

EFEKTIVITAS MINUMAN JAHE TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS KILASAH PROVINSI BANTEN TAHUN 2019

Leni Halimatusyadiah

STIKes Salsabila Serang

*Email: leni.halimatusyadiah@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: di Indonesia diperoleh data ibu dengan hiperemesis gravidarum mencapai 14,8 % dari seluruh kehamilan. Keluhan mual dan muntah terjadi pada 60-40 % multigravida. Satu diantara seribu kehamilan gejala-gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya kadar hormon estrogen dan Hormon Chorionic Gonadotropin (HCG) dalam serum perubahan fisiologis kenaikan hormon ini belum jelas, mungkin karena sistem saraf pusat atau pengosongan lambung yang berkurang. Tujuan penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian minuman jahe terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil Trimester I di Puskesmas Kilasah Kota Serang Provinsi Banten Tahun 2019. Metodologi: Penelitian *quasi-eksperimental* menggunakan rancangan *onegroup pretest-posttest design*. Sampel pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah sebanyak 47 orang. Teknik sampling yang akan digunakan adalah total sampling. Penelitian ini menggunakan lembar observasi dan wawancara, melalui pertanyaan tentang kejadian mual muntah (0-10 x/hari) yang dialami oleh ibu hamil trimester I. Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian minuman jahe terhadap penurunan frekuensi mual muntah yang dialami ibu hamil trimester I di Puskesmas Kilasah Kota Serang Provinsi Banten dengan nilai signifikansi $p\text{ value} = 0,000$ nilai $p < 0,05$. Kesimpulan dan Saran: Dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan terutama asuhan pada ibu hamil dengan mengaplikasikan minuman jahe sebagai salah satu metode alternative untuk membantu menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I serta dapat menambah wawasan masyarakat tentang pengaruh minuman jahe terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I sehingga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari karena dapat dilakukan dengan mudah dan memiliki efek yang besar bagi ibu hamil trimester I.

Kata Kunci : *Emesis Gravidarum*, Minuman Jahe

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat, jika telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ selama kehamilan, baik perubahan yang bersifat fisiologis maupun psikologis (Gusti dkk, 2016). Pada setiap kehamilan terdapat perubahan pada

seluruh tubuh wanita khususnya pada alat genitalia eksterna dan interna, serta pada payudara. Dalam hal ini hormon somatomammotropin, estrogen, dan progesterone mempunyai peranan penting terhadap beberapa perubahan yang terjadi pada ibu hamil. Perubahan karena hormon estrogen pada kehamilan akan mengakibatkan pengeluaran asam lambung yang berlebihan sehingga menimbulkan rasa mual dan muntah. Selain hormon estrogen diduga pengeluaran Human Chorionic Gonadotropine (HCG) dalam serum dari plasenta juga menyebabkan mual muntah (Wiknjosastro, 2009).

Menurut WHO pada tahun 2015 sebanyak 303.000 perempuan meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Sekitar 830 wanita meninggal akibat komplikasi kehamilan atau melahirkan terkait diseluruh dunia setiap hari. Sebanyak 99% kematian ibu akibat masalah persalinan atau kelahiran terjadi di negara-negara berkembang. Rasio kematian ibu per 100.000 kelahiran bayi hidup jika dibandingkan dengan rasio kematian ibu di 12 negara maju dan 51 negara persemakmuran (WHO, 2015). Menurut World Health Organization (WHO) jumlah kejadian hiperemesis gravidarum mencapai 12,5 % dari jumlah seluruh kehamilan di dunia. Mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada cairan pada jaringan ginjal dan hati menjadi nekrosis (WHO, 2013).

