

Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Terhadap Penurunan *Hiperemesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Klinik Pratama Keluarga Sehat

Dwi Rosmawati

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung
Jalan Letnan Kolonel H Jl. Endro Suratmin, Sukarame, Kec. Sukarame, Kota Bandar Lampung,
Lampung. Kode pos 35131

*Correspondent Email: dwirosmawati@radenintan.ac.id

Diterima 10 Juli 2024 | Disetujui 15 Agustus 2024 | Diterbitkan 16 Agustus 2024

Abstract. *Hyperemesis gravidarum is excessive nausea and vomiting in pregnant women that can interfere with maternal and fetal health. Ginger has long been used as a traditional medicine to treat nausea and vomiting. This study aims to determine the effect of giving ginger drink on reducing hyperemesis gravidarum in first trimester pregnant women. This research plan uses experimental method (pre-experiment), with one group pretest posttest design. The population in this study were 11 first trimester pregnant women who experienced hyperemesis gravidarum at the Keluarga Sehat Private Clinic. Data were collected using a questionnaire to measure the frequency of nausea and vomiting and observation to measure the severity of hyperemesis gravidarum. The results showed that from the data analysis using the t-test, it was found that $t_{count} > t_{table}$, namely $4.183 > 2.228$ and based on significance, it was found that the significance value was < 0.05 , namely 0.02 , so H_0 was rejected and H_a was accepted, meaning that there was an influence between the implementation of ginger drink in reducing hyperemesis gravidarum in 1st trimester pregnant women. **Conclusion:** There is a decrease in hyperemesis gravidarum after being given ginger drinks, there is an effect of giving ginger drinks on reducing hyperemesis gravidarum in pregnant women in the first trimester at the Keluarga Sehat Private Clinic. (p value = 0.00).*

Keywords: *Hyperemesis gravidarum; pregnant women; 1st trimester; ginger; nausea; vomiting*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan masa yang membahagiakan bagi wanita. Namun, bagi sebagian ibu hamil, trimester pertama dapat menjadi masa yang penuh dengan mual dan muntah yang berlebihan, yang dikenal sebagai *hiperemesis gravidarum*. *Hiperemesis gravidarum* dapat menyebabkan dehidrasi, penurunan berat badan, dan gangguan elektrolit, dan bahkan dapat berakibat fatal bagi ibu dan janin. (Helen Varney, dan M. Kriebs, 2018)

Hiperemesis gravidarum diketahui mempengaruhi 1,5-2% kehamilan dan dapat terjadi kapan saja selama trimester pertama, dengan puncaknya pada minggu ke-9 dan ke-10 kehamilan. Penyebab pasti *hiperemesis gravidarum* belum diketahui, namun diduga melibatkan faktor hormonal, HCG (*human chorionic gonadotropin*) dan faktor psikologis. (Suprihatno, 2019)

Menurut *World Health Organization* (WHO) jumlah kejadian *hiperemesis gravidarum* mencapai 12,5 % dari jumlah seluruh kehamilan mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati yang mengakibatkan terjadinya nekrosis (WHO, 2017). Sekitar 60 -80% primigravida dan 40 -60 % multigravida mengalami mual muntah, namun gejala ini terjadi lebih berat hanyapada 1 di antara 1.000 kehamilan. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2018) Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2018 mencatat angka kejadian *hiperemesis gravidarum* di Indonesia sebesar 1.864 dari 21.581 ibu hamil (5,31%). (Kementerian Kesehatan RI, 2018)

Pengobatan *hiperemesis gravidarum* umumnya dilakukan dengan terapi non-farmakologi dan farmakologi. Terapi non-farmakologi seperti akupunktur, aromaterapi, dan konsumsi makanan kecil yang sering dapat membantu meredakan gejala. Namun, pada kasus yang parah, diperlukan terapi farmakologi dengan obat antiemetik. (Noer, 2018)

Jahe (*Zingiber officinale*) telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional untuk mengatasi berbagai macam penyakit, termasuk mual dan muntah. Jahe mengandung senyawa aktif seperti gingerol, shogaol, dan zingerone yang memiliki sifat antiemetik dan antiinflamasi. (Tan, 2015)

