

**PENGARUH PERMEN JAHE TERHADAP FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU
HAMIL TRIMESTER I****Bahrah^{1*}, Mirna Wigunarti²**¹⁻²Politeknik Kesehatan Sorong

Email Korespondensi: rha_poe@yahoo.co.id

Disubmit: 17 Mei 2022

Diterima: 27 Mei 2022

Diterbitkan: 01 Juli 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i7.6766>**ABSTRACT**

Emesis gravidarum is one of the most common complaints and affects millions of pregnant women worldwide each year and is still experienced by 85% of all pregnancies. Several pharmacological therapies are considered to treat nausea, which has recently been recommended to treat nausea and vomiting in pregnant women, namely the administration of vitamin B6, but it is less effective because many pregnant women are afraid to take medication, so non-pharmacological therapies are recommended, one of which is ginger. The purpose of this study was to evaluate the effect of ginger candy on the frequency of nausea and vomiting in first trimester pregnant women in the Amban Public Health Center, Manokwari Regency. This study analyzed the frequency of nausea and vomiting after being given ginger candy. This type of research is a quasi-experimental research with a control group pre-test and post-test design. The sample in this study were pregnant women who experienced nausea and vomiting in the first trimester in the Amban Health Center working area as many as 20 respondents with a sampling technique using purposive sampling. This study conducted an analysis of the frequency of nausea and vomiting in pregnant women before and after being given ginger candy intervention for 7 days according to the SOP for giving ginger candy with a dose of giving ginger candy intervention as much as 4 packages in 1 day, where each package of ginger candy contains about 250 mg of ginger candy. and sugar was given and Vitamin B6 200 mg/day for 7 days. The research instrument used was the PUQE questionnaire. The data taken are primary data and data analysis using parametric and non-parametric tests. The results showed that there were differences in the frequency of nausea and vomiting scores before and after treatment in the intervention group with p value < value (0.05) and there was no difference in the frequency of nausea and vomiting scores before and after treatment in the control group with p value > value. (0.05). The conclusion is that ginger candy affects the frequency of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester after being given an intervention.

Keywords : Pregnant Women, Frequency of Nausea Vomiting, Ginger Candy**ABSTRAK**

Emesis gravidarum merupakan salah satu keluhan yang paling umum dan mempengaruhi jutaan perempuan hamil diseluruh dunia setiap tahunnya dan masih dialami oleh 85% dari semua kehamilan. Beberapa terapi farmakologi dipertimbangkan untuk mengatasi mual yang baru-baru ini direkomendasikan untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil yaitu pemberian vitamin B6 namun kurang efektif karena banyak ibu hamil yang takut untuk minum obat sehingga

direkomendasikan terapi non farmakologis yaitu salah satunya pemberian jahe. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi pengaruh permen jahe terhadap frekuensi mual muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Amban Kabupaten Manokwari. Penelitian ini melakukan analisis frekuensi mual muntah setelah diberikan permen jahe. Jenis penelitian ini adalah penelitian *quasy experiment* dengan rancangan penelitian *control group pre test and post test design*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami mual muntah Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Amban sebanyak 20 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini melakukan analisis frekuensi mual muntah pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan intervensi permen jahe selama 7 hari sesuai SOP pemberian permen jahe dengan dosis pemberian permen jahe sebanyak 4 kemasan dalam 1 hari, dimana setiap kemasan permen jahe mengandung sekitar 250 mg permen jahe dan gula diberikan dan Vitamin B6 200 mg/hari selama 7 hari. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuisisioner PUQE. Data yang diambil merupakan data primer dan analisa data menggunakan uji parametrik dan non parametrik test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dengan nilai p value < nilai α (0,05) dan tidak terdapat perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol dengan nilai p value > nilai α (0,05). Kesimpulan yaitu permen jahe berpengaruh terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I setelah diberikan intervensi.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Frekuensi Mual Muntah, Permen Jahe

PENDAHULUAN

Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi pada kehamilan dan membuat ketidaknyamanan pada ibu hamil yaitu mual dan muntah atau yang dikenal dengan emesis gravidarum. Gejala ini sering terjadi pada ibu hamil di awal trimester pertama kehamilan (Ding, Leach and Bradley, 2013). Emesis gravidarum merupakan salah satu keluhan yang paling umum dan mempengaruhi jutaan perempuan hamil diseluruh dunia setiap tahunnya (Widatiningsih et al., 2019) dan masih dialami oleh 85% dari semua kehamilan (Gordon and Love, 2017) dengan tingkat keparahan dari ringan hingga berat serta merupakan fenomena yang sering terjadi pada umur kehamilan 4 dan 9 minggu dan memburuk pada usia kehamilan 7 dan 12 minggu.

