

EFEKTIFITAS JAHE UNTUK MENGATASI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL: *LITERATURE REVIEW*

Eko Riyanti¹, Nova Ari Pangesti², Sarifatun Naila³

^{1,2,3}Program Studi DIII Keperawatan Akademi Keperawatan Pemkab Purworejo

Email: riyantieko49@yahoo.co.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Emesis gravidarum sering terjadi pada ibu hamil, dimana terjadi mual kadang disertai dengan muntah frekuensi kurang dari 5 kali. Mual muntah ini disebabkan karena meningkatnya HCG (Human Chorionic Gonadotropin) yang dapat meningkatkan produksi estrogen. Mual muntah yang tidak diatasi dengan benar mengakibatkan hiperemesis gravidarum yang merupakan efek patologi kehamilan. Mual muntah dapat diatasi dengan pendekatan komplementer salah satunya dengan pemberian jahe. Jahe mengandung zingiberol, Vitamin A, flanderana, gingerol, kurkumen, minyak atsiri zingiberena, dan resin pahit yang berguna untuk memblokir serotonin. Serotonin memberikan rasa nyaman didalam perut. **Tujuan:** mengetahui efektifitas jahe untuk mengurangi emesis gravidarum. **Metode:** penelitian ini menggunakan metode literature review dengan cara mengumpulkan dan menganalisis artikel penelitian yang membahas tentang efektifitas jahe untuk mengurangi emesis gravidarum. Penelusuran artikel penelitian dilakukan dengan pendekatan database melalui Google Scholar. Artikel penelitian yang dipilih yaitu artikel penelitian yang dipublikasikan dari tahun 2016 sampai dengan 2020, fulltext, dan terindeks ISSN. **Hasil:** berdasarkan kelima artikel penelitian yang telah penulis review menunjukkan bahwa jahe paling efektif diberikan 2 kali sehari selama 4 hari dengan dosis 100 gram. **Kesimpulan:** Jahe efektif untuk mengurangi emesis gravidarum pada kehamilan yang dapat diberikan dalam bentuk wedang jahe dan ekstrak jahe.

Kata kunci : pemberian jahe, emesis gravidarum, ibu hamil.

ABSTRACT

Background: *Emesis gravidarum* often occurs in pregnant women, where nausea is sometimes accompanied by vomiting less than 5 times. Nausea and vomiting are caused by an increase in HCG (Human Chorionic Gonadotropin) which can increase estrogen production. Nausea and vomiting that are not handled properly result in hyperemesis gravidarum which is a pathological effect of pregnancy. Nausea and vomiting can be overcome by complementary approaches, one of which is by giving ginger. Ginger contains zingiberol, Vitamin A, flanderana, gingerol, curcumin, zingiberene essential oil, and bitter resin which are useful for blocking serotonin. Serotonin provides a sense of comfort in the stomach. **Purpose:** To determine the effectiveness of ginger to reduce *emesis of gravidarum*. **Methods:** This study uses a literature review method by collecting and analyzing research articles that discuss the effectiveness of ginger to reduce *emesis of gravidarum*. The search for research articles is carried out using a database approach through Google Scholar. The selected research articles are research articles published from 2016 to 2020, full text, and indexed by ISSN. **Results:** Based on the five research articles that have been reviewed by the authors, it shows that ginger is most effective given 2 times a day for 4 days at a dose of 100 grams. **Conclusion:** Ginger is effective for reducing *emesis of gravidarum* in pregnancy which can be given in the form of wedang ginger and ginger extract.

Keyword : giving ginger, *emesis of gravidarum*, pregnant women.

Pendahuluan

Kehamilan dibagi menjadi tiga *trimester*, setiap *trimester* dibagi menjadi 13 minggu. Pada *trimester* pertama merupakan penyesuaian ibu terhadap janin yang ada dikandungnya. *Trimester* kedua yaitu tahap ibu menerima kehamilannya sehingga merasa nyaman. Selanjutnya di *trimester* ketiga memasuki tahap penantian yang penuh dengan kewaspadaan (Sukarni & Wahyu, 2018).