Jahe sekurangnya mengandung 19 komponen yang berguna bagi tubuh yang salah satunya gingerol yaitu senyawa paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas antiemetik (anti mual) yang manjur dengan bersifat memblokir serotonin, yaitu senyawa kimia pembawa pesan. (Afriyanti, D., & Rahendza, 2020) Senyawa ini menyebabkan perut berkontraksi sehingga apabila diblok maka otototot saluran pencernaan akan mengendor dan melemah sehingga rasa mual banyak berkurang. (Juliana, 2016)

Penelitian telah dilakukan untuk mengeksplorasi efektivitas jahe dalam mengurangi gejala hiperemesis gravidarum. Penelitian yang dilakukan oleh Kristiningtyas (2023) menemukan bahwa pemberian ekstrak jahe 2 gram, dua kali sehari selama satu minggu secara signifikan menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Namun, penelitian tersebut memiliki keterbatasan karena jumlah sampel yang relatif kecil. (Kristiningtyas and Nurcahyati, 2023)

Penelitian lain oleh Sri Dewi (2019) menunjukkan hasil yang serupa, tetapi dengan menggunakan dosis jahe yang berbeda dengan hasil uji non parametrik dengan wilxocom didapatkan hasil ($0,005 < 0,05$), Maka disimpulkan ada Efektivitas minuman jahe terhadap pengurangan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester (Apyanti, Y. P., & Gravidarum, 2019). Sebagian besar penelitian sepakat bahwa jahe memiliki potensi sebagai terapi komplementer untuk mengatasi hiperemesis gravidarum. (Saadah, 2019)

Beberapa penelitian telah menunjukkan efektivitas jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman jahe terhadap penurunan *hiperemesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di Klinik Pratama Keluarga Sehat.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan metode eksperimen (*pra eksperiment*), dengan desain *one group pretest posttest* yaitu rancangan yang tidak menggunakan kelompok pembanding (*control*), tetapi melakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan – perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (program). (Sugiyono, 2019) Populasi dalam penelitian ini adalah 11 ibu hamil trimester 1 yang mengalami *hiperemesis gravidarum* di Klinik Pratama Keluarga Sehat.

HASIL

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat yang bertujuan untuk mengidentifikasi *Hiperemesis gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian minuman jahe dan bivariat untuk mengetahui pengaruh implementasi minuman jahe dalam menurunkan *Hiperemesis gravidarum* di Klinik Pratama Keluarga Sehat. (Fauzi, 2018)

Hiperemesis Gravidarum sebelum Pemberian Minuman Jahe

Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Hiperemesis Gravidarum* Sebelum Pemberian Minuman Jahe di Klinik Pratama Keluarga Sehat.

Kategori	F	%
0	0	0
1-3	2	18,2
4-6	9	81,8
7-10	0	0
Total	11	100%

Berdasarkan table 1 dapat diketahui dari 11 responden yang mengalami mual muntah ringan dengan frekuensi mual muntah 3 kali sehari sebanyak 2 orang (18,2%) dan yang mengalami mual muntah sedang dengan frekuensi mual muntah 4-6 kali sebanyak 9 orang (81,8%).

Hiperemesis Gravidarum Setelah Pemberian Minuman Jahe

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Frekuensi *Hiperemesis Gravidarum* Sesudah Pemberian Minuman Jahe di Klinik Pratama Keluarga Sehat.

Kategori	%
0	81,8
1-3	9,1
4-6	9,1
7-10	0
Total	100%

Berdasarkan table 2 dapat diketahui dari 11 responden setelah di berikan minuman jahe terdapat 9 orang (81,8%) yang mengalami penurunan pada *Hiperemesis gravidarum*, dan 2 orang (18,2%) tidak mengalami penurunan *Hiperemesis gravidarum*.

Perbandingan *Hiperemesis Gravidarum* Sebelum dan Sesudah Pemberian Minuman Jahe

Tabel 3. Perbandingan *Hiperemesis Gravidarum* antara Sebelum dan Sesudah Pemberian Minuman Jahe di Klinik Pratama Keluarga Sehat.

