

EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR JAHE MERAH TERHADAP IBU HAMIL TRIMESTER 1 DENGAN EMESIS GRAVIDARUM

Endang Lestari*, Nur Anita, Ita Herawati

STIKES Abdi Nusantara, Jl. Swadaya No.7, Jatibening, Pd. Gede, Bekasi, Jawa Barat 17412,

*hastari.1984@gmail.com

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan gejala yang dialami pada hampir 80% primigravida dan 60% multigravida. *Emesis gravidarum* yang tidak ditangani dengan baik dapat mengakibatkan penurunan berat badan yang kronis, *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR), bahkan kejadian abortus. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian air jahe merah terhadap penurunan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I. Rancangan penelitian *One Group Pre-Post Test Design*. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Mei - Juli 2023 di Wilayah kerja Puskesmas Kibin Serang. Sampel yang digunakan untuk masing-masing intervensi adalah 67 responden dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen pengukuran *emesis gravidarum* yang digunakan adalah *The Rhodes Index Nausea, Vomiting and Retching* (INVR). Analisa bivariat menggunakan uji *Mann-Whitney*. Perbedaan rata – rata frekuensi *emesis gravidarum* sebelum dan sesudah intervensi air ekstrak jahe merah sebesar 3.01 dan air kapulaga adalah 2.91. Hasil uji *Mann-Whitney* dimana pada pair Pretest intervensi dan posttest intervensi pemberian air jahe merah adalah *p value* sebesar $0,000 < 0,05$. Pemberian intervensi air jahe merah efektif menurunkan mual *emesis gravidarum* signifikan dalam menurunkan frekuensi *emesis gravidarum*.

Kata kunci: air jahe merah; *emesis gravidarum*; trimester 1

EFFECTIVENESS OF GIVING RED GINGER WATER TO FIRST TRIMESTER IN PREGNANT WOMEN WITH EMESIS GRAVIDARUM

ABSTRACT

Emesis gravidarum is a symptom experienced by almost 80% of primigravidas and 60% of multigravidas. *Emesis gravidarum* that is not handled properly can result in chronic weight loss, *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR), and even abortion. The purpose of this study was to determine the effectiveness of giving red ginger water to reduce the frequency of *emesis gravidarum* in first trimester pregnant women. *One Group Pre-Post Test Design* research design. The research was conducted in May - July 2023 in the working area of the Kibin Public Health Center Serang. The sample was 67 respondents selected with *purposive sampling* technique. The instrument used to measure *emesis gravidarum* is *The Rhodes Index Nausea, Vomiting and Retching* (INVR). *Bivariate analysis* using the *Mann-Whitney* test. The average difference in the frequency of *emesis gravidarum* before and after the intervention of red ginger extract water was 3.01 and cardamom water was 2.91. The results of the *Mann-Whitney* test in which the intervention pretest and posttest intervention pairs of giving red ginger water were a *p value* of $0.000 < 0.05$. Giving red ginger water intervention is effective in reducing the nausea of *emesis gravidarum* significantly in reducing the frequency of *emesis gravidarum*.

Keywords: *emesis gravidarum*; red ginger water; trimester 1

PENDAHULUAN

Emesis gravidarum merupakan gejala yang dialami oleh sebagian besar ibu hamil yaitu pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida (Carolin, 2022). Hal ini terjadi karena adanya perubahan pada hormone *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG), Progesterone, Estrogen, dan serotonin. *Emesis gravidarum* menyebabkan perubahan metabolisme tubuh terjadi penurunan nafsu makan sehingga ibu kekurangan nutrisi (RASIDA NING ATIQOH & Utami, 2020). Pada sebagian kecil kehamilan (0,2% -5%), mual dan muntah yang terus-menerus dan berlebihan yang biasa disebut *hyperemesis gravidarum* dapat mengakibatkan dehidrasi,

ketidakseimbangan elektrolit, dan penurunan berat badan sehingga menjadi penyebab utama seorang ibu hamil di rawat inap di rumah sakit selama trimester pertama (Ningsih, 2020).

Angka ibu hamil dengan kasus *Emesis Gravidarum* di wilayah Indonesia masih tinggi yaitu 2.203 dan didapati sebanyak 543 ibu hamil yang mengalami *Emesis Gravidarum* diperiode awal masa kehamilan. Sehingga, dapat dirata-ratakan angka kejadian kasus *Emesis Gravidarum* Tahun 2021 yakni sebanyak 67,9%. Dimana 60% - 80% angka kejadian ini terjadi pada primigravida, angka ini lebih tinggi jika dibandingkan dengan kejadian pada multigravida yaitu hanya sebesar 40% - 69% karena pada ibu hamil primigravida cenderung lebih peka terhadap kecemasan dan ketakutan yang akhirnya mengganggu lambung. (Nova Ari Pangesti, Sarifatun Naila, 2022).

Perburukan keadaan akibat hyperemesis gravidarum seringkali dapat berdampak signifikan pada kualitas hidup seorang wanita, seperti menimbulkan trauma emosional pada kehamilan (Ramadhani, 2019). *Emesis gravidarum* yang terus menerus tanpa pengobatan dapat menimbulkan penurunan berat badan yang kronis akan meningkatkan kejadian gangguan pertumbuhan janin dalam rahim atau yang sering disebut *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR). Akibat yang terjadi karena hiperemesis gravidarum adalah penurunan berat badan (Wardani, 2020). Banyak alternatif pengobatan selain pemberian obat farmakologis atau perawatan rumah sakit yang dapat diberikan dalam upaya pencegahan dan penanganan awal, seperti pemberian ekstrak minuman jahe yang digunakan secara luas dalam sejarah karena banyak khasiat obat alami dan antiemetik. Bukti terbaik yang ada menunjukkan bahwa jahe adalah pengobatan yang efektif dan murah untuk mual dan muntah serta aman dikonsumsi (Indrayani, 2018). Pengobatan non-farmakologis tersebut adalah pemberian air jahe merah.

Secara teori intervensi terapi minuman kapulaga dalam mengatasi *morning sickness* juga bisa mengalami penurunan karena didalam buah kapulaga mempunyai kandungan minyak atsiri yang didalamnya terdapat *cineol* yang sifatnya sedap agak pedas, menghangatkan seperti minyak kayu putih, sehingga kapulaga menjadi salah satu alternatif bagi wanita hamil yang mengalami mual muntah agar tidak dapat meningkatkan asam lambung yang berlebihan (Agoes, 2013). Selain itu, pemberian jahe selama empat hari, dengan dosis satu gelas pada pagi hari dan satu kali minum pada sore hari, sebagian besar responden penelitian berada pada kategori *emesis* ringan, 80% ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual dan muntah. Penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat efektivitas teh jahe dalam menurunkan emesis gravidarum pada trimester pertama (Abidah, 2020). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian air jahe merah terhadap penurunan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

METODE

Desain penelitian pada penelitian ini pre-eksperimen dengan rancangan penelitian *One Group Pre-Post Test Design*. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Mei – 8 Juli 2023. Lokasi penelitian untuk intervensi Jahe dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Kibin Serang. Sampel yang digunakan untuk masing-masing intervensi adalah 67 responden sampel dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi sampel dalam penelitian ini adalah : Ibu yang bersedia menjadi responden. Ibu hamil Trimester I yang mengalami mual muntah. Ibu hamil yang bersedia untuk tidak mengonsumsi makanan yang memicu mual muntah. Intervensi air jahe merah adalah 2,5 gram jahe merah diiris dan diseduh air panas sebanyak 250 ml ditambah gula 1 sendok makan (10 gram) diminum 1x1 pada pagi hari. Instrument pengukuran *emesis gravidarum* yang digunakan adalah *The Rhodes Index Nausea, Vomiting and Retching* (INVR) yang sudah tervalidasi sebelumnya. Analisa univariat berupa karakteristik responden

dan nilai rata-rata (*mean*) indeks mual muntah. Analisa bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh sebelum dan sesudah pemberian air jahe merah terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I menggunakan uji *Mann-Whitney*.

HASIL

Tabel 1.
Uji normalitas

Hasil	Kolmogrov-Smirnova			Shapiro - Wilk		
	Statistic	df	Sig	Statistic	df	Sig
Pretest	,127	67	,009	,962	67	,040
Posttest	,190	67	,000	,920	67	,000

Nilai Sig yang dihasilkan sebesar 0,040 pada nilai Pretest yang artinya data tersebut tidak berdistribusi normal karena nilai Sig < 0,05 dan pada Posttest nilai Sig sebesar 0,000 yang artinya data tersebut juga tidak berdistribusi normal karena nilai Sig < 0,05, berhubung nilai dari kedua Variabel diatas tidak berdistribusi normal maka langkah selanjutnya yaitu *Mann Whitney U-Test*.

