.id

ABSTRAK

Hiperemesis gravidarum adalah mual dan muntah berat yang berlebihan pada wanita hamil. Akibat dari hiperemesis gravidarum pada ibu dapat terjadi kekurangan nutrisi dan pada bayi dapat terjadi bblr, iugr, premature hingga terjadi abortus. Jahe merupakan stimulant aromatic yang kuat, yang dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltic usus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh rebusan jahe terhadap hiperemesis gravidarum. Penelitian dilakukan di Puskesmas Tanara Kabupaten Serang Tahun 2018. Jenis penelitian adalah quasi eksperimen dengan rancangan pre-test and post test control group. Sampel penelitian adalah 20 ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum yang berada di wilayah kerja Puskesmas Tanara Kabupaten Serang diambil secara accidental. Data dianalisis dengan Analisa univariat dan bicariat menggunakan uji beda t test. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan mual muntah setelah intervensi terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan rata-rata mual muntah 5 kali pada kelompok eksperimen dan 11 kali pada kelompok kontrol. Ada pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil HEG (p value = 0,000, t = -22.031). Diharapkan kepada pihak puskesmas akan mensosialisasikan terhadap para ibu hamil untuk mengkonsumsi minuman jahe pada saat mengalami hiperemesis gravidarum.

Kata kunci: hiperemesis gravidarum; ibu hamil; rebusan jahe

***THE EFFECT OF GINGER DECOCTION WATER ON HYPEREMESIS GRAVIDARUM
AMONG PREGNANT WOMEN***

ABSTRACT

Hyperemesis gravidarum is excessive severe nausea and vomiting in pregnant women. As a result of hyperemesis gravidarum in the mother there can be a lack of nutrition and in the baby it can occur LBW, IUGR, premature until abortion occurs. Ginger is a strong aromatic stimulant, which can control vomiting by increasing intestinal peristalsis. This study aims to determine the effect of ginger decoction on hyperemesis gravidarum. The research was conducted at the Tanara Health Center, Serang Regency in 2018. The type of research was quasi-experimental with a pre-test and post-test control group design. The research sample was 20 pregnant women who experienced hyperemesis gravidarum who were in the working area of the Tanara Health Center, Serang Regency, which were taken by accident. Data were analyzed with univariate and bicariat analysis using different t test. The results showed that there were differences in nausea and vomiting after the intervention in the experimental group and the control group with an average of 5 times nausea and vomiting in the experimental group and 11 times in the control group. There is an effect of giving ginger boiled water on the frequency of nausea and vomiting in HEG pregnant women (p value = 0.000, t = -22.031). It is hoped that the puskesmas will socialize pregnant women to consume ginger drinks when experiencing hyperemesis gravidarum.

Keywords: *gravidarum; ginger; hyperemesis.*

PENDAHULUAN

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) jumlah kejadian hiperemesis gravidarum mencapai 12,5% dari jumlah seluruh kehamilan di dunia. Mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati menjadi nekrosis (Sarlis, 2020). Di Indonesia Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data ibu dengan hiperemesis gravidarum mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan. Keluhan mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Satu diantara seribu kehamilan gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya kadar hormone estrogen dan kadar Hormone Chorionic Gonadotropin (HCG) dalam serum perubahan fisiologis kenaikan hormone ini belum jelas, mungkin karena system saraf pusat atau pengosongan lambung yang berkurang (Afiyanti, 2017).

Mual dan muntah merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stress yang dikaitkan dengan kehamilan (Handayani, 2022; Herrel, 2014). Selama masa kehamilan sebanyak 90% wanita mengalami beberapa bentuk mual dan muntah yang dapat berkisar dari gejala mual ringan yang khas sampai sedang yang dapat sembuh dengan sendirinya dengan atau tanpa disertai muntah, sampai kondisi berat, yaitu hiperemesis gravidarum (Denise, 2008). Akibat terjadinya hiperemesis gravidarum adanya perubahan hormon selama kehamilan. Dimana terjadi kenaikan hormon HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*) yang dihasilkan oleh plasenta selama kehamilan. Selain itu dapat juga dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron. Adanya gangguan fungsi hati, gerak peristaltik dari sistem pencernaan, dan infeksi juga dapat menyebabkan terjadinya hiperemesis gravidarum, adanya peningkatan hormonal pada kehamilan, terutama pada kehamilan ganda, usia dibawah 24 tahun, perubahan metabolic dalam kehamilan, alergi dan factor psikososial, wanita dengan riwayat mual dan muntah pada kehamilan sebelumnya dan wanita yang mengalami obesitas juga mengalami peningkatan resiko HEG (Wiknjastro, 2009).

Rasa mual pada awal kehamilan dapat dikurangi dengan menggunakan terapi komplementer antara lain dengan tanaman herbal atau tradisional yang bisa di lakukan dan mudah di dapatkan seperti daun peppermint, lemon, jeruk bali dan jahe (Purba & Sembiring, 2021). 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 (Budhwaar, 2016). Nutrisi yang terkandung dalam jahe adalah potassium 3,4%, magnesium 3,0% copper 3,0%, dan vitamin B6 (pyridoxine) 2,5% (Nugrahni, 2015).

