

## **Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di PBM HJ Hotma Deli Siregar Tahun 2022**

**Sutra Warni<sup>1</sup>, Basaria Manurung<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Jl. Pintu Air IV Jl. Ps. VIII No.Kel, Kwala Bekala, Kec. Medan Johor, Kota Medan, Sumatera Utara 20142

Email: [sutrawarni234@gmail.com](mailto:sutrawarni234@gmail.com)<sup>1</sup>, [basariamanager31@gmail.com](mailto:basariamanager31@gmail.com)<sup>2</sup>

### **Abstract**

*Nausea and vomiting during pregnancy (NVP) is a common symptom during early pregnancy, affecting as many as 80% of pregnant women. Nausea and vomiting during pregnancy is called morning sickness. This study aims to determine the effect of giving warm ginger in reducing hyperemesis gravidarum in first trimester pregnant women at PBM HJ Hotma Deli Siregar in 2022. This type of research is a quasi-experimental study with a one group pretest-posttest design. The population is all pregnant women who are at PBM HJ Hotma Deli Siregar in 2022, totaling 50 pregnant women. The number of samples used was 50 people obtained by using total sampling technique. Data analysis technique using chi square. The results obtained in this study were that from 50 respondents, there was a decrease in nausea and vomiting in pregnant women by giving warm ginger with a p value = 0.000. Conclusion: There is an Effect of Giving Warm Ginger in Reducing Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women.*

**Keywords:** *Emesis Gravidarum, Warm Ginger*

### **Abstrak**

Mual dan muntah (*nausae and vomiting during pregnancy/ NVP*) adalah gejala umum selama awal kehamilan, mempengaruhi sebanyak 80% wanita hamil. Mual dan muntah selama kehamilan disebut *morning sickness*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di PBM HJ Hotma Deli Siregar Tahun 2022. Jenis Penelitian ini merupakan penelitian dengan *Quasi eksperimen* dengan rancangan yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Populasi adalah seluruh ibu hamil yang berada di PBM HJ Hotma Deli Siregar Tahun 2022 yang berjumlah 50 ibu hamil. Jumlah sampel yang digunakan adalah 50 orang yang diperoleh dengan menggunakan teknik *Total sampling*. Teknik analisis data menggunakan chi square. hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah dari 50 responden, terdapat penurunan mual muntah pada ibu hamil dengan pemberian jahe hangat dengan nilai  $p= 0,000$ . Kesimpulan : ada Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I.

**Kata Kunci:** *Emesis Gravidarum, Jahe Hangat*

## **I. LATAR BELAKANG**

Dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs) sampai tahun 2030 salah satu indikator pencapaian adalah Kesehatan ibu dan anak. Tujuan SDGs adalah integrasi pembangunan nasional. Salah satu integrasi pembangunan nasional dituangkan dalam tujuan SDGs yang ketiga yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala usia. Salah satu capaian SDGs ketiga adalah menjamin akses semesta kepada pelayanan kesehatan seksual dan reproduksi, mencapai *universal health coverage*, akses pelayanan kesehatan dasar berkualitas. Upaya pencapaian tersebut harus terintegrasi terhadap upaya penurunan kematian anak dan pengembangan kesehatan ibu (SDKI,2018).

Angka Kematian Ibu (AKI) Keberhasilannya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). Pada tahun 2015, AKI adalah 305/100.000 kelahiran hidup (KH). Angka ini masih menunjukkan tingginya kematian ibu, sehingga sebagai upaya penurunan AKI pemerintah meluncurkan program *safe motherhood initiative* dengan tujuan memastikan semua wanita mendapatkan perawatan yang dibutuhkan sehingga selamat dan sehat selama kehamilan dan persalinan (Kemenkes RI,2019).

Kehamilan merupakan pertumbuhan dan perkembangan janin sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan. Setiap proses dalam kehamilan merupakan kondisi krisis yang memerlukan adaptasi psikologis dan fisiologis terhadap pengaruh hormon kehamilan dan tekanan mekanis akibat pembesaran uterus dan jaringan lain. Perubahan fisiologis pada awal kehamilan adalah perubahan hormonal, terjadi peningkatan hormon estrogen dan progesteron yang mengakibatkan adanya rasa mual dan muntah (D. Serdar,2019).

Kehamilan menyebabkan perubahan fisik, psikis dan hormonal pada tubuh ibu. Hal tersebut menimbulkan bermacam-macam keluhan, salah satunya adalah mual muntah atau morning sickness yang biasa terjadi pada awal kehamilan. Mual muntah merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stress yang dikaitkan dengan kehamilan. Hampir 50-90% perempuan hamil mengalami mual muntah pada trimester pertama. Mual dan muntah seringkali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi diawal kehamilan (Febriyeni,2021).

