

Efektivitas Pemberian Stik Jahe terhadap Intensitas Mual Muntah Ibu Hamil di Puskesmas Kebasen

Melly Fransisca Putri^{1*}, Siti Haniyah², Tin Utami³

¹²³ Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa
Jl. Raden Patah No. 100, Ledug, Kembaran, Banyumas 53182, Indonesia

¹fransiscamelly8@gmail.com, ²haniwiyana56@gmail.com, ³tinutami@uhb.ac.id

ABSTRACT

Nausea and vomiting are common complaints in pregnant women. One of the treatments given is ginger which is packaged into a light snack in the form of bread, namely ginger sticks. The purpose of this study was to determine the effect of ginger sticks on the intensity of nausea and vomiting in pregnant women at the Kebasen Health Center, because the complaints that occur have increased from the previous year, especially in the first 3 months at the beginning of the year. This study uses a Quasi Experimental Design method, namely the Nonequivalent Control Group Design with a sampling technique using purposive sampling in 19 treatment groups and 19 control groups. Data were taken by measuring the pretest and posttest of the intervention. As a result, each group showed a difference between before and after being given the intervention through the PUQE-24 questionnaire. The final result of the study showed a p-value of 0.008 (p-value <0.05), which means that there was a significant difference between the treatment group and the control group. This shows that ginger sticks have an effect on reducing the intensity of nausea and vomiting of pregnant women. Based on these results, ginger sticks can be used as an alternative treatment for mothers when experiencing nausea and vomiting.

Keywords: *Ginger, Nausea and Vomiting, Pregnancy*

ABSTRAK

Mual serta muntah adalah bentuk keluhan yang biasa terjadi pada ibu hamil. Salah satu penanganan yang diberikan berupa jahe yang dikemas menjadi camilan ringan berbentuk roti, yaitu stik jahe. Tujuan riset ini adalah mengetahui efek stik jahe terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil di Puskesmas Kebasen, karena keluhan yang terjadi mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya, terutama di 3 bulan pertama pada awal tahun. Studi ini menggunakan metode Quasi Experimental Design, yaitu Nonequivalent Control Group Design dengan tehnik sampling menggunakan purposive sampling pada 19 kelompok perlakuan dan 19 kelompok kontrol. Data diambil dengan melakukan pengukuran pretest dan posttest intervensi. Hasilnya, masing-masing kelompok menunjukkan perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui kuesioner PUQE-24. Hasil akhir penelitian menunjukkan p-value sebesar 0,008 (p-value<0,05) yang berarti ada perbedaan signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa stik jahe mempunyai efek bagi penurunan intensitas mual dan muntah ibu hamil. Berdasarkan hasil tersebut, stik jahe dapat digunakan sebagai penanganan alternatif bagi ibu ketika mengalami mual muntah.

Kata Kunci: *Jahe, Kehamilan, Mual muntah*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dialami oleh seorang perempuan. Ibu yang sedang mengandung akan mengalami yang namanya ketidaknyamanan. Salah satu bentuk

ketidaknyamanan yang paling dikeluhkan adalah mual (*nausea*) serta muntah (*emesis*) atau disebut sebagai *emesis gravidarum* yang terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Kondisi ini biasa terjadi dipagi hari (*morning*

sickness), namun juga bisa terjadi pada siang atau malam hari (Prawirohardjo, dalam Titisari *et al.*, 2019). 51,4% wanita akan merasakan mual sedangkan 9,2% wanita lainnya bisa sampai muntah (Tiran, dalam Carolin & Ummah, 2019).

Penyebab pasti mual dan muntah memang belum diketahui. Namun, ada beberapa faktor yang menjadi pemicunya, yaitu perubahan sistem endokrin yang disebabkan karena peningkatan hormon HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*) (Tiran, dalam Carolin & Ummah, 2019). Selain itu, perubahan hormon estrogen juga bisa menyebabkan peningkatan pada sekresi asam lambung yang berlebihan hingga menimbulkan rasa ingin muntah (Hani Fatwa, 2020).

