



FUNDUS

(JURNAL OF MIDWIFERY AND REPRODUCTION SCIENCE)

Jl. TGH Muh Rais Lingkar Selatan Kota Mataram
Telp:0370.6161261. www.journal.stikesyarsimataram.ac.id

Literatur Review

Efektivitas Jahe Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil

Dian Soekmawaty Riezqy Ariendha¹, Irni Setyawati², Hardaniyati³, Arien Nurlieha
Itsna Devitasari⁴

^{1,2,3,4} Prodi S1 Kebidanan, Stikes Yarsi Mataram

Article Info

Article History:

Diterima 4 Desember 2022
Diterbitkan 20 Maret 2023

Key words:

Ginger, emesis of
gravidarum, pregnant
women

Abstract

Emesis gravidarum often occurs in pregnant women, where nausea is sometimes accompanied by vomiting less than 5 times. Nausea and vomiting are caused by an increase in HCG (Human Chorionic Gonadotropin) which can increase estrogen production. Nausea and vomiting that are not handled properly result in hyperemesis gravidarum which is a pathological effect of pregnancy. Nausea and vomiting can be overcome by complementary approaches, one of which is by giving ginger. Ginger contains zingiberol, Vitamin A, flavonoids, gingerol, curcumin, zingiberene essential oil, and bitter resin which are useful for blocking serotonin. Serotonin provides a sense of comfort in the stomach

Abstrak

Emesis gravidarum sering terjadi pada ibu hamil, dimana terjadi mual kadang disertai dengan muntah frekuensi kurang dari 5 kali. Mual muntah ini disebabkan karena meningkatnya HCG (Human Chorionic Gonadotropin) yang dapat meningkatkan produk estrogen. Mual muntah yang tidak diatasi dengan benar mengakibatkan hiperemesis gravidarum yang merupakan efek patologi kehamilan. Mual muntah dapat diatasi dengan pendekatan komplementer salah satunya dengan pemberian jahe. Jahe mengandung zingiberol, Vitamin A, flavonoid, gingerol, kurkumin, minyak atsiri zingiberena, dan resin pahit yang berguna untuk memblokir serotonin. Serotonin memberikan rasa

Corresponding author:

Dian Soekmawaty Riezqy Ariendha
Diansoekmawaty.ra@gmail.com

Jurnal of Midwifery and Reproduction Science (FUNDUS), Vol 3 No 2 Maret tahun 2023

e-ISSN: 2808-1080,

PENDAHULUAN

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum, dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi (Prawirohardjo, 2018). Dalam proses kehamilan ini terjadi perubahan anatomi fisiologi, selain perubahan tersebut ibu hamil mengalami ketidaknyamanan dalam kehamilan seperti kelelahan, keputihan, mengidam, sering buang air putih (emesis gravidarum). 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 (Dhilon, dkk, 2018)

Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, setiap trimester dibagi menjadi 13 minggu. Pada trimester pertama merupakan penyesuaian ibu terhadap janin yang ada dikandungnya. Trimester kedua yaitu tahap ibu menerima kehamilannya sehingga merasa nyaman. Selanjutnya di trimester ketiga memasuki tahap penantian yang penuh dengan kewaspadaan (Sukarni & Wahyu, 2018).

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang disampaikan pada early pregnancy. Terjadinya kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat hormon esterogen, progesteron, dan di keluarkannya human chorionic gonadotropine plasenta. Gejala klinis emesis gravidarum adalah kepala pusing, terutama dipagi hari, disertai mual muntah sampai kehamilan berumur 4 bulan (Manuaba, 2018).

Penyebab terjadinya emesis gravidarum sampai saat ini tidak dapat diketahui secara pasti. Ada yang mengatakan bahwa perasaan mual

disebabkan oleh karena meningkatnya kadar hormon estrogen dan HCG (*Hormon Chorionik Gonadotrophine*) dalam serum (Manuaba, 2013).