Mual dan muntah (*nausea and vomiting during pregnancy/ NVP*) adalah gejala umum selama awal kehamilan, mempengaruhi sebanyak 80% wanita hamil. Mual dan

muntah selama kehamilan disebut *morning sickness*. Studi tentang *morning sickness* menunjukkan bahwa kurang dari 2% wanita mengalami mual hanya di pagi hari dan 80% melaporkan mual sepanjang hari. Tingkat mual dan muntah yang paling parah selama kehamilan mengarah ke kondisi yang disebut *hiperemesis gravidarum* (R. DA,2021).

Mual muntah yang terjadi pada kehamilan yang disebabkan karena terjadi peningkatan kadar hormon estrogen dan progesterone yang diproduksi oleh Human Chorionic Gonadotropine (HCG) dalam serum dari plasenta. Frekuensi terjadinya *morning sickness* tidak hanya di pagi hari melainkan bisa siang bahkan malam hari. Selain itu karena mencium aroma suatu masakan, setengah dari perempuan hamil pasti akan mengalami mual muntah. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primi gravida dan 40-60% multi gravida. Perubahan hormon pada setiap perempuan hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual muntah pada kehamilan. Hiperemesis gravidarum terjadi pada sekitar 0,3-2,0% kehamilan. Hal ini ditandai dengan muntah terus menerus, dehidrasi, ketosis, pengecilan otot, gangguan asupan nutrisi dan metabolisme, menyebabkan ketidakseimbangan cairan dan elektrolit (Alulu,2019).

## II. KAJIAN TEORITIS

Emesis gravidarum adalah gejala yang wajar atau sering terdapat pada kehamilan trimester pertama. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gajala ini biasanya terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung kurang lebih 10 minggu<sup>14</sup>. Mual muntah terjadi hampir 80% pada ibu hamil.

Hiperemesis gravidarum adalah keadaan dimana penderita mual dan muntah berlebihan, lebih dari 10 kali dalam 24 jam atau setiap saat, sehingga mengganggu kesehatan dan pekerjaan sehari – hari (Arief. B., 2009). Wanita hamil memuntahkan segala apa yang dimakan dan diminum sehingga berat badannya sangat turun, turgor kulit berkurang, diuresis berkurang dan timbul asetonuri, keadaan ini di sebut hiperemesis gravidarum (Sastrowinata, 2004). Hiperemesis gravidarum adalah vomitus yang berlebihan atau tidak terkendali selama masa hamil, yang menyebabkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, atau defisiensi nutrisi, dan kehilangan berat badan (Lowdermilk, 2004)

Hiperemesis gravidarum adalah keluhan mual dan muntah hebat lebih dari 10 kali sehari dalam masa kehamilan yang dapat menyebabkan kekurangan cairan, penurunan berat badan, atau gangguan elektrolit, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari dan membahayakan janin dalam kandungan. Mual dan muntah berlebihan yang terjadi pada wanita hamil sehingga menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan kadar elektrolit, penurunan berat badan (lebih dari 5% berat badan awal), dehidrasi, ketosis, dan kekurangan nutrisi. Hal tersebut mulai terjadi pada minggu keempat sampai kesepuluh kehamilan dan selanjutnya akan membaik pada usia kehamilan 20 minggu, namun pada beberapa kasus dapat terus berlanjut sampai pada kehamilan tahap berikutnya.

Pada umumnya hiperemesis gravidarum terjadi pada minggu ke 6- 12 masa kehamilan, yang dapat berlanjut sampai minggu ke 16-20 masa kehamilan. Mual dan muntah merupakan gejala yang wajar ditemukan pada kehamilan triwulan pertama. Biasanya mual dan muntah terjadi pada pagi hari sehingga sering dikenal dengan morning sickness. Sementara itu setengah dari wanita hamil mengalami morning sickness, antara 1,2 - 2% mengalami hiperemesis gravidarum, suatu kondisi yang lebih serius. Hampir 50% wanita hamil mengalami mual dan biasanya mual ini mulai dialami sejak awal kehamilan. Mual muntah saat hamil muda sering disebut morning sickness tetapi kenyataannya mual muntah ini dapat terjadi setiap saat.

### **III. METODE PENELITIAN**

Jenis Penelitian ini adalah Penelitian ini menggunakan *Quasi eksperiment* dengan rancangan yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. dimana tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di PBM Hj Hotma Deli Siregar Tahun 2022. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah menggunakan total sampling, yaitu sebanyak 50 orang.

#### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel .1

Distribusi responden berdasarkan karakteristik responden (N=15)

No	Karakteristik	F	%
1	Umur		
	<20 tahun	3	20.0
	20-35 tahun	12	80.0
2	Pendidikan		
	SMP	1	6.7
	SMA	14	93.3
3	Pekerjaan		
	IRT	13	86.7
	Wiraswasta	2	13.3
4	Paritas		53.3
	G1PoAo	8	
	G2P1Ao	4	26.7
	G3P2Ao	3	20.0

Berdasarkan tabel .1 diketahui dari 15 responden ibu hamil trimester pertama mayoritas berusia 20-35 tahun, mayoritas responden berpendidikan SMA, mayoritas responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga, dan mayoritas responden belum memiliki anak atau baru mengalami kehamilan.

Tabel .2

Kategori mual muntah sebelum dan sesudah intervensi (N=15)

No	intervensi	Kategori	F	%
1	Sebelum	Sedang	2	13,3
		Berat	13	86,7
2	Sesudah	Tidak muntah	11	73,3
		Ringan	4	26,7

Berdasarkan tabel .2 mayoritas responden berada dalam kategori mual muntah berat sebelum dilakukan intervensi. Setelah dilakukan intervensi mayoritas responden berada dalam kategori tidak mengalami mual muntah.

#### Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan nilai mual muntah sebelum intervensi dan setelah intervensi dengan menggunakan uji T-dependent. Berdasarkan uji normalitas diketahui hasil  $P$  value  $0,415 > \alpha (0,05)$  dan terlihat

bahwa data berdistribusi normal sehingga syarat penggunaan uji *T-dependent* terpenuhi.

Tabel .3

Hasil analisis mual muntah sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada ibu hamil trimester I

Intervensi	Mean	N	Perbedaan		SD	SE	Pvalue
			Mean	SD			
<b>Sebelum</b>	10.93	15	7.60	1.40	1.43	0.37	0,000
<b>Sesudah</b>	3.33	15			0.61	0.15	

Berdasarkan tabel .3 diatas didapatkan hasil sebelum dilakukan intervensi 10,93 dengan standar deviasi 0,37. Dan setelah dilakukan intervensi didapatkan hasil 3,33 dengan standar deviasi 0,61. Terjadi penurunan rerata sebelum dan sesudah intervensi adalah 7,60 dengan standar deviasi 1,40. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p < 0,000 > (0,05)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian permen jahe efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian didapatkan Hasil Frekuensi mual muntah responden sebelum diberikan intervensi yaitu 10,93 dan setelah diberikan intervensi yaitu 3,33 dengan penurunan rata- rata 7,60. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p < (0,05)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian jahe hangat efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

## VI. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih saya ucapkan kepada pihak yang telah membantu dalam penelitian ini.

## DAFTAR REFERENSI

- SDKI, "Survei Demografi dan Kesehatan 2017," *Ris. Kesehat. Dasar* 2018, 2017.
- Kemendes RI, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. 2019.
- D. Serdar, "Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Dahlian Makassar," *Sustain.*, 2019.
- F. Febriyeni and V. Delfina, "PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN JAHE DAN DAUN PANDAN TERHADAP FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I," *J. Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 2021, doi: 10.26751/jikk.v12i1.843.
- R. DA, "Asuhan Gizi Pada Hiperemesis Gravidarum," *JNH (Journal Nutr. Heal.*, 2021.
- S. I. N. Alulu, "Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta," *Naskah Publ.*, 2019.
- diane marlin, "Hiperemesis Gravidarum: Asesmen dan Asuhan Kebidanan," *Sci. J.*, 2018.
- A. Nurdiana, "PENGARUH PEMBERIAN PERMEN JAHE TERHADAP MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL DI KLINIK KHAIRUNIDA SUNGGAL TAHUN 2018," *J. Ilm. PANNMED (Pharmacist, Anal. Nurse, Nutr. Midwifery, Environ. Dent.*, 2019, doi: 10.36911/pannmed.v13i1.132.
- Y. K. Yuni Kurniati, "KARAKTERISTIK IBU HAMIL YANG MENGALAMI HIPEREMESIS GRAVIDARUM," *J. Kebidanan J. Med. Sci. Ilmu Kesehat. Akad. Kebidanan Budi Mulia Palembang*, 2019, doi: 10.35325/kebidanan.v8i2.128.
- M. Ahmed, J. H. Hwang, S. Choi, and D. Han, "Safety classification of herbal medicines used among pregnant women in Asian countries: A systematic review," *BMC Complement. Altern. Med.*, 2017, doi: 10.1186/s12906-017-1995-6.
- S. N. Abidah and F. N. Fauziyatun, "FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL DI RB ZAKAT SURABAYA," *EMBRIO*, 2019, doi: 10.36456/embrio.vol11.no2.a2045.
- Notoatmodjo, S. 2017. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta