



JM

Volume 12 No. 2 (Oktober 2024)

© The Author(s) 2024

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN MINUMAN GULA AREN DAN JAHE HANGAT UNTUK
MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1 DI
PUSKESMAS PAGELARAN KABUPATEN CIANJUR TAHUN 2023**

**EFFECTIVENESS OF GIVING WARM PALM SUGAR AND GINGER DRINK TO
REDUCE EMESIS GRAVIDARUM IN 1ST TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT
THE PAGELARAN HEALTH CENTER, CIANJUR DISTRICT, 2023**

**NENG WULAN GUNARTI, MEINASARI KURNIA DEWI,
AGUS SANTI BR. GINTING**

**FAKULTAS VOKASI PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN PROGRAM
PROFESI, UNIVERSITAS INDONESIA MAJU**

**Email: nengwulangunarti@gmail.com, meinasarikurniadewi@gmail.com,
santiginting84@gmail.com**

ABSTRAK

Pendahuluan: Kejadian emesis gravidarum hampir semua terjadi pada ibu hamil di kehamilan trimester 1 rasa mual pada awal kehamilan dapat di kurangi dengan menggunakan terapi non farmakologi antara lain gula aren dan jahe hangat. Tujuannya untuk mengetahui bagaimana pengaruh pemberian gula aren dan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Pagelaran Tahun 2023. Metode: Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pada penelitian ini sampel sebanyak 2 orang dimana 1 sampel menggunakan intervensi pemberian air gula aren dan 1 sampel dengan jahe hangat. Penelitian dilakukan di Puskesmas Pagelaran dan dilakukan pada bulan Desember 2023 – Februari 2024. Hasil dan Pembahasan: Berdasarkan hasil pengamatan diketahui bahwa gambaran skor mual muntah PUQE-24 scoring system yaitu sebelum dilakukan intervensi pemberian air gula aren maka menjadi skor 9 dan sesudah dilakukan intervensi selama 7 hari menjadi skor 7. Sedangkan pengaruh pemberian jahe hangat terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Pagelaran Tahun 2023 diketahui bahwa gambaran skor mual muntah PUQE-24 scoring system yaitu sebelum dilakukan intervensi pemberian jahe hangat skor PUQE sebesar 10 dan setelah dilakukan intervensi selama 7 hari berturut turut maka menjadi skor 6. Kesimpulan: Adanya pengaruh pemberian air gula dan air jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Pagelaran Tahun 2023.

Kata Kunci: Emesis Gravidarum, Gula Aren, Ibu Hamil, Jahe

ABSTRACT

Intoduction: Almost all cases of emesis gravidarum occur in pregnant women in the first trimester of pregnancy. Nausea in early pregnancy can be reduced by using non-pharmacological therapy, including palm sugar and warm ginger. The aim is to find out the effect of giving palm sugar and ginger on reducing nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester at the Pagelaran Community Health Center in 2023. **Method:** his research uses qualitative methods with a case study approach. In this study, the sample consisted of 2 people, where 1 sample used the intervention of giving palm sugar water and 1 sample with warm ginger. The research was conducted at the Pagelaran Community Health Center and was carried out in December 2023 - February 2024. **Result and Discussion:** Based on the results of observations, it is known that the description of the PUQE-24 scoring system nausea and vomiting score is that before the intervention of giving palm sugar water was carried out, it was a score of 9 and after the intervention was carried out for 7 days becomes a score of 7. Meanwhile, the effect of giving warm ginger on reducing nausea and vomiting in pregnant women in the 1st trimester at the Pagelaran Health Center in 2023 is known to show that the PUQE-24 scoring system nausea and vomiting score is that before the intervention of giving warm ginger the PUQE score was 10 and after if the intervention is carried out for 7 consecutive days, the score will be 6. **Conclusion:** There is an effect of giving sugar water and ginger water on reducing nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester at the Pagelaran Community Health Center in 2023.