Keluhan mual muntah di Trimester I merupakan hal yang fisiologis, tetapi jika hal ini dibiarkan tanpa mendapat penanganan segera akan menjadi masalah yang serius dan berbahaya. Emesis gravidarum yang berlanjut menjadi hiperemesis gravidarum dapat menyebabkan gangguan terhadap kehamilan, seperti ibu yang mengalami dehidrasi, syok, ketidakseimbangan cairan serta elektrolit, sehingga bisa menyebabkan robekan pada lambung serta selaput jaringan esophagus karena terlalu sering muntah. Selain itu, dampak yang terjadi pada janin adalah lahir tumbuh kembang janin terhambat, prematur, APGAR score bayi kurang dari tujuh, serta bayi yang lahir namun berat badannya rendah (Manuaba, dalam Muarifah & Ambarwati, 2021).

Mual serta muntah sepanjang kehamilan dapat diatasi dengan dua metode, ialah pengobatan farmakologi serta non farmakologi. Penanganan farmakologi yang dilakukan adalah pemberian antiemetic, antihistamin, anti-kolinergik dan kortikosteroid. Sedangkan salah satu penanganan yang digunakan dalam terapi non farmakologi adalah dengan memanfaatkan tanaman herbal berupa jahe (Runiari, dalam Carolin & Ummah, 2019).

Jahe (*Ginger*) ialah tumbuhan dengan berbagai manfaat. Rimpang jahenya bisa dimanfaatkan sebagai bumbu masak,

minuman, hingga permen, serta pembuatan racikan obat tradisional (Ramadhan, dalam Carolin & Ummah, 2019). Manfaat lainnya adalah kandungan minyak atsiri yang memiliki dampak menyegarkan dan bisa memblokir reflek muntah, gingerolnya dapat melancarkan peredaran darah serta membuat saraf bekerja dengan baik. Efeknya, ketegangan dapat dicairkan, kepala menjadi segar, mual dan muntah juga bisa ditekan. Bau harum jahe dari minyak atsiri, dan oleoresisnya bisa menimbulkan rasa pedas yang bisa menghangatkan badan serta menghasilkan keringat (Hernani & Winarti, dalam Carolin & Ummah, 2019).

Olahan lain yang bahan dasarnya dibuat dari jahe adalah adanya jajanan yang dikemas dalam bentuk makanan ringan. Salah satu contohnya adalah stik jahe. Stik jahe merupakan makanan ringan berbentuk kue yang diberi perasa jahe.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nasution & Kaban (2016) menyatakan bahwa intervensi berupa pemberian wedang jahe selama 4 hari mampu menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Sebelum dilakukan intervensi, frekuensi mual muntah adalah <8 kali sehari. Setelah diberikan wedang jahe, frekuensinya menurun menjadi <5 kali sehari.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Astutti (2017) bahwa intervensi berupa pemberian permen jahe selama 6 hari dengan dosis 3 kali sehari mampu menurunkan *emesis gravidarum* pada kelompok perlakuan dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberikan. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian, dimana hanya ada 4 dari 19 responden yang masih mengalami mual muntah. Sedangkan pada kelompok kontrol, 11 dari 19 responden masih tetap mengalami.

Berdasarkan data yang didapat dari WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2018, persentase jumlah kejadian *hiperemesis gravidarum* sebesar 12,5% dari total kehamilan di dunia. Sedangkan data yang didapat di tahun yang sama dari Kemenkes RI (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia), 80% ibu hamil di Indonesia mengalami mual dan muntah

pada awal kehamilan (Muarifah & Ambarwati, 2021).

Keluhan kesehatan perempuan di Jawa Tengah pada tahun 2020 sebesar 37,39% dan menurun di tahun 2021 menjadi 30,80%. Sedangkan Banyumas sendiri menempati posisi ke-8 dengan persentase sebesar 41,16% dan menurun di tahun 2020 yang menempati posisi ke-4 dengan persentase sebesar 40,87%.

Data yang diperoleh dari Puskesmas Kebasen, jumlah ibu hamil yang mengalami mual muntah dari bulan Januari-Maret 2022 sebanyak 80 orang, baik dari usia kehamilan Trimester I, II, maupun III.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Efektivitas pemberian stik jahe terhadap intensitas mual muntah ibu hamil di Puskesmas Kebasen". Tujuannya untuk mengetahui efek dari stik jahe, apakah dapat menurunkan, tetap, atau bahkan meningkatkan intensitas mual muntah ibu hamil. Perbedaan yang diambil peneliti dengan penelitian sebelumnya adalah variabel yang digunakan, yaitu stik jahe.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif eksperimen dengan desain penelitian *Quasy Experimental Design, Nonequivalent Control Group Design* yang dilakukan pada bulan Juli-Agustus 2022 di Puskesmas Kebasen.

Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan mempertimbangkan sesuatu. Adapun pertimbangan yang dilakukan berdasarkan kriteria inklusi: ibu hamil yang bersedia menjadi responden; dan ibu hamil yang mengalami mual muntah. Sedangkan kriteria eksklusinya, antara lain: ibu hamil yang alergi terhadap jahe; ibu hamil yang mengkonsumsi obat anti muntah; ibu hamil yang memiliki penyakit seperti hipertensi, diabetes melitus; serta ibu hamil dengan riwayat keguguran.

Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 38 responden yang terbagi

menjadi 2 kelompok, yaitu 19 ibu hamil pada kelompok perlakuan dan 19 lainnya pada kelompok kontrol.

Penelitian ini dilakukan selama 6 hari, dengan hari pertama sebagai pretest, hari ke-2 sampai ke-6 sebagai posttest. Stik jahe hanya diberikan kepada kelompok perlakuan. Stik jahe yang digunakan peneliti merupakan produk olahan yang sudah jadi dan dibungkus dalam kemasan berbentuk camilan ringan. Satu responden akan mendapatkan 5 kemasan kecil berukuran 20 gram per bungkusnya yang mengandung jahe sebesar 2,6 gram. Setelah itu, kedua kelompok sama-sama mengisi kuesioner PUQE-24.

Analisis data secara univariat dilakukan untuk mengetahui karakteristik responden. Sedangkan bivariat dilakukan dengan uji paired t-test untuk mengetahui sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, serta t-test independen untuk membandingkan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Adapun nomor etik dalam penelitian ini adalah: B.LPPM-UHB/985/06/2022.

HASIL

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif eksperimen dengan Quasi Experimental Design, yaitu Nonequivalent Control Group Design yang dilakukan pada bulan Juli-Agustus 2022 di Puskesmas Kebasen. Variabel penelitian terdiri dari variabel bebas yaitu stik jahe, serta variabel terikat yaitu intensitas mual muntah. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan mempertimbangkan sesuatu berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel sebanyak 38 responden, terdiri dari 19 responden kelompok perlakuan dan 19 responden lainnya sebagai kelompok kontrol.

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner PUQE-24. Teknik analisis data dilakukan secara univariat untuk menguji karakteristik, serta bivariat yang terdiri dari t-test dependen untuk menguji sebelum dan sesudah perlakuan pada masing-masing kelompok, serta t-test independen untuk menguji kedua kelompok.

Kejadian mual muntah pada ibu hamil berdasarkan umur ibu, usia kehamilan, status gravida, dan pendidikan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil dengan Mual Muntah di Puskesmas Kebasen tahun 2022 (n:38).

Variabel	F	%
Umur Ibu		
<20 tahun	3	7,9
20-35 tahun	25	65,8
>35 tahun	10	26,3
Usia Kehamilan		
Trimester I	23	60,5
Trimester II	14	36,8
Trimester III	1	2,6
Status Gravida		
Primigravida	20	52,6
Multi gravida	18	47,4
Pendidikan		
SD	15	39,5
SMP	14	36,8
SMA	9	23,7

Intensitas mual muntah ibu hamil pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebelum diberikan stik jahe

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Intensitas Mual Muntah Ibu Hamil Sebelum Diberikan Stik Jahe.

Kelompok	Intensitas Mual Muntah						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	f	%	f	%	F	%		
Perlakuan	4	10,5	9	23,7	6	15,8	19	100
Kontrol	7	18,4	1 1	28,9	1	2,6	19	100

Intensitas mual muntah ibu hamil pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sesudah diberikan stik jahe

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Rata-Rata Intensitas Mual Muntah Ibu

Kelompok	Intensitas Mual Muntah						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	F	%	F	%	f	%		
Perlakuan	12	63,2	7	36,8	0	0	19	100
Kontrol	2	10,5	1 4	73,7	3	15,8	19	100

Pengaruh pemberian stik jahe terhadap intensitas mual muntah ibu hamil pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Tabel 4. Analisa Hasil Pre-test dan Post-test antara Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol.

