

# PENGARUH PEMBERIAN SEDUHAN AIR JAHE TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH PADA PASIEN EMESIS GRAVIDARUM DI PUSKESMAS TAWANGHARJO

*Winda Yunyaty Harianja<sup>1</sup>, Zumrotun Nikmah<sup>2</sup>*

Universitas An Nuur

Jl. Gajah mada No. 07 Purwodadi, Grobogan, Jawa Tengah Telp/ Fax (0292) 426455,  
6525222 website : [www.annuurpurwodadi.ac.id](http://www.annuurpurwodadi.ac.id)

[Windyunitaharianja@gmail.com](mailto:Windyunitaharianja@gmail.com), [zumrotunnikmah12@gmail.com](mailto:zumrotunnikmah12@gmail.com)

## ABSTRAK

Pada trimester pertama akan timbul keluhan mual dan muntah. Mual dan muntah yang menyebabkan penurunan berat badan, turgor kulit kurang, diurese kurang dan timbul acetone dalam air kencing disebut dengan *hyperemesis gravidarum*. Di Indonesia angka kejadian *hyperemesis gravidarum* 1-3% dari seluruh kehamilan. Penatalaksanaan hiperemesis gravidarum secara non farmakologi dapat diberikan seduhan air jahe karena jahe mengandung minyak atsiri yang dapat menyegarkan dan memblokir refleks muntah. Tujuan penelitian adalah untuk memberikan asuhan kebidanan dengan fokus intervensi pemberian seduhan air jahe terhadap penurunan mual muntah pada pasien emesis gravidarum di Puskesmas Tawangharjo.

Penelitian ini merupakan penelitian Quasi eksperiment dengan rancangan two control group pre-post test design.

Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu hamil dengan emesis gravidarum dan diberi perlakuan minuman jahe, populasi kontrol yaitu ibu yang mengalami emesis gravidarum yang diberi air putih dan gula. Sampel pada penelitian ini sebesar 34.

Teknik analisa data adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Teknik analisa data bivariat yang digunakan adalah independent t test dan paired t test.

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 ( $\alpha = 0.05$ ). ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan frekuensi emesis gravidarum sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe.

**Kata kunci:** *Morning sickness, Jahe (Zingiber officinale), Gravidarum*

The Effect Of Giving Ginger Water to Reduce Nausea and vomiting in Emesis Gravidarum Patients At Tawang Harjo Public Health Center

*Winda Yunyaty Harianja<sup>1</sup>, Zumrotun Nikmah<sup>2</sup>*

Universitas An Nuur

Jl. Gajah mada No. 07 Purwodadi, Grobogan, Jawa Tengah Telp/ Fax (0292) 426455,  
6525222 website : [www.annuurpurwodadi.ac.id](http://www.annuurpurwodadi.ac.id)

[Windyunitaharianja@gmail.com](mailto:Windyunitaharianja@gmail.com), [zumrotunnikmah12@gmail.com](mailto:zumrotunnikmah12@gmail.com)

### ABSTRAK

In the first trimester, there will be complaints of nausea and vomiting. Nausea and vomiting that causes weight loss, less skin turgor, less diuresis and acetone in the urine is called hyperemesis gravidarum. In Indonesia, the incidence of hyperemesis gravidarum is 1-3% of all pregnancies. Non pharmacological management of hyperemesis gravidarum can be given steeping ginger water because ginger contains essential oils that can refresh and block the vomiting reflex. The aim of the study was to provide midwifery care with an intervention focus on giving ginger water to reduce nausea and vomiting in patients with emesis gravidarum at Tawangharjo Health Center.

This research is a quasi-experimental study with a two control group pre-post test design. The population in this study were pregnant women with emesis gravidarum and treated with ginger drink, the control population was mothers who experienced emesis gravidarum who were given water and sugar. The sample in this study was 34.

Data analysis techniques are univariate analysis and bivariate analysis. The bivariate data analysis techniques used were the independent t test and paired t test.

The results of this study found that the frequency of emesis gravidarum in pregnant women before being given ginger drink was 3.65 times / day and after being given ginger drink decreased to 2.18 times / day. The results of the analysis used a paired t test with a count value of 8.452 and p value = 0.000 ( $\alpha = 0.05$ ). This shows that there is a significant difference in the frequency of emesis gravidarum before and after being given ginger drink.

