

EFEKTIVITAS PEMBERIAN JAHE DAN GULA AREN TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS KLARI

Jusmawati^{1*}, Teti Sriwidianingsih²

¹⁻²STIKes Abdi Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: tetisriwidianingsih07267@gmail.com

Disubmit: 01 Agustus 2024

Diterima: 18 Januari 2025

Diterbitkan: 01 Februari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i2.16671>

ABSTRACT

In the first trimester of pregnancy, problems are usually encountered that are often experienced by pregnant women, namely nausea and vomiting. However, nausea and vomiting that is quite severe is called hyperemesis gravidarum. Hyperemesis usually begins to occur at the 4th to 6th week of pregnancy, then the severity increases from the 8th to the 12th week, and usually ends at the 20th week or in the first to second trimester. The design of this research is a descriptive Quasy Experiment, with a two group only pre-post test design. The research was conducted in the Klari Community Health Center work area in June-July 2024. The population in this study was 74 pregnant women. Sample adequacy in this study used the Mann Whitney U-table. Wilcoxon test data analysis. The mean value of the pretest results for the group given the palm sugar ginger brew was 2.00, while the mean value of the posttest results was 1.25. The Wilcoxon test results have a significant p-value of $0.000 < 0.05$. The mean value of the pretest results for the group that gave the ginger brew was 2.10, while the mean value of the posttest results was 1.55. The Wilcoxon test results have a significant p-value of $0.001 < 0.05$. Mann Whitney test results obtained a significant p-value of $0.002 < 0.05$. This means that there is a difference between giving palm sugar ginger tea and ginger tea, although both can affect the frequency of emesis gravidarum in pregnant women in the first trimester, but there are still differences.

Keywords: *Emesis Gravidarum, Ginger, Palm Sugar*

ABSTRAK

Pada kehamilan trimester I, biasanya ditemui gangguan yang sering dialami oleh ibu hamil, yaitu mual dan muntah. Namun, mual dan muntah yang cukup parah disebut hiperemesis gravidarum. Hiperemesis biasanya mulai terjadi pada usia kehamilan minggu ke 4 sampai minggu ke 6, kemudian tingkat keparahannya meningkat pada minggu ke 8 sampai minggu ke 12, dan biasanya berakhir pada minggu ke 20 atau pada trimester pertama sampai trimester kedua. Desain penelitian ini adalah deskriptif Quasy Eksperimen, dengan desain two group only pre-post test desain. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Klari dilaksanakan bulan Juni-Juli 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 74 orang ibu hamil. Adekuatitas sampel dalam penelitian ini menggunakan tabel-U Mann Whitney. Analisis data *uji Wilcoxon*. Nilai mean hasil *pretest* kelompok

pemberian seduhan jahe gula aren adalah 2.00 sedangkan nilai mean hasil posttest adalah 1.25. Pada hasil *uji Wilcoxon* signifikan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$. nilai mean hasil *pretest* kelompok pemberian seduhan jahe adalah 2.10 sedangkan nilai mean hasil posttest adalah 1.55. Pada hasil *uji Wilcoxon* signifikan $p\text{-value } 0,001 < 0,05$. hasil uji *Mann Whitney* diperoleh angka signifikan $p\text{-value } 0,002 < 0,05$. Artinya ada perbedaan pemberian seduhan jahe gula aren dengan pemberian seduhan jahe walaupun sama-sama dapat mempengaruhi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 namun tetap terdapat perbedaan.

Kata Kunci: Emesis Gravidarum, Jahe, Gula Aren

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah (Paninsari *et al.*, 2020). Kehamilan menyebabkan banyak perubahan pada tubuh ibu. Perubahan tersebut untuk menyesuaikan tubuh ibu pada keadaan kehamilannya, perubahan sebagian besar adalah karena pengaruh hormon, yaitu peningkatan hormon estrogen dan progesteron sehingga muncul berbagai macam ketidaknyamanan secara fisiologis pada ibu hamil salah satunya adalah mual muntah atau emesis gravidarum (Ratih & Qomariah, 2017)