Mual muntah merupakan gejala awal terjadinya kehamilan, tetapi apabila terjadi mual muntah yang berlebihan atau biasa disebut dengan *hiperemesis gravidarum* dapat menyebabkan gangguan elektrolit, dehidrasi, kemungkinan kerusakan pada janin, kerusakan hati, serta dapat menyebabkan kematian ibu (Viljoen et al., 2014).

Angka kejadian mual dan muntah pada ibu hamil di dunia mencapai 10-40% dari 790.000 jiwa (WHO, 2013). Angka kejadian mual muntah kehamilan di Indonesia mencapai 20%, sedangkan di Jawa Tengah angka mual muntah pada kehamilan terjadi sekitar 2,12%-49,92% dari jumlah angka kehamilan (Riskesdas, 2018).

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).

Terapi nonfarmakologis untuk mengurangi *emesis gravidarum* dapat tanaman herbal, antara lain jahe dan daun mint. Jahe dan daun mint tidak hanya lebih murah tetapi juga mudah untuk di temukan. Kandungan dalam jahe (*Zingiber Officinale*) mengandung *Zingiberena* (*zingirona*) essential minyak, *zingiberol*, *bisabilena*, kurkumen, *gingerol*, *flandrene*, vitamin A, dan damar pahit yang dapat memblokir *serotonin*, *neurotransmitter* yang disintesis di *serotonergic neuron* di sistem saraf, pusat dan sel *enterochromafin* di saluran pencernaan sehingga yang dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di perut sehingga bisa mengatasi mual, muntah (Ningsih et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wardani et al., (2020) dengan judul "Efektivitas Ekstrak Jahe Untuk Mengurangi *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil *Trimester* 1 Di Klinik Hj. Dewi Sasmera Medan" dari 30 responden didapatkan hasil diantaranya *emesis gravidarum* dengan gejala berat 12 *responden* (40,0%), dengan gejala sedang 13 *responden* (43,3%), dan gejala ringan 5 *responden* (16,7%). Setelah diberikan ekstrak jahe dari 30 *responden* tersebut didapatkan hasil *emesis gravidarum* dengan gejala ringan sebanyak 22 *responden* (73,6%) sedangkan dengan gejala sedang sebanyak 8 *responden* (26,7%) dan tidak didapatkan *responden* dengan gejala berat. Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ekstrak jahe efektif untuk mengatasi *emesis gravidarum* pada ibu hamil.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk menyusun literatur

review dengan judul “Efektifitas Jahe Untuk Mengatasi *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil”.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang dipakai dalam penelitian ini yaitu *literature review*. Pertanyaan yang untuk review artikel menggunakan PICOT. Penelusuran artikel penelitian dilakukan dengan pendekatan *database* melalui *Google Scholar* dan *pubmed*. Peneliti menuliskan kata kunci pada *google scholar* “Pemberian jahe” +

“*emesis gravidarum*” + “ibu hamil didapatkan 58 artikel. Kriteria artikel yang dipilih yaitu tidak mempunyai intervensi pembanding, artikel penelitian yang sudah di publikasikan, *full text*, dan terindeks ISSN. Dari 58 artikel peneliti mengambil 5 artikel untuk di review. Begitu juga dengan *pubmed* peneliti menuliskan kata kunci “ginger” and “vomitus” didapatkan 100 artikel kemudian peneliti memilih artikel yang *fulltext* dan terbaru .