Setiap wanita hamil akan memiliki derajat mual yang berbeda-beda, ada yang tidak terlalu merasakan apa-apa, tetapi ada juga yang merasa mual dan ada yang merasa sangat mual dan ingin muntah setiap saat (Manuaba, 2018)

Angka kejadian mual dan muntah pada ibu hamil di dunia mencapai 10-40% dari 790.000 jiwa (WHO, 2018). Angka kejadian mual muntah kehamilan di Indonesia mencapai 20%, (Riskesmas, 2018).

Emesis gravidarum dapat diobati dengan terapi farmakologis, termasuk dengan pemberian pyridoxine (B6 Vitamin) doxylamine, antiemetik, antihistamin dan antikolinergik, obat kortikosteroid yang mempunyai efek samping sakit kepala, mengantuk, kesemutan yang dapat membahayakan ibu dan bayi dalam kandungan (Nainar et al., 2019).

Terapi nonfarmakologis untuk mengurangi emesis gravidarum dapat tanaman herbal, antara lain jahe dan daun mint. Jahe dan daun mint tidak hanya lebih murah tetapi juga mudah untuk di temukan. Kandungan dalam jahe (*Zingiber Officinale*) mengandung Zingiberena (zingirona) essential minyak, zingiberol, bisabilena, kurkumen, gingerol, flandrene, vitamin A, dan damar pahit yang dapat memblokir serotonin, neurotransmitter yang disintesis di serotonergic neuron di sistem saraf, pusat dan sel enterochromafin di saluran pencernaan sehingga yang dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di perut sehingga bisa mengatasi mual, muntah (Ningsih et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wardani et al., (2020) dengan judul "Efektivitas Ekstrak Jahe Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Klinik Hj. Dewi Sasmera Medan" dari 30 responden didapatkan hasil diantaranya emesis gravidarum dengan gejala berat 12 responden (40,0%), dengan gejala sedang 13 responden (43,3%), dan gejala ringan 5 responden (16,7%). Setelah

diberikan ekstrak jahe dari 30 responden tersebut didapatkan hasil emesis gravidarum dengan gejala ringan sebanyak 22 responden (73,6%) sedangkan dengan gejala sedang sebanyak 8 responden (26,7%) dan tidak didapatkan responden dengan gejala berat. Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ekstrak jahe efektif untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk menyusun literature review dengan judul "Efektifitas Jahe Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil".

METODE

Studi ini merupakan suatu tinjauan literatur (*literature review*) yang mencoba menggali efektivitas jahe untuk mengatasi emesis

gravidarum. Sumber untuk melakukan tinjauan literatur ini meliputi studi pencarian sistematis data base terkomputerisasi (google scholar atau google cendekia) dalam bentuk jurnal penelitian.

HASIL

Responden dalam penelitian berdasarkan literatur adalah seluruh ibu hamil baik primigravida maupun multigravida. Mayoritas sampel yang diambil untuk kelompok intervensi adalah ibu hamil di trimester I. Dan seluruh responden adalah ibu yang mengalami emesis gravidarum tanpa penyakit penyerta lainnya.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa jahe efektif dalam mengatasi emesis gravidarum

TABEL 1. Hasil Penelitian Dari Tinjauan Literatur

NO.	PENELITI	TAHUN	METODE	HASIL PENELITIAN
1	Rufaridah	2019	Pra Eksperimen Dengan menggunakan rancangan one group pretest-posttest design.	<ul style="list-style-type: none"> Ibu hamil 12 orang, hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata emesis gravidarum sebelum diberikan seduhan jahe adalah 3,38 dengan standar deviasi 0,594 sedangkan rata-rata emesis gravidarum setelah diberikan seduhan adalah 2,19 dengan standar deviasi standar deviasi 0,401. Dari hasil Analisa data dengan menggunakan paires sample t-test didapat pValue 0,000($p < 0,05$) mdnunjukkan rata-rata emesis sebelum diberikan gravidarum sduhan paired
2	Wardani	2020	Quasy Eksperiment dengan menggunakan rancangan penelitian pretest-posttest without control.	Ibu hamil yang mengalami anamnesis gravidarum yang berkunjung untuk memeriksa kehamilannya di kloinik Hj Dewi Sesmera Medan pada Maret-Juni 2019 yaitu sebanyak 30 orang. Hasil penelitian diketahui bahwa dari 30 responden