Biasanya gejala mual muntah akan mereda antara usia kehamilan 12 dan 16 minggu namun

hingga 15% wanita akan mengalami gejala setelah 16 minggu atau selama kehamilan mereka (Maltepe and Gow, 2013). Keparahan dari mual muntah dapat menyebabkan hyperemesis gravidarum karena ibu hamil tidak dapat mempertahankan keseimbangan nutrisinya sehingga menyebabkan dehidrasi dengan angka kejadiannya bervariasi dari 0,5% menjadi 2%, kondisi ini yang menyebabkan ibu hamil harus dirawat di Rumah Sakit pada trimester pertama kehamilan dan bahkan jika berlanjut dapat menyebabkan persalinan prematur (Gordon and Love, 2017). Penyebab terjadinya mual muntah disebabkan oleh multifaktorial namun penyebab utama disebabkan karena perubahan hormonal selama tiga bulan pertama kehamilan (Maltepe and Gow, 2013), khususnya peningkatan kadar hormon Human Chorionic Gonadotropin (HCG), estrogen dan progesteron (Tiran, 2012).

Beberapa terapi farmakologi dipertimbangkan untuk mengatasi mual muntah karena dapat berpengaruh pada periode organogenesis embrionik sehingga Vitamin B6 (Pyridoxine Hidroklorida) adalah salah satu perawatan yang baru-baru ini direkomendasikan untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil (Ding, Leach and Bradley, 2013) namun pemberian vitamin B6 kurang efektif karena banyak ibu hamil yang takut untuk minum obat sehingga direkomendasikan terapi non farmakologis yaitu pemberian jahe, akupunture atau akupresure dan hipnoterapi (Lee et al., 2016). Namun pemberian terapi jahe dan Vitamin B6 paling sering digunakan untuk mengatasi mual muntah dengan pemberian dosis yang aman (Maltepe and Gow, 2013).

Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Niska Anita dkk (2020) yang meneliti tentang pemberian permen jahe dalam menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil dengan pemberian permen jahe selama 7 hari diperoleh hasil bahwa dari 17 responden yang diberikan intervensi jahe, vitamin B6 dan placebo bahwa pemberian permen jahe lebih efektif dalam menurunkan frekuensi mual muntah dibandingkan kelompok lainnya (Niska Anita, Sartini, 2020).

Jahe merupakan zat aditif makanan yang umum digunakan di seluruh dunia tanpa bukti bahaya mengakibatkan aktivitas antagonis dopamin dan serotonin (Lee et al., 2016). Zat-zat yang terkandung dalam Jahe yaitu gingerol, shogaol, zingerone, zingiberol dan paradol. Gingerol dianggap sebagai penyebab utama efek anti muntah, sementara shogaol dan galanolactone ya bekerja pada reseptor serotonin, terutama di ileum (Tiran, 2012).

Jahe selain mempercepat transport gastrointestinal, juga bekerja pada susunan saraf pusat dan sebagai anti inflamasi serta memblokir refleks muntah karena mengandung minyak atsiri sehingga gejala muntah dan mual dapat dikurangi sehingga kadar hormon HCG dapat menurun sebagai efek dari berkurangnya frekuensi mual muntah setelah pemberian permen jahe (Wiraharja, Rustam and Iskandar, 2011).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Amban, jumlah ibu hamil yang melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan pada bulan Mei 2021 sebanyak 47 orang, dimana dari 47 orang ibu hamil terdapat 23 orang ibu yang mengalami mual muntah atau emesis gravidarum dan mengatakan untuk mengatasi mual muntahnya ibu menghindari makanan yang dapat merangsang muntah dan tidak menghabiskan obat atau vitamin yang diberikan dari Puskesmas.

Berdasarkan uraian masalah tersebut, maka perlu pemberian terapi pendamping non farmakologis untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil yaitu dengan pemberian intervensi permen jahe pada ibu hamil yang mengalami mual muntah di Wilayah Kerja Puskesmas Amban, sehingga peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu adakah pengaruh permen jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I Wilayah Kerja Puskesmas Amban?

KAJIAN PUSTAKA

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang sering dirasakan ibu hamil saat usia kehamilan 0- 12 minggu, dimana factor penyebab utamanya disebabkan karena meningkatnya

kadar hormon estrogen, progesteron yang di produksi oleh hormon HCG (Fitria, 2018). Mual dan muntah dalam kehamilan disebut sebagai Morning Sickness dan masih dialami oleh 85% dari semua kehamilan (Gordon and Love, 2017) dan hanya 17% yang mengalami mual muntah saat pagi hari gejala tersebut lebih sering muncul saat bangun tidur sehingga kerap di sebut dengan morning sickness, akan tetapi pada sebagian yang lain gejala mual muntah terus berlanjut sepanjang hari (Maghfiroh and Astuti, 2016) jika mual muntah ini berlanjut ke tingkat yang berat maka ibu hamil akan mengalami hiperemesis gravidarum (Wiraharja, Rustam and Iskandar, 2011).