Kelompok	Hasil	P-Value
Perlakuan	Pre-test	0,000
	Post-test	
Kontrol	Pre-test	0,000
	Post-test	

Membandingkan efektivitas stik jahe terhadap intensitas mual muntah antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Tabel 5. Perbandingan Intensitas Mual Muntah Ibu Hamil pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Kelompok	P-Value
Perlakuan	0,008
Kontrol	

PEMBAHASAN

Kejadian mual muntah pada ibu hamil berdasarkan umur ibu, usia kehamilan, status gravida, dan pendidikan

Berdasarkan penelitian Ratna Wijayanti & Larasasti Suwito (2019) dari 30 responden, 22 responden paling banyak mengalami mual muntah pada rentang usia 20-35 tahun. Hal ini sejalan dengan teori menurut Prawirohardjo (2014) bahwa usia aman untuk kehamilan dan persalinan adalah 20-35 tahun. Ibu yang berusia <20 tahun atau >35 tahun memiliki risiko tinggi saat melahirkan. Kehamilan pada usia <20 tahun secara biologis emosinya belum optimal, akan cenderung labil, dan mentalnya belum matang sehingga mudah mengalami guncangan yang mengakibatkan kurangnya perhatian terhadap pemenuhan kebutuhan zat-zat gizinya. Sedangkan ibu dengan usia >35 tahun tidak lepas dari faktor psikologis yang disebabkan karena belum siap hamil atau bahkan tidak menginginkan kehamilannya lagi, akibatnya ibu akan merasa tertekan dan dapat menyebabkan stres.

Selain itu, hasil penelitian Fauziah *et al.*, (2019) menyatakan bahwa 56 responden yang mengalami mual muntah, sebanyak 32 ibu hamil masuk dalam usia kehamilan Trimester I. Tiran (2009) juga menyebutkan bahwa hal ini disebabkan oleh perubahan dalam sistem endoktrin yang terjadi selama kehamilan, terutama tingginya fluktuasi kadar HCG, khususnya periode mual atau muntah gestasional yang paling umum terjadi pada 12-16 minggu pertama. Semakin tinggi usia kehamilan, semakin berkurang pula kadar HCG yang dirasakan ibu, akibatnya frekuensi mual dan muntah yang dirasakan semakin sedikit.

Hasil penelitian Titisari *et al.*, (2019) bahwa 40 responden dengan status primigravida lebih banyak mengalami emesis gravidarum daripada 25 responden dengan status multigravida. Hal ini juga dijelaskan oleh Tiran (2009) bahwa pada sebagian besar ibu primigravida belum mampu beradaptasi dengan hormon estrogen serta HCG, sehingga lebih sering terjadi emesis gravidarum. Namun sebaliknya, pada ibu multigravida, mereka sudah mampu beradaptasi dengan kedua hormon tersebut karena sudah mempunyai pengalaman terhadap kehamilan dan melahirkan.

Berdasarkan penelitian Fitria (2013), responden terbanyak yang mengalami mual muntah terjadi pada ibu hamil dengan pendidikan dasar (SD), yaitu sebanyak 16 responden dari 32 jumlah keseluruhan. Hal ini didukung oleh teori Budiman (2013), bahwa pendidikan seseorang akan mempengaruhi proses belajarnya, semakin tinggi pendidikan seseorang akan semakin mudah untuk menerima informasi. Peningkatan pengetahuan tidak hanya didapatkan pada pendidikan formal tetapi juga dalam pendidikan nonformal.

Intensitas mual muntah ibu hamil pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebelum diberikan stik jahe

Intensitas mual muntah ibu hamil sebelum diberikan intervensi berada dalam kategori sedang dengan skor sesuai dalam PUQE-24 yaitu 7-10. Hal ini dilihat dari banyaknya jumlah responden, baik pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan,

sebanyak 4 responden masuk dalam kategori ringan, 9 responden kategori sedang, dan 6 responden kategori berat. Sedangkan pada kelompok kontrol, 7 responden masuk dalam kategori ringan, 11 responden kategori sedang, dan 1 responden kategori berat.

Berdasarkan hasil wawancara yang didapat, penanganan segera yang dilakukan oleh sebagian besar responden adalah tidur, memberikan kompres hangat pada perut, minum air putih hangat, atau meredakannya dengan minyak kayu putih.

