

Minuman Jahe untuk Ibu Hamil dengan *Hiperemesis Gravidarum* di Era Pandemi Covid-19

Heri Kusyati¹, Surtiningsih², Linda Yanti³

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia
Email: ¹kusyatiheri@gmail.com, ²surtiningsih@uhb.ac.id, ³lindayanti@uhb.ac.id

Correspondence: surtiningsih@uhb.ac.id

ABSTRACT

Introduction: : *Hyperemesis gravidarum is not the main factor causes maternal mortality in Indonesia. The incidence is quite large, namely 60-80% in primigravida and 40-60% in multigravida and among 1000 pregnancies experiencing more severe symptoms . The purpose of this study was to determine the effectiveness of ginger drink and acupressure massage in reducing excessive nausea and vomiting during the covid-19 pandemic.*

Method : Case Study

Results: *We report about hyperemesis gravidarum in pregnant women aged 31 years 5 weeks 5 days pregnant during the covid-19 pandemic.*

Conclusion: *Giving ginger drink is effective in reducing the frequency of nausea and vomiting in pregnant women*

Keywords : *pregnancy, hyperemesis gravidarum, nausea, vomiting, ginger drink*

ABSTRAK

Pendahuluan : Hiperemesis gravidarum bukan faktor utama yang menyebabkan angka kematian ibu di Indonesia. Kejadiannya cukup besar yaitu 60-80% pada primigravida dan 40-60% pada multigravida dan satu diantara 1000 kehamilan mengalami gejala lebih berat . Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas minuman jahe dan pijat akupresure dalam mengurangi mual muntah berlebihan pada masa pandemi covid-19.

Metode : Studi kasus

Hasil : kami melaporkan tentang hiperemesis gravidarum pada ibu hamil umur 31 tahun hamil 5 minggu 5 hari di masa pandemi covid-19.

Kesimpulan : Pemberian minuman jahe efektif mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil

Kata kunci : hamil, hiperemesis gravidarum, mual, muntah, minuman jahe

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), kehamilan dengan hiperemesis gravidarum mencapai 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai dari swedia 0,3%, California 0,5%, Canada 0,8%, China 10,8%, Norwegia 0,9%, Pakistan 2,2%, Turki 1,9% dan di Indonesia 1-3% (Kadir, Saleha, &

Nadyah, 2019). Hiperemesis gravidarum pada kehamilan muda merupakan salah satu komplikasi sebagai akibat langsung kehamilan. Hiperemesis gravidarum bukan merupakan faktor utama penyebab kematian ibu di Indonesia, tetapi kejadiannya cukup besar yaitu 60-80% ada primigravida dan 40-60% pada multigravida dan satu diantara 1000

kehamilan mengalami gejala lebih berat (Abidah & Nisa, 2019).

Pada kasus hiperemesis gravidarum ibu kurang mendapatkan asupan gizi karena sebagian besar yang dimakan dan diminum dimuntahkan kembali sehingga dapat menyebabkan anemia. Anemia dapat menyebabkan perdarahan kemudian syok dan keadaan yang lebih buruk yaitu kematian pada ibu. Dampak hiperemesis gravidarum pada janin jika tidak ditangani dengan baik bisa menyebabkan seperti abortus, bayi berat lahir rendah (BBLR), kelahiran premature, malformasi pada bayi, serta intrauterine growth retardation/IUGR meningkat (Susanti, Firdayanti, & Haruna, 2019).

Belum ada penelitian tentang di era pandemic covid-19 tentang manajemen asuhan kebidanan ibu hamil hiperemesis gravidarum dengan pemberian minuman jahe. Adapun peneliti sebelumnya yaitu (Widowati, Muslihah, Novelia, & Kurniati, 2020) menyatakan bahwa minuman madu jahe merupakan komposisi yang baik untuk menekan mual muntah pada ibu hamil.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus yang dilakukan oleh penulis melalui pendekatan manajemen kebidanan. Studi kasus yang digunakan penulis dalam membuat karya tulis ilmiah ini adalah dengan menggunakan asuhan kebidanan menurut tujuh langkah varney dari pengkajian sampai dengan evaluasi dan data perkembangan. Data studi kasus dengan wawancara, pemeriksaan fisik dan observasi. Studi kasus dalam karya tulis ilmiah ini adalah Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester I Ny. M Umur 31 Tahun G2P1A0AH1 Umur Kehamilan 5 Minggu 5 Hari dengan Hiperemesis gravidarum grade I di Puskesmas Karangobar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek yang diambil dalam studi kasus ini adalah seorang ibu hamil trimester I umur 31 tahun hamil 5 minggu 5 hari datang ke puskesmas dengan keluhan mual muntah sejak 1 minggu yang lalu,

