

PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN JAHE DAN DAUN PANDAN TERHADAP FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

Febriyeni, Visti Delvina

Dosen Kebidanan Universitas Fort De Kock Bukittinggi
febriyenifa@gmail.com , vistidelvina19@gmail.com

Abstrak

Emesis Gravidarum atau mual muntah merupakan gejala yang umumnya terjadi pada awal kehamilan. Mual muntah yang berkelanjutan dapat mengakibatkan *hiperemesis gravidarum* dan dapat berakibat buruk bagi kesehatan ibu dan bayinya. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman jahe dan daun pandan terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019. Jenis penelitian adalah quasi eksperimen dengan pendekatan *One-Group Pre-Post-Test*. Penelitian dilakukan pada bulan Maret s/d Juni 2019 dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019. Populasi adalah ibu hamil trimester I yang berjumlah 10 sampel dengan teknik *Purposive sampling*. Analisa data deskriptif dengan menampilkan nilai mean, standart deviasi, minimum dan maksimum analisa bivariat dengan *uji-Wilcoxon*. Hasil penelitian sesudah diberikan minuman jahe dan daun pandan satu kali sehari selama 4 hari diperoleh penurunan rata-rata derajat mual muntah ibu hamil yaitu dari 7,7 menjadi 3,87 dan terbukti terdapat pengaruh pemberian minuman jahe dan daun pandan terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019 dengan $P=0,005<0,05$. Saran bagi institusi pendidikan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai tumbuhan alami yang bermanfaat untuk penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Kata Kunci: Mual Muntah, minuman jahe dan daun pandan, Ibu Hamil

Abstract

Emesis Gravidarum or nausea vomiting is a symptom that occurs in early pregnancy. A sustained gravidarum emesis can result hyperemesis gravidarum and have negative effect on the health of the mother and baby. The purpose of this study was to determine The Effectives of Ginger and Pandan Leaf Drinks toward Nausea Vomiting Frequency in First Trimester Pregnant Women in Abai Community Health Center, Solok Selatan Regency 2019. The type of this study was quasi-experimental with one-group pretest- posttest. It was conducted on March to June 2019 in Abai Community Health Center Solok Selatan in 2019. The populations were pregnant women in the first trimester. Then, 10 samples had been chosen by using purposive sampling technique. The data were analyzed by displaying the mean, standard deviation, minimum and maximum bivariate analysis with Wilcoxon test. The results of study after being given a drink of ginger and pandan leaves a day of 4 days obtained a decrease in the average nausea and vomiting of pregnant women from 7.7 to 3,87 . It can be proved there was an effect of ginger and pandan leavestoward nausea vomiting frequency in first trimester pregnant women in Abai Community Health Center South Selatan Regency in 2019 with $P= 0.005 <0.05$. Last, it is suggested toeducational institutions to use this study as additional reference. Then, for the further researcher use the natural plants that useful for decreasing the frequency of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester.

Keywords: Vomiting Nausea, Ginger, Pandan Leaves and Pregnant Woman

I. PENDAHULUAN

Mual muntah pada saat kehamilan atau *emesis gravidarum* adalah gejala mual yang umumnya terjadi pada awal kehamilan. Mual

dan muntah merupakan gangguan yang paling sering ditemui pada kehamilan trimester I, yaitu pada minggu 1 sampai minggu ke 12 selama masa kehamilan (Runiari, 2010). Adaptasi ibu hamil yang

tidak kuat dapat menimbulkan muntah hingga mengganggu aktifitas sehari-hari (*hiperemesis gravidarum*) yang berakibat buruk bagi ibu dan bayinya serta harus mendapatkan penanganan segera di Rumah Sakit.

Menurut *World Health Organization* (WHO) diperkirakan bahwa sedikitnya 12,5 % dari semua wanita hamil terkena mual muntah (WHO, 2013). Di Indonesia terdapat 50- 90 % kasus mual muntah yang dialami ibu hamil. Angka kejadian mual muntah di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang mengalami mual muntah (Sri Wardini, 2010).

Mual muntah selama kehamilan biasanya disebabkan oleh perubahan hormon dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar HCG (human chorionic gonadotrophin) (Tiran, 2009). Mual muntah pada ibu hamil yang berkelanjutan bisa menyebabkan *hiperemesis gravidarum* yang berakibat buruk bagi kesehatan ibu dan bayinya. Oleh karena itu ibu hamil dengan *hiperemesis gravidarum* harus segera dirawat di rumah sakit agar mendapatkan penanganan segera (Maharani, 2010).

Masyarakat umum biasanya mengurangi mual muntah dengan cara minum obat anti mual, namun ada juga pengobatan secara alami dengan pemanfaatan tanaman herbal. Jahe dan madu adalah salah satu jenis tanaman herbal yang 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 daun pandan yang mengandung senyawa aktif saponin, alkaloid dan flavonoid dapat membantu memperbaiki nafsu makan (Manuaba, 2010).

Menurut Fidatul Jamila, 2017 dalam jurnal yang berjudul Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (*Zingiber Officinale Rose*) dan Daun Pandan (*Pandanus*) Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil

Trimester I, mual muntah atau *emesis gravidarum* normal terjadi pada ibu hamil terutama pada Trimester I karena adanya perubahan hormon pada ibu hamil, namun akan berbahaya apabila frekuensinya lebih dari 5 kali sehari. Bahaya mual muntah yang berlebihan (*hiperemesis gravidarum*) akan menyebabkan gangguan cairan dan elektrolit, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandung.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ayu Dwi Putri dkk (2016), dapat diketahui bahwa minuman jahe berpengaruh terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil Trimester I. Penelitian dilakukan dengan memberikan minuman jahe hangat pada 34 orang ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*. Setelah diberikan minuman jahe hangat kepada semua responden didapatkan hasil adanya penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil.

Menurut Megawati (2007), Dr.Francesca Borelli dan kawan-kawan dari *University of Naples Federico* mengulas beberapa literatur medis untuk mempelajari jahe, mereka menemukan enam penelitian yang menguji jahe pada wanita hamil. Dari hasil penelitian dikemukakan bahwa jahe berfungsi lebih baik dibandingkan plasebo atau vitamin B6 dan dianggap aman untuk wanita hamil. Jahe dalam beberapa penelitian dapat mengatasi mual muntah (*emesis*) bahkan *hiperemesis gravidarum*.

Dalam sebuah studi oleh Vutyavanich dkk, 1 gram jahe diberikan kepada wanita dengan mual muntah, selama 4 hari setelah pengobatan terjadi penurunan yang signifikan dalam mual dan muntah (Fitria, 2013). Penelitian di Australia menyatakan 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 laporan penelitian di *journal of Obstetri and Gynaekologi* maret 2005, Prof. Caroline Smith mengatakan bahwa

jahe berkhasiat mengendurkan dan melemahkan otot-otot pada saluran pencernaan sehingga mual muntah banyak berkurang. Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Universitas Chiang Mai di Thailand juga membuktikan keefektifitasan khasiat jahe pada ibu hamil dalam mengatasi mual muntah.

Dalam riset yang dilakukan oleh Universitas Chiang Mai kepada 32 ibu hamil yang mengalami mual muntah yang diberikan suplemen dalam bentuk tablet yang mengandung 1 gram jahe setiap hari, ternyata hasilnya sangat memuaskan di mana terjadi penurunan gejala mual muntah yang signifikan pada ibu hamil tersebut. Penelitian yang dilakukan peneliti adalah menggunakan ekstrak jahe.

Penelitian lain dilakukan oleh Ummi Hasanah Alyamaniah dan Mahmudah terhadap 17 orang ibu hamil yang diberikan minuman wedang jahe dan 17 orang ibu hamil lainnya diberikan air putih dan gula di Pondok Bersalin Desa Tebalo Manyar Gresik tahun 2013. Dari hasil penelitian didapatkan hasil bahwa wedang jahe efektif dalam menurunkan *emesis gravidarum* sehingga masyarakat dapat memanfaatkan wedang jahe sebagai pengobatan alternative.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Abai dengan cara melihat buku kunjungan ibu hamil dari bulan Januari- Desember 2018 terdapat ibu hamil trimester satu dengan usia kehamilan ≤ 12 minggu ada 78 ibu hamil dan yang mengalami mual muntah pada trimester I sebanyak 20 orang (25,6 %). Dari wawancara yang dilakukan pada 5 orang ibu hamil yang mengalami mual muntah diketahui bahwa selama ini mereka hanya diberikan B6 untuk mengatasi atau mengurangi mual muntah dan multivitamin lain seperti kalsium dan penambah darah.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman jahe dan daun pandan terhadap frekuensi mual muntah (*emesis gravidarum*) pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Abai.

II. LANDASAN TEORI

A. Kehamilan

1) Definisi Kehamilan

Menurut Federasi *Obstetri Ginekologi Internasional*, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum, dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Dihitung dari saat fertilisasi sampai kelahiran bayi, kehamilan normal biasanya berlangsung dalam waktu 40 minggu. Usia kehamilan tersebut dibagi menjadi 3 trimester yang masing-masing berlangsung dalam beberapa minggu. Trimester 1 selama 12 minggu, trimester 2 selama 15 minggu (minggu ke-13 sampai minggu ke-27), dan trimester 3 selama 13 minggu (minggu ke-28 sampai minggu ke-40).

Menurut IBG Manuaba kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin mulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan. Proses kehamilan merupakan matarantai yang berkesinambungan dan terdiri dari :

- a. Ovulasi
- b. Migrasi spermatozoa
- c. Konsepsi dan pertumbuhan zigot
- d. Nidasi (implantasi) pada uterus
- e. Pembentukan plasenta
- f. Tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm.

2) Kebutuhan Gizi Ibu Hamil

Seorang wanita hamil memerlukan asupan gizi lebih banyak. Mengingat selain kebutuhan gizi, tubuh wanita hamil harus memberikan nutrisi yang cukup untuk sang janin, karenanya wanita hamil memerlukan angka kecukupan gizi yang lebih tinggi dibandingkan wanita yang sedang tidak hamil (Waryana 2010, p.37).

Gizi ibu hamil mempengaruhi pertumbuhan janin. Gizi kurang pada umumnya dimulai dari dalam uterus dan kemudian berlanjut, terutama bila janin perempuan, kedalam kehidupan remaja dan dewasa. Gizi kurang yang terjadi pada anak-anak, remaja dan saat kehamilan mempunyai dampak buruk terhadap berat lahir bayi

(Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat 2013, p.149).

Pada kehamilan terjadi perubahan fisik dan mental yang bersifat alami dimana para calon ibu harus sehat dan mempunyai kecukupan gizi sebelum dan setelah hamil. Keadaan gizi ibu pada waktu konsepsi harus dalam keadaan yang baik agar kehamilan aman dan juga harus mendapatkan tambahan nutrisi seperti karbohidrat, protein, mineral dan vitamin

3) Pengaruh Gizi pada Kehamilan

Pengaruh gizi terhadap kehamilan sangat penting. Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Faktor gizi sangat berpengaruh terhadap status kesehatan ibu selama hamil serta guna pertumbuhan dan perkembangan janin.

Berat badan ibu hamil harus memadai, bertambah sesuai dengan umur kehamilan. Berat badan yang normal akan menghasilkan anak yang normal, demikian juga sebaliknya (Romauli 2011).

Selama hamil calon ibu memerlukan lebih banyak zat-zat gizi dari pada wanita yang tidak hamil, karena makanan ibu hamil dibutuhkan untuk diri dan janin yang dikandungnya.

Bila makanan ibu terbatas, janin akan tetap menyerap persediaan makanan ibu sehingga ibu menjadi kurus, lemah, pucat, gigi rusak, rambut rontok dan lain-lain. Demikian pula bila makanan ibu kurang maka tumbuh kembang janin akan terganggu, terlebih bila keadaan gizi ibu pada masa sebelum hamil telah buruk pula. Keadaan ini dapat mengakibatkan abortus, BBLR, bayi lahir premature atau bahkan bayi lahir mati. Sebaliknya makanan yang berlebihan dapat mengakibatkan kenaikan berat badan yang berlebihan, bayi besar, dan dapat pula mengakibatkan terjadinya *preeklamsi*.

Bila makanan ibu kurang kemudian diperbaiki setelah bayi lahir, kekurangan yang dialami sewaktu dalam kandungan tidak dapat sepenuhnya diperbaiki (Hutahaean 2013).

Banyak penelitian berfokus pada efek malnutrisi pada hasil kehamilan. Hal ini disebabkan karena nutrisi merupakan salah satu faktor penentu pada semua kehamilan,

sedangkan rokok dan penyakit maternal hanya memengaruhi bayi yang lahir dari ibu yang perokok atau memiliki penyakit tertentu. Oleh sebab itu bila kedua faktor ini dapat dikendalikan, perbedaan pada berat lahir secara langsung dapat dikaitkan dengan status nutrisi selama kehamilan.

Faktor-faktor nutrisi pada ibu yang terbukti berhubungan dengan berat lahir adalah berat badan sebelum hamil dan penambahan berat badan selama kehamilan (Varney, 2007)

B. Emesis Gravidarum

1) Defenisi

Emesis Gravidarum adalah mual dan muntah selama masa hamil. Mual dan muntah adalah gejala yang wajar dan sering terjadi pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pagi hari, namun bias juga terjadi setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini muncul kurang lebih enam minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (Wiknjosastro, 2009)

2) Patofisiologi Emesis Gravidarum

Muntah diakibatkan oleh stimulasi dari pusat muntah di sum-sum sambung (*medulla oblongata*) dan berlangsung menurut beberapa mekanisme, yaitu akibat rangsangan langsung melalui CTZ (*Chemoreceptor Trigger Zone*). CTZ adalah suatu daerah dengan banyak reseptor yang letaknya berdekatan dengan pusat muntah di sumsum sumbang, tetapi di luar rintangan (*barrier*) darah otak. Dengan bantuan *neurotransmitter dopamine* (DA), CTZ (*Chemoreceptor Trigger Zone*) dapat menerima isyarat-isyarat sirkulasi. Rangsangan mengenai mengenai kehadiran zat-zat yang di dalam sirkulasi (TJay, 2010).

Rangsangan tersebut lalu diteruskan ke pusat muntah. Menurut perkiraan, CTZ (*Chemoreceptor Trigger Zone*) juga berhubungan langsung dengan darah dan cairan otak (TJay,2010). Pusat muntah dipengaruhi oleh : zona pemicu kemoreseptor (CTZ) yang mendeteksi :

a. Zat-zat kimia yang beredar di dalam darah seperti *estrogen*, alkohol, nikotin, opioid, zat besi, obat-obat anastesi, dan *hormone tiroid*

- b. Gangguan keseimbangan elektrolit (kadar natrium yang rendah)
- c. Produk kerusakan jaringan yang dilepaskan ke dalam sirkulasi darah pada saat terjadi cedera (Jordan, 2004:122)

Muntah diawali dengan stimulasi pusat muntah di medulla, yang mengendalikan otot polos di dalam dinding lambung dan otot skeletal di abdomen serta system pernafasan dan zona pemicu kemoreseptor di dasar ventrikel keempat di dekat nervus vagus. Zona pemicu kemoreseptor bertanggung jawab atas terjadinya mual muntah akibat pergerakan. Stimulus di zona pemicu kemoreseptor dihantarkan ke pusat muntah dan menyebabkan terjadi muntah (Tiran, 2009).