Keywords : *Morning sickness, Jahe (Zingiber officinale), Gravidarum*

## PENDAHALUAN

Kehamilan adalah masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir (Prawirohardjo, 2018).

Pada trimester pertama akan timbul keluhan mual dan muntah. Tonus otot-otot saluran pencernaan mengalami pelemahan sehingga motilitas dan makanan akan lebih lama berada dalam saluran pencernaan. Gejala muntah (*emesis gravidarum*) yang terjadi pada pagi hari disebut sakit pagi (*morning sickness*) (Mochtar, 2013).

Mual dan muntah sering terjadi pada kehamilan muda terutama ditemukan pada primigravida, kehamilan ganda dan mola hydatidosa. Mual dan muntah yang menyebabkan penurunan berat badan, turgor kulit kurang, diurese kurang dan timbul acetone dalam air kencing disebut dengan *hyperemesis gravidarum*.

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator yang dapat menggambarkan kesejahteraan masyarakat disuatu negara. Menurut data *World Health Organization* (WHO), angka kematian ibu didunia antara tahun 2000 dan 2017 mengalami penurunan sekitar 38%. AKI tahun 2017 adalah 462 per 100.000 kelahiran hidup atau sekitar 295.000 kematian dengan 94 % kematian ibu terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2017). Menurut *World Health Organization* (WHO) kehamilan dengan *hyperemesis gravidarum* mencapai 12,5% dari seluruh dunia dengan angka kejadian mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki. Sedangkan di Indonesia angka kejadian *hyperemesis gravidarum* 1-3% dari seluruh kehamilan. Perbandingan secara umum *hyperemesis gravidarum* adalah 4:1000 kehamilan (Inthan Atika, Oktober : 2016). Angka kejadian anemia pada ibu hamil di dunia tahun 2018 mencapai 41,8%.

Menurut Survei Demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) AKI tahun 2012 adalah 359 per 100.000 kelahiran hidup (SDKI, 2012). Sedangkan menurut Ketua Komite Ilmiah *International Conference on Indonesia Family Planning and Reproductive Health* (ICIFPRH) Meiwita Budhiansana, hingga tahun 2019 AKI di Indonesia masih tetap tinggi, yaitu 305 per 100.000 kelahiran hidup. Padahal, target AKI Indonesia pada tahun 2015 adalah 102 per 100.000 kelahiran hidup (Susiana, 2019). Anemia pada ibu hamil di Indonesia mengalami kenaikan di tahun 2018 mencapai 48,9%.

Jumlah kasus kematian ibu di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2016 sebanyak 602 kelahiran hidup sedangkan pada tahun 2017 mengalami 475 kasus. AKI Provinsi Jawa Tengah mengalami penurunan dari 106,95 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2016 menjadi 88,05 per 100.000 kelahiran hidup di tahun 2017. Cakupan penanganan ibu hamil dengan komplikasi Provinsi Jawa Tengah tahun 2016 mencapai 112,6% dan mengalami kenaikan menjadi 113,8% di tahun 2017. (Dinkes, Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2017).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan 2018 jumlah AKI 152,5 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan pada tahun 2019 jumlah AKI mengalami kenaikan 166,67 per 100.000 kelahiran hidup dengan penyebab utama Pre Eklampsia dan Eklampsia, perdarahan, dan lain-lain. (Dinkes, Angka Kematian Ibu dan Angka

Kematian Bayi, 2019). Di Kabupaten Grobogan capaian penanganan ibu hamil dengan komplikasi mencapai 105,3% ( (Dinkes, Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2017). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan cakupan ibu hamil di Kabupaten Grobogan tahun 2018 mencapai 120.260 jiwa sedangkan pada tahun 2019 mengalami kenaikan mencapai 128.765 jiwa. Jumlah ibu hamil di wilayah Puskesmas Tawangharjo tahun 2018 mencapai 938 jiwa yang terdeteksi hamil dengan faktor resiko sebanyak 366 jiwa dan terdeteksi hamil dengan resiko tinggi sebanyak 270 jiwa. Sedangkan pada tahun 2019 mencapai 955 jiwa yang terdeteksi hamil dengan faktor resiko sebanyak 134 jiwa dan terdeteksi hamil dengan resiko tinggi sebanyak 238 jiwa. Jenis resiko tinggi diantaranya Pre Eklampsia, anemia, riwayat SC, plasenta previa, oligohidramnion dan serotinus, dengan kasus tertinggi anemia dengan jumlah mencapai 114 jiwa. Sedangkan jumlah ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum grade I tidak dicantumkan di Puskesmas Tawangharjo karena hiperemesis grade I tidak termasuk dalam faktor resiko maupun resiko tinggi.