Frekuensi <i>Hiperemesis Gravidarum</i>	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Tetap	11	100	2	18,2
Menurun	0	0	9	81,8
Meningkat	0	0	0	0
Total	11	100	11	100

Berdasarkan tabel 3 dapat sesudah pemberian minuman jahe responden yang mengalami penurunan sebanyak 9 orang (81,1%) dan 2 orang (18,2%) tetap mengalami *Hiperemesis gravidarum*.

Hasil Analisis Statistik

Tabel 4. Analisis Pengaruh Implementasi Pemberian Minuman Jahe dalam Mengurangi *Hiperemesis gravidarum* di Klinik Pratama Keluarga Sehat.

t-test (t hitung)	Df	t-tabel	sig
4,183	10	2,228	0,02

Hasil dari analisa data menggunakan t-test di dapatkan bahwa t hitung > t tabel yaitu $4,183 > 2,228$ dan berdasarkan signifikansi di dapat bahwa nilai signifikansi < 0,05 yaitu 0,02 maka H_0 di tolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh anantara implementasi pemberian minuman jahe dalam menurunkan *Hiperemesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di Klinik Pratama Keluarga Sehat

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden sebelum di berikan minuman jahe ibu hamil yang mengalami *Hiperemesis gravidarum* sebanyak 11 responden dengan frekuensi mual muntah 4-6 kali yaitu sebanyak 9 responden (81,8%) dan sebagian kecil frekuensi mual muntah 1-3 kali yaitu sebanyak 2 responden (18,2%).

Hiperemesis gravidarum tidak hanya mengancam kehidupan ibu, tetapi juga menyebabkan efek samping pada janin seperti abortus, berat bayi lahir rendah, kelahiran prematur, serta malformasi pada bayi baru lahir. Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. (Helen Varney, dan M. Kriebs, 2018)

Hiperemesis gravidarum adalah mual dan muntah berlebihan selama masa hamil. Muntah yang membahayakan ini berbeda dengan morning sickness yang umum dialami wanita hamil, karena intensitasnya melebihi mual muntah normal. *Hiperemesis gravidarum* biasanya diawali pada trimester pertama dalam kehamilan dengan tingkat keparahan bervariasi.

Bahaya mual muntah berlebihan (*Hiperemesis gravidarum*) akan menyebabkan gangguan cairan dan elektrolit, cairan tubuh akan berkurang sehingga darah akan menjadi kental dan sirkulasi darah ke jaringan terhambat. Akibatnya, konsumsi oksigen dan makanan ke jaringan juga ikut berkurang. (Ani Nurdiana, 2018) Kekurangan oksigen dan makanan ke jaringan akan menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya. Selain itu, dapat menyebabkan cadangan karbohidrat habis di pakai untuk keperluan energy sehingga pembakaran tubuh beralih pada cadangan lemak dan protein. (Nova Ari Pangesti, Sarifatun Naila, 2020). Sebagian cairan lambung serta elektrolit di keluarkan melalui muntah. Penurunan kalium akan menambah beratnya muntah sehingga kadar kalium dalam tubuh semakin berkurang dan menyebabkan gangguan keseimbangan cairan tubuh. (Suprihatno, 2019)

Hiperemesis gravidarum ini dapat ditangani dengan penanganan farmakologi dan non farmakologi. Dalam penanganan non farmakologi hiperemesis dapat ditangani dengan menggunakan ekstrak herbal jahe. Jahe (*Zingiber officinale*) yang memiliki sejarah panjang sebagai obat anti mual. Jahe bekerja langsung pada saluran pencernaan dan tidak berkaitan dengan sistem saraf pusat. (Noer, 2018)

Jahe sekurangnya mengandung 19 komponen yang berguna bagi tubuh yang salah satunya gingerol yaitu senyawa paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas antiemetic (anti muntah) yang manjur dengan bersifat memblok serotin, yaitu senyawa kimia pembawa pesan. (Saragih, 2019) Senyawa ini menyebabkan perut berkontraksi sehingga apabila diblok maka otot – otot saluran pencernaan akan mengendor dan melemah sehingga rasa mual banyak berkurang. (Tan, 2015)