Pada kehamilan trimester I, biasanya ditemui gangguan yang sering dialami oleh ibu hamil, yaitu mual dan muntah. Namun, mual dan muntah yang cukup parah disebut hiperemesis gravidarum. Hiperemesis biasanya mulai terjadi pada usia kehamilan minggu ke 4 sampai minggu ke 6, kemudian tingkat keparahannya meningkat pada minggu ke 8 sampai minggu ke 12, dan biasanya berakhir pada minggu ke 20 atau pada trimester pertama sampai trimester kedua. (Nurbaity *et al.*, 2019)

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 angka kejadian emesis gravidarum sekitar 124.348 ibu hamil (21,5%) pada umumnya di usia kehamilan 8 minggu. Sedangkan pada tahun 2019 yaitu sekitar

137.731 ibu hamil (22,9%). Untuk Negara ASEAN sendiri khususnya Vietnam dan Thailand sekitar 32.148 ibu hamil (Wahyuni, 2020)

Data Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) Angka kejadian mual muntah di Indonesia selama 2018 (5,31%) dari 21.581 ibu hamil dan tahun 2019 mengalami peningkatan yaitu (5,42%) dari 25.234 ibu hamil yang memeriksakan diri ke tempat pelayanan kesehatan (Kemenkes R1, 2019).

Menurut data di Jawa Barat pada tahun 2021 kejadian mual muntah sebesar 13% dari ibu hamil mengalami mual muntah DinKes Jabar, 2021. Berdasarkan survey awal yang dilakukan di wilayah Puskesmas Klari pada bulan Januari-Mei 2024 diperoleh data 74 orang ibu hamil yang mengalami emesis pada trimester 1 dan pada tahun 2023 dengan jumlah 133 ibu hamil.

Keluhan mual dan muntah pada kehamilan umum terjadi sekitar 70% sampai 85% dari seluruh kehamilan. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, proporsi gangguan/komplikasi muntah secara terus menerus yang dialami selama kehamilan pada perempuan umur 10-54 tahun, yaitu sebesar 20%2. Di Indonesia, angka kejadian hiperemesis gravidarum mulai dari 1-3% dari seluruh angka kehamilan. (Nisaulkhusna Kadir *et al.*, 2019)

Emesis gravidarum adalah mual dan muntah yang terjadi di awal kehamilan sampai umur 20 minggu disebabkan oleh perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh Human Chorionic Gonadotropin (HCG), Progesteron, Esterogen dan Serotonin. Emesis gravidarum menyebabkan perubahan metabolisme tubuh terjadi penurunan nafsu makan sehingga ibu kekurangan nutrisi dan dapat berlanjut menjadi Hiperemesis Gravidarum yang meningkatkan resiko terjadinya gangguan kehamilan yang lebih berat (Tiara Carolin & Regita Putri, 2022)

Emesis gravidarum merupakan ketidaknyamanan pada ibu hamil berupa mual muntah yang terjadi pada kehamilan Trimester Pertama. Mual biasanya dipagi pada pagi hari, tetapi dapat pula terjadi setiap saat malam hari. Faktor yang menyebabkan mual muntah (emesis gravidarum) yaitu perubahan hormone dalam tubuh selama hamil yaitu meningkatnya estrogen dan HCG (human chorionic gonadotropin). HCG merupakan hormone yang diproduksi plasenta selama masa kehamilan dalam tubuh ibu hamil, selain itu faktor psikologis seperti perasaan cemas, rasa bersalah, termasuk dukungan yang diberikan dari suami, bisa juga oleh faktor lingkungan social budaya dan kondisi ekonomi. (Atika, 2021)

Emesis gravidarum dapat diobati dengan terapi farmakologis, termasuk dengan pemberian *pyridoxine* (B6 Vitamin) *doxylamine*, antiemetik, antihistamin dan antikolinergik, obat kortikosteroid yang mempunyai efek samping sakit kepala, mengantuk, kesemutan yang dapat membahayakan ibu dan bayi dalam kandungan (Nainar et al., 2019). Sedangkan terapi non farmakologi yang biasanya

disarankan oleh tenaga kesehatan adalah menggunakan jahe, dijelaskan dalam publikasi di *University of Mayland Medical Center*, mengkonsumsi 1 gram jahe setiap hari pada saat hamil akan mengurangi keluhan mual dan muntah secara efektif (Rusman et al., 2017)