Teori yang lain mengatakan bahwa penyebab mual dan muntah dalam kehamilan adalah perubahan level hormon terutama beta human chorionic gonadotropin hormone (b-HCG), estradiol, dan progesteron. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum menunjukkan peningkatan level estradiol pada trimester pertama kehamilan. Perubahan hormon kehamilan juga bisa mengganggu fungsi neuromuskular dari sistem gastrointestinal, yang berakibat pada mual dan muntah. Seperti progesteron yang bisa mengurangi kontraktilitas otot polos dan menyebabkan gastric dysrhythmias atau pengosongan lambung yang terhambat (Wiraharja, Rustam and Iskandar, 2011).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan atau keterkaitan hormon HCG (Hormone Corionic Gonadotropin) dengan gejala mual muntah yang kerap dialami oleh wanita hamil, yang biasanya membaik setelah trimester pertama. Muntah terjadi ketika pusat muntah di medulla atau zona pemicu kemoreseptor yang

terletak di dinding lateral ventrikel ke empat terstimulasi (Maghfiroh and Astuti, 2016). Terapi atau penanganan untuk mengatasi mual muntah atau emesis gravidarum yaitu dengan terapi obat-ibatan dan juga terapi non farmakologi yang direkomendasikan adalah Jahe (Fitria, 2018). Jahe merupakan golongan rhizoma, family Zingiberaceae yang merupakan salah satu jenis rempah-rempah yang banyak ditemukan di negara-negara Asia Pasifik dan digunakan untuk berbagai kebutuhan atau keperluan (Wiraharja, Rustam and Iskandar, 2011). Jahe memiliki kandungan senyawa kimiawi yaitu gingerols, shogaols, bisapolene, zingiberene, zingiberol, sesquiphellandrene, minyak atsiri dan resin (Fitria, 2018).

Menurut German federal Health Agency, jahe efektif untuk mengobati gangguan pencernaan karena jahe mengandung 2 enzim pencernaan penting dalam membantu tubuh mencerna dan menyerap makanan, pertama lipase yang berfungsi menyerap lemak dan kedua protease yang berfungsi memecah protein (Maghfiroh and Astuti, 2016). Dr. Borelli dari University of Naples Frederica di Itali mengatakan bahwa jahe bisa menjadi terapi yang efektif untuk mengatasi mual dan muntah-muntah dalam kehamilan. Terdapat sedikit bukti bahwa vitamin B6 dapat membantu mengurangi keparahan mual (Helen Baston, 2018).

Jahe telah terbukti memiliki manfaat untuk mengatasi kondisi medis termasuk variasi keluhan mual, karena kandungan enzim yang berada di jahe yang dapat mengkatalisa proteom yang ada dalam sistem pencernaan sehingga memberikan efek anti mual, sedangkan anti muntah pada jahe merupakan efek dari gabungan atau kombinasi senyawa zingerones dan shogaols (Aghazadeh et al., 2016).

Cara mengkonsumsi jahe dapat berbagai cara seperti, wedang jahe, aromaterapi, permen jahe, kapsul dan ekstrak jahe. Selain itu, dalam konsumsinya juga dapat ditambahkan dengan madu atau sirup sebagai pemanis. Dosis rata-rata yang dapat digunakan antara 0.5-2 gram kapsul, dan tidak boleh melebihi 4 gram perhari. Efek samping yang terjadi adalah rasa tidak enak dimulut, mulas, bersendawa, kembung dan mual, terutama pada sediaan jahe bubuk (Hasanah and Biostatistika, 2014).

Beberapa penelitian terhadap efektivitas jahe adalah jahe mengatasi keluhan mual disertai muntah selama kehamilan. Penelitian yang dilakukan oleh Ardani (2014) yaitu melakukan uji terhadap wanita hamil dengan kombinasi 350 mg serbuk jahe dan piridoksin yang diberikan 2 kali sehari sebagai terapi emesis gravidarum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrak jahe efektif mengatasi keluhan emesis gravidarum. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa khasiat sebagai antimual saat hamil adalah jahe (Fitria, 2018). Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Niska Anita dkk (2020) yang meneliti tentang pemberian permen jahe dalam menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil dengan pemberian permen jahe selama 7 hari diperoleh hasil bahwa dari 17 responden yang diberikan intervensi jahe, vitamin B6 dan placebo bahwa pemberian permen jahe lebih efektif dalam menurunkan frekuensi mual muntah dibandingkan kelompok lainnya (Niska Anita, Sartini, 2020).

Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Ainul dan lestari (2016) yang meneliti tentang pengaruh permen jahe terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Wilayah

Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kendal 2016, yang meneliti sebanyak 38 responden yang menggunakan 2 kelompok perlakuan yaitu kelompok intervensi dan kontrol menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh permen jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Wilayah Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kendal (Maghfiroh and Astuti, 2016).

Jahe merupakan zat aditif makanan yang umum digunakan di seluruh dunia tanpa bukti bahaya mengakibatkan aktivitas antagonis dopamin dan serotonin (Lee et al., 2016). Zat-zat yang terkandung dalam Jahe yaitu gingerol, shogaol, zingerone, zingiberol dan paradol. Gingerol dianggap sebagai penyebab utama efek anti muntah, sementara shogaol dan galanolactone ya bekerja pada reseptor serotonin, terutama di ileum (Tiran, 2012). Jahe selain mempercepat transport gastrointestinal, juga bekerja pada susunan saraf pusat dan sebagai anti inflamasi serta memblokir refleks muntah karena mengandung minyak atsiri sehingga gejala muntah dan mual dapat dikurangi sehingga kadar hormon HCG dapat menurun sebagai efek dari berkurangnya frekuensi mual muntah setelah pemberian permenjahe (Wiraharja, Rustam and Iskandar, 2011).

Mual dan muntah selama kehamilan biasanya disebabkan oleh perubahan hormon-hormon kehamilan, seperti hormon HCG (Hormon Chorionic Gonadotropin) yang dihasilkan dalam aliran darah untuk menjaga persediaan estrogen dan progesterone. Hormon Chorionic Gonadotropin (HCG) ini akan mencapai kadar tertinggi pada usia kehamilan 12-16 minggu dan akan langsung mempengaruhi system pencernaan seperti menurunnya daya cerna dan peristaltik usus disertai dengan peningkatan asam lambung dan penurunan selera

makan (Hasanah and Biostatistika, 2014).

Penelitian menunjukkan bahwa jahe sangat efektif menurunkan metokloamid senyawa penginduksi mual dan muntah. Pemberian jahe dalam bentuk sediaan permen lebih efektif dan mudah untuk dikonsumsi karena ibu langsung dapat mengkonsumsinya tanpa perlu lagi membuatnya sendiri. Selain itu pemberian sediaan jahe dalam bentuk permen akan mengurangi efek samping dari jahe seperti rasa tidak enak dimulut, mulas, bersendawa, kembung dan mual, terutama pada sediaan jahe bubuk (Hasanah and Biostatistika, 2014).

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah Quasy experiment dengan rancangan penelitian pre test and post test with control group design. Penelitian ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok intervensi adalah kelompok yang akan diberikan perlakuan permen jahe dan pemberian vitamin B6 dan kelompok kontrol adalah kelompok yang hanya diberikan vitamin B6.

Pemberian permen jahe merupakan permen yang didalamnya mengandung jahe dan gula, dimana setiap kemasan permen jahe mengandung sekitar 250 mg jahe yang dicampur dengan gula. Permen jahe yang diberikan kepada ibu hamil yang mengalami mual muntah merupakan permen jadi yang telah diolah merupakan produk jadi yang dosisnya aman dikonsumsi dan telah dikonsumsi sehari-hari oleh masyarakat atau ibu hamil pada umumnya. Pemberian intervensi permen jahe selama 7 hari sesuai SOP pemberian permen jahe dengan dosis pemberian pemberian intervensi permen jahe sebanyak 4

kemasan dalam 1 hari, dimana setiap kemasan permen jahe mengandung sekitar 250 mg permen jahe dan gula diberikan dan Vitamin B6 200 mg/hari selama 7 hari. Kelompok kontrol hanya diberikan Vitamin B6 200 mg/hari selama 7 hari.