Penanganan non farmakologis (tradisional) bisa diberikan rebusan air jahe atau biasa disebut wedang jahe. Hal ini sesuai dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh Jahe (*Zingiber Officinale*) Hangat dalam Mengurangi Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru” mengatakan bahwa Seduhan jahe dapat mengurangi jumlah frekuensi *emesis gravidarum* dengan hasil sebelum pemberian seduhan jahe, mayoritas responden mengalami *emesis* sedang sebesar 85,7% dan setelah pemberian seduhan jahe, kondisi *emesis* responden mengalami penurunan menjadi *emesis* ringan sebanyak 78,6% (Haridawati, 2020).

Dari uraian dan data diatas *hyperemesis gravidarum* memerlukan pencegahan dan penanganan sedini mungkin agar tidak terjadi komplikasi yang berbahaya bagi ibu dan janinnya. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan dengan fokus intervensi pemberian rebusan air jahe pada pasien *emesis gravidarum* di Puskesmas Tawangharjo.

## TINJAUAN PUSTAKA

### 1. Pengertian Hyperemesis

*Hyperemesis gravidarum* adalah mual dan muntah yang berlebih pada wanita hamil yang dapat mengganggu pekerjaan sehari-hari karena keadaan umumnya menjadi buruk dan terjadi dehidrasi (Mochtar, 2013).

### 2. Patofisiologi Hiperemesis Gravidarum

Patofisiologi hiperemesis gravidarum belum jelas, namun ada faktor pencetus mual dan muntah yaitu peningkatan kadar hormon progesteron, estrogen, dan *human chorionic gonadotropin* (HCG). Otot polos pada sistem gastrointestinal mengalami relaksasi sehingga motilitas lambung menurun dan pengosongan lambung melambat disebabkan oleh meningkatnya hormon progesteron. Refluks esofagus, motilitas lambung, dan peningkatan sekresi asam hidroklorid juga menyebabkan terjadinya mual dan muntah. Selain itu, adapun penyebab lain seperti faktor psikologis, spiritual, lingkungan, dan sosial kultural (Runiari, 2010).

*Hyperemesis gravidarum* yang tidak tertangani akan berdampak pada ibu dan janin, seperti ibu akan kekurangan nutrisi, penurunan berat badan, dehidrasi, ketosis, pneumoni aspirasi, gangguan asam basa, robekan mukosa esofagus,

kerusakan hati dan kerusakan ginjal. Selain itu, akan berdampak pada janin seperti abortus, kelahiran prematur, BBLR, serta malformasi pada bayi baru lahir, serta dapat menyebabkan pertumbuhan janin terhambat (*Intrauterine Growth Retardation/IUGR*) (Ardani, 2013).

Selain itu, berdasarkan penelitian yang berjudul “Status Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I dengan Hiperemesis Gravidarum” menyatakan bahwa ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum dapat menyebabkan anemia ringan hingga berat. Hal itu dikarenakan ibu hamil yang mengalami mual muntah terus menerus akan mempengaruhi keadaan umum, yang menyebabkan ibu hamil tampak pucat, lelah, tidak dapat melakukan aktivitas sehari-hari, dan tidak ada nafsu makan, sehingga asupan nutrisi ibu terganggu dan menyebabkan ibu hamil kekurangan kadar hemoglobin dalam tubuh (Ana Zumrotun Nisak, 2018).

### 3. Penanganan Hiperemesis Gravidarum

Penanganan *hyperemesis gravidarum* bisa diberikan secara farmakologis dan non farmakologis (tradisional). Penanganan dengan farmakologis biasanya diberikan terapi obat menggunakan sedativa (Luminal, Stesolid), vitamin (B1 dan B6), anti muntah (Mediamer B6, Drammamin, Avopreg, Avomin, Torecan), antasida dan anti mulas (Mochtar, 2013).