3) Penatalaksanaan Emesis Gravidarum

Farmakologi

Piridoksin (Vitamin B 6)

Mekanisme kerja *piridoksin* dalam membantu mengatasi mual dan muntah saat hamil belum dapat diterangkan dengan jelas. *Piridoksin* bekerja mengubah protein makanan ke bentuk asam amino yang diserap dan dibutuhkan tubuh. Selain itu *piridoksin* juga mengubah karbohidrat menjadi energy.

Peranan ini memungkinkan *piridoksin* mengatasi mual dan muntah jika transit memenjang ketika hamil. Kebutuhan *piridoksin* pada wanita hamil meningkat menjadi 2,2 mg / hari. Dosis yang digunakan untuk *morning sickness* adalah 25 mg (Ressler, 2007).

Non Farmakologi

Komplementer

1. Mencoba akupuntur untuk meringankan mual muntah
2. Aroma terapi

Suplemen

Suplemen di sini seperti jahe juga dapat mengurangi mual dan muntah. Berdasarkan penelitian, dari 66 wanita yang mengkonsumsi jahe (1 gram/hari) secara signifikan dapat mengurangi mual dan muntah dibandingkan dengan *placebo*. Lebih lanjut, konsumsi jahe (1 gram/hari) tidak memberikan efek negative terhadap *fetus*.

Daun Pandan Wangi

Pandan Wangi (*Pandanus amaryllifolius Roxb*) termasuk genus pandanus dari suku pandanaceae, tersebar di daerah tropik, di tepi pantai dan sungai (Sukandar, et al, 2010).

Pandan wangi memiliki aroma yang baik, juga mengandung senyawa *alkaloid*, *saponin*, *flavonoid*, *tannin*, *polifenol* dan lain- lain (Anjani.et.al, 2014)

Kandungan dari daun pandan yaitu *saponin*, *alkaloid* dan *flavonoid* dan minyak atsiri yang juga dapat membantu memperbaiki nafsu makan (Manuaba, 2010). Saponin yang terkandung dalam daun pandan wangi mempunyai aktifitas farmakologi yang cukup luas diantaranya immunomodulator, anti tumor, anti inflamasi, anti virus, anti jamur, hipoglikemik dan efek *hipokolesterol*. *Alkaloid* pada daun pandan wangi dapat menetralkan racun- racun di dalam tubuh. Manfaat *flavonoid* adalah melindungi struktur sel, memiliki hubungan sinergis dengan vitamin C, anti inflamasi, mencegah karies tulang dan sebagai antibiotik. Sementara itu manfaat daun pandan untuk ibu hamil terdapat pada kandungan minyak atsiri yang memberikan aroma dan membuat nafsu makan menjadi meningkat.

III. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *quasi ekperiment* dengan rancangan *one group pre-posttest*, rancangan ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (Notoatmodjo, 2010). Dalam desain ini, sebelum perlakuan terlebih dahulu sampel diberi tes awal (*pretest*), dan sesudah eksperimen sampel diberi tes akhir (*post test*).

Penelitian dilakukan pada bulan April s/d Juni 2019 dilakukan di rumah ibu hamil dengan emesis di wilayah kerja Puskesmas Abai Solok Selatan Tahun 2019.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami mual muntah di wilayah kerja Puskesmas Abai Solok Selatan Tahun 2019 sebanyak 22 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan

pertimbangan tertentu. Teknik ini biasa diartikan sebagai suatu proses pengambilan sampel dengan menentukan terlebih dahulu jumlah sampel yang hendak diambil, kemudian pemilihan sampel dilakukan dengan berdasarkan tujuan- tujuan tertentu, asalkan tidak menyimpang dari ciri-ciri sampel yang ditetapkan. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah 10 orang ibu hamil dengan *emesis* di wilayah kerja Puskesmas Abai Solok Selatan Tahun 2019.

Analisis Univariat dilakukan terhadap tiap variable dari penelitian. Variabel pada penelitian ini adalah pengaruh minuman jahe dan daun pandan. Tujuan dari analisis ini adalah untuk melihat frekuensi mual muntah ibu hamil yang di berikan minuman jahe dan daun pandan. Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang di duga berhubungan atau berkorelasi, yaitu melihat adanya pengaruh minuman jahe dan daun pandan pada ibu hamil dengan mual dan muntah. Data diolah dengan uji *T dependen* yaitu apabila nilai $p \leq \alpha$ berarti ada pengaruh pemberian minuman jahe dan daun pandan terhadap frekuensi mual muntah ibu hamil dan apabila $p \geq \alpha$ berarti tidak ada pengaruh pemberian mual muntah terhadap frekuensi mual muntah ibu hamil.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 5.1 Rata- Rata Mual Muntah Sebelum Diberikan Minuman Jahe Dan Daun Pandan Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019

Variabel	N	Mean	SD	Min	Mak
Mual Muntah Sebelum	10	7,7	2,311	5	12

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa rata-rata derajat mual muntah ibu sebelum diberikan minuman jahe dan daun pandan adalah sebesar 7,7 dengan intensitas paling rendah 5 dan paling tinggi 12.

Tabel 5.2 Rata- Rata Mual Muntah Sesudah Diberikan Minuman Jahe Dan Daun Pandan Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019

Variabel	N	Mean	SD	Min	Mak
Mual Muntah Sesudah	10	3,87	1,068	3	6,25

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa rata-rata derajat mual muntah ibu sesudah diberikan minuman jahe dan daun pandan adalah sebesar 3,87 dengan intensitas paling rendah 3 dan paling tinggi 6,25.

Tabel 5.3 Uji *Wilcoxon* Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Dan Daun Pandan Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019

Variabel	N	Mean	SD	P value
Mual Muntah Sebelum	10	7,7	2,311	0,005
Mual Muntah Sesudah	10	3,8	1,068	

Berdasarkan tabel 5.3 diperoleh hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Wilcoxon* diketahui rata- rata derajat mual muntah ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe dan daun pandan adalah sebesar 7,7 dengan standar deviasi 2,311 dan rata- rata derajat mual muntah ibu hamil sesudah diberikan minuman jahe dan daun pandan adalah sebesar 3,8 dengan standar deviasi 1,068 sehingga didapat nilai $p=0,005$ ($p<0,05$) maka terbukti terdapat pengaruh pemberian minuman jahe dan daun pandan terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019

V. PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

Rata- Rata Mual Muntah Sebelum Diberikan Minuman Jahe Dan Daun Pandan Pada Ibu Hamil Trimester I

Berdasarkan penelitian diperoleh hasil rata –rata derajat mual muntah ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe dan daun pandan adalah sebesar 7,7 dengan intensitas paling rendah 5 dan tinggi 12.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yolanda, (2017) tentang pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di wilayah kerja BPM “N” Padang Panjang diperoleh hasil rata-rata mual dan muntah ibu sebelum diberi perlakuan adalah 5,97. Hal ini juga serupa

dengan penelitian yang dilakukan oleh Aini,Z (2010)12, rata-rata frekuensi mual muntah pada ibu hamil setelah diberikan air rebusan jahe mengalami penurunan, dimana sebelumnya 7,5.

Emesis gravidarum atau nama lainnya *nausea gravidarum*, atau lebih dikenal dengan istilah *morning sickness* adalah gejala mual – biasanya disertai muntah - yang umumnya terjadi pada awal kehamilan, biasanya pada trimester pertama. Mual muntah saat kehamilan adalah kondisi yang paling banyak terjadi. Meski mual muntah saat kehamilan seringkali di sebut sebagai *morning sickness*, walaupun hal ini bias saja terjadi sepanjang hari. Mual muntah saat kehamilan ini biasanya tidak membahayakan perkembangan janin , tetapi dapat berdampak serius pada kehidupan sehari-hari seperti pekerjaan, atau pun yang lainnya. Gunawan, K., & et.al. (2011).