3.	Ramadhani & Ayudia	2019	Quasy Eksperiment dengan menggunakan rancangan <i>control pre-post design</i> .	<p>Ibu hamil trimester pertama dengan <i>emesis gravidarum</i>. Dambil dengan metode <i>simple random sampling</i> sebanyak 34 sampel yang dibagi menjadi dua, yaitu 17 sampel sebagai kelompok kontrol dan 17 sampel lainnya sebagai kelompok eksperimen.</p> <p>Hasil penelitian ini didapatkan frekuensi emesis gravidarum pada hamil ibu sebelum diberikan minuman jahe sebanyak 3,65 kali/hari dan sesudah diberikan minuman jahe menurun menjadi 2,18 kali/hari. Hasil analisis menggunakan paired t test dengan nilai hitung 8,452 dan p value = 0.000 ($\alpha = 0.05$). Jahe efektif untuk menurunkan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1.</p>
4	Indrayani	2018	Quasi Eksperiment dengan menggunakan rancangan One group Pretest-Post test.	<p>Ibu hamil trimester 1 di ambil dengan menggunakan metode purposive sampling Sebanyak 10 orang.</p> <p>Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I sebelum diberikan wedang jahe sebesar 9,30. Sedangkan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I setelah diberikan wedang jahe sebesar 4,50. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 4,80 dengan $p=0,000$. Pemberian wedang jahe tersebut efektif dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Kabupaten Bengkulu Utara tahun 2017.</p>
5	Harahap	2020	Pre Experimental dengan	Ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah pada bulan Juli

			menggunakan rancangan one group pretest-posttest design.	dan Agustus tahun 2020 sebanyak 30 orang. Ibu hamil yang emesis gravidarum pada hari pertama sebelum pemberian air rebusan jahe sebanyak (100%) yaitu 30 orang mengalami mual muntah berat. Kemudian setelah pemberian air rebusan jahe, terjadi penurunan emesis gravidarum sebanyak (80,0%) yaitu sebanyak 24 orang mengalami emesis gravidarum sedang. Pada hari kedua, setelah diberikan minuman air rebusan jahe, frekuensi mual muntah terus mengalami perubahan, yaitu terdapat 30 orang (100%) merasakan emesis gravidarum yang biasa, lalu di hari ketiga, ibu yang merasakan emesis gravidarum biasa berubah berubah menjadi mengalami mual muntah ringan dan 24 orang (80,0%) dan hanya 6 orang (20,0%) yang mengalami mual muntah sedang. Pemberian air rebusan jahe terbukti menurunkan mual dan muntah yang berpengaruh pada ibu hamil trimester 1.
6	Azizahet	2022	Penelitian merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan Quasi Eksperimen	Populasi penelitian ini yaitu seluruh ibu hamil trimester 1 yang mengalami emesis gravidarum di PMB R. Agustina bulan lalu yang terdiri berjumlah 30 Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan air rebusan jahe didapatkan nilai 9,07 setelah diberikan jahe air rebusan jahe 5,27. Ada Efek pemberian rebusan jahe terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil dengan nilai TM 1 (p-value 0,001).
7	Rosi Rizqi Nugrahani	2020	Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasy eksperimen dengan pendekatan non equivalent control group design	Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil Trimester I. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 Hasil uji bivariante didapatkan hasil p value < dari α yang artinya HO ditolak, H1 diterima. Pemberian seduhan jahe lebih efektif dibandingkan dengan jus buah jeruk bali untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I. Diharapkan untuk ibu hamil Trimester I yang mengalami mual muntah