Di Indonesia pada umumnya penelitian tentang bagaimana mengurangi mual dan muntah yang terjadi selama kehamilan dengan berbagai teknik sudah dilakukan, namun menggunakan jahe sebagai alternative dalam mengurangi mual dan muntah selama kehamilan trimester pertama belum banyak dilakukan terutama di daerah Puskesmas Tanara. Berdasarkan data di atas atau uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Pemberian Rebusan Jahe Terhadap Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil di Puskesmas Tanara Kab.Serang Tahun 2018 “. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui dampak rebusan jahe terhadap hiperemesis gravidarum pada ibu hamil di Puskesmas Tanara Kab. Serang Tahun 2018.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu atau *quasi* eksperimen dengan rancangan *group pre-test and post test control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum di Puskesmas Tanara Kab.Serang sebanyak 40 orang pada periode bulan januari sampai dengan juli 2018. Teknik pengambilan sample adalah menggunakan accidental sampling. 20 orang ibu hamil bersedia menjadi respondent penelitian yang kemudian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen (10 orang) dan kontrol (10 orang). Kriteria inklusi adalah Ibu hamil yang datang melakukan kunjungan ANC dengan keluhan mual dan muntah serta ibu hamil yang dirawat atas indikasi mual muntah yang mengganggu kesadaran ibu. Kriteria eksklusi adalah ibu hamil yang tidak memeriksakan kehamilannya dan ibu hamil yang mengalami komplikasi. Instrument yang digunakan dalam penelitian adalah lembar observasi. Air rebusa jahe dibuat dengan cara memotong jahe (1 gr) kedalam panci tambahkan air putih (1 liter) aduk dengan sendok makan, kemudian rebus sampai mendidih, di minum sehari 4 kali dengan kandungan jahe masing-masing 250 mg. Pengukuran dilakukan 2x untuk setiap kelompok yaitu sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Data diolah menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji independent t test dan dependent t test.

HASIL

Tabel 1.
Distribusi frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi (n=10)

Variabel	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Mual muntah >10 kali	10	100	-	-
Mual muntah <10 kali	-	-	10	100

Tabel 1 dapat disimpulkan bahwa semua responden ibu hamil mengalami mual muntah lebih dari 10 kali sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan intervensi didapatkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil kurang dari 10 kali.

Tabel 2.
Perbedaan frekuensi mual dan muntah sebelum dan sesudah intervensi (n=10)

Ibu Hamil yang HEG	N	Rata-Rata	Standar Deviasi	T-Hitung	P-Value
Eksperimen	10	5.0000	.5164	-22.031	.000
Kontrol	10	11.0000	.701711		

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 10 responden pada kelompok eksperimen yaitu rata-rata mual muntah 5 kali perhari, Sedangkan 10 responden pada kelompok kontrol rata-rata mual muntah 11 kali perhari. Dari hasil uji statistik dapat kita simpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata mual muntah pada kelompok eksperimen dan pada kelompok kontrol ($p=.000$ $t=-22.031$).

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian didapatkan bahwa rata-rata mual muntah sesudah intervensi mengalami penurunan. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan pemberian jahe pada ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Azizah et al. (2022) yang menyimpulkan bahwa ada pengaruh rebusan jahe terhadap penurunan kejadian hiperemesis pada ibu hamil. Pada kehamilan, mual dan muntah sebenarnya adalah hal yang fisiologis pada

trimester I (Hatini, 2019; Wulandari & Mulia, 2021). Hal tersebut terjadi karena kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita seperti peningkatan hormon estrogen, progesterone, dan pengeluaran humanchorionic gonadotrophinplasenta. Namun, pada kondisi patologis gejala mual dan muntah yang berat dapat berlangsung sampai 4 bulan. Pekerjaan sehari-hari menjadi terganggu dan keadaan umum menjadi buruk. Keadaan inilah yang disebut hiperemesis gravidarum.

Hiperemesis gravidarum yang tidak mendapatkan penanganan yang baik dapat mengancam kesejahteraan ibu dan janin seperti kekurangan nutrisi pada ibu sampai terjadinya bblr. Kondisi hiperemesis gravidarum menyebabkan ibu muntah terus menerus tiap kali minum atau makan, akibatnya tubuh ibu semakin lemah, pucat, dan frekuensi buang air kecil menurun drastis sehingga cairan tubuh berkurang dan darah menjadi kental (hemokonsentrasi) sehingga melambatkan peredaran darah yaitu oksigen dan jaringan sehingga dapat menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat membahayakan kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya (Fatmawati, Septianilova & Imansari, 2021; Hidayati, 2009). Hasil penelitian lainnya menunjukkan Jahe efektif dalam mengurangi emesis gravidarum dan dengan jahe dengan dosis yang tepat dan cara yang tepat untuk mengurangi rasa mual dan muntah (Carolin & Putri, 2022). Jahe digunakan dalam pengobatan Ayurveda dan herbal untuk waktu yang lama (Mahady et al., 2005) berguna dalam pengobatan mual & muntah terutama gerak penyakit dan aktivitas hiperemesis gravidarum.

