

**PENGARUH PEMBERIAN JAHE MERAH TERHADAP  
PENCEGAHAN HIPER EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU  
HAMIL**Yeti Hernawati<sup>1</sup>, Lina Herlina<sup>1</sup>, Eli Sumiati<sup>1</sup><sup>1</sup>Program Studi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada 2024, Indonesia**Info Artikel****Article History**

Received: 19 Feb 2025

Accepted: 21 Feb 2025

Published: 26 Feb 2025

**Kata kunci:** Emesis gravidarum;  
permen jahe; ibu hamil; PUQE-24**Penulis Korespondensi:**

Yeti Hernawati

Email: [yetiherawati@stikesdhh.ac.id](mailto:yetiherawati@stikesdhh.ac.id)**Abstrak**

**Latar belakang:** Emesis gravidarum adalah suatu keadaan yang biasa timbul di trimester pertama kehamilan, di mana ada 60-80% wanita hamil pada kehamilan pertama (primigravida) dan 40-60% pada kehamilan berikutnya (multigravida) mengalaminya. Keadaan tersebut dapat mempengaruhi kualitas hidup ibu hamil dan berpotensi menyebabkan komplikasi jika tidak ditangani dengan tepat.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan “untuk mengkaji pengaruh pemberian permen jahe (*Zingiber officinale*) terhadap frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sukaresmi, Cianjur.”

**Metode:** Studi ini menggunakan desain Quasi Eksperimental melalui pendekatan *Post-test Only Control Group Design*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 62 ibu hamil yang dipisah ke dalam dua kelompok, yakni intervensi (n=31) dan kontrol (n=31). Kelompok intervensi diberikan permen jahe untuk dikonsumsi dua kali sehari dalam kurun waktu 7 hari, dan kelompok kontrol diberikan permen gula. Pengukuran hasil dilakukan dengan menggunakan kuesioner PUQE-24 untuk menilai frekuensi dan tingkat keparahan gejala *emesis gravidarum* pada ibu hamil.

**Hasil:** Di kelompok intervensi, 54,8% responden tidak menjumpai mual muntah sesudah mengonsumsi permen jahe, sedangkan pada kelompok kontrol 74,2% masih mengalami emesis ringan. Analisis statistik menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok (p value=0,000).

**Kesimpulan:** Temuan studi menjabarkan bahwa pemberian permen jahe terbukti efektif untuk meminimalisir frekuensi *emesis gravidarum*. Temuan ini dapat diimplementasikan sebagai terapi komplementer yang aman dan mudah diakses dalam asuhan antenatal.

Jurnal Reproductive Health

e-ISSN: 2528-1585

Vol. 9 No.2 Des, 2024 (Hal 86-94)

Homepage: <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JRH>DOI: <https://doi.org/10.51544/jrh.v9i2.5809>**How To Cite:** Hernawati Y, Herlina L, Sumiati E. Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Pencegahan Hiper Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *J Heal Reprod.* 2024;9(2):86–94Copyright © 2024 by the Authors, Published by Program Studi: D3 Kebidanan Fakultas Pendidikan Vokasi Universitas Sari Mutiara Indonesia. This is an open access article under the CC BY-SA Licence ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)).

## 1. Pendahuluan

Gejala umum yang sering muncul pada trimester pertama kehamilan adalah mual dan muntah, yang secara medis biasa disebut “*emesis gravidarum*.” Meski lebih umum terjadi di pagi hari, mual bisa timbul kapan pun.<sup>1</sup> Ada rentang waktu sekitar 10 minggu antara timbulnya gejala-gejala ini dan hari pertama menstruasi terakhir.<sup>2</sup> Pada 60–80% ibu yang baru pertama kali melahirkan dan 40–60% ibu yang akan melahirkan, mual dan muntah merupakan efek samping umum dari kehamilan. Meskipun pagi hari merupakan waktu yang paling umum untuk mual, mual dapat terjadi kapan saja. Menurut penelitian, setengah hingga sembilan puluh persen wanita hamil menjumpai masa mual dan muntah.<sup>3,4</sup> Gejala mual dan muntah di pagi hari selama kehamilan sering kali mulai muncul sekitar 9–10 minggu kehamilan dan menginjak titik tertingginya antara 11 dan 13 minggu. Gejala masih timbul sesudah 20–22 minggu di 1% hingga 10% kehamilan.<sup>5,6</sup>