Intensitas mual muntah ibu hamil pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sesudah diberikan stik jahe

Sama halnya dengan kelompok perlakuan, kelompok kontrol juga mengalami perubahan yang baik dari hari ke hari. Hal ini dibuktikan dengan hasil posttest yang mengalami peningkatan sebagai berikut, di hari ke-2 sebanyak 10 responden (26,3%) berada dalam kategori intensitas mual muntah sedang, di hari ke-3 sampai ke-6 berada dalam kategori ringan dengan jumlah berturut-turut 9 responden (23,7%), 11 responden (28,9%), 12 responden (31,6%), dan 11 responden (28,9%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sebayang (2019), jahe memiliki pengaruh terhadap mual muntah ibu hamil, salah satunya adalah olahan berupa rebusan jahe dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$). Olahan jahe yang lain juga terdapat dalam variabel penelitian Maghfiroh & Astuti (2017) yang dibuat dalam bentuk permen, didapatkan hasil bahwa setelah pemberian permen jahe selama 6 hari dengan dosis 3 kali sehari, 15 dari 19 responden (78,9%) mengalami perbaikan atau tidak mengalami mual muntah lagi dengan nilai $p\text{-value} = 0,022$ ($p\text{-value} < 0,05$). Sehingga dinyatakan hipotesa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada pengaruh permen jahe terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

Penelitian ini juga didukung oleh teori Hernani (dalam Carolin & Ummah, 2019) bahwa jahe merupakan tanaman yang memiliki banyak manfaat, dengan

keutamaan minyak atsiri pada jahe yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah, sedangkan gingerolnya dapat melancarkan darah dan saraf untuk bekerja dengan baik. Hasilnya ketegangan bisa dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun ditekan.

Teori lain yang mendukung penelitian ini adalah hasil penelitian Rahmi (dalam Hani Fatwa, 2020) tentang efek anti emetik jahe, bahwa zat yang terdapat pada jahe lebih banyak bekerja untuk mempengaruhi dinding lambung daripada sistem saraf pusat. Hal ini karena jahe membuat otot lambung lebih kendur dan melemahkan otot saluran pencernaan, sehingga mual muntah juga banyak berkurang. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Saswita (dalam Hani Fatwa, 2020) menyatakan bahwa jahe memiliki berbagai kandungan penting yang dapat menghalangi kerja serotonin. Serotonin sendiri merupakan suatu neurotransmitter yang ada pada sistem saraf pencernaan dan menyebabkan kontraksi pada dinding lambung sehingga dapat menimbulkan rasa mual.

Pengaruh pemberian stik jahe terhadap intensitas mual muntah ibu hamil pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Membandingkan efektivitas stik jahe terhadap intensitas mual muntah antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Dilihat dari hasil rata-rata kedua kelompok, kelompok perlakuan menunjukkan hasil positif karena nilai posttest lebih kecil daripada nilai pretest. Namun sebaliknya, pada kelompok kontrol menunjukkan hasil negatif. Hal ini karena nilai posttest lebih besar daripada pretest.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Maghfiroh & Astuti (2017) terhadap 38 responden yang terbagi menjadi dua kelompok, yaitu 19 responden kelompok perlakuan dan 19 responden kelompok kontrol, didapatkan hasil bahwa setelah diberikan permen jahe selama 6 hari dengan dosis 3 kali sehari, sebanyak 15 responden (78,59 %) pada kelompok perlakuan tidak mengalami mual muntah, hanya 4 responden (21, 11%) yang masih

mengalami. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak memperoleh tambahan permen jahe hanya 8 responden (42,11 %) saja yang mengalami perbaikan, 11 responden (57,9 %) sisanya masih mengalami.

Penelitian lain yang didapat dari hasil penelitian Zakiyah, Emyk Windartik, Heri Tri Wibowo (2015) bahwa terjadi penurunan rata-rata mual muntah sebelum dan setelah pemberian intervensi berupa minuman jahe. Rata-rata mual muntah sebelum diberikan intervensi adalah 3,87, setelah diberikan intervensi adalah 2,78. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pemberian intervensi pada kelompok yang diberikan tablet jahe umumnya mengalami penurunan mual muntah dibandingkan kelompok yang diberikan tablet plasebo.

Membandingkan efektivitas stik jahe terhadap intensitas mual muntah antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Berdasarkan penelitian Mangkuji et al., (2018), pemberian permen jahe dapat mengatasi mual muntah pada ibu hamil dengan penurunan rata-rata sebesar 6,60 dari 10.93 saat dilakukan pre-test. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} < 0,05$. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Kurnia, (2019) bahwa sebanyak 12 responden (66.7%) tidak mengalami mual muntah setelah diberikan aromaterapi jahe melalui uji Mann Whitney, dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$, artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.