badan terasa lemas, pusing dan nyeri pinggang. Hasil pemeriksaan umum yaitu keadaan umum lemah, kesadaran composmentis, tekanan darah 100/70 mmHg, nadi 120x/menit, pernafasan 23x/menit, suhu 37,8⁰C, BB sebelum hamil 58 kg, BB setelah hamil 56 kg. Hasil pemeriksaan fisik ditemukan muka pucat, mata cekung, turgor kulit kering, tidak tercium bau aseton

Pasien diberikan asuhan injeksi ranitidine, vitamin B6, paracetamol, asam folat.

Mual, muntah dapat terjadi karena otak memproduksi hormon estrogen serta prolactin (Yanti, 2019).

Penyebab hiperemesis gravidarum belum diketahui secara pasti tetapi ada faktor predisposisi yang menyebabkan hiperemesis gravidarum yaitu faktor adaptasi dan hormonal, wanita hamil dengan anemia, wanita primigravida dan overdistensi pada hamil kembar dan hamil molahidatidosa, faktor psikologis dan faktor alergi (Manuaba, 2012). Menurut beberapa penelitian ada faktor yang memengaruhi kejadian hiperemesis gravidarum yaitu umur ibu <20 tahun atau >35 tahun, paritas, kehamilan ganda, pekerjaan dan riwayat keturunan.

Pada asuhan ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum di era pandemic covid-19 selain diberikan asuhan seperti pemberian obat antimual juga diberikan terapi komplementer yaitu minuman jahe dan pijat akupresure. Jahe merupakan tanaman yang rimpangnya diketahui banyak khasiat dan telah dikenal sejak lama. Rimpang jahe dimanfaatkan antara lain sebagai bumbu masak, minuman, serta permen dan juga digunakan dalam minuman obat atau jamu tradisional. Jahe menghasilkan gingerol yang berpotensi aktif, yang dapat dikonversi menjadi shogaol, zingerone, dan paradol. Senyawa 6-gingerol mungkin bertanggung jawab atas rasa khas jahe. Zingerone dan shogaol ditemukan dalam jumlah kecil dalam jahe segar dan dalam jumlah besar kering atau produk yang diekstraksi. Jahe bekerja didalam saluran pencernaan dengan meningkatkan tonus otot peristaltik akibat aksi antikolinergik dan

antiserotin. Walaupun mekanisme tepat belum dipahami dengan jelas. Senyawa 6-gingerol dan 6-shogaol telah terbukti memiliki sejumlah aktivitas farmakologis, termasuk efek antipiretik, analgesik, antitusif, dan hipotensi (A.Aly, Al-Ghamdi, Megeed, & H. Al Sayegh, 2013). Keunggulan pertama jahe adalah kandungan minyak astiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah, sedangkan gingerol dalam melancarkan peredaran darah dan saraf saraf bekerja dengan baik. Hasilnya ketegangan bisa dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun ditekan (Runairi, 2010)(Runairi, 2010).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa jahe merupakan bahan terapi untuk meredakan dan mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama kehamilan dan menurunkan mual muntah pada ibu multigravida (Saswita,2011). Dosis dan bentuk sediaan jahe yang digunakan untuk mengatasi mual muntah pada kehamilan masih perlu dipelajari lebih lanjut.

