

# “ Hubungan Pemberian Terapi Herbal Jahe Pada Ibu Hamil Trimester 1 Dengan Mual Muntah Pada Masa Kehamilan Di Klinik Pratama Kasih Bunda Tahun 2024 ”.

**Author:**

Mardiani  
Purba,SST.,M.Kes.<sup>1)</sup>

**Afiliation:**

Akademi  
Kebidanan Kharisma  
Husada Binjai

**Corresponding email**

Mardianipurba321@gmail.com



*This is an Creative Commons License  
This work is licensed under a Creative  
Commons Attribution-NonCommercial  
4.0 International License*

**Abstrak:**

Kehamilan merupakan proses yang alamiah yang bisa mengubah tubuh, baik secara fisik maupun mental. Hal ini menghasilkan keluhan mual muntah. Mual Muntah merupakan gejala yang normal atau sering terjadi selama trimester pertama kehamilan. Hal ini terkadang terjadi di pagi hari, tetapi juga dapat terjadi di siang hari atau malam hari. Terapi yang bisa di gunakan untuk mengatasi keluhan Mual Muntah adalah terapi jahe. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Pemberian terapi herbal Jahe dengan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode Quasy Eksperimen. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil trimester I di Klinik Pratama Kasih Bunda . Sampel dalam penelitian ini sebanyak 29 ibu hami. Analisis data menggunakan uji chi square.

Hasil dan Pembahasan: Hasil analisis diperoleh p value = 0.001 (p <0,05), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pemberian terapi herbal jahe terhadap Penurunan mual muntah Pada Ibu Hamil Trimester I.

Kesimpulan: Terapi herbal Jahe memiliki kemampuan untuk menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I Terapi herbal juga jahe dapat menjadi alternatif untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

**Kata kunci:** Kehamilan, Mual Muntah, Terapi Herbal Jahe



*This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License*

## Pendahuluan

Kehamilan adalah suatu proses yang alamiah dan fisiologis dan akan tetapi jika tidak di lakukan asuhan yang tepat atau deteksi komplikasi yang akurat maka akan berujung pada kehamilan patologi, Putri, (2022).

Pada masa kehamilan akan terjadi perubahan fisiologi dan psikologi yang terjadi pada ibu hamil trimester pertama adalah adanya pembesaran payudara yang di sebabkan oleh saluran air susu yang berkembang untuk menyusui, rasa mual yang terjadi akibat proses pencernaan yang lambat, cepat lelah dan mengidam, Kemeskes Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, (2022).

Mual dan muntah yang terjadi pada masa kehamilan di sebabkan oleh peningkatan hormon HCG (Human chorionic gonadotropin) yang umumnya terjadi pada awal kehamilan di mulai pada umur kehamilan 6-8 minggu. Hingga mencapai puncaknya di umur kehamilan dua belas minggu dan menetap sekitar 14 minggu. Sebagian kecil ibu hamil tetap merasakan mual muntah di umur kehamilan 20 minggu. Menurut hasil penelitian Afriyanti, 2023 yang berjudul ketidak nyaman yang terjadi pada ibu hamil trimester pertama. Ketidak nyamanan ini di rasakan oleh ibu hamil kisaran antara 50-80% ibu hamil. Data menyebutkan bahwa mual muntah trimester pertama 50%-90% ibu terjadi pada kehamilan, Afriyanti, (2023).

Menurut World Health Organization (WHO) angka kejadian mual muntah di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang terkena mual muntah. Di Indonesia sekitar 10% Wanita hamil yang terkena mual muntah. Hal ini didasarkan pada bukti Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2018 ibu hamil sebesar 228/100.000 perempuan, yang mengalami mual muntah sebesar 26%. Sedangkan pada tahun 2019 jumlah ibu hamil sebesar 359/100.000 perempuan, dan yang mengalami mual muntah dalam kehamilan diperkirakan sebesar 32%, SDKI, (2019).

Keluhan mual muntah merupakan hal yang fisiologis akan terjadi, apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang berbahaya. Mual dan muntah dapat di atasi dengan berbagai cara antara lain mengkonsumsi minuman yang terbuat dari ramuan herbal dan non herbal. Terapi herbal yang sering di jumpai pada masyarakat adalah dengan menggunakan terapi rebusan jahe, Anis, (2019). Jahe pertama kali digunakan sebagai obat tradisional oleh bangsa India dan Cina, yang disebut sebagai bangsa yang pertama kali memanfaatkan jahe, terutama sebagai bahan minuman, bumbu masakan, dan obat-obatan tradisional seperti mengatasi penyakit vertigo, mual-mual, dan mabuk perjalanan. Jahe merupakan tumbuhan dengan sejuta manfaat, serta juga salah satu rempah yang sering dipergunakan sehari-hari, Glare, (2018).

Penelitian oleh Ayu, pada tahun 2019 dengan judul “Efektifitas pemberian jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Mattirobulu Kabupaten Pinrang”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi intervensi rata-rata responden mengalami frekuensi mual muntah sebanyak 13 kali dalam sehari, setelah diberi intervensi minuman jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah menurun menjadi 3,18 kali dalam sehari dengan nilai  $p=0,000$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa baik secara klinis maupun statistik, minuman jahe hangat memberikan pengaruh terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I. hasil penelitian ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan Wulandari 2019 menyatakan bahwa sebelum diberi intervensi rata-rata responden mengalami frekuensi mual muntah sebanyak 13 kali dalam sehari, setelah diberi intervensi rebusan jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah menurun menjadi 3 kali dalam sehari. Penelitian menunjukkan bahwa ada





ada ibu hamil trimester I di Klinik Pratama Kasih Bunda pada periode tahun 2024, dengan jumlah sampel 29 orang maka di peroleh data sebagai berikut.