Dalam hal kesehatan mental, 80% wanita hamil mengalami mual dan muntah, yang secara medis biasa disebut “*emesis gravidarum*,” yang paling memengaruhi kehidupan sehari-hari mereka.<sup>7</sup> Sementara sebagian besar ibu hamil tidak berpikir dua kali untuk mengalami mual dan muntah, beberapa di antaranya menganggapnya mengganggu dan sulit menjalani hari-harinya.<sup>6</sup> Rasa lapar yang berkurang akibat *emesis gravidarum* dapat mengubah keseimbangan elektrolit tubuh, yang menyebabkan kelainan metabolisme. Elektrolit meliputi garam, kalium, dan kalsium.<sup>3</sup>

Sekitar 40-60% multigravida dan 60-80% primigravida menjumpai mual dan muntah sebagai komplikasi. Sekitar 40-60% multigravida dan 60-80% primigravida menjumpai mual dan muntah sebagai komplikasi.<sup>8</sup> Jika tidak segera diobati, gejala-gejala ini dapat memburuk dan membunuh 1 dari 1.000 orang.<sup>7</sup> Keterlambatan pertumbuhan janin, kematian janin, dan cacat bawaan merupakan kemungkinan akibat *hiperemesis* yang tidak diobati, yang berkembang dari muntah yang tidak diobati.<sup>9</sup> Cairan, elektrolit, asam-basa, defisit nutrisi, dan penurunan bb yang signifikan merupakan gejala *hiperemesis gravidarum*. Dehidrasi, asidosis akibat kekurangan gizi, alkalosis akibat kehilangan asam klorida selama muntah, hipokalemia, dan ketonuria merupakan penyebab *hiperemesis gravidarum* pada wanita hamil yang memerlukan rawat inap.<sup>10</sup>

Penyesuaian pola makan, pengobatan herbal, akupresur, akupunktur, refleksiologi, homeopati, hipnoterapi, aromaterapi, pengobatan tradisional, dan tindakan pencegahan merupakan beberapa pengobatan non-farmakologis yang bisa dimanfaatkan untuk menangani mual dan muntah di fase kehamilan.<sup>11</sup> Obat herbal jahe, permen jahe, atau air jahe yang dipanaskan merupakan contoh pengobatan herbal tradisional yang mengandung jahe.<sup>12</sup>

Famili *Zingiberaceae* mencakup tanaman berbunga jahe (*Zingiber officinale*), yang berasal dari Cina. Beberapa orang menemukan bahwa jahe, yang secara ilmiah dikenal sebagai *Zingiber officinale*, dapat meredakan mual dan masalah gastrointestinal lainnya.<sup>13</sup> Dengan meningkatkan motilitas lambung dan penyerapan asam serta racun, jahe bekerja langsung pada saluran pencernaan. Karena mengandung vitamin A, resin pahit, kurkumin, *gingerol*, *zingiberene*, *bisabilena*, kurkumin, dan *Zingiberol*, jahe dapat meredakan mual dan muntah dengan membuat perut terasa lebih nyaman. Obat-obatan ini dapat menghambat induksi HCG ke dalam lambung, yang pada gilirannya menghambat serotonin, neurotransmitter sistem saraf pusat dan sel enterokromafin di sistem pencernaan.<sup>13</sup>