Frekuensi *Hiperemesis Gravidarum* Sesudah Pemberian Minuman Jahe.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 11 responden mengalami penurunan *Hiperemesis* sebanyak 9 orang (81,8%) dan yang tidak mengalami penurunan sebanyak 2 orang (18,2%) Mual muntah pada kehamilan biasanya bersifat ringan dan merupakan kondisi yang dapat di control sesuai dengan kondisi ibu hamil. Kondisi tersebut terkadang berhenti pada trimester pertama, namun pengaruhnya dapat menimbulkan gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, penurunan berat badan, serta ketidakseimbangan elektrolit. (Harahap, Alamanda and Harefa, 2020)

Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Terhadap Penurunan *Hiperemesis Gravidarum* Pada Trimester Pertama di Klinik Pratama Keluarga Sehat.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa 9 responen (81,8%) dan 2 responden (18,2%) mengalami penurunan frekuensi *Hiperemesis gravidarum* setelah diberikan minuman jahe. Hasil analisis data menggunakan t-test di dapatkan bahwa t hitung > t tabel yaitu 6,708 > 2,228 dan berdasarkan signifikansi di dapat bahwa nilai signifikansi < 0,05 yaitu 0,02 maka H_0 di tolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh antara implementasi pemberian minuman jahe dalam menurunkan *Hiperemesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di Klinik Pratama Keluarga Sehat.

Dalam penelitian ini, terjadi perubahan gejala *hiperemesis gravidarum* yang signifikan sesudah diberikan minuman jahe. Hal ini juga sesuai dengan teori yang menunjukkan bahwa Jahe sekurangnya mengandung 19 komponen yang berguna bagi tubuh yang salah satunya gingerol yaitu senyawa paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas antiemetic (anti muntah) yang manjur dengan bersifat memblok serotin, yaitu senyawa kimia pembawa pesan. Senyawa ini menyebabkan perut berkontraksi sehingga apabila diblok maka otot – otot saluran pencernaan akan mengendor dan melemah sehingga rasa mual banyak berkurang. (Tan, 2015).

Setelah mengkonsumsi air rebusan jahe frekuensi mual dan muntah ibu hamil mengalami perubahan hal ini membuktikan bahwa air rebusan jahe sangat efektif untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Jahe mengandung minyak atsiri, zingiberena, zingiberol, bisabelina, kurkuman, gingerol landrena, vitamin A dan resin pahit. Jahe dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di dalam perut untuk mengatasi mual muntah. (Yanuaringsih, G. P., Nasution, K. A. S. and Aminah, 2020) Jahe juga memiliki efek langsung dalam saluran pencernaan serta absorsi racun dan asam, karena kandungan zat-zat pada jahe tersebut dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter sistem saraf pusat dan sel enterokromafin. sehingga menghalangi induksi HCG ke lambung. (Harahap, Alamanda and Harefa, 2020).

Penelitian lain menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan sebelum diberikan minuman jahe dan sesudah diberikan minuman jahe yang melibatkan 15 orang responden menunjukkan rata-rata beda kelas pre test dan post test adalah 5,4. Demikian pula saat dilakukan uji statistik dengan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan hasil p value = 0.02 pada α 0,05 maka H_a diterima. Hal ini berarti bahwa ada pengaruh yang signifikan antara sebelum diberikan intervensi dan sesudah pemberian intervensi. (Harahap, Alamanda and Harefa, 2020).

Tujuan dari pemberian intervensi minuman jahe ini telah dicapai, yaitu responden bersedia untuk diberikan intervensi minuman jahe dengan takaran 2,5 g jahe putih yang di iris dan di seduh dengan air panas 250 ml bila senang manis bisa di tambah gula satu sendok makan (10 g) diminum 2 kali sehari selama satu minggu. Dan hasil dari intervensi yang dilakukan oleh peneliti selama satu minggu terjadi penurunan kadar *hiperemesis gravidarum*.