Hasil

Dari keyword yang telah ditentukan, maka ditemukan 6 artikel yang dianalisis seperti ditampilkan pada Tabel 1.

| No | Nama Penulis, Tahun Terbit | Judul Artikel | Metode Penelitian | Subjek/ Penelitian | Hasil |
|----|----------------------------|--|---|--|---|
| 1 | (Rufaridah et al., 2019) | Pengaruh Seduhan Zingiber Offcinale (Jahe) Terhadap Penurunan <i>Emesis Gravidarum</i> | Pra Eksperimen dengan menggunakan rancangan <i>one group pretest-posttest design</i> . | Ibu hamil trimester pertama sebanyak 12 orang. Sampel diambil dengan cara <i>Purposive Sampling</i> dengan kriteria inklusi: bersedia menjadi sampel, sampel ditempat saat dilakukan penelitian, ibu hamil dengan mual muntah kurang dari sama dengan 10 kali sehari, ibu hamil trimester satu (0-12 minggu). Kriteria eksklusi: mengkonsumsi obat anti mual, menderita penyakit lain. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata emesis gravidarum sebelum diberikan seduhan jahe adalah 3,38 dengan standar deviasi 0,549, sedangkan rata-rata emesis gravidarum setelah diberikan seduhan jahe adalah 2,19 dengan standar deviasi 0,401. Dari hasil analisa data dengan menggunakan paired sample t-test didapat <i>pvalue</i> 0,000 ($p < 0,05$) Adanya perbedaan frekuensi emesis gravidarum pada trimester pertama sebelum dan sesudah pemberian seduhan jahe di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang tahun 2017. |
| 2 | (Wardani et al., 2020) | Efektifitas Ekstrak Jahe Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Klinik Hj. Dewi Sesmera Medan. | Quasy Eksperiment dengan menggunakan rancangan penelitian <i>pretest-posttest without control</i> . | Ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum yang berkunjung untuk memeriksa kehamilannya di Klinik Hj Dewi Sesmera Medan pada Maret-Juni 2019 yaitu sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel dengan cara <i>Total Population</i> yaitu semua populasi dijadikan sampel sebanyak 30 orang. | Hasil penelitian diketahui bahwa dari 30 responden mayoritas responden gravidarum sebanyak 13 responden (43,3%) dan kelompok minoritas sebanyak 5 responden (16,7%).) dan minoritas 8 responden (26,7%) dengan <i>p-value</i> = 0,000 ($p < 0,05$) Ada pengaruh pemberian ekstrak jahe untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester satu di klinik Hj Dewi Sesmera Medan Tahun 2019 |

| | | | | | |
|---|----------------------------|--|--|--|---|
| 3 | (Ramadhani & Ayudia, 2019) | Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. | Quasi Eksperiment dengan menggunakan rancangan <i>control group pre-post test design</i> . | Ibu hamil trimester pertama dengan <i>emesis gravidarum</i> . Daimbil dengan metode <i>simple random sampling</i> sebanyak 34 sampel yang dibagi menjadi dua, yaitu 17 sampel sebagai kelompok kontrol dan 17 sampel lainnya sebagai kelompok eksperimen. | Hasil penelitian ini didapatkan frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe sebanyak 3,65 kali/hari dan sesudah diberikan minuman jahe menurun menjadi 2,18 kali/hari. Hasil analisis menggunakan paired t test dengan nilai hitung 8,452 dan p value = 0.000 ($\alpha = 0.05$). Jahe efektif untuk menurunkan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. |
| 4 | (Indrayani et al., 2018) | Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017 | Quasi Eksperiment dengan menggunakan rancangan <i>One group Pretest-Post test</i> . | Ibu hamil trimester 1 di ambil dengan menggunakan metode purposive sampling sebanyak 10 orang. Kriteria inklusi: ibu bersedia menjadi untuk dijadikan sampel, primigravida, trimester 1 umur kehamilan 0-12 minggu, ibu hamil yang mengalami mual muntah fisiologis. Kriteria Eksklusi: ibu hamil yang mempunyai penyakit gangguan mental, ibu hamil dengan gastritis, hiperemesis gravidarum, kelainan ginjal, kelainan hati, diabetes mellitus dan riwayat obstetri jelek (abortus, riwayat SC). | Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I sebelum diberikan wedang jahe sebesar 9,30. Sedangkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I setelah diberikan wedang jahe sebesar 4,50. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 4,80 dengan $p=0,000$. Pemberian wedang jahe tersebut efektif dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Kabupaten Bengkulu Utara tahun 2017. |
| 5 | (Harahap et al., 2020) | Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester satu (1) | Pre Experimental dengan menggunakan rancangan <i>one group pretest-posttest design</i> . | Ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah pada bulan Juli dan Agustus tahun 2020 sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan dengan cara total sampling yang artinya semua populasi dijadikan sampel penelitian sebanyak 30 orang ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah di Klink Bidan Darwina Kota Tebing Tinggi. | Ibu hamil yang emesis gravidarum pada hari pertama sebelum pemberian air rebusan jahe sebanyak (100%) yaitu 30 orang mengalami mual muntah berat. Kemudian setelah pemberian air rebusan jahe, terjadi penurunan emesis gravidarum sebanyak (80,0%) yaitu sebanyak 24 orang mengalami emesis gravidarum sedang. Pada hari kedua, setelah diberikan minuman air rebusan jahe, frekuensi mual muntah terus mengalami perubahan, yaitu terdapat 30 orang (100%) merasakan emesis gravidarum yang biasa, lalu di hari ketiga, ibu yang merasakan emesis gravidarum biasa berubah berubah menjadi mengalami mual muntah ringan dan 24 orang (80,0%) dan hanya 6 orang (20,0%) yang mengalami mual muntah sedang. Pemberian air rebusan jahe terbukti menurunkan mual dan muntah yang berpengaruh pada ibu hamil trimester 1. |