Bahasa Indonesia: Ada 158 ibu hamil di Desa Cikanyere dan Desa Pakuon pada Mei 2023, menurut statistik yang dihimpun dari Puskesmas Sukaresmi, Kabupaten Cianjur. Muntah selama kehamilan dilaporkan oleh tujuh puluh satu orang ibu. Dari jumlah total ibu hamil, 48 orang (atau 68% dari total) berada pada trimester pertama, sementara 23 orang (atau 32% dari total) berada pada trimester kedua. Dalam uji coba

pendahuluan yang dilakukan pada April 2023, peneliti memberikan permen jahe kemasan dua kali sehari kepada tujuh ibu hamil yang menderita emesis gravidarum selama satu hari. Lima dari wanita ini melaporkan sedikit perbaikan pada gejala mereka. Selain itu, mereka menyebutkan bahwa mereka baru-baru ini mendengar bahwa permen jahe bisa membantu mengatasi mual dan muntah terkait kehamilan. Penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2023 di Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur dengan tujuan dalam mengevaluasi khasiat permen jahe dalam menurunkan hiperemesis gravidarum di ibu hamil.

## 2. Metode

Metode harus disusun sebagai berikut:

### 2.1 Desain Penelitian

Penelitian semacam ini bersifat kuantitatif dan berbentuk *Quasy*. Studi ini memanfaatkan desain *post-test-only control group* untuk menguji efek permen jahe di ibu hamil yang menjumpai fase *emesis gravidarum*. Satu kelompok wanita menerima permen jahe, sementara kelompok lainnya menerima plasebo atau permen tanpa jahe. Desain tersebut meliputi perbandingan pada kelompok eksperimen dan kontrol.

### 2.2 Pengaturan dan Sampel

Populasi yang diteliti adalah ibu hamil yang menjumpai fase *emesis gravidarum* di trimester pertama dan kedua kehamilannya pada 2023 yang berdomisili di Desa Cikanyere dan Desa Pakuon yang berada dalam wilayah pelayanan Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur sebanyak 71 orang. Persentase ibu hamil pada masing-masing trimester adalah sebagai berikut: trimester pertama sebanyak 48 orang (68%) dan trimester kedua sebanyak 23 orang (32%). Pendekatan pengambilan sampel digunakan untuk memilih sampel penelitian. Para peneliti menggunakan pengambilan *accidental sample*, yang berarti bahwa mereka hanya memasukkan orang-orang ke dalam sampel jika mereka memenuhi kriteria inklusi. Hasilnya, total 66 responden diperlukan untuk sampel, dengan 33 peserta dalam kelompok eksperimen dan 33 peserta dalam kelompok kontrol yang menyediakan data akhir. Pada penelitian ini terdapat 4 orang ibu hamil yang masuk dalam kategori *drop out* diantaranya ada yang tidak menyukai aroma jahe dan karena ada alasan obstetrik lainnya sehingga didapatkan sampel menjadi 62 orang ibu hamil yang terbagi atas dua kelompok yaitu eksperimen dan kontrol. Adapun kriteria sampel pada studi ini yaitu:

#### a. Kriteria Inklusi

- 1) Ibu hamil yang memiliki *emesis gravidarum*.
- 2) Ibu hamil yang tidak mendapat obat atau terapi anti emetic.
- 3) Responden yang tidak mempunyai histori negative terkait kehamilannya misalnya keguguran berulang.

#### b. Kriteria Eksklusinya

- 1) Ibu hamil yang mempunyai histori alergi terhadap jahe
- 2) Ibu dengan *hyperemesis gravidarum*.
- 3) Ibu hamil dengan riwayat penyakit diabetes melitus.
- 4) Ibu hamil yang tidak menyukai jahe.
- 5) Ibu dengan penyakit/riwayat penyakit jantung.
- 6) Ibu dengan penyakit batu empedu.

### 2.3 Intervensi

Intervensi dalam penelitian ini dilakukan dengan membagi responden menjadi dua kelompok. Kelompok intervensi diberikan 14 buah permen jahe untuk dikonsumsi dua kali sehari pada pukul 08.00 dan 14.00 WIB setelah makan

selama 7 hari, sedangkan kelompok kontrol diberikan permen gula tanpa kandungan jahe (placebo) dengan jadwal konsumsi yang sama. Untuk mengukur efektivitas intervensi, peneliti menggunakan kuesioner PUQE-24 yang mengkaji tiga kriteria yaitu jumlah jam merasakan mual, frekuensi muntah, dan frekuensi muntah kering dalam 24 jam. Tim peneliti melakukan monitoring setiap hari selama periode intervensi untuk memastikan kepatuhan konsumsi dan mencatat efek yang dirasakan, dengan supervisi dari bidan koordinator Puskesmas Sukaresmi.

#### 2.4 Pengukuran dan pengumpulan data

Instrumen penelitian merupakan alat vital dalam mengumpulkan dan mengukur data fenomena yang diteliti, khususnya dalam konteks penelitian tentang emesis gravidarum pada ibu hamil. Dalam penelitian ini, digunakan dua instrumen utama yaitu lembar observasi dan kuesioner PUQE-24 (*Pregnancy Unique Quantification of Emesis*). Lembar observasi berfungsi untuk memantau kepatuhan responden dalam mengonsumsi permen jahe selama 7 hari melalui sistem checklist, sementara kuesioner PUQE-24 digunakan untuk mengukur tingkat keparahan emesis gravidarum dalam 24 jam dengan skala 1-5 sesuai intensitas yang dirasakan. Hasil pengukuran PUQE-24 dikategorikan menjadi empat tingkatan: tidak ada mual muntah (skor 0-3), emesis ringan (skor 4-6), emesis sedang (skor 7-12), dan emesis berat (skor >13). Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi langsung pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum, dimulai dari tahap penjelasan penelitian, pemberian informed consent, pengisian kuesioner, hingga monitoring konsumsi permen jahe. Seluruh proses ini dilakukan secara sistematis untuk memastikan validitas dan reliabilitas data yang diperoleh, sehingga dapat menghasilkan kesimpulan penelitian yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan.

#### 2.5 Analisis data

Dalam penelitian ini, SPSS Windows 7 digunakan untuk analisis data guna mengevaluasi data yang diperoleh dan memperoleh temuan yang valid. Proses analisis terdiri dari dua bagian. Bagian pertama adalah analisis univariat yang dimaksudkan dalam menjabarkan variabel yang ada. Ini meliputi frekuensi emesis gravidarum di kelompok intervensi dan kontrol, yang diukur melalui penerapan kuesioner “Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea” (PUQE-24). Hasilnya disajikan dalam bentuk persentase dan tabel distribusi. Kedua, karena data tidak mengikuti distribusi normal (hasil uji kenormalan  $0,000 < 0,05$ ), analisis bivariat digunakan dalam memastikan korelasi pada variabel independen dan dependen melalui penerapan uji Wilcoxon. Apabila skor  $Asymp.sig < 0,05$ , yang menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok, hipotesis diterima dalam interpretasi hasil; namun, apabila skor  $Asymp.sig > 0,05$ , yang mengindikasikan “hipotesis ditolak.”

#### 2.6 Pertimbangan etika

Penghormatan terhadap martabat manusia dan perlindungan hak-hak peserta merupakan isu etika yang penting dalam penelitian ini. Persetujuan dari partisipan diperoleh melalui informed consent setelah penjelasan lengkap tentang tujuan, manfaat, dan risiko penelitian. Kerahasiaan data dijamin dengan sistem pengkodean (*anonymity*) dimana identitas partisipan tidak dicantumkan dan pertahankan lembar pengumpulan data seminimal mungkin dan gunakan hanya inisial atau kode. Seluruh informasi yang dikumpulkan dijaga kerahasiaannya (*confidentiality*) dan hanya data tertentu yang dilaporkan untuk kepentingan penelitian. Penelitian ini telah memenuhi prinsip-prinsip

etika penelitian sesuai Deklarasi Helsinki dan Good Clinical Practice.

### 3. Hasil

- a. Gambaran “*emesis gravidarum* ibu hamil pada kelompok intervensi permen jahe (*Zingiber officinale*) di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur”

Tabel 1 Distribusi frekuensi emesis gravidarum ibu hamil pada kelompok intervensi permen jahe (*Zingiber officinale*) di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur.

Skala Emesis	F	%
Tidak muntah	17	54,8%
Emesis ringan	11	35,5%
Emesis sedang	3	9,7
Emesis berat	-	-
<b>Jumlah</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>

Sumber: Hasil pengolahan data penelitian

Tabel 1 menunjukkan distribusi emesis gravidarum pada ibu hamil pada kelompok intervensi permen jahe di Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur. Sebanyak 31 orang berpartisipasi dalam penelitian ini, dan 17 orang di antaranya (54,8% dari total) melaporkan tidak mengalami mual atau muntah setelah mengonsumsi permen jahe.

- b. Gambaran “*emesis gravidarum* ibu hamil pada kelompok kontrol pemberian permen gula tanpa jahe (*Zingiber officinale*) di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur”

Tabel 2 Distribusi Frekuensi *Emesis Gravidarum* Ibu Hamil Pada Kelompok Kontrol Pemberian Permen Gula Tanpa Jahe Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur

Skala Emesis	F	%
Tidak mual	0	0%
Emesis ringan	23	74,2%
Emesis sedang	8	25,8%
Emesis berat	-	-
<b>Jumlah</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>

Sumber : Hasil pengolahan data penelitian

Tabel 3 Uji Normalitas Data Skala PUQE-24 *Emesis Gravidarum*

Kelompok	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.	
Skala PUQE- 24	Post Eksperimen	.340	31	.000	.734	31	.000
	Post Kontrol	.461	31	.000	.547	31	.000

Hasil uji Shapiro-Wilk untuk *emesis gravidarum* menunjukkan nilai Sig. yakni sejumlah 0,000 di kelompok pasca-eksperimen dan nilai Sig. yakni

sejumlah 0,000 di kelompok pasca-kontrol, sesuai dengan tabel 3. Adanya nilai Sig. kurang dari 0,05 pada data tersebut menunjukkan data *emesis gravidarum* “tidak mengikuti distribusi normal.”

Tabel 4 Pengaruh permen jahe (*Zingiber officinale*) terhadap frekuensi emesis *gravidarum* pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur

Kelompok	Intensitas Emesis				P Values
	Skala Emesis	F	%	Mean	
Eksperimen	TidakMual	17	54,8	1,55	0,000
	Emesis Ringan	11	35,5		
	Emesis Sedang	3	9,7		
	Emesis Berat	0	0		
Kontrol	TidakMual	0	0	2,26	
	Emesis Ringan	23	74,2		
	Emesis Sedang	8	25,8		
	Emesis Berat	0	0		

Tabel 4 menunjukkan bahwa ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi yang mengonsumsi permen jahe (*Zingiber officinale*) memiliki frekuensi emesis *gravidarum* yang lebih rendah. Skor p yakni sejumlah 0,000 < 0,05 yang menjadikannya bisa dijabarkan bahwa kelompok eksperimen mempunyai skor emesis rata-rata 1,55 sedangkan kelompok kontrol memiliki skor rata-rata 2,26. Melalui langkah menggunakan nilai p yakni sejumlah 0,000 dari uji Wilcoxon. Temuan tersebut mengindikasikan “Ho ditolak dan Ha diterima” sebab skor p yakni sejumlah 0,000 <  $\alpha$  (0,05). Yang menjadikannya bisa disimpulkan “Permen jahe (*Zingiber officinale*) secara signifikan menurunkan emesis *gravidarum* pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur.”

#### 4. Pembahasan

- a. Gambaran “*emesis gravidarum* ibu hamil pada kelompok eksperimen pemberian permen jahe (*Zingiber officinale*) di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur”

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari 31 responden kelompok intervensi, mayoritas yaitu 17 orang (54,8%) tidak mengalami mual setelah intervensi permen jahe, sedangkan minoritas yaitu 3 orang (9,7%) melaporkan emesis sedang. Penelitian ini mengemukakan bahwa *emesis gravidarum* ialah suatu keadaan yang biasa dijumpai oleh sebagian besar wanita hamil, dengan tingkat keparahan yang berbeda-beda pada setiap individu. Hal tersebut disebabkan oleh peningkatan kadar hormon HCG pada awal kehamilan atau pada trimester 1, namun tidak menutup kemungkinan juga emesis ini bisa berlanjut ke trimester 2 kehamilan. Pada kondisi emesis berat (*hyperemesis*) penanganan secara farmakologis sangat diperlukan.<sup>14</sup> Sedangkan pada kondisi emesis ringan ataupun emesis sedang dapat di kelola dengan terapi farmakologis maupun nonfarmakologis, karena jika dibiarkan mungkin akan menambah tingkat keparahan emesis yang dapat membahayakan ibu maupun janinnya. Perubahan hormonal selama kehamilan, khususnya peningkatan HCG, diteorikan sebagai penyebab muntah. Pada saat seorang wanita mencapai minggu ke-11 atau ke-13 kehamilannya, ia kemungkinan akan mengalami episode pertama muntah *gravidarum*. Gejala bisa tetap timbul di 20-22 minggu di 1% hingga 10% kehamilan. Di trimester pertama, mual dan muntah (muntah

gravidarum) sering dilaporkan. *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG) menyebabkan peningkatan hormon estrogen dan progesteron pada serum plasenta, yang menimbulkan mual dan muntah selama kehamilan.<sup>9</sup> Penyesuaian pada sistem endokrin selama kehamilan merupakan penyebab paling umum mual dan muntah selama masa gestasi. Hal ini khususnya diakibatkan fluktuasi besarnya muatan HCG atau "*human chorionic gonadotrophin*", yang paling terlihat dalam 12-16 minggu pertama kehamilan, saat mual dan muntah paling umum berlangsung. Sel trofoblas blastokista mengeluarkan HCG, yang sebanding dengan LH (*luteinizing hormone*). Lapisan korionik plasenta akhirnya mengambil alih produksi estrogen dan progesteron dari korpus luteum, namun HCG berhasil masuk ke dalam regulasi ovarium hipofisis. Konsensus umum di antara tes kehamilan adalah bahwa keberadaan HCG dalam darah wanita dapat diidentifikasi sedini tiga minggu dalam masa gestasi, atau satu minggu setelah pembuahan.<sup>15</sup>

- b. Distribusi "*emesis gravidarum* ibu hamil pada kelompok kontrol pemberian permen gula tanpa jahe di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur"

Tabel 2 menunjukkan dari 31 ibu hamil pada kelompok kontrol ini yang melaporkan mengalami emesis gravidarum, sebagian besar (23 dari 31 atau 74,2% dari total) melaporkan emesis ringan, sedangkan delapan dari 31 atau 25,8% melaporkan emesis sedang. Premis penelitian ini adalah bahwa kurangnya bahan tambahan pada permen gula membuatnya kurang bermanfaat secara terapeutik dalam mengurangi frekuensi emesis gravidarum dibandingkan pilihan lainnya.

- c. "Pengaruh permen jahe (*Zingiber officinale*) terhadap frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur."