Dari hasil analisis data hasil penelitian serta uraian teori diatas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa kandungan jahe bermanfaat untuk menurunkan kadar *hiperemesis gravidarum*.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data penelitian mengenai pengaruh pemberian minuman jahe terhadap penurunan *hiperemesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di Klinik Pratama Keluarga Sehat, dapat disimpulkan bahwa terdapat efektivitas pemberian minuman jahe dalam mengurangi keluhan mual dan muntah pada ibu hamil. Penelitian yang melibatkan 11 responden dengan frekuensi pemberian jahe sebanyak dua kali sehari selama satu minggu menunjukkan penurunan signifikan pada gejala *hiperemesis*

gravidarum setelah konsumsi jahe. Hasil uji statistik dengan nilai p-value=0,00 memperkuat temuan ini, yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi jahe dan penurunan tingkat keparahan hiperemesis gravidarum. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa minuman jahe memiliki potensi sebagai terapi komplementer untuk mengurangi gejala hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih dan apresiasi penulis sampaikan kepada seluruh pihak yang ikut serta membantu dalam penelitian ini hingga bisa terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, D., & Rahendza, N.H. (2020) Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon Elektrik Terhadap Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Maternal Child Health Care*, 2(1): 192-201. <http://dx.doi.org/10.32883/mchc.v2i1.1033>.
- Apryanti, Y. P., & Gravidarum, E. (2019) 'Efektifitas minuman zingiber officinale dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester di desa suka maju kabupaten deli serdang effectiveness of zingiber officinale to reduce gravidarum emesis in first trimester pregnant women at suka maju. *Jurnal Keperawatan GSH Vol 12 No 1*. ISSN 2088-2734.
- Fauzi, H. (2018) *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Harahap, R.F., Alamanda, L.D.R. and Harefa, I.L. (2020) 'Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe terhadap Penurunan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I', *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), pp. 84–95. ISSN: 2338-6371, e-ISSN 2550-018X
- Helen Varney, Jan M. Kriebs, C.L.G. (2018) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Juliana, E. (2016) *Tanaman Obat untuk Ibu Hamil dan Menyusui*. Jakarta: Trubus Agro.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018) *Profil Kesehatan Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kementrian Kesehatan RI (2018) *Hasil Utama Riskesdas 2018, Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Kristiningtyas, Y.W. and Nurcahyati, A.D. (2023) 'Efektivitas Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum', *Jurnal Keperawatan GSH*, 12(1), pp. 31–36. ISSN 2088-2734
- Noer, Y.S.A. (2018) *Penatalaksanaan Hiperemesis Gravidarum*. Surabaya: Penerbit Airlangga.
- Nova Ari Pangesti, Sarifatun Naila, E. (2020) 'EFEKTIFITAS JAHE UNTUK MENGATASI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL.', *Jurnal Ilmu Keperawatan (NSJ)*, 3 (1). <https://doi.org/10.57267/fundus.v3i2.260>.
- Nurdiana, A., Mangkuji, B., & Lubis, R. (2019) Efektifitas pemberian permen jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil di klinik khairunida sunggal. *Nutrient Jurnal Gizi* 1(1):36-44. DOI:10.36911/colostrum.v1i1.605.
- Saadah, N. (2019) 'Efektivitas minuman jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di klinik pratama niar tahun 2019', *Repository Itekes Helvetia Medan*, pp. 1–94. Available at: <http://repository.helvetia.ac.id/id/eprint/2564/>.
- Saragih, S.R.I.D. (2019) 'Efektivitas minuman jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di klinik pratama niar tahun 2019.' ISSN 2088-2734
- Sugiyono (2019) *Metode Penelitian Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.

Suprihatno, S. (2019) *Buku Ajar Ilmu Kebidanan dan Penyakit Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Tan, I.L. (2015) *Jahe: Khasiat dan Manfaatnya Bagi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Yanuaringsih, G. P., Nasution, K. A. S., & Aminah, S. (2020) Efek Seduhan Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester Pertama.', *Jurnal Kesehatan, Vol.3 No 2 (April,2020), 3(2), 151–158*. <https://doi.org/10.33096/woh.v3i2.605>.