Jahe memiliki banyak keunggulan diantaranya melemahkan dan mengendurkan otot-otot saluran pencernaan yang menegang sehingga dapat menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil. Gingerol yang terkandung dalam jahe dapat melancarkan sirkulasi darah dan memperbaiki kerja saraf. Aroma harum jahe dihasilkan oleh minyak atsiri yang mampu menyegarkan dan menekan respon muntah. Gula aren digunakan sebagai bahan pemanis alami yang aman bagi tubuh. Gula aren memiliki kandungan mikronutrien seperti *thiamine*, *nicotinic acid*, *riboflavin*, *niacin*, *ascorbatic acid*, *calsium*, dan vitamin B6 yang memberikan peranan cukup penting untuk membantu memenuhi kebutuhan tubuh akan nutrisi tertentu. Selain itu, mengonsumsi gula aren dapat meningkatkan sistem pencernaan dan dapat dijadikan sebagai campuran ramuan obat. Zat *niacin* yang terdapat dalam gula aren mempunyai kemampuan untuk meningkatkan sistem pencernaan, sehingga tubuh terhindar dari masalah gangguan pencernaan. Jika gula aren dijadikan campuran ramuan obat seperti dikombinasikan dengan minuman jahe untuk mengatasi mual muntah, maka gula aren dapat memaksimalkan kerja ramuan obat tersebut (Khasanah, 2017)

Penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2020) mengenai pengaruh pemberian air rebusan jahe dan gula aren terhadap penurunan mual dan

muntah pada ibu hamil trimester I di Klinik Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi memperoleh perbedaan rata-rata yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi selama tiga hari. Sebelum mengonsumsi air rebusan jahe dan gula aren rata-rata ibu hamil mengalami mual dan muntah akut. Setelah mengonsumsi air rebusan jahe dan gula aren rata-rata ibu hamil mengalami mual dan muntah ringan (Harahap et al., 2020).

KAJIAN PUSTAKA

Emesis gravidarum biasanya ditemukan pada awal kehamilan dan tanda awal kehamilan ini biasanya ditemukan setelah pembuahan pada minggu kedelapan dan kedua. Aliran darah terjadi peningkatan dari hormone tiba-tiba pada kehamilan juga memicu rasa mual. Rasa mual dapat dirasakan dalam sepanjang hari baik pagi ataupun malam. Wanita hamil biasanya kehilangan nafsu makan yang menyebabkan keterbatasan asupan makanan yang diterima, akan tetapi kondisi ini lazim sehingga kesehatan janin tidak akan berpengaruh karena emesis gravidarum menandakan tubuh wanita hamil bereaksi terhadap hormone dalam kehamilan. Mual muntah biasanya menghilang pada kehamilan trimester kedua.

Tiga bulan pertama atau trimester pertama hampir 50-90 persen terjadi emesis gravidarum. Pada kehamilan usia 8 minggu sampai 12 minggu lazim terjadi emesis gravidarum dan secara bertahap semakin berkurang dan di

usia kehamilan 16 minggu biasanya berhenti (Yanuaringsih et al., 2020).

Jahe termasuk ke dalam tanaman yang berasal dari suku Zingiberaceae yang mengandung minyak atsiri (1,5-3%), zingiberin, sineol, asam-asam organik (malat, oksalat), gingerin, dan vitamin (A, B1 dan C) (Munadi, 2020)

Gula aren, yang mana memiliki nama latin *Arenga saccharifera* diyakini dahulunya hanya berasal dari pohon tebu. Namun pada zaman ini, gula aren sudah dapat didapatkan dari air nira sadapan bunga jantan aren, kelapa, dan juga lontar (Suwanti, dkk. 2021).

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif Quasy Eksperimen, dengan desain two group only pre-post test desain (Sugiyono, 2019). Penelitian melibatkan 2 kelompok yaitu kelompok A (Pemberian jahe dan gula aren) dan kelompok B (pemberian jahe). Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 74 orang ibu hamil. Adekuatitas sampel dalam penelitian ini menggunakan tabel-U Mann Whitney. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Klari Dilaksanakan bulan Juni-Juli 2024. Instrument yang akan digunakan pada penelitian ini adalah Skala *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)* dan lembar ceklist untuk mengetahui keteraturan mengonsumsi seduhan jahe dan gula aren, sebanyak 2x sehari selama 3 hari berturut-turut. Analisis data tidak memenuhi syarat uji normalitas sehingga uji alternative adalah *uji Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

Table 1. Distribusi Karakteristik Responden

	Kategori	Jahe & Gula aren (Klp A)		Jahe (Klp B)	
		f	%	f	%
Umur	20-35	14	70	15	75,5
	>35	6	30	5	25
Paritas	Primi	10	50	8	40
	Multi	10	50	12	60
Pendidikan	SD	1	5	2	10
	SMP	4	20	3	15
	SMA	14	70	14	70
	Perguruan Tinggi	1	5	1	5

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa jumlah responden keseluruhan adalah 40 orang, yang masing-masing setiap kelompok terdiri dari 20 orang ibu hamil yang mengalami emesis.