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian bahwa ibu hamil trimester I mengalami mual dan muntah dengan rata-rata derajat mual muntah sebesar 7,7 , kondisi ini cukup mengganggu ibu dan dapat mempengaruhi nafsu makan ibu dan kalau dibiarkan bisa mengakibatkan *hiperemesis gravidarum*. *Hiperemesis gravidarum* tidak hanya mengancam kehidupan ibu hamil, namun juga dapat menyebabkan efek samping pada janin seperti abortus, bayi lahir rendah, kelahiran prematur, serta malforasi pada bayi baru lahir, sehingga tindakan medis dan non medis harus segera dilakukan.

Rata- Rata Mual Muntah Sesudah Diberikan Minuman Jahe Dan Daun Pandan Pada Ibu Hamil Trimester I

Berdasarkan penelitian diperoleh hasil rata-rata derajat mual muntah ibu sesudah diberikan minuman jahe dan daun pandan adalah sebesar 3,87 dengan intensitas paling rendah 3 dan paling tinggi 6,25. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Putri (2017) dengan hasil penelitian menunjukkan rata-rata frekuensi morning sickness setelah diberikan menurun menjadi 3,18.

Sesudah mengkonsumsi minuman Jahe dan daun pandan, mual dan muntah ibu menjadi turun, hal ini disebabkan karena

menurut Koswara (dalam Aini, 2010), kandungan utama kimiawi jahe adalah shogaols, gingerols, bisapolene, zingiberene, zingiberol, sesquiphellandrene, minyak atsirin dan resin. Kandungan jahe yang telah banyak diteliti mempunyai efek anti mual, anti muntah, analgesik, sedatif, antipiretik, dan anti bacterial dan juga pandan wangi memiliki aroma yang baik, juga mengandung senyawa alkaloid, saponin, flavonoid, tannin, polifenol dan lain- lain (Anjani.et.al, 2014)

Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Dan Daun Pandan Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester

Berdasarkan penelitian diperoleh hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Wilcoxon* didapat nilai $p=0,005$ ($p<0,05$) maka terbukti terdapat pengaruh pemberian minuman jahe dan daun pandan terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jamila, (2017) tentang pengaruh pemberian minuman jahe (*zingiber officinale rose*) dan daun pandan (*pandanus*) terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil (*emesis gravidarum*) TM I BPM Hj. Nina Nuraenayatin, SST.,M.Pd Surabaya diperoleh hasil terdapat pengaruh pemberian minuman jahe (*zingiber officinale rose*) dan daun pandan (*pandanus*) terhadap penurunan mual muntah dengan $pvalue=0,005$.

Jahe dapat mencegah mual dan muntah karena jahe mampu menjadi penghalang serotonin, sebuah senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi, sehingga timbul rasa mual. Keunggulan pertama jahe adalah kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah, sedang gingerol dapat melancarkan darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik. Hasilnya ketegangan bisa dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun ditekan. Aroma harum jahe dihasilkan oleh minyak arsiri, sedang oleoresisnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat. Jahe dapat mencegah mual dan muntah karena jahe mampu menjadi penghalang serotonin, sebuah senyawa kimia

yang dapat menyebabkan perut berkontraksi, sehingga timbul rasa mual (Hernani, 2013).

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian bahwa terbukti terdapat pengaruh pemberian minuman air rebusan jahe dan daun pandan terhadap mual muntah ibu hamil trimester I, sehingga hal ini membuktikan bahwa kandungan jahe dan daun pandan sangat bermanfaat untuk menurunkan frekuensi *emesis gravidarum* dan jika mual muntah berkurang maka akan meningkatkan nafsu makan pada ibu hamil. Dengan adanya peningkatan nafsu makan, maka kebutuhan gizi selama kehamilan dapat terpenuhi dengan baik karena tidak hanya untuk ibu hamil namun juga untuk janin yang dikandungnya.