Sedangkan penanganan non farmakologis (tradisional) sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 15 Tahun 2018 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Tradisional Komplementer, Pelayanan Kesehatan Tradisional adalah pengobatan dan/atau perawatan dengan cara dan obat yang mengacu pada pengalaman dan keterampilan turun temurun secara empiris yang dapat dipertanggungjawabkan dan diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat.

Pelayanan Kesehatan Tradisional Komplementer adalah penerapan kesehatan tradisional yang memanfaatkan ilmu biomedis dan biokultural dalam penjelasannya serta manfaat dan keamanannya terbukti secara ilmiah (KEMENKES, 2018). Penanganan non farmakologis (tradisional) bisa diberikan rebusan air jahe atau biasa disebut wedang jahe. Hal ini sesuai dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh Jahe (*Zingiber Officinale*) Hangat dalam Mengurangi Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru” mengatakan bahwa Seduhan jahe dapat mengurangi jumlah frekuensi *emesis gravidarum* dengan hasil sebelum pemberian seduhan jahe, mayoritas responden mengalami *emesis* sedang sebesar 85,7% dan setelah pemberian seduhan jahe, kondisi *emesis* responden mengalami penurunan menjadi *emesis* ringan sebanyak 78,6% (Haridawati, 2020).

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi eksperiment* dengan rancangan *control group pre-post test design*. Penelitian ini dilakukan di PMB Kota Padang. Populasi pada penelitian ini yaitu ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum.

Pemilihan sampling dengan metode simple random sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 34 responde, 17 responden merupakan kelompok kontrol dan 17

responden sebagai kelompok eksperimen. Kelompok intervensi akan diberikan jahe merah sebanyak 2,5 gram diiris dan diseduh air panas 250 ml ditambah gula 1 sendok makan (10 gram) diminum 2x1 sehari selama 4 hari. Sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan air putih+ gula. Analisa data pada penelitian ini adalah analisa univariat dan bivariat. Analisa univariat digunakan untuk melihat frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe. Analisa bivariat untuk melihat pengaruh pemberian minuman jahe terhadap frekuensi mual muntah dengan tehnik analisa data adalah *independent t test* dan *paired t test*.

## HASIL

### a) Perbedaan Frekuensi Emesis Gravidarum sebelum dan sesudah pemberian air gula dan air putih pada kelompok kontrol

**Tabel 1. Perbedaan frekuensi Emesis Gravidarum Sebelum Dan Sesudah Pemberian Gula Dan Air Putih Pada Kelompok Kontrol**

Frekuensi emesis gravidarum	Rata-Rata	Nilai p
Sebelum	3,82	0,579
Sesudah	3,88	

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa rata-rata frekuensi emesis gravidarum sebelum diberikan gula dan air putih sebanyak 3,82 kali/hari, sedangkan frekuensi emesis gravidarum setelah diberikan gula dan air putih menjadi 3,47 kali/hari.

Uji *paired t test* yang dilakukan didapatkan t hitung -0,566 dan *p value* = 0,579. Hal ini menunjukkan bahwa tidak perbedaan frekuensi emesis gravidarum sebelum dan sesudah pemberian gula dan air putih pada kelompok kontrol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasanah, (2014) dan Choiriyah, Zumrotul., (2013) bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan frekuensi mual muntah ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan air putih dan gula pada kelompok kontrol. Emesis gravidarum (mual muntah) saat hamil dapat diatasi dengan pemberian obat penenang dan anti muntah. Akan tetapi, sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah yang berlebihan sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari dan menyebabkan kekurangan cairan dan terganggunya keseimbangan elektrolit (Manuaba 2010).

Untuk mencegah terjadinya dehidrasi atau kekurangan cairan yang disebabkan karena mual muntah yang dikeluarkan ibu hamil yaitu dengan pemberian gula dan air putih. Pemberian gula dan air putih diharapkan ibu hamil tidak mengalami dehidrasi yang akan membahayakan kehamilan dan kesehatannya serta tidak mengganggu aktifitas sehari-hari yang dijalani.