Kelompok pemberian jahe dan gula aren dengan kelompok pemberian jahe, kategori rentang usia 20-35 lebih banyak daripada kategori usia > 35 tahun, yaitu pada kelompok A usia 20-35 berjumlah 14 orang (70%) dan usia >35 tahun 6 orang (20%), pada kelompok B usia 20-35 berjumlah 15 orang (75,5%) dan usia >35 tahun 65 orang (25,5%)

Kelompok A yang paritas primi dan multi berjumlah sama yaitu 10 orang (50%), sedangkan pada kelompok B paritas multi berjumlah lebih banyak yaitu 12 orang (60%) dibandingkan paritas primi yaitu 8 orang (40%).

Tingkat pendidikan kelompok A dan kelompok B mayoritas berpendidikan SMA dan berjumlah sama yaitu 14 orang (70%), namun minoritas pada kelompok A ada 2 kategori pendidikan yaitu SD 1 orang (5%) dan perguruan tinggi 1 orang (5%), sedangkan pada kelompok B pendidikan Perguruan tinggi sejumlah 1 orang (5%).

Table 2. Rerata Frekuensi Emesis Gravidarum *Pre* Dan *Post* Pemberian Seduhan Jahe Gula Aren

	N	Mean	Std.Deviation	p-value
frekuensi emesis gravidarum <i>pre</i>	20	2.00	.324	.000
frekuensi emesis gravidarum <i>post</i>	20	1.25	.444	

* uji Wilcoxon

Berdasarkan tabel terlihat bahwa nilai mean hasil *pretest* kelompok pemberian seduhan jahe gula aren adalah 2.00 sedangkan nilai mean hasil *posttest* adalah

1.25. Pada hasil uji Wilcoxon signifikan *p-value* $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat Perbedaan nilai *mean* sebelum dan sesudah diberi pemberian seduhan jahe gula aren

Table 3. Rerata Frekuensi Emesis Gravidarum Pre Dan Post Pemberian Seduhan Jahe

	N	Mean	Std.Deviation	p-value
frekuensi emesis gravidarum pre	20	2.10	.308	.001
frekuensi emesis gravidarum post	20	1.55	.605	

Berdasarkan tabel terlihat bahwa nilai mean hasil *pretest* kelompok pemberian seduhan jahe adalah 2.10 sedangkan nilai mean hasil *posttest* adalah 1.55. Pada hasil uji *Wilcoxon* signifikan *p-value*

0,001 < 0,05 yang berarti terdapat Perbedaan nilai *mean* sebelum dan sesudah diberi pemberian seduhan jahe.

Table 4. Perbandingan Rata-Rata Frekuensi Emesis Gravidarum Setelah Dilakukan Pemberian Seduhan Jahe Gula Aren Dengan Pemberian Seduhan Jahe

Hasil <i>posttest</i>	N	Mean	Std.Deviation	Sig.(2-tailed) p-value
pemberian seduhan jahe gula aren	20	1.25	.554	.002
pemberian seduhan jahe	20	1.55		

Berdasarkan hasil uji dapat dilihat bahwa nilai *mean posttest* pemberian seduhan jahe gula aren adalah 1.25 sedangkan pemberian seduhan jahe 1.55. Pada hasil uji *Mann Whitney* diperoleh angka signifikan *p-value* 0.002 < 0,05.

Artinya ada perbedaan pemberian seduhan jahe gula aren dengan pemberian seduhan jahe walaupun sama-sama dapat mempengaruhi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 namun tetap terdapat perbedaan.

PEMBAHASAN

Rerata Frekuensi Emesis Gravidarum Sebelum Dan Sesudah Pemberian Seduhan Jahe Gula Aren

Berdasarkan pada hasil uji *Wilcoxon* signifikan *p-value* 0,000 < 0,05 yang berarti terdapat perbedaan nilai *mean* sebelum dan sesudah diberi pemberian seduhan jahe gula aren. Nilai mean hasil *pretest* kelompok pemberian seduhan jahe gula aren adalah 2.00 sedangkan nilai mean hasil *posttest* adalah 1.25. Hal tersebut dapat

disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian seduhan jahe gula aren pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lhutfi Putri Utami, 2019) bahwa hasil penelitian frekuensi mual muntah pada responden mengalami penurunan sesudah pemberian wedang jahe dari kategori tingkat berat menjadi tingkat ringan. Sehingga kesimpulan dari penelitian adalah pemberian wedang jahe

dapat menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil dengan emesis gravidarum.

Penelitian yang berjudul Pemberian Minuman Jahe Dan Gula Aren Untuk Mengurangi *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil yang dilakukan oleh (Muarifah et al., 2021) bahwa hasil studi kasus yang didapatkan dari mengevaluasi pemberian minuman jahe dan gula aren terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil yaitu pemberian minuman jahe dan gula aren terbukti efektif untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil. Kombinasi jahe dan gula aren mampu mengurangi keluhan emesis gravidarum pada ibu hamil 13. Gula aren mengandung beberapa mikronutrien seperti *nicotinic acid*, *ascorbatic acid*, *thiamine*, *calcium*, *riboflavin*, *niacin*, dan vitamin B6 yang membantu meningkatkan pencernaan sehingga jika dijadikan campuran ramuan obat, dapat memaksimalkan kerja ramuan tersebut.

Jahe dan gula aren merupakan komponen gula semut. Jahe, yang bisa diolah menjadi minuman dengan gula aren, merupakan pengobatan non-farmalogi yang biasanya dianjurkan oleh para profesional kesehatan. Jahe memiliki berbagai manfaat, diantaranya mengurangi rasa mual dan muntah pada ibu hamil dengan cara melemahkan dan mengendurkan otot-otot saluran pencernaan yang tegang. Gingerol, yang ditemukan dalam jahe, membantu meningkatkan sirkulasi darah dan fungsi neuron. Aroma aromatik jahe dihasilkan oleh minyak esensial, yang membantu memberi energi kembali dan menghambat muntah. Selain itu, rasa pedas jahe dibentuk oleh oleoresin yang memberikan efek menghangatkan tubuh.

Hasil Penelitian oleh (Rusman et al., 2017) mengatakan bahwa jahe

dapat mencegah mual dan muntah karena jahe mampu menjadi penghalang serotonin, sebuah senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi sehingga timbul rasa mual dibuktikan dengan hasil Penelitian bahwa sebelum diberi intervensi rata-rata responden mengalami frekuensi mual muntah sebanyak 13 kali Dalam sehari dan setelah di berikan intervensi minuman jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah menurun menjadi 3,18 kali Dalam sehari.

Gula aren merupakan pemanis alami yang tidak berbahaya bagi tubuh. Gula aren mengandung zat gizi mikro seperti tiamin, asam nikotinat, riboflavin, niasin, asam askorbat, kalsium, dan vitamin B6. Mikronutrien ini memainkan peran penting dalam membantu tubuh mencapai kebutuhan nutrisinya. Selain itu, konsumsi gula aren dapat bermanfaat bagi sistem pencernaan dan dimanfaatkan sebagai kombo ramuan terapi. Niasin dalam gula aren dapat memperkuat saluran pencernaan, sehingga mencegah masalah pencernaan. Asumsikan gula aren digunakan sebagai campuran komponen obat, seperti minuman jahe untuk pengobatan mual dan muntah. Dengan demikian, gula aren dapat meningkatkan khasiat dari zat obat tersebut (Khasanah, 2017)

Rerata Frekuensi Emesis Gravidarum Sebelum Dan Sesudah Pemberian Seduhan Jahe

Berdasarkan hasil uji wilcoxon terlihat bahwa nilai mean hasil *pretest* kelompok pemberian seduhan jahe adalah 2.10 sedangkan nilai mean hasil *posttest* adalah 1.55. Pada hasil *uji Wilcoxon* signifikan *p-value* $0,001 < 0,05$ yang berarti terdapat Perbedaan nilai *mean* sebelum dan sesudah diberi pemberian seduhan jahe. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa

terdapat pengaruh pemberian seduhan jahe pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum.

Penelitian ini juga dilakukan oleh (Faridah BD, Aprizal Ponda, 2019) yang berjudul Pengaruh Minuman Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata skor *emesis gravidarum* sebelum diberi minuman jahe yaitu 7,19 dan setelah diberi minuman jahe yaitu 5,00. Hubungan minuman jahe dengan penurunan frekuensi *emesis gravidarum* didapatkan $p\text{-value}=0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh minuman jahe terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

Jahe bekerja dalam mengurangi emesis gravidarum, minyak jahe yang berisi gingerol yang berbau harum khas jahe, berkhasiat mencegah dan mengobati mual dan muntah. Jahe yang digunakan sebagai bumbu masak terutama berkhasiat untuk menambah nafsu makan, memperkuat lambung dan memperbaiki pencernaan. Selain itu, minyak jahe yang berisi gingerol yang berbau harum khas jahe, berkhasiat mencegah dan mengobati mual dan muntah pada ibu hamil muda.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Faridah BD, Aprizal Ponda, 2019). Penelitian ini menggunakan seduhan jahe dengan variabel tambahan yaitu aromaterapi peppermint. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata intensitas mual dan muntah sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan aromaterapi peppermint (*Mentha x piperita*). Hasil uji t berpasangan didapatkan nilai $p\text{-value}$ 0,00 ($p < 0,05$) dan uji independen didapatkan nilai $p\text{-value}$ 0,01 ($p < 0,05$).

Hal ini disebabkan karena jahe (*Zingiber officinale*) dapat digunakan sebagai obat nonfarmakologi yang memiliki senyawa aktif *gingerol* dan *shogaol* yang keduanya bekerja pada reseptor sistem pencernaan dan membantu mempercepat pengosongan lambung, sehingga rasa mual akan berangsur menghilang. (Faridah BD, Aprizal Ponda, 2019)

Jahe (*Zingiber officinale*) adalah pilihan pengobatan yang aman dan efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Jahe (*Zingiber officinale*) termasuk tanaman obat yang merupakan tumbuhan rumpun berbatang semu, jahe tidak hanya dijadikan sebagai bumbu masakan karena rasanya yang pedas dan unik tetapi bisa dijadikan olahan minuman hangat untuk kesehatan yang menyegarkan. (Vitriani et al., 2022)

Penelitian yang dilakukan oleh (Vitriani et al., 2022) dengan judul penelitian Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Emesis Gravidarum. diberikan intervensi aromaterapi jahe, didapatkan hasil rata-rata frekuensi emesis gravidarum sebelum intervensi adalah (%96). Hasil uji Wilcoxon sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi jahe, didapatkan $p\text{-value} = 0,00 < 0,05$ yang artinya aromaterapi jahe efektif dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

Aromaterapi membantu meningkatkan stamina dan gairah seseorang, walaupun sebelumnya tidak atau 51 kurang memiliki gairah dan semangat hidup serta aromaterapi dapat menumbuhkan perasaan tenang pada jasmani, pikiran dan rohani (soothing the physical, mind and spiritual), dapat menciptakan suasana yang damai, serta dapat menjauhkan dari perasaan cemas dan gelisah.

Sehingga asumsi peneliti bahwa seduhan jahe tanpa gula aren selain rasa dari jahe yang dapat membuat hangat juga dapat memberikan aroma yang membuat perasaan ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum tenang, kesegaran yang ditimbulkan dari aromaterapi bisa membantu ibu hamil untuk mengurangi gejala mual muntah yang sering terjadi pada awal kehamilan.

KESIMPULAN

1. Pada hasil uji *Wilcoxon* signifikan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh pemberian jahe dan gula aren terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1
2. Pada hasil uji *Mann Whitney* diperoleh angka signifikan $p\text{-value } 0,002 < 0,05$. Artinya ada perbedaan pemberian seduhan jahe gula aren dengan pemberian seduhan jahe walaupun sama-sama dapat mempengaruhi frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 namun tetap terdapat perbedaan