VI. KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pemberian minuman jahe dan daun pandan terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Abai Kabupaten Solok Selatan Tahun 2019 dengan p value 0,005

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 2010. Metodologi Penelitian. Jakarta : ECG.
- Arisandi & Andriani, 2008. Khasiat Berbagai Tanaman Untuk Pengobatan. Jakarta : Eksa Media
- Booth, T. (2008). *Tanya Jawab Seputar Kehamilan*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer
- Budhwar, V. 2008. Khasiat Rahasia Jahe dan Kunyit. Jakarta : Bhuana Ilmu Populer
- Dede Sukandar, dkk. 2007. Distilasi dan Karakteristik Minyak Atsiri Pandan Wangi (*Pandanus Amarylifolius*. Roxb), Prosiding Semirata Bks MIPA, 9-10 Juli 2007. ISBN : 978-979- 16545.
- Evi Pratami, *Evidence-based dalam kebidanan*. Kehamilan, Persalinan, dan nifas, Jakarta : EGC 2016
- Fidatul Jamila & Eka Nur Cahaya (2017). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe dan Daun Pandan Terhadap Penurunan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I.
- Fitria, R. (2013). *Efektifitas Jahe Untuk Menurunkan Mual Pada Kehamilan Trimester I Di Puskesmas Dolok Masihul Kecamatan Dolok Kabupaten Serdang Bedagai*. Jurnal Maternity dan Neonatal Vol I No.2
- Hutahean, 2013. Asuhan Keperawatan Dalam Maternitas dan Ginekologi : Salemba Medika
- King T. L, Murphy P. A .2009. *Evidence-based approaches to managing nausea and vomiting in early pregnancy Journal of midwifery & Woman Health*. 54 (6); 430-440.
- Koren G., Piwko, C., & Ahn, E (2005). *Validation Studies of The Pregnancy Unique Quantification of Emesis (PUQE) Score*. PMID: 16147725 (PubMed- Indexed for MEDLINE)
- Manuaba, Ida Bagus Gde. 2010. Pengantar Kuliah Obstetri. Jakarta : Kedokteran EGC.
- Maulana, 2008. Penyakit Kehamilan & pengobatannya. Yogyakarta : Kata Hati.
- Megawati (2007). Morning Sickness. *gravidarum/ med/ com*
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Niebyl, J.R.(2010). *Nausea and vomiting in pregnancy*. The New England Journal of Medicine . Vol 363: p 1544-1550
- Nugroho & Utomo. 2014. Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita. Yogyakarta : Nuha Medika
- Nurfalah Setyawati, dkk (2014). Pemberian jahe instant terhadap kejadian mual muntah dan asupan energi pada ibu hamil trimester pertama. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 10. 191-197.
- Ozgoli G, Goli M, Simbar M. *Effect of ginger capsules on pregnancy, nausea, and vomiting. J Altern Complement Med(series online)* 2009. (cited 2012 Mei 28); 15 (3) 246- 6. Available from : URL

- Ramadhan, 2013. Aneka manfaat ampuh rimpang jahe untuk pengobatan. Yogyakarta : Diandra Pustaka Indonesia.
- Runian, Nengah. 2010. Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Hiperemesis Gravidarum. Jakarta : Salemba Medika.
- Sari, S. 2013. Hubungan beberapa factor resiko ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum. Artikel Ilmiah
- Sulistyawati, Ari. 2014. Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan. Jakarta : Salemba Medika.
- Tiran, D (2009). Mual Muntah Kehamilan. Jakarta: EGC.
- Umami Hasanah, dkk. *Efektivitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum pada Trimester Pertama*. Jurnal Biometrika dan Kependudukan. (Cited 1 juli 2014). 3, 81-87.
- Varney H, Kriebs JM, Gegor CL. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan* . Jakarta: EGC
- Vutyavanich T, Kraissarin T, Ruangsri RA. *Ginger for nausea and vomiting in pregnancy : randomized, double-masked, placebo-controlled trial*. Obstetri Gynecol (series online) 2001.
- WHO. 2013. Maternal Mortality , 1990-2013. WHO
- Winkjosastro, Hanifa; Abdul Bari S. 2009. Ilmu kebidanan Edisi 3. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yolanda (2017). *Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil di Padang Panjang*.