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI), angka kematian ibu (AKI) masih cukup tinggi yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angka kematian bayi hasil (SDKI) 2012 lebih rendah dari pada hasil 2007, angka kematian bayi tahun 2012 adalah 32 kematian per 1000 kelahiran hidup, dan salah satu penyebab kematian di Indonesia adalah bayi berat lahir rendah (SDKI, 2012). Berdasarkan hasil penelitian di Indonesia diperoleh data ibu dengan hiperemesis gravidarum mencapai 14,8 % dari seluruh kehamilan. Keluhan mual dan muntah terjadi pada 60-40 % multigravida. Satu diantara seribu kehamilan gejala-gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya kadar hormon estrogen dan Hormon Chorionic Gonadotropin (HCG) dalam serum perubahan fisiologis kenaikan hormon ini belum jelas, mungkin karena sistem saraf pusat atau pengosongan lambung yang berkurang (Depkes RI, 2013).

Berdasarkan dari data yang ada pada Dinkes Provinsi Banten pada tahun 2016 Angka Kematian Ibu di Provinsi Banten pada Tahun 2016 mencapai 252/100.000 per kelahiran hidup, yang disebabkan oleh perdarahan 64 orang (25,4 %) termasuk kejadian dari abortus, infeksi 7 orang (2,8%), hipertensi dalam kehamilan termasuk kejadian eklamsia 75 orang (29,7%), gangguan system peredaran darah (jantung, stroke, dll) 38 orang (15%), gangguan metabolic (DM, dll) 1 orang (0,4%) dan 67 orang (26,5%) sebab lainnya (Depkes Prov. Banten 2016).

Angka kematian ibu di Kota Serang tahun 2017 terdapat 14 kasus, yang disebabkan oleh perdarahan 3 orang (21.4%), hipertensi dalam kehamilan 7 orang (50%), gangguan system peredaran darah (Jantung, stroke, dll) 4 orang (28.6%), orang ibu yang meninggal dengan beberapa penyebab lainnya (Profil Dinkes Kota Serang, 2017).

Emesis gravidarum merupakan istilah yang digunakan di bidang kedokteran untuk kejadian mual-muntah pada ibu hamil. Emesis gravidarum dapat menimbulkan gangguan aktifitas sehari-hari dan bahkan bisa membahayakan bagi ibu dan janin. Salah satu komplikasi kehamilan yang sangat membahayakan ibu hamil dan bisa berdampak pada kematian ibu dan janin adalah mual muntah yang berlebihan yang berkelanjutan menjadi hiperemesis gravidarum (Wiknjosastro, 2005). Emesis gravidarum bila tidak segera ditangani dapat mengakibatkan pertumbuhan janin terganggu, janin mati dalam kandungan dan janin dapat mengalami kelainan kongenital. Adapun akibat terhadap ibu yakni dehidrasi, gangguan keseimbangan asam basa, dan kekurangan kalium (Saifuddin, 2009).

Masyarakat umum biasanya mengurangi mual muntah dengan cara minum obat anti mual. Jahe sebagai salah satu jenis tanaman herbal mempunyai banyak keunggulan dibandingkan dengan tanaman herbal lainnya, khususnya bagi ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah. Keunggulan pertama jahe adalah kandungan mengandung minyak terbang (minyak atsiri) yang menyegarkan dan memblokir reflek muntah sedangkan *gingerol* dapat melancarkan peredaran darah dan syaraf-syaraf bekerja dengan baik. Hasilnya, ketegangan bisa dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun bisa ditekan. Aroma harum jahe disebabkan oleh minyak atsiri, sedangkan *oleoresinya* menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat (Choiriyah dan Trisnasari, 2013).

Beberapa penelitian menggunakan metode *randomized controlled trial* terhadap efektivitas jahe, menyimpulkan bahwa jahe dapat digunakan untuk mengatasi mual dan muntah pada kehamilan (Vutyavanich *et al.*, 2001; Willetts *et al.*, 2003; Smith *et al.*, 2004; Chittumma *et al.*, 2007; Pongroj paw *et al.*, 2007; dan Ozgoli *et al.*, 2009). Review dan evaluasi dengan studi *Evidence base* yaitu diantaranya oleh Bryer (2005) serta *Cochrane systematic review* untuk intervensi mual dan muntah pada kehamilan dini pada tahun 2010, juga menyimpulkan bahwa jahe dapat digunakan untuk mengatasi mual dan muntah pada kehamilan. Penelitian tentang efektivitas ekstrak jahe untuk mengatasi mual dan muntah pada kehamilan di Indonesia dilakukan oleh Ariyanto (2008). Melakukan uji terhadap wanita hamil dengan 350 mg ekstrak jahe dan kombinasi 350 mg ekstrak jahe dengan piridoksin yang diberikan 2 kali sehari untuk terapi mual dan muntah pada emesis gravidarum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrak jahe efektif untuk mengatasi mual dan muntah pada emesis gravidarum.

Dari latar belakang diatas maka saya tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Efektivitas minuman jahe terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil Trimester I di Puskesmas Kilasah Provinsi Banten Tahun 2019”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif menggunakan desain penelitian *Quasiexperimental*. *Quasi eksperimental* adalah penelitian yang menguji coba suatu intervensi pada sekelompok subjek dengan atau tanpa kelompok pembanding. Rancangan yang digunakan adalah *one group pretest – post*

test design, yaitu penelitian yang memilih satu kelompok pasien, kemudian kelompok tersebut diberi treatment (perlakuan), kemudian langsung diamati dan diukur. Digunakan untuk mengetahui pengaruh minuman jahe terhadap emesis gravidarum dengan cara member kuisioner sebelum di beri perlakuan (pre) dan sesudah di beriperlakuan (post).

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I dengan usia kehamilan 0-12 minggu yang mengalami emesis gravidarum di Puskesmas Kilasah Pada Bulan Februari Tahun 2019 berjumlah 47 orang. Teknik sampling yang akan digunakan adalah total sampling.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

Berdasarkan hasil uji normalitas data dengan menggunakan uji normalitas Shapiro – Wilk (Sampel<50) diperoleh nilai p 0,018. Hal ini menunjukan nilai $p > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Hasil Pengamatan terhadap Obyek Penelitian

1. Frekuensi Mual Muntah Sebelum diberikan Minuman Jahe

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sebelum diberikan Minuman Jahe di Puskesmas Kilasah Tahun 2019

No	Frekuensi Mual Muntah	Frekuensi	Persentase (%)
1	2 kali sehari	5	10,6
2	3 kali sehari	8	17,0
3	4 kali sehari	4	8,5
4	5 kali sehari	13	27,7
5	6 kali sehari	10	21,3
6	7 kali sehari	3	6,4
7	8 kali sehari	4	8,5
Jumlah		47	100

Tabel 4.1 menunjukan hasil bahwa dari 47 ibu hamil trimester I sebelum diberikan minuman jahe yang mengalami mual muntah diperoleh diantaranya yaitu, frekuensi mual muntah 2 kali sehari sebanyak 5 orang (10,6%), frekuensi mual muntah 3 kali sehari sebanyak 8 orang (17,0%), frekuensi mual muntah 4 kali sehari sebanyak 4 orang (8,5%), frekuensi mual muntah 5 kali sehari sebanyak 13 orang (27,7%), frekuensi mual muntah 6 kali sehari sebanyak 10 orang (21,3%), frekuensi mual muntah 7 kali sehari sebanyak 3 orang (6,4%) dan frekuensi mual muntah 8 kali sehari sebanyak 4 orang (8,5%).

2. Frekuensi Mual Muntah Sesudah di berikan Minuman Jahe

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Mual Muntah Sebelum diberikan Minuman Jahe di Puskesmas Banjar Agung Tahun 2019

No	Frekuensi Mual Muntah	Frekuensi	Persentase (%)
1	0 kali sehari	6	12,8
2	1 kali sehari	3	6,4
3	2 kali sehari	14	29,8
4	3 kali sehari	10	21,3
5	4 kali sehari	8	17,0
6	5 kali sehari	5	10,6
7	6 kali sehari	1	2,1
Jumlah		47	100

Tabel 4.2 menunjukkan hasil bahwa dari 47 ibu hamil trimester I sesudah diberikan minuman jahe yang mengalami mual muntah diperoleh diantaranya yaitu, frekuensi mual muntah 0 kali sehari sebanyak 6 orang (12,8%), frekuensi mual muntah 1 kali sehari sebanyak 3 orang (6,4%), frekuensi mual muntah 2 kali sehari sebanyak 14 orang (29,8%), frekuensi mual muntah 3 kali sehari sebanyak 10 orang (21,3%), frekuensi mual muntah 4 kali sehari sebanyak 8 orang (17,0%), frekuensi mual muntah 5 kali sehari sebanyak 5 orang (10,6%) dan frekuensi mual muntah 6 kali sehari sebanyak 1 orang (2,1%).