DAFTAR PUSTAKA

- Atika, R. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Tm 1 dengan Emesis Gravidarum Di Pmb "F" Kota Bengkulu. *Politeknik Kesehatan Bengkulu*.
- Faridah Bd, Aprizal Ponda, H. T. P. (2019). *Jenis Penelitian Ini Adalah*. 23-32.
- Feri Ahmadi. (2019). Kehamilan Janin & Nutrisi. In *Cv Budi Utama*.
- Harahap, R. F., Alamanda, L. D. R., & Harefa, I. L. (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 84-95.
- Hidayat. (2018). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Kesehatan*. Salemba.
- Irfan Rahmatullah. (2019). Menjalani Kehamilan Dan Persalinan Yang Sehat. In *Pt Gramedia Pustaka Utama*.
- Khasanah, M. (2017). *Penerapan Pemberian Wedang Jahe Sunti Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Kebumen* 3. [Http://Elib.Stikesmuhgombong.Ac.Id/Id/Eprint/415](http://Elib.Stikesmuhgombong.Ac.Id/Id/Eprint/415)
- Lhutfi Putri Utami. (2019). 濟無no Title No Title. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951-952., 1(April), 2019.
- Muarifah, U., Akademi, M., Krida, K., Akademi, D., & Krida, K. (2021). *Latar Belakang Kehamilan Merupakan Proses Alamiah Yang Terjadi Pada Wanita . Kehamilan Bisa Terjadi Karena Sel Telur Telah Dibuahi Oleh Sperma . Usia Kehamilan Dihitung Mulai Dari Hari Pertama Haid Terakhir Sampai Dengan Melahirkan . Kehamilan Berlangsung*. 8(2), 192-201.
- Nainar, A. A. A., Diniah, L., & Komariah, L. (2019). Pengaruh Pemberian Daun Mint Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. *Jurnal I*, 2(2), 65-80.[Http://Jurnal.Umt.Ac.Id/Index.Php/Jik/Index](http://Jurnal.Umt.Ac.Id/Index.Php/Jik/Index) 81
- Nisaulkhusna Kadir, I., Saleha, S., & Nadyah, N. (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*, 1(2).
<https://doi.org/10.24252/jmw.V1i2.10832>
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurbaity, A. D., Candra, A., & Fitranti, D. Y. (2019). Faktor Risiko Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Semarang. *Journal Of Nutrition College*, 8(3), 123-130.
<https://doi.org/10.14710/jnc.V8i3.25801>
- Ratih, R. H., & Qomariah, S. (2017). Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I. *Lp2m-Umri*, 2, 31-34.
- Roflin, E., Andriyani Liberty, I., & Pariyana. (2021). *Populasi, Sampel, Variabel Dalam Penelitian Kedokteran* (Nasrudin (Ed.)). Pt Nasya Expanding Management.
- Rusman, A. D. P., Andiani, D., & Fakultas Ilmu Kesehatan, U. (2017). Prosiding Seminar Nasional Ikakesmada "Peran Tenaga Kesehatan Dalam Pelaksanaan Sdgs" Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Prosiding Seminar Nasional*, 978-979.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Sutopo (Ed.); 2nd Ed.). Alfabeta.
- Sumargo, B. (2020). *Teknik Sampling*. Unj Press.
- Tiara Carolin, B., & Regita Putri, M. (2022). Overcoming Emesis Gravidarum By Consuming Ginger (Zingiber Officinale Var. Rubrum). *Nveo - Natural Volatiles & Essential Oils Journal | Nveo*, 9(1), 59-65.
<https://www.nveo.org/index.php/journal/article/view/4350>
- Trisnanto, E. (2016). Perubahan Fisiologi Dan Patologis Kehamilan Serta Adaptasi Keluarga Terhadap Kehamilan. In *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Patria Husada Blitar*.
- Tutik Ekasari. (2019). Pengaruh Pemeriksaan Kehamilan Secara Teratur Terhadap Kejadian Preeklamsi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 24-28.
- Vitriani, O., Alyensi, F., & Susanti, A. (2022). Efektivitas Aromaterapi Peppermint Dan Pemberian Sari Jahe Pada Mual Muntah Ibu Hamil Di Pmb Siti Julaeha Pekanbaru. *Jomis (Journal Of Midwifery Science)*, 6(1), 47-54.
<https://doi.org/10.36341/jomis.V6i1.2042>
- Wahyuni, N. I. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Hiperemesis Gravidarum Pada Trimester Awal. *Jurnal Antara Kebidanan*, 3(3), 247-251.