				dapat menerapkan pemberian seduhan jahe dan jus jeruk bali sebagai alternative untuk mengurangi mual muntah pada Trimester I
8	Wenny Lazdia & Nadia Eka Putri	2020	Metode: Quasy Eksperiment pre-post test control design Dengan pendekatan Pretest dan Postest	Sampel ibu hamil yang mengalami hyperemesis gravidarum adalah 47 orang Hasil: Pemberian intervensi jahe hangat berpengaruh signifikan terhadap penurunan hyperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dengan beda rata-rata penurunan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah sebesar 10,87 skor RINVR (Rhodes INdex of Nusea, Vomiting, and Retching) dan p-value = 0,000, dimana penurunan pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol
9	Eko Riyanti	2022	metode literature review dengan cara mengumpulkan dan menganalisis artikel penelitian	Hasil: berdasarkan kelima artikel penelitian yang telah penulis review menunjukkan bahwa jahe paling efektif diberikan 2 kali sehari selama 4 hari dengan dosis 100 gram. Kesimpulan: Jahe efektif untuk mengurangi emesis gravidarum pada kehamilan yang dapat diberikan dalam bentuk wedang jahe dan ekstrak jahe
10	Mutia Felina	2021	jenis penelitian ini yaitu penelitian eksperimen atau percobaan (eksperimen research)	Sampel berjumlah 12 orang Hasil dari penelitian ini teridentifikasi, Uji Statistic Paired T-test didapatkan nilai P = 0,000 (0,000<0,005). Saran untuk tempat penelitian, diharapkan bagi lahan penelitian dapat mengajarkan dan menganjurkan ibu hamil yang mengalami mual muntah untuk diberikan seduhan jahe dan jus buah jeruk untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian Azizah et al., (2022) menggunakan *consecutive sampling*.

PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) dan Indrayani et al., (2018) pengambilan sampel menggunakan teknik pengambilan dengan *purposive sampling*. Penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) menggunakan sampel sebanyak 12 yang diambil di Puskesmas Lubuk Buaya Padang, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Indrayani et al., (2018) menggunakan 10 sampel yang diambil di Puskesmas Air Lais Kabupaten Bengkulu Utara.

Menurut Hardani. Ustiawaty, (2020) teknik *purposive sampling* mempunyai arti bahwa sampel diambil secara khusus sesuai dengan

tujuan penelitian. Pada kedua penelitian ini membagi sampel menjadi dua kriteria yaitu kriteria inklusi dan eksklusi. Pada penelitian Indrayani et al., (2018) kriteria inklusi terdiri dari ibu *primigravida*, trimester satu dan ibu yang bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi

terdiri dari ibu hamil dengan gastritis, kelainan ginjal, kelainan hati, *hiperemesis gravidarum*, *diabetes mellitus*, dan ibu dengan gangguan mental, riwayat *abortus* ataupun *section caesarea*. Penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) kriteria inklusi terdiri dari ibu hamil dengan mual muntah kurang kurang dari sama dengan 10 kali sehari, ibu hamil trimester satu dan ibu yang bersedia sebagai sampel penelitian, sedangkan kriteria eksklusi terdiri dari ibu hamil yang menderita penyakit lain dan mengkonsumsi obat anti mual muntah. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani & Ayudia, (2019) di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Kota Padang menggunakan teknik *simple random sampling*. Sampel yang digunakan sebanyak 34. Menurut Hardani. Ustiawaty, (2020) teknik ini termasuk dalam *probability sampling* dimana peneliti memberikan kesempatan yang sama kepada seluruh sampel yaitu kesempatan untuk dipilih. Dalam kelima penelitian diatas pengambilan sampel yang dilakukan di puskesmas jumlahnya lebih sedikit daripada sampel yang diambil di klinik atau Praktik Mandiri Bidan (PMB).