Tabel 2.
Karakteristik responden penerima intervensi air jahe merah dan air kapulaga
Air Jahe Merah

Karakteristik	f	%
Usia Responden		
< 20 Tahun	28	41.8
20 – 35 Tahun	33	49.3
> 35 Tahun	6	9.0
Pendidikan		
Tamat SD	6	9
Tamat SMP	13	31.3
Tamat SMA	37	55.2
Perguruan Tinggi	3	4.5
Paritas		
Primipara	36	53.7
Multipara	31	46.3
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	34	50.7
Pedagang/ wiraswasta	23	34.3
PNS	5	7.5
Buruh	5	7.5

Table 3.
Uji *Mann-Whitney*

Hasil	Mann-Whitney Test					df	Sig (2-tailed)
	Mean sebelum	Mean setelah	Std Deviation	95 Confidence Interval Lower Upper			
Pretest – Posttest Intervensi	9.52	6.51	3.431	0.04	0.44	67	.000

Hasil rata-rata frekuensi emesis gravidarum sebelum Intervensi yaitu 9.52 dan rata-rata frekuensi *emesis gravidarum* sesudah intervensi yaitu 6.51 dengan perbedaan rata-rata frekuensi *emesis gravidarum* sebelum dan sesudah intervensi air ekstrak jahe merah sebesar 3.01. Hasil uji Mann-Whitney dimana pada pair Pretest intervensi dan posttest intervensi diperoleh nilai Sig.2-tailed sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata Frekuensi *Emesis Gravidarum* pada pretest dan posttest intervensi. Berdasarkan hasil table diatas dapat disimpulkan bahwa pemberian air ekstrak jahe merah terhadap penurunan *emesis gravidarum* sangat efektif.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tergambar mayoritas ibu hamil terbanyak pada usia produktif yaitu 20-35 Tahun sejumlah 33 orang atau setara dengan 49.3%, berpendidikan SMA sebanyak 37 responden 55.2%, dengan mayoritas paritas primipara, sebanyak 36 orang atau 53.7% dan bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 34 orang atau 50.7%. Hasil penelitian menunjukkan efek yang signifikan pada penurunan *emesis gravidarum* setelah diberikan intervensi air jahe merah maupun air kapulaga. Penelitian ini sejalan dengan (Ardani, 2013) yang menyatakan terdapat penurunan kuantitas emesis gravidarum setelah pemberian intervensi air kapulaga dan jahe dengan penurunan rata-rata untuk terapi minuman jahe sebesar 7,5 dan terapi minuman kapulaga sebesar 9,93. pada Ibu Hamil Trimester I di Kelurahan Ngempon Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang”.

Jahe telah lama terbukti dapat mengatasi mual muntah dan masalah pencernaan. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (ROMADHONI, 2019) melaporkan bahwa terdapat pengaruh ekstrak jahe terhadap perubahan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah pada kelompok intervensi dan kontrol sebesar 1,29 dengan $p \text{ value} = 0,019$ ($p \leq \alpha = 0,05$). Efek farmakologis jahe dalam memberikan efek antiemetik (anti muntah) adalah dengan mengeluarkan gas dari dalam perut. Jahe juga merupakan stimulan aromatik yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltik usus (Sridharan, 2020). Sekitar 6 senyawa di dalam jahe telah terbukti memiliki aktivitas antiemetik (anti muntah) yang manjur. Kerja senyawa-senyawa tersebut lebih mengarah pada dinding lambung dari pada system saraf pusat. Nutrisi yang terkandung dalam jahe adalah potassium (3,4%), magnesium (3,0%), copper (3,0%), manganese (3,0%), dan vitamin B6 (pyridoxine) (2,5 %) (ROMADHONI, 2019). Selain itu, senyawa *gingerol* dalam jahe merupakan molekul yang kuat yang dapat menurunkan produk oksidatif dalam saluran pencernaan (Firdausni, 2018). Gingerol juga dapat menyebabkan pembuluh darah membesar yang ditandai dengan efek hangat dan dapat memblok serotonin, yaitu senyawa kimia yang menyebabkan rasa mual (Srikandi, 2020). Jahe dapat menghambat serotonin sebagai senyawa kimia pembawa pesan yang menyebabkan perut berkontraksi dan menimbulkan rasa mual (Pairul, 2018).

Bentuk penyajian ekstrak jahe merah yang dianjurkan untuk ibu hamil dalam berbagai penelitian adalah sebagai berikut: 2,5 gram jahe merah diiris dan diseduh air panas sebanyak 250 ml ditambah gula 1 sendok makan (10 gram) diminum 1x1 pada pagi hari. Penyajian dapat ditambahkan dengan gula atau madu sesuai selera (Zamaniyah, 2015). Menurut laporan penelitian di *journal of Obstetri and Ginecology* mengatakan bahwa jahe berkhasiat mengendurkan dan melemahkan otot-otot pada saluran pencernaan sehingga mual muntah berkurang, jahe mempunyai beberapa zat aktif yaitu gingerol yaitu senyawa yang paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas antiemetik yang manjur dengan bersifat memblok serotonin yaitu senyawa kimia pembawa pesan. Apabila senyawa ini diblok maka otot-otot saluran pencernaan akan mengendur dan melemah sehingga rasa mual berkurang (Ningsih, 2020).