| | | | | | |
|---|-----------------------|--|---|--|--|
| 6 | (Azizah et al., 2022) | The Effect of Ginger Decoction on Emesis Gravidarum among Trimester I Pregnant Women | Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan Quasi Eksperimen | Populasi penelitian ini yaitu seluruh ibu hamil trimester 1 yang mengalami emesis gravidarum di PMB R. Agustina bulan lalu yang terdiri berjumlah 30 orang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>consecutive sampling</i> | Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan air rebusan jahe didapatkan nilai 9,07 setelah diberikan jahe air rebusan jahe 5,27. Ada Efek pemberian rebusan jahe terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil dengan nilai TM 1 (<i>p-value</i> 0,001). |
|---|-----------------------|--|---|--|--|

Pembahasan

Penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) dan Indrayani et al., (2018) pengambilan sampel menggunakan teknik pengambilan dengan *purposive sampling*. Penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) menggunakan sampel sebanyak 12 yang diambil di Puskesmas Lubuk Buaya Padang, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Indrayani et al., (2018) menggunakan 10 sampel yang diambil di Puskesmas Air Lais Kabupaten Bengkulu Utara. Teknik pengambilan sampel pada penelitian Azizah et al., (2022) menggunakan *consecutive sampling*.

Menurut Hardani. Ustiawaty, (2020) teknik *purposive sampling* mempunyai arti bahwa sampel diambil secara khusus sesuai dengan tujuan penelitian. Pada kedua penelitian ini membagi sampel menjadi dua kriteria yaitu kriteria inklusi dan eksklusi. Pada penelitian

Indrayani et al., (2018) kriteria inklusi terdiri dari ibu *primigravida*, trimester satu dan ibu yang bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi terdiri dari ibu hamil dengan gastritis, kelainan ginjal, kelainan hati,

hiperemesis gravidarum, diabetes mellitus, dan ibu dengan gangguan mental, riwayat *abortus* ataupun *section caesarea*.

Penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) kriteria inklusi terdiri dari ibu hamil dengan mual muntah kurang dari sama dengan 10 kali sehari, ibu hamil trimester satu dan ibu yang bersedia sebagai sampel penelitian, sedangkan kriteria eksklusi terdiri dari ibu hamil yang menderita penyakit lain dan mengkonsumsi obat anti mual muntah. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani & Ayudia, (2019) di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Kota Padang menggunakan teknik *simple random sampling*. Sampel yang digunakan sebanyak 34. Menurut Hardani. Ustiawaty, (2020) teknik ini termasuk dalam *probability sampling* dimana peneliti memberikan kesempatan yang sama kepada seluruh sampel yaitu kesempatan untuk dipilih. Dalam kelima penelitian diatas pengambilan sampel yang dilakukan di puskesmas jumlahnya lebih sedikit daripada sampel yang diambil di klinik atau Praktik Mandiri Bidan (PMB).