## Kesimpulan

Setelah di lakukan penelitian tentang hubungan pemberian terapi herbal jahe pada ibu hamil trimester I dengan mual muntah pada masa kehamilan di Klinik Pratama Kasih Bunda tahun 2024, maka dapat di simpulkan sebagai berikut:

- 6.1.1 Dari hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas ibu hamil yang meminum terapi herbal secara teratur sebanyak 20 responden 69 % dan minoritas ibu hamil yang tidak teratur meminum terapi herbal jahe sebanyak 09 responden 31 %.
- 6.1.2 Dari hasil penelitian dapat di ketahui berdasarkan distribusi frekuensi penurunan mual muntah dengan mayoritas Sedang sebanyak 16 responden 55,2 %, dan minoritas penurunan frekuensi mual muntah Ringan sebanyak 13 responden 44,8 %.
- 6.1.3 Dari hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa hasil uji *chis-square* hubungan terapi herbal jahe pada ibu hamil trimeter I dengan mual muntah pada masa kehamilan di Klinik Pratama Kasih Bunda tahun 2024 dengan derajat kemaknaan ( $\alpha$ ) = 0,005 dan  $df = 1$  diperoleh hasil perhitungan yaitu sig (2-tailed) 0,001 ( $\alpha < 0,05$ ) maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima. Kesimpulannya ada hubungan terapi herbal jahe pada ibu hamil trimester I untuk mencegah terjadinya mual muntah pada masa kehamilan di Klinik Pratama Kasih Bunda tahun 2024



DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, (2023) *Minuman Jahe Banyak Khasiat* Kemenkes
- Aryasih,(2022) *Pemberian Aroma Terapi Peppermintntuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I*, Jurnal Riset Kesehatan Nasional
- Auwaliyah, Hilma (2022) . *Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil dengan Hiperimesis Gravidarum* PT Refika Aditama
- Dewi, S, A.Norvai. (2021) *Pengaruh Penggunaan Website Brisik.Id Terhadap Peningkatan Aktivitas Jurnalistik Kontributo* Universitas Sumatera Utera
- Dimas (2019) *Penyuluhan Kesehatan Dan Pemanfaatan Tanah Perkarangan Enjadi Toga, Kwt Mulya Sejahtera, Rw I, Plalangan, Gunungpati, Semarang*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
- 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
- Fatwa, H, T (2020) *Pengaruh Rebusan Jahe Terhadap Keluan Mual Muntah Ibu Hamil* Jurnal Medika Utama
- Hamsidi R. Sabarudin, Sadino.A Indrus S.L. (2021) *JAHE Tanaman Indonesia Bekhasiat* CV Budi Utama
- Hatijar. Saleh S. I. Yanti C. L. (2020) *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*, CV.Cahaya Bintang Gemerlang
- Heidyana, A (2020) *Terpi Herbal Ampuh Sembuhkan Penyakit Klikdokter*
- Hindratni F. Sari P. I. S,(2022) *Kecemasan Dan Mual Muntah Trimester I Selama Padandemi Covid 19*, Natika Pekanbaru
- Kasmianti,Purnamasari D. Ernawati, Juwita, Salina Puspita D.W Rikharnati T. Syahrana, Asmirati,Oka A.I Makmun S.K (2023) *Asuhan Kehamilan* PT.Literasi Nusantara Abadi Grup
- KEMENKES Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan (2022), *Perubahan Fisik Dan Psikis Pada Ibu Hamil*
- Lestari, W, T. Ulfiana, E. (2022) *Buku Ajar Reproduksi Berbasis Komptensi* Semarang
- Maisaroh, Lathifah, S, N. Nurliyani. Yuviska, A, I *Pengaruh Seduhan Air Jahe Dengan Mual Muntah Ibu Hamil Tm I Di Wilayah Puskesmas Gedung Negara Tahun 2023* Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
- Mardiana, E. Musa, M, S. Lestari, M (2022) *Metode Hypnosis Dalam Mengatasi Perubahan Psikologis Selama Masa Kehamilan : Studi Literatur* Universitas Muhamadiyah Tangerang
- Muaba (2020) *Mengenal Proses Kehamilan Pembuahan & Perkembangan Janin* Siloam Hospital
- Pujiasmanto, B. (2021). *Sepintas Jahe Merah Dan Hasil Riset Peran Media Tnam Terhadap Pertumbuhan Jahe Merah Di Polybag*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Putri, M. (2019). *Khasiat Dan Manfaat Jahe Merah*. Semarang: Alprin
- Rahayu ST (2023) *Pemberian Jahe Hangat Untuk Mencegah Terjadinya Mual Muntah Pada Ibu Hami Trimester I* Universitas Bina Sehat Ppni
- Sasela, S, W. (2022) *Asuhan Kebidanan Kehamilan Dengan Emesis Gravidarum* Politeknik Kementrin Riau



- Silitonga, R. R. S. L. R. E. S. E. (2021). *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester I*
- Sulistyaningsi T. Wulandari R. Putri R. I. Harjunowibowo D. Ulfana R.A. Rahmawati W. A. Rindiani A.F. (2023) *Tanaman Herbal (Jahe.Katuk)*.CV Tahta Media Grup
- Widowati, R. Muslihah, S. Novelia, S. Kurniati, D. (2020) *Penyuluhan Dan Pemberian Minuan Jahe Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesi Gravidarum* Program Studi Kebidanan
- Yulizawati, Fitria H. Chairani.Y (2021) *Continutty Of Care*, PT Indomedia Pustaka