Variabel Dependent yang akan diteliti sebelum dan setelah diberikan intervensi yaitu frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Tempat penelitian yaitu Puskesmas Amban sebagai tempat pemberian intervensi permen jahe pada ibu . Tempat penelitian yaitu Puskesmas Amban sebagai tempat pemberian intervensi permen jahe pada ibu hamil yang mengalami mual muntah yang rencananya akan dilakukan pada Bulan April tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester satu yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Amban dan sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester satu yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel berdasarkan perhitungan besar sampel beda rerata yaitu sebanyak 20 responden, sehingga masing-masing kelompok yaitu 10 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling atau pengambilan sampel berdasarkan kriteria peneliti yaitu ibu hamil trimester satu yang memenuhi kriteria inklusi :

- a. Bersedia menjadi responden
- b. Mengalami mual muntah dengan frekuensi 3-5 kali/hari.
- c. Tidak mengalami Hyperemesis Gravidarum
- d. Tidak ada riwayat alergi terhadap kandungan jahe

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar kuisisioner untuk mengetahui identitas responden, SOP pembuatan permen jahe, kuisisioner PUQE 24 untuk mengetahui frekuensi mual muntah. Pada

penelitian ini sumber data diperoleh dari data sekunder dan primer. Data sekunder digunakan untuk studi pendahuluan mengetahui prevalensi ibu hamil yang mengalami mual muntah yang ada di Wilayah Kerja

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini telah terlaksana sesuai dengan waktu penelitian yang direncanakan setelah memperoleh surat ijin penelitian dan diterbitkannya *Ethical Clearance* dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Sorong. Penelitian dilakukan di Puskesmas Amban Kabupaten Manokwari selama kurang lebih 3 bulan yaitu pada Bulan Maret - Mei Tahun 2022 yang dimulai dari perijinan, penelitian hingga analisa data. Tahap pengumpulan data penelitian pemberian intervensi dilakukan di Puskesmas Amban Kabupaten Manokwari.

Penelitian ini menggunakan subjek penelitian manusia yaitu sebanyak 20 responden yang akan diberikan intervensi pemberian permen jahe dan vitamin B6 pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol hanya diberikan vitamin B6 saja untuk mengetahui frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester satu selama diberikan perlakuan baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Kelompok intervensi akan diberikan permen jahe selama 7 hari sesuai SOP pemberian permen jahe dengan dosis pemberian pemberian intervensi permen jahe sebanyak 4 kemasan dalam 1 hari, dimana setiap kemasan permen jahe mengandung sekitar 250 mg permen jahe dan gula diberikan dan Vitamin B6 200 mg/hari selama 7 hari. Penelitian ini menggunakan bantuan enumerator

Puskesmas Amban. Data primer yaitu dengan melakukan pengumpulan data langsung ke responden. Analisa data menggunakan uji parametrik dan non parametrik test.

yaitu Bidan Puskesmas Amban sebanyak 2 orang yang akan membantu peneliti melakukan penelitian.

Tahap pengumpulan data atau pemberian intervensi dilakukan selama 7 hari yang terbagi menjadi 2 tahap yaitu tahap pengukuran pre test sebelum diberikan intervensi dan tahap kedua yaitu pengukuran post test setelah diberikan intervensi untuk mengukur skor frekuensi mual muntah ibu hamil setelah diberikan perlakuan baik pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol. Skor frekuensi mual muntah yaitu dimana total Skor : 3 = Tidak mengalami mual dan muntah , 4-6 = Mual dan muntah ringan, 7-12 = Mual dan muntah sedang, 13-15 = Mual dan muntah berat. Selama waktu penelitian yang dilakukan selama masa pandemi Covid 19, sampel penelitian yang bersedia menjadi responden hanya 20 responden yang sesuai dengan perhitungan besar sampel yaitu sampel sebanyak 20 responden, terbagi 10 kelompok intervensi dan 10 kelompok kontrol.

Sajian Analisa Data Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 20 responden, hasil penelitian kemudian di olah dengan cara pengeditan, pengkodean dan pentabulasian yang akan disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dibawah ini:

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia baik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Karakteristik Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
Usia				
15 - 20 tahun	1	10	0	0
21- 25 tahun	3	30	5	50
26 - 35 tahun	6	60	5	50
Jumlah	10	100	10	100

Sumber data primer : 2022

Berdasarkan tabel 1 dapat ditunjukkan bahwa responden pada kelompok intervensi berdasarkan usia yang paling banyak yaitu rentang usia 26 - 35 tahun sebanyak

6 responden (60%), dan pada kelompok kontrol rentang usia paling banyak yaitu berusia 21- 25 tahun dan 26 - 35 tahun sebanyak 5 responden (50%).

Tabel 2 Uji normalitas skor frekuensi mual muntah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel/Kelompok	n	Perlakuan	<i>P value</i>
Intervensi	10	Sebelum perlakuan	0,47
		Sesudah perlakuan	0,03
Kontrol	10	Sebelum perlakuan	0,08
		Sesudah perlakuan	0,17

Keterangan : hasil uji normalitas Shapiro-Wilk, significant >0.05

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas pada kelompok intervensi hasil uji normalitas sebelum perlakuan nilai signifikannya >0,05 sedangkan hasil uji normalitas sesudah perlakuan nilai signifikannya <0,05. Hasil uji normalitas pada

kelompok kontrol sebelum dan sesudah perlakuan nilai signifikannya >0,05 yang berarti data skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol berdistribusi normal.

Tabel 3 Uji homogenitas skor frekuensi mual muntah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Kelompok Perlakuan	<i>P value</i>
Sebelum perlakuan	0,46
Sesudah perlakuan	0,03

Keterangan : hasil uji homogenitas, significant >0.05

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa nilai signifikan homogenitas sebelum perlakuan $>0,05$ yang berarti bahwa variansi data skor frekuensi mual muntah sebelum perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah sama atau homogen

sedangkan nilai signifikan homogenitas sesudah perlakuan $<0,05$ yang berarti bahwa variansi data skor frekuensi mual muntah sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah tidak sama atau homogen.

Tabel 4 Nilai rerata skor frekuensi mual muntah pada kelompok intervensi dan kontrol

Perlakuan	n	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Mean \pm SD	Min-Max	Mean \pm SD	Min-Max
Skor frekuensi mual muntah					
Sebelum perlakuan	10	7,2 \pm 1,1	5-9	6,60 \pm 1,5	5-10
Sesudah perlakuan		3,9 \pm 0,9	3-6	5,40 \pm 1,9	3-8

Sumber data primer : 2022

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai mean dan standar deviasi skor frekuensi mual muntah sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi menurun dibandingkan sebelum diberikan perlakuan yaitu

sebesar 3,9 \pm 0,9 dan nilai mean dan standar deviasi skor frekuensi mual muntah sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol menurun dibandingkan sebelum diberikan perlakuan yaitu sebesar 5,40 \pm 1,9.

Sajian Analisa Data Bivariat

Sajian analisa data bivariat dalam penelitian ini untuk membuktikan Pengaruh Permen Jahe

Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Amban Kabupaten Manokwari.

Tabel 5 Perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi

Variabel/Kelompok	n	Skor frekuensi mual muntah		Selisih rerata	p- value
		Mean	SD		
Sebelum perlakuan	10	7,2	1,1	3,3	0,007
Sesudah perlakuan		3,9	0,9		

Significant P value <0.05 Paired T- test

Tabel 5 menunjukkan hasil bahwa pada kelompok intervensi rerata skor frekuensi mual muntah sebelum diberikan perlakuan 7,2 yang merupakan kategori mual muntah sedang dan setelah diberikan intervensi terjadi penurunan skor frekuensi mual

muntah menjadi 3,9 yang merupakan kategori mual muntah ringan dengan nilai *p-value* yaitu $<0,05$ yang berarti bahwa terdapat perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi.

Tabel 6 Perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol

Variabel/Kelompok	Skor frekuensi mual muntah				
	n	Mean	SD	Selisih rerata	p-value
Sebelum perlakuan	10	6,6	1,5	1,2	0,1
Sesudah perlakuan		5,4	1,9		

Significant P value <0.05 Wilcoxon- test

Tabel 6 menunjukkan hasil bahwa pada kelompok kontrol rerata skor frekuensi mual muntah sebelum diberikan perlakuan 6,6 yang merupakan kategori mual muntah sedang dan setelah diberikan intervensi terjadi penurunan skor

frekuensi mual muntah menjadi 5,4 yang merupakan kategori mual muntah sedang dengan nilai *p-value* yaitu >0,05 yang berarti bahwa tidak terdapat perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol.

Tabel 7 Perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel	Skor frekuensi mual muntah			
	Mean	SD	Mean Difference	p-value
Kelompok Intervensi	7,2	1,1	0,6	0,46
Kelompok Kontrol	6,6	1,9		

Significant P value <0.05 Independent T- Test

Tabel 7 menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor frekuensi mual muntah sebelum perlakuan pada kelompok intervensi 7,2 dan pada kelompok kontrol rata-rata 6,6 dengan perbedaan rata-rata 0,6 dan

nilai *p-value* = 0,46 yang berarti tidak terdapat perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum perlakuan antara kelompok intervensi dan kontrol.

Tabel 8 Perbedaan skor frekuensi mual muntah sesudah perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel	Skor frekuensi mual muntah			
	Mean	SD	Mean Difference	p-value
Kelompok Intervensi	3,9	0,9	1,5	0,08
Kelompok Kontrol	5,4	1,9		

Significant P value <0.05 Mann Whitney- test

Tabel 8 menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor frekuensi mual muntah sesudah perlakuan pada kelompok intervensi 3,9 dan pada

kelompok kontrol rata-rata 5,4 dengan perbedaan rata-rata 1,5 dan nilai *p-value* = 0,08 yang berarti tidak terdapat perbedaan skor

frekuensi mual muntah sesudah perlakuan antara kelompok intervensi dan kontrol.

PEMBAHASAN

Pengaruh Permen Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Amban Kabupaten Manokwari.

Penelitian ini dilakukan pada 20 ibu hamil trimester satu yang mengalami mual muntah dibagi menjadi 2 kelompok, 10 ibu hamil pada kelompok intervensi yang diberikan permen jahe dan vitamin B6 dan 10 ibu hamil pada kelompok kontrol yang diberikan vitamin B6 saja. Setelah 7 hari pemberian perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol dilakukan pengukuran skor frekuensi mual muntah sebanyak 2 kali pre dan post pengukuran yaitu sebelum dan setelah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan rerata skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan baik pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol namun perbedaan selisih rerata skor frekuensi mual muntah pada kelompok kontrol belum maksimal atau masih rendah sehingga hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan skor frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol.

Mual dan muntah selama kehamilan biasanya disebabkan oleh perubahan hormon-hormon kehamilan, seperti hormon HCG (Hormon Chorionic Gonadotropin) yang dihasilkan dalam aliran darah untuk menjaga persediaan estrogen dan progesterone. Hormon Chorionic Gonadotropin (HCG) ini akan mencapai kadar tertinggi pada usia kehamilan 12-16 minggu dan akan langsung mempengaruhi system pencernaan seperti menurunnya

daya cerna dan peristaltik usus disertai dengan peningkatan asam lambung dan penurunan selera makan (Hasanah and Biostatistika, 2014). Keunggulan pertama jahe adalah kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah, sedang gingerol dapat melancarkan darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik. Hasilnya ketegangan bias dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun ditekan. Aroha harum jahe dihasilkan oleh minyak arsiri, sedang oleoresisnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat (Putri dkk, 2017).

Sebagai obat herbal, jahe digunakan untuk mencegah motion sickness dan sebagai anti muntah. Khasiatnya sebagai anti-muntah mulai banyak digunakan tidak hanya untuk penderita gastritis, tetapi juga oleh kalangan ibu hamil, karena dianggap mempunyai efek samping yang lebih ringan dibanding obat-obat anti muntah yang beredar di masyarakat (Wiraharja, 2011). Usaha untuk mengurangi gejalanya bisa dengan makanan atau minuman yang mengandung jahe. Jahe yang dapat dikonsumsi oleh ibu hamil bisa dalam berbagai bentuk seperti teh jahe, minuman jahe, permen atau biskuit. Selain mengkonsumsi obat-obatan untuk mengatasi mual muntah, para ibu bisa mencoba berbagai ramuan tradisional seperti jahe yang dapat mengatasi mual muntah dengan cara di seduh. Ibu hamil saat ini cenderung malas untuk meminum seduhan jahe dengan alasan tidak menyukai aromanya dan malas membuatnya (Parwitasari, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang pernah

dilakukan oleh Niska Anita dkk (2020) yang meneliti tentang pemberian permen jahe dalam menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil dengan pemberian permen jahe selama 7 hari diperoleh hasil bahwa dari 17 responden yang diberikan intervensi jahe, vitamin B6 dan placebo bahwa pemberian permen jahe lebih efektif dalam menurunkan frekuensi mual muntah dibandingkan kelompok lainnya (Anita, 2020).

Beberapa penelitian terhadap efektivitas jahe adalah jahe mengatasi keluhan mual disertai muntah selama kehamilan. Penelitian yang dilakukan oleh Ardani (2014) yaitu melakukan uji terhadap wanita hamil dengan kombinasi 350 mg serbuk jahe dan piridoksin yang diberikan 2 kali sehari sebagai terapi emesis gravidarum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrak jahe efektif mengatasi keluhan emesis gravidarum. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa khasiat sebagai antimual saat hamil adalah jahe (Fitria, 2018). Hasil penelitian yang pernah

Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Ainul dan lestari (2016) yang meneliti tentang pengaruh permen jahe terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Wilayah Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kendal 2016, yang meneliti sebanyak 38 responden yang menggunakan 2 kelompok perlakuan yaitu kelompok intervensi dan kontrol menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh permen jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Wilayah Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kendal (Magfiroh, 2016).