Merujuk pada tabel 4, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skala emesis antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan skor rata-rata 1,55 pada kelompok eksperimen dan 2,26 pada kelompok kontrol, sebab skor  $p = 0,000 < 0,05$ . Melalui langkah menggunakan skor  $p$  yakni sejumlah 0,000 dari uji Wilcoxon. Bisa diindikasikan "Ho ditolak dan  $H_a$  diterima" sebab skor  $p$  yakni sejumlah  $0,000 < \alpha (0,05)$ . Yang menjadikannya bisa disimpulkan bahwa "ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur mendapat manfaat permen jahe (*Zingiber officinale*) secara signifikan saat mengalami *emesis gravidarum*." Beberapa pilihan nonfarmakologis untuk mengatasi mual dan muntah selama kehamilan meliputi penyesuaian pola makan, pengobatan herbal, akupresur, akupunktur, refleksiologi, homeopati, hipnoterapi, aromaterapi, dan pengobatan tradisional. Pilihan lainnya meliputi tindakan pencegahan dan pengobatan konvensional.<sup>16,17</sup> Sebagai contoh pengobatan herbal tradisional, jahe dapat dikonsumsi dalam bentuk air rebusan, permen jahe, atau tanaman jahe. Tanaman berbunga jahe, yang secara ilmiah dikenal sebagai *Zingiber officinale*, merupakan anggota famili Zingiberaceae dan berasal dari Cina.<sup>18</sup> Untuk masalah gastrointestinal dan mual, jahe (*Zingiber officinale*) telah terbukti menjadi penyelamat.<sup>19,20</sup> Jahe memiliki efek langsung dalam saluran pencernaan dengan meningkatkan pergerakan lambung, serta absorpsi racun dan asam. Jahe dapat menimbulkan perasaan nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah karena memiliki kandungan minyak atsiri Zingiberen, Zingiberol, Bisabilena, Kurkumen, Gingerol, Flandrena, vit A dan resin pahit.<sup>12</sup> Kandungan zat-zat tersebut dapat memblokir serotonin yaitu suatu neurotransmitter sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan dengan menghambat induksi HCG ke lambung.<sup>13,21</sup> Berdasarkan

asumsi peneliti setelah dilakukan pemberian permen jahe didapatkan penurunan skala mual (PUQE-24). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Agnes Erna Taulina Purba, Setelah dilakukan pengukuran pretest dan posttest pemberian permen jahe, maka didapatkan hasil kesimpulan bahwa adanya pengaruh dari permen jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil.<sup>15</sup> Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan Pemberian Permen Jahe (*Zingiber officinale*) Terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi.

## 5. Simpulan

Permen jahe secara signifikan mengurangi frekuensi mual dan muntah di kelompok intervensi, tetapi permen gula menyebabkan mual dan muntah ringan di kelompok kontrol, menurut data. Hasil dari analisis statistik yang mengonfirmasi bahwa permen jahe secara efektif mengurangi emesis gravidarum didapatkan melalui skor  $p < 0,000 < (0,05)$ . Temuan tersebut memberikan kontribusi penting dalam pengembangan terapi komplementer dalam menangani *emesis gravidarum*, dengan menawarkan alternatif yang aman, mudah diakses, dan dapat diterima oleh ibu hamil. Studi lebih lanjut melalui ukuran sampel yang kian besar serta durasi pengamatan yang diperpanjang disarankan dalam menilai dampak jangka panjang. Dalam konteks pengabdian masyarakat, hasil ini dapat diimplementasikan dalam program edukasi ibu hamil di Puskesmas dan praktik kebidanan untuk meningkatkan kualitas asuhan antenatal care.

## 6. Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada segala pihak yang sudah berkontribusi dalam membantu terselesainya penelitian ini. Dalam kesempatan ini penulis berterima kasih kepada Kepala Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur yang telah memberikan izin kepada penulis untuk dapat melakukan penelitian ini.

## 7. Referensi

- 1.Wulandari DA, Kustriyanti D, Aisyah R. Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Nalumsari Jepara. *J SMART Kebidanan*. 2019;6(1):42.
- 2.Nelsi Y, Abbas HH, Vitayani S. Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Ibu Hamil terhadap Hubungan Seksual di RSIA Siti Khadijah I Makassar. *Wind Heal J Kesehat*. 2019;2(2):128–36.
- 3.Yanuaringsih GP, Nasution KAS, Aminah S. Efek Seduhan Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester Pertama Kehamilan d. *J kesehatan*, vol3 No 2. 2020;3(2):151–8.
- 4.Purnamasari EA, Indrayani T, Widowati R. Eektivitas Baby Gym Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Bayi Usia 6-9 Bulan. *J Penelit Perawat Prof*. 2023;5(1):381–8.
- 5.Oktavia L, Kunci K, Kehamilan J, Gravidarum H. Kejadian Hiperemesis Gravidarum Ditinjau Dari Jarak Kehamilan Dan Paritas Occurrence of Hyperemesis Gravidarum Based on Distance of Pregnancy and Parity. *J Ilmu Kesehat Aisyah*. 2016;1(2):41–5.
- 6.Destin Murni, Yanti Ndraha, Anggita Aulia Pane, Vivi Kartika Dewi. The Effectiveness of Ginger in Dealing With Trimester 1 Hyperemesis Gravidarum in Pregnant Woman. *International Webinar Life Long Learning Series on Good Health and Well Being*. 2020.
- 7.Nainar AAA, Diniyah L, Komariah L. Pengaruh Pemberian Daun Mint Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama



- Di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. J I [Internet]. 2019;2(2):65–80. Available from: <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/index> 81
8. Desi Evitasari, Merlly Amalia, Suyanti, Imas Listiani, Devi Purnamasari, Po Yuan Wang JA. Investigating the Efficacy of Ginger and Lemon Boiled Water: A New Approach to Treating Mild Hyperemesis Gravidarum in Pregnant Women. 2024;25(01):24–37.
  9. Prawirohardjo S. Ilmu Kebidanan,. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2018.
  10. Melanieka DIna, Sitikhe Henukh AP. Pengaruh minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil di puskesmas alak. Chmk midwifery Sci J Vol 2, nomor 2 April 2019 pengaruh minuman sari jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil di puskesmas alak. 2019;2(April):39–44.
  11. Ariyanti R, Widyawati MN, Nurasmı N, Mardhiana M, Yulianti I. The effect of dayak ginger (*Zingiber Officinale* Roscoe) extraction in ginger cookies in reducing emesis gravidarum severity among pregnant women. Healthc Low-Resource Settings. 2023;11(2).
  12. Ramadhani IP, Ayudia F. Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (*Zingiber Officinale* Var. *Rubrum*) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. Jik- J Ilmu Kesehat. 2019;3(2):97.
  13. Balíková M, Bužgová R. Quality of women's life with nausea and vomiting during pregnancy. Osetr a Porod Asist [Internet]. 2014;5(1):29–35. Available from: [https://cejnm.osu.cz/en/artkey/cjn-201401-0006\\_kvalita-zivota-zen-s-nauzeou-a-zvracenim-v-tehotenstvi.php](https://cejnm.osu.cz/en/artkey/cjn-201401-0006_kvalita-zivota-zen-s-nauzeou-a-zvracenim-v-tehotenstvi.php)
  14. Rofi'ah S, Handayani E, Rahmawati T. Efektivitas Konsumsi Jahe Dan Sereh Dalam Mengatasi Morning Sickness. J Ilm Bidan. 2017;11(2):57–63.
  15. Purba AET, Sharfina Haslin, Siregar RN. Pengaruh Permen Jahe dalam Mengatasi Keluhan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil. Oksitosin J Ilm Kebidanan. 2023;10(1):54–61.
  16. Ahmad M, Cahaya A GC. Pengaruh Anti Oksidan Ekstrak Jahe Merah.Pdf.
  17. Lestari Nurul Aulia D, Dwi Anjani A, Utami R, Prima Lydia B. Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. Al-Insyirah Midwifery J Ilmu Kebidanan (Journal Midwifery Sci. 2022;11(1):43–51.
  18. Aghazadeh M, Bialvaei AZ, Aghazadeh M, Kabiri F, Saliانی N, Yousefi M, et al. Survey of the antibiofilm and antimicrobial effects of *Zingiber officinale* (In vitro study). Jundishapur J Microbiol. 2016;9(2):1–6.
  19. Harahap RF, Alamanda LDR, Harefa IL. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe terhadap Penurunan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. J Ilmu Keperawatan. 2020;8(1):84–95.
  20. Margareth S dan. Kehamilan, persalinan, nifas. Yogyakarta: Nuha Medika; 2019.
  21. Alyamaniyah UH, Mahmudah. Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (*Zingiber Officinale* Var. *Rubrum*) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama. J Biometrika dan Kependud. 2014;3(1):81–7.