Hasil penelitian ini menunjukkan pengaruh pemberian rebusan jahe terhadap ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum. Hal tersebut sesuai dengan teori Ramadhan (2013) yang menjelaskan bahwa kandungan di dalam jahe terdapat minyak atsiri Zingiberena (zingirona), zingiberol, bisabilena, kurkumen, gingerol, flandrena, vit A dan resin pahit yang dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter yang disintesis pada neuron-neuron serotonergis dalam sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan sehingga dipercaya dapat sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah. Wiraharja (2011) dan Rochkmana & Widyawati (2108) yang menyatakan bahwa jahe sering digunakan untuk tujuan pengobatan. Salah satu indikasi yang biasa digunakan adalah untuk mengatasi mual dan muntah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Aini & Kanarsih (2010) di wilayah kerja Puskesmas Wirobrajan. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian air rebusan jahe pada ibu yang mengalami hiperemesis gravidarum. Peneliti berasumsi bahwa adanya pengaruh minuman jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil disebabkan oleh rasa dari jahe yang khas dan juga aromanya yang memiliki khasiat aroma terapi. Rasa khas jahe yang agak pedas dapat membuat kondisi perut menjadi hangat dan nyaman dan hal tersebut dapat mengurangi mual yang datang.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa air rebusan jahe efektif dalam menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil HEG, maka diharapkan setelah penelitian ini berakhir pihak puskesmas akan mensosialisasikan terhadap para ibu hamil untuk mengkonsumsi minuman jahe dan madu pada saat mengalami hiperemesis gravidarum.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, Z., & Kanarsih, W. (2010). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Mual Muntah pada Ibu yang Mengalami Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta Tahun 2010 (Doctoral dissertation, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta).

- Azizah, N., Kundaryanti, R., & Novelia, S. (2022). The effect of ginger decoction on emesis gravidarum among trimester I pregnant women. *Nursing and Health Science Journal (NHSJ)*, 2(1), 5-9.
- Afriyanti, D. (2017). Efektivitas Wedang Jahe Dan Daun Mint Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil di PMB YF Kota Bukittinggi Tahun 2017. *Human Care Journal*, 2(3).
- Carolin, B. T., & Putri, M. R. (2022). Overcoming Emesis Gravidarum By Consuming Ginger (*Zingiber Officinale* Var. *Rubrum*). *Nveo-Natural Volatiles & Essential Oils Journal| Nveo*, 59-65.
- Fatmawati, A., Septianilova, R. S., & Imansari, B. (2021). GINGER IN PREGNANT WOMEN WITH EMESIS. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 4(4).
- Handayani, T. R. (2022). Complementary Therapies in Reducing of Emesis Gravidarum. *Science Midwifery*, 10(5), 3934-3939.
- Hatini, E. E. (2019). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Wineka Media.
- Hidayati, R. (2009). *Asuhan keperawatan pada kehamilan fisiologis dan patologis*. Penerbit Salemba.
- Herrell, H. E. (2014). Nausea and vomiting of pregnancy. *American family physician*, 89(12), 965-970.
- Mahady, G. B., Pendland, S. L., Stoia, A., Hamill, F. A., Fabricant, D., Dietz, B. M., & Chadwick, L. R. (2005). In vitro susceptibility of *Helicobacter pylori* to botanical extracts used traditionally for the treatment of gastrointestinal disorders. *Phytotherapy Research: An International Journal Devoted to Pharmacological and Toxicological Evaluation of Natural Product Derivatives*, 19(11), 988-991.
- Purba, A., & Sembiring, R. (2021). Implementasi Pelayanan Komplementer Dalam Asuhan Kehamilan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 2(2), 41-46.
- Ramadhan, A. J. (2013). *Aneka Manfaat Ampuh Rimpang Jahe untuk Pengobatan*. Diandra Pustaka Indonesia. Yogyakarta.
- Rochkmana, M. J., & Widyawati, M. N. (2018). The effectiveness of ginger and mint leaves decoction toward the frequency of emesis gravidarum. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 12(2), 119-123.
- Sarlis, N. (2020). faktor yang berhubungan terhadap cara mengatasi mual muntah pada kehamilan trimester I. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(2), 75-79.
- Tiran, Denise. (2008). *Mual Muntah Kehamilan*. EGC : Jakarta.
- Wiraharja, R. S., Heidy, H., Rustam, S., & Iskandar, M. (2011). Kegunaan jahe untuk mengatasi gejala mual dalam kehamilan. *Damianus Journal of medicine*, 10(3), 161-170.
- Wiknjastro, H. (2009). *Ilmu Kebidanan*. Edisi ke 4 Cetakan ke 2. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka, 523-529.
- Wulandari, R. C. L., & Mulia, M. C. (2021). Literature Review: The Effectiveness of Giving

Ginger (*Zingiber Officinale Roscoe*) to Pregnant Women Nausea Vomiting 1st Trimester Pregnancy.