### b) Perbedaan Frekuensi Emesis Gravidarum sebelum dan Sesudah Pemberian air Jahe pada kelompok Eksperimen

**Tabel 2. Perbedaan Frekuensi Emesis Gravidarum Sebelum Dan Sesudah Pemberian minuman jahe Pada Kelompok eksperimen**

<b>Frekuensi emesis gravidar</b>	<b>Rata-Rata</b>	<b>Nilai P</b>
Sebelum	3,65	0.000
Sesudah	2,18	

Pada tabel 2 dapat dilihat rata-rata frekuensi mual muntah 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 ( $\alpha = 0.05$ ). ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan frekuensi emesis gravidarum sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe pada kelompok eksperimen di Puskesmas Tawang Harjo 2020.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Aini (2010) dan Hasanah (2014) dimana terdapat pengaruh dan perbedaan frekuensi mual muntah yang signifikan pada ibu hamil yang diberikan minuman jahe.

zat aktif shogaol dan gingerol yang terdapat pada jahe berfungsi untuk membangkitkan energi serta mempunyai efek anti mual, anti muntah, analgesik, sedatif, antipiretik dan anti bakterial. Bahkan, para ahli menyebutnya jahe merupakan jenis tanaman antioksidan terkuat sedunia (Koswara, S., 2011). Jahe sangat efektif pada penggunaan antiemetik untuk mencegah emesis gravidarum pada kehamilan. Mayoritas masyarakat di daerah Purus adalah bekerja sebagai ibu rumah tangga dan nelayan dengan sosial ekonomi menengah ke bawah, sehingga ketika menghadapi keluhan emesis gravidarum pada TM 1 membutuhkan alternatif untuk mengurangi frekuensi mual muntah dan ketidaknyamanan selama kehamilan. Ibu hamil dapat melanjutkan aktifitas sehari-hari dengan tenang dan nyaman sehingga dapat menjaga kesehatan ibu dan janinnya

**c) Perbedaan efektifitas penurunan frekuensi emesis gravidarum sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol**

**Tabel 3. Frekuensi emesis gravidarum sebelum perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol**

<b>Frekuensi emesis gravidarum Sebelum</b>	<b>Rata-Rata</b>	<b>Nilai P</b>
Kelompok kontrol	3,82	0,653
Kelompok eksperimen	3,65	

Rata-rata frekuensi emesis gravidarum kelompok kontrol di PMB Kota Padang sebelum pemberian air putih sebanyak 3,82 kali/hari, sedangkan rata-rata frekuensi emesis gravidarum pada kelompok eksperimen sebelum diberikan minuman jahe sebanyak 3,65 kali/hari.

Hasil analisis *paired t test* dimana nilai  $t$  hitung 0.457 dan  $p$  value sebesar 0,653. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan frekuensi emesis gravidarum pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hasil penelitian Perbedaan efektifitas penurunan frekuensi emesis gravidarum sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel.

**Tabel 4. Frekuensi emesis gravidarum sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol**

Frekuensi emesis gravidarum Sesudah	Rata-Rata	Nilai p
Kelompok kontrol	3,88	0.000
Kelompok eksperimen	2.18	

Pada tabel 4 dapat dilihat rata-rata frekuensi emesis gravidarum pada kelompok kontrol setelah diberikan air putih sebanyak 3,88 kali/hari, sedangkan pada kelompok eksperimen setelah diberikan minuman jahe frekuensi emesis gravidarum sebanyak 2,18 kali/hari. Berdasarkan hasil uji t hitung 5.800 dan *p value* sebesar 0.000. hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan frekuensi emesis gravidarum yang signifikan pada ibu hamil trimester 1 antara kelompok kontrol dan eksperimen.