Instrumen yang dipakai dalam penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) yaitu lembar observasi, sedangkan

instrumen yang dipakai dalam penelitian yang dilakukan oleh Wardani et al., (2020) menggunakan lembar observasi dan kuisisioner. Selanjutnya instrumen penelitian yang dilakukan oleh Indrayani et al., (2018) dalam penelitiannya menggunakan kuisisioner karakteristik dan lembar PUQE (*Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea*), sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Harahap et al., (2020) hanya menggunakan lembar PUQE (*Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea*). Pada penelitian yang dilakukan Ramadhani & Ayudia, (2019) instrumen penelitian yang digunakan tidak dicantumkan dalam artikel penelitian.

Teknik kuisisioner biasanya menggunakan daftar periksa atau checklist dan skala penilaian. Checklist pada kuisisioner biasanya berisi karakteristik, daftar perilaku, dan lainnya sesuai dengan yang dicari oleh peneliti. Kuisisioner ini bisa dibuat dalam bentuk surat dan web (Hardani. Ustiawaty, 2020).

Teknik observasi merupakan teknik yang sering digunakan pada penelitian. Dalam observasi, sampel menuliskan sesuai apa yang dipikirkan oleh sampel tetapi yang dilakukan oleh mereka seringnya berbeda, oleh karena itu dengan menggunakan observasi data yang didapat menjadi lebih nyata, alami dan benar. Kelebihan dari observasi ini data yang didapat valid, data primer didapatkan, metodenya luas dan sederhana, serta komprehensif. Untuk kekurangan dengan menggunakan teknik observasi ini memiliki ruang lingkup terbatas karena tidak semua variabel bisa menggunakan

metode ini, memakan waktu yang lama, mahal, diamati secara langsung dan bersamaan (Hardani. Ustiawaty, 2020).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ebrahimi *et al*, (2009) dikutip dalam Latifah et al., (2017) menjelaskan bahwa *PUQE (Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea) scoring system* yaitu instrumen penelitian yang digunakan sebagai pengukur tingkat keparahan mual muntah yang dialami oleh ibu hamil dalam 12 jam. *PUQE* pertama kali dikembangkan pada tahun 2002 dan divalidasi tahun 2005 oleh Koren, lalu dipakai dalam beberapa penelitian. Pada tahun 2009 *PUQE 12* di modifikasi menjadi *PUQE-24*. *PUQE-24* ini berguna untuk mengukur tingkat keparahan pada mual muntah ibu hamil dalam 24 jam. Untuk menilai keparahan mual muntah pada ibu hamil skor *PUQE* menetapkan 3 kriteria untuk setiap pasien yaitu jumlah muntah kering dalam 24 jam terakhir, jumlah muntah, dan jumlah jam merasakan mual.

Penulis menemukan perbedaan dalam penyajian jahe dan juga perbedaan jenis jahe yang dipakai dari kelima artikel penelitian diatas. Penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019), Wardani et al., (2020), Harahap et al., (2020) tidak dituliskan jenis jahe yang dipakai tetapi dituliskan dosis yang digunakan yaitu 250 mg, 100 gram, dan 2500 mg. Penelitian yang dilakukan Ramadhani & Ayudia, (2019) dan penelitian yang dilakukan oleh Indrayani et al., (2018) menjelaskan bahwa penelitiannya menggunakan jahe merah tanpa dijelaskan dosisnya. Dari kelima penelitian tersebut Rufaridah et al., (2019) menjelaskan