Keywords: Emesis Gravidarum, Palm Sugar, Pregnant Women, Ginger

PENDAHULUAN

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum, dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Dalam proses kehamilan ini terjadi perubahan anatomi fisiologi, selain perubahan tersebut ibu hamil mengalami ketidaknyamanan dalam kehamilan seperti kelelahan, keputihan, mengidam, sering buang air kecil, mual muntah (emesis gravidarum). Perubahan diatas terjadi akibat adanya ketidak seimbangan hormon progesteron dan esterogen yakni hormon kewanitaan yang ada di dalam tubuh ibu sejak terjadinya proses kehamilan. Beberapa keluhan yang membuat ibu merasa tidak nyaman diantaranya adalah mual muntah, jika tidak diatasi dengan baik maka akan berdampak negatif bagi ibu dan bayi (1).

Menurut Word Health Organization (WHO) jumlah kejadian emesis gravidarum mencapai 12,5 % dari seluruh jumlah kehamilan di dunia. Menurut Depkes 2019, angka ibu hamil dengan kasus emesis

gravidarum di wilayah Indonesia yakni selama tahun 2019, dari 2.203 angka kehamilan ibu, didapati sebanyak 543 ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum, di periode awal masa kehamilan. Sehingga dapat di rata-ratakan angka kejadian kasus emesis gravidarum pada tahun 2019 yakni sebanyak 67,9%. Dimana 60%-80% angka kejadian ini terjadi pada ibu dengan primigravida, serta 40%-60% angka kejadiannya pada ibu hamil dengan multigravida. (2). Menurut Profil kesehatan Jawa Barat Tahun 2020 jumlah kejadian mual muntah yaitu lebih dari 80% (3). Menurut Profil kesehatan Jawa Barat Tahun 2019 di kabupaten cianjur jumlah kejadian ibu hamil dengan mual muntah mencapai 90% (4).

Dampak yang terjadi pada emesis Gravidarum yaitu dehidrasi yang menimbulkan konsumsi O₂ menurun, gangguan fungsi liver dan terjadi icterus, terjadi perdarahan pada parenkim liver sehingga menyebabkan gangguan fungsi umum pada alat vital sampai dapat menimbulkan kematian. emesis gravidarum

juga berdampak pada peningkatan risiko untuk berat bayi lahir rendah, kelahiran premature, kecil untuk usia kehamilan dan kematian perinatal (5).

Penyebab dari emesis gravidarum masih belum diketahui secara pasti, meskipun peningkatan kadar Human Chorionic Gonadotropin (HCG) tampaknya berperan besar. Penyebab lain adalah peningkatan kadar hormon progesteron serta peningkatan hormon estrogen. Faktor psikologis juga berperan terhadap terjadinya emesis gravidarum seperti tekanan pekerjaan, rumah tangga yang retak dan dapat menyebabkan konflik mental sehingga memperoleh mual dan muntah (Hanifah Hamdi, 2018).

Kejadian kasus emesis gravidarum yang telah tercatat di Puskesmas Pagelaran pada Tahun 2021 sebanyak 25 ibu hamil, pada tahun 2022 sebanyak 45 ibu hamil, sedangkan pada Tahun 2023 untuk 1 bulan terakhir terhitung ada 30 Ibu hamil mengalami emesis gravidarum.

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang disampaikan pada early pregnancy. Terjadinya kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat hormon esterogen, progesteron, dan dikeluarkannya human chorionic gonadotropine plasenta. Gejala klinis emesis gravidarum adalah kepala pusing, terutama dipagi hari, disertai mual muntah sampai kehamilan berumur 4 bulan (7).

Mual dan muntah pada ibu trimester pertama di masyarakat masih terjadi dan cara penanggulangannya sebagian masih menggunakan terapi farmakologis atau di diamkan saja. Emesis gravidarum ini menyebabkan penurunan nafsu makan sehingga terdapat perubahan keseimbangan elektrolit dengan kalium, kalsium dan natrium yang menyebabkan perubahan metabolisme tubuh. Rasa mual pada awal kehamilan dapat di kurangi dengan menggunakan terapi komplementer antara lain dengan tanaman herbal atau tradisional yang bisa dilakukan dan mudah di dapatkan seperti daun peppermint, lemon, jahe, salak dan lain-lain.

Fungsi farmakologis salak salah satunya adalah antiemetik (anti muntah) (8).

Jahe merupakan bahan yang mampu mengeluarkan gas dari dalam perut, hal ini akan meredakan perut kembung. Jahe juga merupakan stimulan aromatik yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltik usus. Sekitar enam senyawa di dalam jahe telah terbukti memiliki aktivitas antiemetik (anti muntah) yang manjur. Kerja senyawasenyawa tersebut lebih mengarah pada dinding lambung dari pada sistem saraf pusat (9).

Jika Ibu hamil cenderung malas untuk meminum seduhan jahe dengan alasan malas membuatnya dan kurang menyukai rasanya yang sedikit pedas, maka ibu dapat menggunakan air gula aren sebagai penggantinya. Rasa gula yang lebih manis dapat dijadikan alternatif untuk mengurangi mual yang biasa terjadi pada ibu hamil trimester I., Gula aren mengandung beberapa unsur kandungan senyawa seperti vitamin B kompleks, glukosa, garam mineral dan yang paling utama memiliki kadar kalori yang cukup tinggi diselingi dengan kadar glisemik gula terendah. Akan lebih baik jika masyarakat khususnya ibu hamil mampu mengatasi masalah mual pada awal kehamilan dengan menggunakan terapi pelengkap non farmakologis terlebih dahulu (9).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendelkatan studi kasus (21). Penellitian kualitatif adalah penellitian yang berbentuk deskriptif atau menggambarkan fenomena atau fakta penellitian secara apa adanya. Sedangkan studi kasus secara sederhana diartikan sebagai proses penyellidikan atau pemeriksaan secara mendalam, terperinci dan detail pada suatu peristiwa tertentu yang terjadi. Studi kasus di batasi oleh tempat dan waktu serta kasus yang dipelajari berupa peristiwa, aktivitas atau individu. Pada penelitian ini sampel sebanyak 2 orang dimana 1 sampel

menggunakan intervensi pemberian air gula aren dan 1 sampel dengan jahe hangat. Penelitian dilakukan di Puskesmas Pagelaran dan dilakukan pada bulan Desember 2023 – Februari 2024.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pengamatan pengaruh pemberian air gula aren terhadap penurunan mual dan muntah dengan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Pagelaran Tahun 2023 diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi air gula aren mual muntah selbanyak 4 kali dan setelah dilakukan intervensi mual muntah di pagi hari menjadi 2 kali. Gambaran skor mual muntah PUQE-24 scoring system yaitu sebellum dilakukan intervensi pemberian air gulla aren skor PUQE selbesar 9 dan setelah dilakukan intervensi sellama 7 hari berturut turut maka menjadi skor 7.

Tabel 1. Hasil Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Yang Diberikan Intervensi Air Gula Aren

| Intervensi Ny.S | Hasil Asuhan kelbidanan | | |
|-----------------|--|--|--|
| | (Kunjuungan 1) 2-2-2024 | (Kunjungan 2) 5-2-2024 | (Kunjungan 3) 8-2-2024 |
| Air Gulla | Mual muntah 4 kali Skor (PUQE) 9 (Katagori Sedang) | Mual muntah 3 kali Skor (PUQE) 9 (Katagori Sedang) | Mual muntah 2 kali Skor (PUQE) 7 (Katagori Sedang) |

Berdasarkan hasil pengamatan pengaruh pemberian air jahe terhadap penurunan mual dan muntah dengan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Pagelaran Tahun 2024 diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi seduhan jahe mual muntah sebanyak 4 kali dan setelah dilakukan intervensi mual muntah di pagi hari menjadi 1 kali. Gambaran skor mual muntah PUQE-24 scoring system yaitu selbelum dilakukan intervensi pemberian jahe skor PUQE sebesar 10 dan setelah

dilakukan intervensi sellama 7 hari berturut turut maka menjadi skor 6.

Tabel 2. Hasil Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Yang Diberikan Intervensi Air Jahe Hangat

| Intervensi Ny.R | Hasil Asuhan kebidanan | | |
|-------------------|--|---|--|
| | Pretest (Kunjungan 1) 2-2-2024 | Postest (Kunjungan 2) 5-2-2024 | Postest (Kunjungan 3) 8-2-2024 |
| Relbusan Air Jahe | Mual muntah 4 kali Skor (PUQE)10 (Katagori sedang) | Mual muntah 2 kali Skor (PUQE) 7 (Katagori seldang) | Mual muntah 1 kali Skor (PUQE) 6 (Katagori ringan) |

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penellitian yang dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa adanya pengaruh pemberian air gulla aren dan jahe hangat terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Pagellaran Tahun 2023. Hasil pengamatan bahwa pemberian jahe hangat lelbih berpengaruh dalam menurunkan mual muntah bagi ibu hamil.

Secara teori bahwa Mual dan muntah pada ibu trimester pertama di masyarakat masih terjadi dan cara penanggulangannya sebagian masih menggunakan terapi farmakologis atau di diamankan saja. Emesis gravidarum ini menyelbabbkan penurunan nafsu makan sehingga terdapat perubahan keseimbangan ellelktrolit dengan kalium, kalsium dan natrium yang menyelbabbkan pelrubahan metabolisme tubuh. Rasa mual pada awal kelhamilan dapat di kurangi dengan menggunakan terapi komplementr antara lain dengan tanaman herbal atau tradisional yang bisa dilakukan dan mudah di dapatkan seperti dauhn peppermint, lemon, jahe, salak dan lain-lain. Fungsi farmakologis salak salah satunya adalah antiemetik (anti muntah) (8).

Salah satu tindakan non farmakologi untuk mengurangi mual muntah adalah

menggunakan jahe dan gulla aren. Jahe memberikan hasil yang positif sebagai obat batulk, menghilangkan kembung, dan meredakan mual muntah karena perjalanan, mual setelah operasi, ataupun mual muntah karena kehamilan. Terbukti penggunaan jahe dapat membantu mengatasi morning sickness pada wanita hamil tanpa menimbulkan efek samping yang berbahaya bagi janin. Maka jahe bisa menjadi terapi yang efektif untuk mengatasi rasa mual dan muntah pada kehamilan (Runiari, 2019)

Sejalan Penelitian Mutia Felina (2021) berjudul Efektifitas Pemberian Seduhan Jahe dengan air gulla terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. Hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata mual muntah sebelum diberikan seduhan jahe pada ibu hamil yaitu 5.00 kali/ hari dan Rata-rata mual muntah sesudah diberikan seduhan jahe pada ibu hamil 2,67 kali/hari. Sedangkan rata-rata mual muntah sebelum diberikan air gulla pada ibu hamil adalah 5,33 kali/hari dan rata-rata mual muntah sesudah diberikan jus buah jeruk pada ibu hamil adalah 4.33 kali/hari. jika dilihat dari penurunan rata-rata mual muntah pada penelitian Mutia Fellina (2021) adalah seduhan jahe lebih efektif terhadap penurunan mual muntah.

KESIMPULAN

Hasil pengamatan bahwa pemberian rebusan jahe lebih berpengaruh dalam menurunkan mual muntah (Emesis Gravidarum) bagi ibu hamil.

SARAN

Bagi ibu hamil yang mengalami mual dan muntah dengan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I untuk menerapkan pemberian air gula atau air jahe untuk menurunkan kejadian mual muntah.

DAFTAR PUSTAKA

Dhilon DA, Azni R. Pengaruh Pemberian Terapi Aroma Jeruk Terhadap Intensitas

- Rasa Mual dan Muntah pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*. 2018;
- Kementrian Kesehatan. *Profil Kesehatan Indonesia*. 2019.
- Dinkes Jawa Barat. *Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. 2020;103–11.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Cianjur. *Laporan Capaian Kinerja Instansi Pemerintah tahun 2020*. Cianjur; 2020.
- Yusniar SR. *Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum Yang Di Rawat Di Rumah Sakit*. Vol. 232, *National Bureau of Economic Research*. 2020. 7–16 p.
- HANIFAH HAMDI. ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. S (26 TAHUN) G3P2A0H2 USIA KEHAMILAN 9-10 MINGGU DENGAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM DERAJAT I DAN PENERAPAN EVIDENCE BASED PRACTICE DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS LUBUK BUAYA PADANG. 2018;
- Sriadnyani NW. Karakteristik Ibu Hamil dengan Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan “PS.” *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*. 2022;
- Felina M, Ariani leli. Efektifitas Pemberian Seduhan Jahe dengan Jus Jeruk terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis E*. 2021;4(2):2622–2256.
- Felina M, Ariani leli. Efektifitas Pemberian Seduhan Jahe dengan Jus Jeruk terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis E*. 2021;4(2):2622–2256.
- Prawirohardjo S. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2018.
- Aulia DLN, Anjani AD, Utami R, Lydia BP. Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu

- Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*. 2022;
- marlin diane. Hiperemesis Gravidarum: Asesmen dan Asuhan Kebidanan. *Scientia Journal*. 2018;
- Gunawan K, Samuel P, Manengkei K, Ocviyanti D. Diagnosis dan tata laksana hiperemesis gravidarum. *J Indon Med Assoc*. 2021;
- Linda oktaviani. Aplikasi Aromaterapi Lemon Pada Ny. N Dan Ny. I Trimester I Dengan Ketidakseimbangan Nutrisi Kurang Dari Kebutuhan Tubuh Karya Tulis Ilmiah. 2020;
- Sari D, Nasuha A. Kandungan Zat Gizi, Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis pada Jahe (*Zingiber officinale Rosc.*). *Journal of Biological Science*. 2021;
- Mardiyati A, Palimbo A, Hestiyana N. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan Pengaruh Pemberian Gula Semut dan Jahe terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I*. 2023;3(3).
- Lestari E, Anita N, Herawati I. Efektivitas Pemberian Air Jahe Merah Terhadap Ibu Hamil Trimester 1 Dengan Emesis Gravidarum. *Jurnal Farmasetis*. 2023;12(3):345–50.
- Wardani RK. 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)*. 2020;9(1):36–41.
- Yanuaringsih GP, Nasution KAS, Aminah S. Efek Seduhan Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester Pertama Article history: Accepted 27 Maret 2020 Address: Available Email: Phone: PENDAHULUAN dapat membuat calon orang tua merasa bahagia karena akan memiliki keturunan. *Kehamilan d. jurnal kesehatan, vol3 No 2 (april,2020)*. 2020;3(2):151–8.
- Simbolon ML, Sembiring MB, Purba EM, Tarigan R, Maulina H. Hubungan Konsumsi Air Jahe Dengan Mual Muntah Pada Kehamilan Di Puskesmas Kebayakan Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan dan Fisioterapi*. 2022;2:204–8.
- Notoadmojo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. 2018;7(2):203–4.
- Nurdiana A. EFEKTIFITAS PEMBERIAN PERMEN JAHE TERHADAP MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL DI KLINIK KHAIRUNIDA SUNGGAL TAHUN 2018. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*. 2019;
- Ramadhani IP, Ayudia F. Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (*Zingiber Officinale Var. Rubrum*) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. *JIK-JURNAL ILMU KESEHATAN*. 2019;
- Ningsih DA, Fahriani M, Azhari M, Oktarina M. Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester I. *Jurnal SMART Kebidanan*. 2020;7(1):1.