SIMPULAN

Pemberian air ekstrak jahe merah dapat menurunkan rata-rata frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di wilayah Puskesmas Kibin dan secara statistic signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Carolin, B. T. (2022). Overcoming Emesis Gravidarum By Consuming Ginger (Zingiber Officinale Var. Rubrum). *NVEO-NATURAL VOLATILES & ESSENTIAL OILS Journal/ NVEO*, 59-65.
- Ningsih, D. A. (2020). Efektivitas pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi emesis gravidarum trimester I. *Efektivitas pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi emesis gravidarum trimester i*, 7(1), 1-8.
- Ramadhani, I. P. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 3(2), 97-102.
- Wardani, R. K. (2020). Efektifitas konsumsi Air Tebu kombinasi dengan Air Jahe terhadap Hiperemesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(1), 3.
- Indrayani, T. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum di RSUD Dr. Drajat Prawiranegara Kabupaten Serang Tahun 2017. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, 4(1).
- Agoes, A. (2013). *Tanaman Obat Indonesia*. Jakarta: Salmeba Medika.
- Abidah, S. N. (2020). The Effect of Ginger Herbal Drink on Hyperemesis Gravidarum in the First Trimester Pregnant Women. *The Effect of Ginger Herbal Drink on Hyperemesis Gravidarum in the First Trimester Pregnant Women*, 10(G), 64-68.
- Ardani, A. (2013). Perbandingan Efektifitas Pemberian Terapi Minuman Jahe dengan Minuman Kapulaga Terhadap Morning Sickness pada Ibu Hamil Trimester I di Keluarahan Ngempon Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. *STIKES Ngudi Waluyo Ungaran*, 1-11.
- ROMADHONI, K. E. (2019). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Merah Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Puskesmas Air Padang Tahun 2018 . *Doctoral dissertation Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.
- Sridharan, K. &. (2020). Interventions for treating hyperemesis gravidarum: a network meta-analysis of randomized clinical trials. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 33(8), 1405-1411.
- Firdausni, F. &. (2018). Pengaruh pemakaian jahe emprit dan jahe merah terhadap karakteristik fisik, total fenol, dan kandungan gingerol, shogaol ting-ting jahe (Zingiber officinale). *Jurnal litbang industri*, 8(2), 67-76.
- Srikandi, S. H. (2020). Kandungan gingerol dan shogaol dari ekstrak jahe merah (Zingiber officinale Roscoe) dengan metode maserasi bertingkat. *al Kimiya: Jurnal Ilmu Kimia dan Terapan*, 7(2), 75-81.

- Pairul, P. P. (2018). Jahe (*Zingiber officinale*) sebagai anti ulserogenik. *Jurnal Medula*, 7(5), 42-46.
- Siregar, R. N. (2021). Implementasi Ginger Candy Dalam Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil di BPM Mariana Tahun 2022. *Tour Abdimas Journal*, 2(1), 8-13.
- Pebrianthy, L. &. (2021). Efektivitas Seduhan Zingiber Offcinale (Jahe) Dalam Mengatasi Mual Muntah pada Kehamilan Trimester 1. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 176-181.
- Pangestu, Z. P. (2023). Artikel Review: Studi Fitokimia dan Aktivitas Farmakologi pada Tumbuhan Kapulaga (*Elletaria cardamomum* (L.) Maton). *FARMASIS: Jurnal Sains Farmasi*, 4(1), 42-47.
- Komala, O. I. (2020). Aktivitas Antibakteri Ekstrak Etanol Biji Kapulaga Jawa (*Amomum compactum* Soland. ex Maton) terhadap *Streptococcus pyogenes*. *Ekologia : Jurnal Ilmiah Ilmu Dasar Dan Lingkungan Hidup*, 20(2), 31-39.
- ANTI-INFLAMMATORY, A. S. (2020). Kajian Pustaka: Pemanfaatan Biji Kapulaga Jawa (*Amomum compactum*) Sebagai Antiinflamasi dan Antibiotic Growth Promoter Alternatif untuk Ternak. *Indonesia Medicus Veterinus*, 959-969. pISSN : 2301-7848; eISSN : 2477-6637.
- Chismirina, S. &. (2016). Konsentrasi hambat dan bunuh minimum ekstrak buah kapulaga (*Amomum compactum*) terhadap *Aggregatibacter actinomycetemcomitans*. *Journal of Syiah Kuala Dentistry Society*, 1(2), 192-200.
- Zamaniyah, N. (2015). Penatalaksanaan Vertigo Dengan Metode Akupunktur Pada Titik Baihui (GV20), Fengchi (GB20), Pishu (BL20), Dan Yinlingquan (SP9) Serta Herbal Pegagan (*Centella Asiatica*) Dan Kapulaga (*Amomum Cardamomum*). (*Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA*).