cara penyajian jahe yaitu dengan mengupas jahe, lalu di cuci, setelah itu jahe di parut. Seduh jahe dengan 50 ml air hangat, sambl diaduk tunggu sampai kecoklatan, lalu tambahkan gula secukupnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani & Ayudia, (2019) juga menjelaskan cara penyajian jahe. Caranya yaitu jahe merah diiris tipis, seduhlah dengan air hangat, tambahkan gula 10 gram atau sesuai selera. Selain kedua penelitian tersebut, peneliti tidak mencantumkan cara penyajian jahe. Dalam pemberiannya, penelitian yang dilakukan oleh Harahap et al., (2020) hanya diberikan selama 3 hari, sedangkan penelitian yang lain menjelaskan pemberian jahe diberikan 2 kali sehari selama 4 hari berturut-turut. Berdasarkan hasil pembahasan diatas membuktikan bahwa jahe efektif untuk mengatasi frekuensi mual muntah pada ibu hamil dengan pemberian 2 kali sehari selama 4 hari.

Artikel penelitian yang paling efektif yaitu penelitian yang dilakukan oleh Wardani et al., (2020) dimana dari 43,3% ibu mengalami *emesis gravidarum* berat dan 16,7% mengalami *emesis gravidarum* ringan, setelah diberikan 100 gram ekstrak jahe sebanyak 2 kali sehari selama 4 hari didapatkan bahwa 73,6% ibu hamil mengalami *emesis gravidarum* ringan, 26,7% ibu hamil mengalami *emesis gravidarum* sedang, dan tidak ditemukan ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* berat.

Beberapa penelitian juga membuktikan adanya pengaruh jahe untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan. Penelitian dilakukan oleh Erlinawati et al., (2020) yang berjudul

Pengaruh Pemberian Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuok menyimpulkan bahwa air jahe mempengaruhi frekuensi mual muntah ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020.

Penelitian juga dilakukan oleh Parwitasari et al., (2015) dengan judul Perbandingan efektivitas Pemberian Rebusan Jahe dan Daun Mint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil. Pada perbandingan tersebut pemberian rebusan jahe lebih efektif daripada pemberian rebusan daun mint.

Penelitian Kundarti et al., (2017) dengan judul Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (*Zingiber Officinale*) Terhadap Tingkatan Mual Muntah Pada Ibu Hamil didapatkan bahwa terjadi penurunan mual muntah setelah diberikan serbuk jahe pada kehamilan usia 0-16 minggu.

Penelitian yang dilakukan oleh Nugrahani, (2015) dengan judul Efektifitas Pemberian Seduhan Jahe Dengan Jus Buah Jeruk Bali Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 didapatkan hasil bahwa pemberian seduhan jahe lebih efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil dibandingkan dengan pemberian jus buah jeruk bali.

Penelitian dengan judul Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil di Puskesmas Nalumsari Jepara yang dilakukan oleh Wulandari et al., (2019) didapatkan hasil bahwa ada pengaruh terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di

Puskesmas nalumsari Jepara setelah diberikan minuman jahe hangat.

Penelitian dengan judul Efektifitas Pemberian Wedang Jahe (*Zingiber Officinale Var Rubrum*) Terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* Pada Trimester Pertama yang dilakukan oleh Alyamaniyah & Mahmudah, (2019) didapatkan hasil bahwa wedang jahe efektif untuk mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama.

Penelitian yang juga dilakukan oleh Khalida et al., (2019) dengan judul Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 di BPM Yeti Sidoarjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2019 didapatkan hasil bahwa ekstrak jahe efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester 1.

Kesimpulan

Dari kelima penelitian dapat disimpulkan bahwa Jahe efektif untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil yang dapat diberikan dalam bentuk wedang jahe dan ekstrak jahe.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih Direktur Akper Pemkab Purworejo dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memberikan arahan dan dukungan dalam penyelesaian publikasi ini.

Daftar Pustaka

Alyamaniyah, U. H., & Mahmudah. (2019).

Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (*Zingiber Officinale Var. Rubrum*) Terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* Pada Trimester Pertama. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 3(No. 1 Juli 2014), 81–87.