Penelitian yang dilakukan oleh Vutyavanich, T., Theerajan, K., Rung-Aroon, 2001) yang berjudul "*Ginger For Nause and Vomiting in pregnancy: randomized, Double-Masked, Placebo- Controlled Trial*" menegaskan bahwa jahe mempunyai khasiat lebih hebat dibandingkan dimenhydrinat dalam mengurangi gejala mual muntah. Riset yang dilakukan oleh Vutyavanich dari Universitas Chiang Mai di Thailand membuktikan bahwa khasiat jahe sangat efektif pada ibu hamil dalam mengatasi mual muntah. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan tablet jahe pada umumnya mengalami penurunan mual muntah dibandingkan kelompok yang diberikan tablet placebo (Booth, 2008)

Penelitian yang dilakukan oleh (Rufaridah, 2019) juga menunjukkan bahwa pada kelompok yang diberikan minuman jahe efektif menurunkan frekuensi emesis gravidarum. Ibu yang mengalami mual muntah tidak merasa nyaman dan ingin segera melewati masa ini. Untuk mengatasi mual muntah bisa dilakukan dengan cara non farmakologi. Non farmakologi adalah dengan melakukan tindakan pencegahan dan dengan pengobatan tradisional. Salah satu pengobatan tradisional adalah dengan meminum teh jahe, memakan permen jahe ataupun minum air rebusan jahe (Ardani, 2014)

Jahe berkhasiat sebagai anti muntah dan dapat digunakan ibu hamil dalam mengurangi emesis gravidarum. Zat-zat yang terkandung dalam jahe antara lain *gingerol*, *shogaol*, *zingeron*, *zingiberol* dan *paradol* sangat efektif dalam menurunkan metoklopramid senyawa yang mengakibatkan mual dan muntah. Rasa pedas yang terkandung pada jahe disebabkan oleh zat *zingeron*, sedangkan aroma khas yang ada pada jahe disebabkan oleh zat *zingiberol*. Jahe merupakan tanaman yang digunakan sebagai bumbu masak, pemberi aroma berbagai makanan dan minuman serta dapat digunakan sebagai obat tradisional, sehingga tidak sulit menemukan tanaman jahe. Selain itu tanaman jahe terjangkau oleh kalangan masyarakat

## SARAN

### 1. Bagi Klien

Diharapkan dapat digunakan sebagai informasi dan bahan masukan pada klien serta meningkatkan pengetahuan tentang masalah kesehatan khususnya *emesis gravidarum*

### 2. Bagi Bidan

Diharapkan mampu meningkatkan mutu pelayanan kebidanan dan dapat memberikan asuhan kehamilan dengan *emesis gravidarum* sehingga dapat mengurangi komplikasi pada ibu dan janin yang disebabkan oleh *emesis*



*gravidarum*, serta bidan dapat mengaplikasikan pemberian seduhan air jahe untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil emesis *gravidarum*.

3. Bagi Institusi

Diharapkan agar institusi lebih meningkatkan dan menambah referensi terbaru untuk digunakan sebagai literatur penelitian mahasiswa selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, A. (2010). *Tanaman Obat Indonesia Buku 1*. Jakarta: Salemba Medika.
- Akbar. (2015). *Aneka Tanaman Apotek Hidup Disekitar Kita*. Jakarta: One Book.
- Ana Zumrotun Nisak, A. W. (2018). Status Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I dengan Hiperemesis *Gravidarum*. *Jurnal Kebidanan*, Vol. 2 No. 2 Hal. 67-68.
- Anne Rufaridah, Y. H. (2019). Pengaruh Seduhan Zingiber *Officinale* (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis *Gravidarum*. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, Vol 4(1) : 205.
- Ardani, A. (2013). Perbandingan Efektifitas Pemberian Terapi Minuman Jahe dan Minuman Kapula Terhadap Morning Sickness pada Trimester I di Kelurahan Ngempon Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. *Jurnal Midwifery*.
- Arie Yuliyanti, E. R. (2019). Asuhan Keperawatan pada Pasien Hiperemesis *Gravidarum* dengan Penerapan Pemberian Air Rebusan Jahe untuk Mengurangi Mual Muntah. *University Research Colloquium*.
- Ayuningtiyas, I. F. (2019). *Kebidanan Komplementer Terapi Komplementer dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Cahyo, S. (2016). *Panduan Praktis Menanam 51 Tanaman Obat Populer di Pekarangan*. Jakarta: Lily Publisher.
- Dinkes. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. dinkesjatengprov.
- Dinkes. (2019). *Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi*. Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan.
- Fergus P McCarthy, J. E. (2014). Hiperemesis *Gravidarum*: Current Perspectives. *International Journal Of Women's Health*, 6 : 719–725.