Instrumen yang dipakai dalam penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) yaitu lembar observasi, sedangkan Instrumen yang dipakai dalam penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al., (2019) yaitu lembar observasi, sedangkan instrumen yang dipakai dalam penelitian yang dilakukan oleh Wardani et al., (2020) menggunakan lembar observasi dan kuisisioner. Selanjutnya instrumen penelitian yang dilakukan oleh Indrayani et al., (2018) dalam

penelitiannya menggunakan kuisisioner karakteristik dan lembar PUQE (*Preganncy Unique Quantification of Emesis and Nausea*), sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Harahap et al., (2020) hanya menggunakan lembar PUQE (*Preganncy Unique Quantification of Emesis and Nausea*). Pada penelitian yang dilakukan Ramadhani & Ayudia, (2019) instrumen penelitian yang digunakan tidak dicantumkan dalam artikel penelitian.

Teknik kuisisioner biasanya menggunakan daftar periksa atau checklist dan skala penilaian. Checklist pada kuisisioner biasanya berisi karakteristik, daftar perilaku, dan lainnya sesuai dengan yang dicari oleh peneliti. Kuisisioner ini bisa dibuat dalam bentuk surat dan web (Hardani. Ustiawaty, 2020).

Teknik observasi merupakan teknik yang sering digunakan pada penelitian. Dalam observasi, sampel menuliskan sesuai apa yang dipikirkan oleh sampel tetapi yang dilakukan oleh mereka seringnya berbeda, oleh karena itu dengan menggunakan observasi data yang didapat menjadi lebih nyata, alami dan benar. Kelebihan dari observasi ini data yang didapat valid, data primer didapatkan, metodenya luas dan sederhana, serta komprehensif. Untuk kekurangan dengan menggunakan teknik observasi ini memiliki ruang lingkup terbatas karena tidak semua variabel bisa menggunakan metode ini, memakan waktu yang lama, mahal, diamati secara langsung dan bersamaan (Hardani. Ustiawaty, 2020). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ebrahimi et al, (2009) dikutip dalam Latifah et al., (2017) menjelaskan bahwa *PUQE (Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea) scoring system* yaitu instrumen penelitian yang digunakan sebagai pengukur tingkat keparahan mual muntah yang dialami oleh ibu hamil dalam 12 jam. *PUQE* pertama kali dikembangkan pada tahun 2002 dan divalidasi tahun 2005 oleh Koren, lalu dipakai dalam beberapa penelitian. Pada tahun 2009 *PUQE 12* di modifikasi menjadi *PUQE-24*. *PUQE-24* ini berguna untuk mengukur tingkat keparahan pada mual muntah ibu hamil dalam 24 jam. Untuk menilai keparahan mual muntah pada ibu hamil skor *PUQE* menetapkan 3 kriteria untuk setiap pasien yaitu jumlah muntah kering dalam 24 jam terakhir, jumlah muntah, dan jumlah jam merasakan mual. Penulis menemukan perbedaan dalam penyajian jahe dan juga perbedaan jenis jahe yang dipakai dari kelima artikel penelitian diatas. Penelitian yang dilakukan oleh Rufaridah et al.,

(2019), Wardani et al., (2020), Harahap et al., (2020) tidak dituliskan jenis jahe yang dipakai tetapi dituliskan dosis yang digunakan yaitu 250 mg, 100 gram, dan 2500 mg. Penelitian yang dilakukan Ramadhani & Ayudia, (2019) dan penelitian yang dilakukan oleh Indrayani et al., (2018) menjelaskan bahwa penelitiannya menggunakan jahe merah tanpa dijelaskan dosisnya. Dari kelima penelitian tersebut Rufaridah et al., (2019) menjelaskan cara penyajian jahe yaitu dengan mengupas jahe, lalu di cuci, setelah itu jahe di parut. Seduh jahe dengan 50 ml air hangat, sambl diaduk tunggu sampai kekoklatan, lalu tambahkan gula secukupnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani & Ayudia, (2019) juga menjelaskan cara penyajian jahe. Caranya yaitu jahe merah diiris tipis, seduhlah dengan air hangat, tambahkan gula 10 gram atau sesuai selera. Selain kedua penelitian tersebut, peneliti tidak mencantumkan cara penyajian jahe. Dalam pemberiannya, penelitian yang dilakukan oleh Harahap et al., (2020) hanya diberikan selama 3 hari, sedangkan penelitian yang lain menjelaskan pemberian jahe diberikan 2 kali sehari selama 4 hari berturut-turut. Berdasarkan hasil pembahasan diatas membuktikan bahwa jahe efektif untuk mengatasi frekuensi mual muntah pada ibu hamil dengan pemberian 2 kali sehari selama 4 hari.

Artikel penelitian yang paling efektif yaitu penelitian yang dilakukan oleh Wardani et al., (2020) dimana dari 43,3% ibu mengalami *emesis gravidarum* berat dan 16,7% mengalami *emesis gravidarum* ringan, setelah diberikan 100 gram ekstrak jahe sebanyak 2 kali sehari selama 4 hari didapatkan bahwa 73,6% ibu hamil mengalami *emesis gravidarum* ringan, 26,7% ibu hamil mengalami *emesis gravidarum* sedang, dan tidak ditemukan ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* berat.

Beberapa penelitian juga membuktikan adanya pengaruh jahe untuk mengurangi mual

muntah pada kehamilan. Penelitian dilakukan oleh Erlinawati et al., (2020) yang berjudul Pengaruh Pemberian Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuok menyimpulkan bahwa air jahe mempengaruhi frekuensi mual muntah ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020.

Penelitian juga dilakukan oleh Parwitasari et al., (2015) dengan judul Perbandingan efektivitas Pemberian Rebusan Jahe dan Daun Mint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil. Pada perbandingan tersebut pemberian rebusan jahe lebih efektif daripada pemberian rebusan daun mint.

Penelitian Kundarti et al., (2017) dengan judul Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (*Zingiber Officinale*) Terhadap Tingkatan Mual Muntah Pada Ibu Hamil didapatkan bahwa terjadi penurunan mual muntah setelah diberikan serbuk jahe pada pada kehamilan usia 0-16 minggu.

Penelitian yang dilakukan oleh Nugrahani, (2015) dengan judul Efektifitas Pemberian Seduhan Jahe Dengan Jus Buah Jeruk Bali Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 didapatkan hasil bahwa pemberian seduhan jahe lebih efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil dibandingkan dengan pemberian jus buah jeruk bali. Penelitian dengan judul Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil di Puskesmas Nalumsari Jepara yang dilakukan oleh Wulandari et al., (2019) didapatkan hasil bahwa ada pengaruh terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas nalumsari Jepara setelah diberikan minuman jahe hangat.

Penelitian dengan judul Efektifitas Pemberian Wedang Jahe (*Zngiber Officinale Var Rubrum*) Terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* Pada Trimester Pertama yang dilakukan oleh Alyamaniah & Mahmudah, (2019) didapatkan hasil bahwa wedang jahe efektif untuk mengurangi frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama.

Penelitian yang juga dilakukan oleh Khalida et al., (2019) dengan judul Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 di BPM Yeti Sidoarjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2019 didapatkan hasil bahwa ekstrak jahe efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester

Kesimpulan

Dari sepuluh penelitian dapat disimpulkan bahwa Jahe efektif untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil yang dapat diberikan dalam bentuk wedang jahe dan ekstrak jahe