Azizah, N., Kundaryanti, R., & Novelia, S. (2022). The Effect of Ginger Decoction on *Emesis Gravidarum* among Trimester I Pregnant Women. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 2(2), 5–9. <https://doi.org/10.53713/nhs.v2i2.66>

Erlinawati, Apriza, Parmin, J., & Efendi, C. M. (2020). Pengaruh pemberian air jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas kuok. *Jurnal Doppler*, 4(2), 146–152. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/doppler/article/view/1241/pdf>

Harahap, R. F., Dani, L., Alamanda, R., Harefa, I. L., & Indonesia, U. P. (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8, 84–95.

Hardani. Ustiawaty, J. A. H. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Pustaka Ilmu.

Indrayani, I. M., Burhan, R., & Widiyanti, D. (2018). Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 201–211. <https://doi.org/10.32668/jitek.v5i2.29>

Khalida, R., Febrianti, W., & Yohana, W. S. (2019). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Yeti Sidoarjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2019. *012*, 1–8.

Kundarti, F. I., Rahayu, D. E., & Utami, R. (2017). Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (*Zingiber Officinale*) Terhadap Tingkat Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 18.

<https://doi.org/10.32831/jik.v4i1.70>

- Latifah, L., Setiawati, N., & Hapsari, E. D. (2017). Efektifitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness Effectiveness Self Management Module in Overcoming Morning Sickness. *Jkp*, 5(1), 10–18.
- 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 Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 2(2), 81–93.
- Ningsih, D. A., Fahrani, M., Azhari, M., & Oktarina, M. (2020). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester I. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v7i1.320>
- Nugrahani, R. R. (2015). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe dengan Jus Buah Jeruk Bali Terhadap Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, hlm 27-37. [http://prosiding.akbiduk.ac.id/assets/doc/170602084413-3.pdf#:~:text=ABSTRAK%3A Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe dengan Jus Buah,mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.](http://prosiding.akbiduk.ac.id/assets/doc/170602084413-3.pdf#:~:text=ABSTRAK%3A%20Efektivitas%20Pemberian%20Seduhan%20Jahe%20dengan%20Jus%20Buah,mual%20dan%20muntah%20pada%20ibu%20hamil%20trimester%20I.)
- Parwitasari, C. D., Utami, S., & Rahmalia, S. (2015). Perbandingan efektivitas pemberian rebusan jahe dan daun mint terhadap mual muntah pada ibu hamil. *Perbandingan*, 1, 1–10. [http://download.portalgaruda.org/article.php?article=186726&val=6447&title=Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil](http://download.portalgaruda.org/article.php?article=186726&val=6447&title=Perbandingan%20Efektivitas%20Pemberian%20Rebusan%20Jahe%20Dan%20Daun%20Mint%20Terhadap%20Mual%20Muntah%20Pada%20Ibu%20Hamil)
- Ramadhani, I. P., & Ayudia, F. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. *Jik- Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 97. <https://doi.org/10.33757/jik.v3i2.231>
- Rufaridah, A., Herien, Y., & Mofa, E. (2019). Pengaruh Seduhan Zingiber Officinale (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum. *Jurnal Endurance*, 4(1), 204. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.3505>
- Sukarni, & Wahyu. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Viljoen, E., Visser, J., Koen, N., & Musekiwa, A. (2014). A systematic review and meta-analysis of the effect and safety of ginger in the treatment of pregnancy-associated nausea and vomiting. 1–14.
- Wardani, F. K., Nurrahmaton, N., & Juliani, S. (2020). Efektivitas Eksrtak Jahe Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Klinik Hj. Dewi Sesmera Medan. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 5(2), 64–77. <https://doi.org/10.34012/jumkep.v5i2.1223>
- WHO. (2013). *World Health Statistics 2013: Vol. X*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/81965/9789241564588_eng.pdf;jsessionid=B734859EF2905CF36C394927D5118D5A?sequence=1
- Wulandari, D. A., Kustriyanti, D., & Aisyah, R. (2019). Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Nalumsari Jepara. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(1), 42. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v6i1.246>