Menurut penelitian Herlinadiyaningsih (2015) memberikan minuman kombinasi jahe dan madu digunakan sebagai salah satu pilihan dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil. Madu dan jahe memiliki manfaat untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan karena jahe memiliki kandungan minyak astiri yaitu gingerol dan madu mengandung peridoksin, kedua zat tersebut sebagai anti chemoreseptor yang dapat menghentikan zat setonin, dopamine, astiklon, histamine dan neurokinin yang dapat mengaktifkan pusat muntah. Jahe tidak memiliki efek samping pada kehamilan dan madu yang kaya nutrisi dan enzim untuk kebutuhan nutrisi ibu dan asupan gizi janin, ketika jahe dan madu diminum bersamaan efek jahe lebih cepat (Herlinadiyaningsih, 2015). Selain minuman madu jahe terapi pijat akupresure juga bisa mengurangi mual muntah. Akupresure yaitu sebuah tindakan untuk mengurangi atau menurunkan rasa mual dan muntah pada kehamilan dengan cara penekanan pada titik tubuh tertentu (titik pericardium 6 atau 3 jari dibawah pergelangan tangan).

Berdasarkan survey yang dilakukan pada pasien mengalami muntah lebih dari 10 kali dan sampai mengganggu aktivitas sehari hari, tidak nafsu makan, berat badan turun, turgor kering yang merupakan tanda gejala hiperemesis gravidarum. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti melakukan penelitian untuk melihat efektifitas minuman jahe dan pijat akupresure dalam mengurangi mual muntah dan meningkatkan imun pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum.

Cara pengukuran yaitu dengan menanyakan frekuensi mual muntah sebelum diberikan minuman jahe. Memberikan minuman jahe pada pasien setiap pagi dan sore hari, untuk cara pembuatannya mendidihkan air sebanyak 2 gelas belimbing, dua ruas jahe dikupas dan dimasukkan ke dalam air kemudian direbus hingga air menjadi kurang lebih setengah gelas, api dimatikan. Air jahe kemudian dimasukkan ke dalam gelas lalu diberi dengan satu sendok makan madu dan diberikan pada pasien masih keadaan hangat pada pagi dan sore hari selama dua hari. Dari hasil analisis sebelum pasien minum minuman jahe frekuensi muntah sebanyak 15 kali sehari menjadi tidak muntah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa minuman jahe dapat meningkatkan imun tubuh. Dalam penelitian yang dilakukan Nurlita (2018) juga disampaikan bahwa ekstrak jahe dapat memperbanyak sel tubuh alami natural killer dan menghancurkan dinding sel virus yang telah menginveksi inangnya, dalam tubuh manusia. Oleh karena itu minuman jahe juga bisa meningkatkan sistem imun tubuh pada ibu hamil di masa pandemi covid-19.

SIMPULAN

Hasil intervensi minuman jahe pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum di era pandemi covid-19 dapat mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil dan rimpang jahe juga dapat meningkatkan imunitas pada ibu hamil.

SARAN

Minuman jahe bisa diberikan untuk ibu hamil pada mada pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- A.Aly, S., Al-Ghamdi, A., Megeed, M. I., & H. Al Sayegh, A. (2013). EFFECT OF GINGER CAPSULES INTAKE ON TREATING . *The Asian Academy Of Management Journal*, 270-286.
- Kadir, I. N., Saleha, S., & Nadyah. (2019). Manajemen Asuhan Kebidanan Antenatal Care pada Ny "N" dengan Hiperemesis Gravidarum Tingkat III di Rsud Syekh Yusuf Gowa Tanggal 3 Juni-12 Juli 2019. *JURNAL MIDWIFERY*, Vol 1 No 2 Tahun 2019.
- Abidah, S. N., & Nisa, F. (2019). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM . *Embrio, Jurnal Kebidanan*, 94-101.
- Herlinadiyaningsih. (2015). Minuman Madu Jahe Mengurangi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil. *LINK*, 978-981.
- Manuaba. (2012). *Ilmu Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC.
- Runairi, N. (2010). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Hiperemesis gravidarum* . Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Susanti, E., Firdayanti, & Haruna, N. (2019). Manajemen Asuhan Kebidanan Antenatal pada Ny "S" dengan Hiperemesis Gravidarum Tingkat II di RS TNI Angkatan Laut Jala Ammari pada Tanggal 27 Mei-18 Juli 2018. *JURNAL MIDWIFERY*.
- Widowati, R., Muslihah, S., Novelia, S., & Kurniati, D. (2020). Penyuluhan dan Pemberian Minuman Madu Jahe Padalbu Hamil Trimester Satu Dengan Emesis Gravidarum. *Journal of Community Engagement in Health*, 163-170.
- Yanti, L. (2019). O lord... where is my fetus? : a case report of pseudocyesis. *MEDIANS*, 47-49.