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Stikes Yarsi Mataram

Daftar Pustaka

- Alyamaniyah, U. H., & Mahmudah. (2019). Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 3(No. 1 Juli 2014), 81–87.
- Azizah, N., Kundaryanti, R., & Novelia, S. (2022). The Effect of Ginger Decoction on Emesis Gravidarum among Trimester I Pregnant Women. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 2(2), 5–9. <https://doi.org/10.53713/nhs.v2i2.66>
- 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>
- Harahap, R. F., Dani, L., Alamanda, R., Harefa, I. L., & Indonesia, U. P. (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8, 84–95.
- Hardani. Ustiawaty, J. A. H. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Pustaka Ilmu.
- Indrayani, I. M., Burhan, R., & Widiyanti, D. (2018). Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 201–211. <https://doi.org/10.32668/jitek.v5i2.29>
- Khalida, R., Febrianti, W., & Yohana, W. S. (2019). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Yeti Sidoarjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2019. 012, 1–8.
- Kundarti, F. I., Rahayu, D. E., & Utami, R. (2017). Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (Zingiber Officinale) Terhadap Tingkatan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 18. <https://doi.org/10.32831/jik.v4i1.70>
- Latifah, L., Setiawati, N., & Hapsari, E. D. (2017). Efektifitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness Effectiveness Self Management Module in Overcoming Morning Sickness. *Jkp*, 5(1), 10–18.
- Nainar, A. A. A., Diniah, L., & Komariah, L. (2019). Pengaruh Pemberian Daun Mint Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 2(2), 81–93.
- Ningsih, D. A., Fahrani, M., Azhari, M., & Oktarina, M. (2020). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester I. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v7i1.320>
- Nugrahani, R. R. (2015). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe dengan Jus Buah Jeruk Bali Terhadap Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I. *Prosiding Seminar*

Nasional Kesehatan, hlm 27-37.
[http://prosiding.akbiduk.ac.id/assets/doc/170602084413-3.pdf#:~:text=ABSTRAK%3A Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe dengan Jus Buah,mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.](http://prosiding.akbiduk.ac.id/assets/doc/170602084413-3.pdf#:~:text=ABSTRAK%3A%20Efektivitas%20Pemberian%20Seduhan%20Jahe%20dengan%20Jus%20Buah,mual%20dan%20muntah%20pada%20ibu%20hamil%20trimester%20I.)

dle/1
 0665/81965/9789241564588_eng.pdf
 ;jsess
 ionid=B734859EF2905CF36C394927
 D5118D5A?sequence=1

Parwitasari, C. D., Utami, S., & Rahmalia, S. (2015). Perbandingan efektivitas pemberian rebusan jahe dan daun mint terhadap mual muntah pada ibu hamil. *Perbandingan*, 1, 1–10.
[http://download.portalgaruda.org/article.php?article=186726&val=6447&title=Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil](http://download.portalgaruda.org/article.php?article=186726&val=6447&title=Perbandingan%20Efektivitas%20Pemberian%20Rebusan%20Jahe%20Dan%20Daun%20Mint%20Terhadap%20Mual%20Muntah%20Pada%20Ibu%20Hamil)

Wulandari, D. A., Kustriyanti, D., & Aisyah, R. (2019). Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Nalumsari Jepara. *Jurnal*

Ramadhani, I. P., & Ayudia, F. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (*Zingiber Officinale* Var. *Rubrum*) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. *Jik- Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 97.
<https://doi.org/10.33757/jik.v3i2.231>

Rufaridah, A., Herien, Y., & Mofa, E. (2019). Pengaruh Seduhan *Zingiber Officinale* (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum. *Jurnal Endurance*, 4(1), 204.
<https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.3505>

Sukami, & Wahyu. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Viljoen, E., Visser, J., Koen, N., & Musekiwa, A. (2014). *A systematic review and meta-analysis of the effect and safety of ginger in the treatment of pregnancy-associated nausea and vomiting*. 1–14.

Wardani, F. K., Nurrahmaton, N., & Juliani, S. (2020). Efektivitas Eksrtak Jahe Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Klinik Hj. Dewi Sesmera Medan. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 5(2), 64–77.
<https://doi.org/10.34012/jumkep.v5i2.1223>

WHO. (2013). *World Health Statistics 2013: Vol. X*.
<https://apps.who.int/iris/bitstream/han>