Peneliti berasumsi bahwa ibu hamil yang mengkonsumsi jahe sesuai dengan dosis tepat dapat menurunkan intensitas mual muntah. Hal ini terjadi karena kandungan kimia pada jahe yang mempunyai efek menyegarkan dan menghasilkan aroma yang dapat memblokir muntah (Mangkuji et al., 2018). Selain itu, menurut sebuah ulasan yang dipublikasikan oleh jurnal Obstetrik & Ginekologi, jahe mempunyai efek dalam membantu para wanita hamil mengatasi derita morning sickness tanpa

menimbulkan efek samping yang membahayakan janin di dalam kandungannya (Carolin & Ummah, 2019). Hal inilah yang menyebabkan jahe digunakan sebagai salah satu bentuk penatalaksanaan dalam menurunkan mual muntah ibu hamil.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian yang telah dilakukan kepada ibu hamil di Puskesmas Kebasen dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur ibu yang paling dominan adalah ibu dengan umur 20-35 tahun, usia kehamilan Trimester I, dan status primigravida, serta pendidikan terakhir SD.

Kategori paling dominan dari masing-masing kelompok sebelum diberikan intervensi adalah mual muntah sedang. Kedua kelompok sama-sama menunjukkan perbaikan, hal ini dibuktikan dengan hasil intervensi paling dominan berada dalam kategori ringan dari hari ke-3 sampai ke-6.

Hasil analisis pada kedua kelompok menyatakan bahwa ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa stik jahe dengan masing-masing p-value 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$). Kelompok perlakuan yang diberikan stik jahe mempunyai efek dalam menurunkan intensitas mual muntah daripada kelompok kontrol yang tidak diberikan dengan p-value sebesar 0,008 ($p\text{-value} < 0,05$).

SARAN

Untuk peneliti selanjutnya disarankan mampu mengembangkan jenis variabel lain terkait pemberian stik jahe terhadap intensitas mual muntah ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Carolin, B. T., & Ummah, A. H. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Ginger Oil (*Zingiber officinale*) Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Klinik Makmur Jaya Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 7(Vol. 7 No. 1 (2019): Juni 2019), 1–5.
- Fauziah, Q., Wiratmo, P. A., & Sutandi, A. (2019). Hubungan Status Gravida

Terhadap Tingkat Keparahan mual dan myntah pada ibu hamil. *Binawan Student Journal (BSJ)*, 1, 160–166.

- Fitria, R. (2013). Efektivitas Jahe Untuk Menurunkan Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester Satu. *Maternity and Neonatal*, 1(2), 55–66.
- Hani Fatwa, T. (2020). Pengaruh Rebusan Jahe Terhadap Keluhan Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Medika Utama*, 02(01), 218–223.
- Kurnia, H. (2019). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 44. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v11i1.617>
- Maghfiroh, A., & Astuti, L. P. (2017). Pengaruh Permen Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kendal 2016. *Jurnal SMART Kebidanan*, 3(2), 75. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v3i2.65>
- Mangkuji, B., Lubis, R., Nurdiana, A., Jamin, J., Km, G. 13, Cih, K. L., Tuntungan, M., & Utara, S. (2018). Efektifitas Pemberian Permen Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Klinik Khairunida Sunggal Tahun 2018 *Effectiveness of Ginger Candy Towards Vomiting of Nausea in Pregnant Woman At Khairunida Sunggal Clinic 2018*. 18–2010.
- Muarifah, U., & Ambarwati. (2021). Pemberian Minuman Jahe dan Gula Aren untuk Mengurangi Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil. 8(2), 192–201.
- Ratna Wijayanti, A., & Larasasti Suwito, C. R. (2019). GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TRIMESTER I TENTANG HIPEREMESIS GRAVIDARUM (di Wilayah Puskesmas Tiron Kecamatan Banyakan Kabupaten Kediri). *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 131–138. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v6i2.42>
- Sebayang, W. B. (2019). Teknik Mengatasi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester Satu (Systematic Review). *Public Health Journal*, 6(1), 26–29.
- Titisari, I., Suryaningrum, K., & Mediawati, M. (2019). Hubungan Antara Status Gravida dan usia Ibu dengan Kejadian Emesis Gravidarum. *Jurnal Ilmu Kesehatan*,

7(2), 342–348.

Zakiah, Emyk Windartik, Heri Tri Wibowo, A. (2015). Efektifitas Minuman Jahe Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Adi Husada Nursing Journal*, 1(2), 1. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v1i2.11>