4.2 Analisis Bivariat

Setelah analisis univariat dilakukan pengolahan maka selanjutnya yaitu dilakukan pengujian statistik untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh minuman jahe terhadap frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I dengan menggunakan uji *Paired Sample T - Test*.

Tabel 4.3 Hasil Uji Statistik *Paired Sampel T.tes*

Variabel	N	Mean	Std. Deviasi	<i>P Value</i>
Mual muntah sebelum intervensi	47	2,213	1,301	0,000
Mual muntah setelah intervensi				

Berdasarkan tabel 4.3 di ketahui nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,005$) maka H_0 ditolak H_a diterima yang artinya ada pengaruh pemberian minuman jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Menurut Hidayati (2009) menyebutkan bahwa keluhan yang terjadi pada ibu hamil adalah ibu merasa sakit kepala, rasa mual dan muntah (*morning sickness*). Mual muntah merupakan keluhan utama yang di sampaikan pada kehamilan muda. Terjadinya kehamilan menimbulkan

perubahan hormonal pada wanita karena terdapat peningkatan hormone estrogen, progesterone dan di keluarkannya human chorionic gonadotrophine plasenta. Hormone-hormon inilah yang di duga menyebabkan emesis gravidarum.

Menurut Rukmana dalam Ramadhan (2013) Jahe sebagai salah satu jenis tanaman herbal yang mempunyai banyak keunggulan khususnya bagi ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah. Keunggulan jahe adalah minyakat siri yang menyegarkan dan mampu memblokir reflek muntah, sedangkan gingerol dapat melancarkan peredaran darah dan syaraf – syaraf bekerja dengan baik. Hasilnya, ketegangan bisa di cairkan, kepala di segar, dan mual muntah pun bisa ditekan.

Penelitian ini diperkuat dengan studi yang dilakukan oleh Meltzer yang di publikasikan dalam *American Journal Of Obstetrik and Ginecology* menemukan bahwa jahe sangat membantu dalam mengurangi morning sickness. Penelitian dilakukan dengan memberikan kapsul yang berisi jahe pada satu kelompok yang berjumlah 32 orang dan memberikan kapsul plasebo pada satu kelompok lainnya yang berjumlah 35 orang. Setelah dilakukan tindakan pengobatan selama empat hari, proporsi wanita hamil yang mengalami mual dan muntah pada kelompok jahe (12 dari 32orang, sekitar 37,5 %) lebih rendah dibandingkan kelompok plasebo (23 dari 35 orang, sekitar 65,7 %) (Saswita, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian ini juga dapat di analisis sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hidayati (2009) bahwa terjadinya kehamilan, dapat menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat peningkatan hormone estrogen, progesterone dan dikeluarkannya human chorionic gonadotrophine plasenta. Hormone - hormon inilah yang diduga menyebabkan emesis gravidarum.

Perubahan hormon - hormon kehamilan seperti hormon *HCG (Human Chorionic Gonadotrophin)* yang dihasilkan dalam aliran darah untuk menjaga persediaan estrogen dan progesteron (Tiran,2009). Pada kehamilan normal kadar HCG mengalami peningkatan setelah implantasi dan akan mempengaruhi sistem pencernaan sehingga terjadi kekenduran jaringan otot dan menyebabkan pencernaan menjadi kurang efesien seperti menurunnya daya cerna dan peristaltik usus dengan di sertai peningkatan asam lambung dan menurunnya seleramakan (Winkjosastro,2009). Hormon ini juga dapat menyebabkan hilangnya gula dalam darah yang dapat menimbulkan perasaan sangat lapar (Kriebs,2010). Apabila lambung kosong ditambah lagi terjadinya peningkatan asam lambung, maka hal inilah yang memperberat keadaan mual muntah ibu (Tiran, 2009).

Menurut Rose (2009) Biasanya orang menggunakan jahe sebagai minuman dalam mengurangi rasa mual, pada berbagai pengobatan tradisional di Australia. Penelitian di Australia menyatakan bahwa jahe dapat digunakan sebagai obat tradisional yang dapat mengurangi rasa mual dan aman untuk ibu dan bayi.

Hasil penelitian yang sama juga dilakukan oleh Universitas Chiang Mai di Thailand yang menyimpulkan bahwa jahe terbukti dalam

keefektifitasannya dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil. Bahwa jahe dapat memblokir serotonin yakni senyawa kimia yang menyebabkan perut berkontraksi sehingga menimbulkan perasaan mual muntah yang dialami ibu hamil muda (Maulana, 2009).

Menurut peneliti, pemberian minuman jahe pada ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah dapat membantu menurunkan mual muntah yang dialami oleh ibu. Karena jahe mengandung 19 komponen yang berguna bagi tubuh yang salah satunya gingerol yaitu senyawa paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas antiemetik (antimuntah) yang manjur dengan bersifat memblokir serotonin yaitu senyawa kimia pembawa pesan. Senyawa ini menyebabkan perut berkontraksi sehingga apabila diblok maka otot-otot saluran pencernaan akan mengendor dan melemah sehingga rasa mual banyak berkurang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Diharapkan dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan terutama asuhan pada ibu hamil dengan mengaplikasikan minuman jahe sebagai salah satu metode alternatif untuk membantu menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I serta dapat menambah wawasan masyarakat tentang pengaruh minuman jahe terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I sehingga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari karena dapat dilakukan dengan mudah dan memiliki efek yang besar bagi ibu hamil trimester I.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ali, B.H., G. Blunden, M.O. Tanira dan A. Nemmar., 2008, *Some Phytochemical, Pharmacological and Toxicological Properties of Ginger (Zingiber Officinale Roscoe): A Review of Recent Research, Food and Chemical Toxicology*. 46 : 409 - 420
2. Arikunto, S., 2009, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Edisi Revisi, Rineka Cipta, Jakarta
3. Booth, T., 2008, *Tanya Jawab Seputar Kehamilan*, PT. Bhuana Ilmu Populer, Jakarta
4. Budhawaar, V., 2008, *Khasiat Rahasia Jahe dan Kunyit*, Bhuana Ilmu Populer, Jakarta
5. Choiriyah, Z., Trisnasari, A., 2013, *Efektivitas Konsumsi Ekstrak Jahe Dengan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Ungaran*, Jurnal Penelitian, Ungaran
6. Depkes R.I., 2010, *Profil Kesehatan Indonesia*, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta
7. Eze, J.I., dan K.E. Agbo., 2011, *Comparative Studies Of Sun And Solar Drying Of*
8. Gulo, 2010, *Metodologi Penelitian*, Grasindo, Jakarta
9. Hidayati, R., 2009, *Asuhan Keperawatan pada Kehamilan Fisiologis dan Patologis*, Salemba Medika, Jakarta

10. Kriebs, J., M, Gegor, R.,L.,2010, *Asuhan Kebidanan Varney*, EGC, Jakarta
11. Kusmiyati, dan Yuni, 2010, *Perawatan Ibu Hamil*, Fitramaya, Yogyakarta
12. Lestari, W., Eka, W., 2006, *Pengaruh Nisbah Rimpang Dengan Pelarut dan Lama Ekstraksi Terhadap Mutu Oleoresin Jahe Merah (Zingiber Officinale Var. Rubrum)*, Siti Nurlamba, Bogor
13. Mangkuji, dkk, 2012, *Asuhan Kebidanan 7 Langkah SOAP*, EGC, Jakarta
14. Maulana, M., 2009, *Cara Cerdas Menghadapi Kehamilan dan Mengasuh Bayi*