Jahe merupakan zat aditif makanan yang umum digunakan di seluruh dunia tanpa bukti bahaya mengakibatkan aktivitas antagonis dopamin dan serotonin (Lee et al.,

2016). Zat-zat yang terkandung dalam Jahe yaitu gingerol, shogaol, zingerone, zingiberol dan paradol. Gingerol dianggap sebagai penyebab utama efek anti muntah, sementara shogaol dan galanolactone ya bekerja pada reseptor serotonin, terutama di ileum (Tiran, 2012). Jahe selain mempercepat transport gastrointestinal, juga bekerja pada susunan saraf pusat dan sebagai anti inflamasi serta memblokir refleksi muntah karena mengandung minyak atsiri sehingga gejala muntah dan mual dapat dikurangi sehingga kadar hormon HCG dapat menurun sebagai efek dari berkurangnya frekuensi mual muntah setelah pemberian permenjahe (Wiraharja, Rustam and Iskandar, 2011).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan kesimpulan dalam penelitian ini bahwa permen jahe berpengaruh terhadap skor frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum setelah diberikan intervensi. Pemberian permen jahe dapat sebagai terapi non farmakologis dan dijadikan sebagai terapi pendamping vitamin B6 dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghazadeh M, Bialvaei AZ, Aghazadeh M, et al. (2016). Survey of the Antibiofilm and Antimicrobial Effects of Zingiber officinale (in Vitro Study). 9(2):1-6. doi:10.5812/jjm.30167.
- Ding M, Leach M, Bradley H. (2013). The effectiveness and safety of ginger for pregnancy-induced nausea and vomiting: A systematic

- review. *Women and Birth*; 26(1):e26-e30. doi:10.1016/j.wombi.2012.08.001.
- Fitria L. (2018). Pengaruh Pemberian Minuman Sirup Jahe Emprit Terhadap Penurunan Keluhan Emesis Gravidarum Effect Of Giving Emprit Ginger Seed Drink On Decreasing Of Emesis Gravidarum Complaints. 2018;V(2):108-112.
- Fitri Y, Mulyani NS, Fitrianiingsih E, Suryana S. (2016). Pengaruh Pemberian Aktifitas Fisik (Aerobic Exercise) terhadap Tekanan Darah, IMT dan RLPP pada Wanita Obesitas. *Action Aceh Nutr J*. 2016;1(2):105. doi:10.30867/action.v1i2.19
- Gordon A, Love A. (2017). Fourth Edi. Elsevier Inc.; 2017. doi:10.1016/B978-0-323-35868-2.00054-2.
- Hasanah U, Biostatistika D. (2014)). Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (Zingiber Officinale Var . Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama Nause and Vomiting in pregnancy: pemberian intervensi pada kelompok yang bulan November 2013 dengan melihat buku register i. *J Biometrika dan Kependudukan*, 3(1):81-87.
- Helen Baston. (2018). *Midwifery Essentials: Antenatal*, Volume 2 2nd Edition.
- Lee L, Bc V, Parish B, Ns H. (2016). The Management of Nausea and Vomiting of Pregnancy. *XXX*. 2016;38(12):1127-1137. doi:10.1016/j.jogc.2016.08.009
- Maghfiroh A, Astuti L. P. (2016). Pengaruh permen jahe terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di wilayah puskesmas kaliwungu kabupaten kendal 2016 Prodi Kebidanan STIKes Karya Husada Semarang first trimester of pregnant in kendal kaliwungu public health district 2. *J smart Kebidanan*; 3(2):75-84.
- Maltepe C, Gow R. (2013). 12 - Updated Guidelines for the Management of Nausea and Vomiting of Pregnancy and Hyperemesis Gravidarum. Elsevier Inc.; doi:10.1016/B978-0-12-386007-1.00012-X.
- Niska, Anitaa., Sartini G. A. (2020). Ginger candy (Zingiber officinale) reduces the frequency of vomiting of first- trimester pregnant women with emesis gravidarum. *J Enfermeria Clínica*. 2020;30:536-538. doi:10.1111/j.0022-202X.2004.23560.x
- Parwitasari, Chatur Dhian. (2014). *Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil*. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*. ISSN 2355-6846
- Putri, Ayu Dwi., Haniarti, HNI Usman. (2017). *Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I*. *Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA "Peran Tenaga Kesehatan dalam Pelaksanaan SDGs"*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan. ISBN: 978-979-3812-41-0
- Tiran D. (2012). *Complementary Therapies in Clinical Practice Ginger to reduce*

nausea and vomiting during pregnancy: Evidence of effectiveness is not the same as proof of safety. *Complement Ther Clin Pract.* 2012;18(1):22-25. doi:10.1016/j.ctcp.2011.08.007.

Widatiningsih S, Sukini T. (2019). *Kebidanan P, Poltekkes M, Semarang K. Efektivitas Aromaterapi Lemon untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pendahuluan.* 2019:9-16.

Wiraharja RS, Rustam S, Iskandar M. (2011). *Kegunaan jahe untuk mengatasi gejala mual dalam kehamilan.* 2011;10(3):161-170.