

Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Intensitas Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil (*Effectiveness of Giving Ginger Wedang on the Intensity of Emesis Gravidarum in Pregnant Women*)

Siswi Wulandari^{1*}, Bram Mustiko Utomo², Dafrosa Luni³

Universitas Kadiri, Jawa Timur^{1,2}, Universitas Karya Darma Kupang, usa Tenggara Timur³

siswiwulandari@unik-kediri.ac.id, bramutomo@unik-kediri.ac.id, DafrosaLuni@gmail.com



Riwayat Artikel

Diterima pada 12 Desember 2023

Revisi 1 pada 18 Januari 2024

Revisi 2 pada 31 Januari 2024

Revisi 3 pada 15 Februari 2024

Disetujui pada 17 Februari 2024

Abstract

Purpose: Purpose: Ginger is an herbal treatment that has been used in European physiotherapy and in traditional Chinese medicine due to its carminative content. This research is based on the problem of the high incidence of Emesis Gravidarum in pregnant women in Sahraen Village, South Amarasi District, Kupang Regency, NTT in 2023, which is 70%, so a solution is needed to overcome it. Nausea and vomiting are one of the changes that mothers experience during pregnancy caused by changes in the endocrine system. One way to overcome Emesis Gravidarum can be overcome by drinking ginger wedang. The purpose of this study is to determine the effect of giving ginger wedang on the intensity of Emesis Gravidarum in pregnant women in Sahraen Village, South Amarasi District, Kupang Regency, NTT in 2023.

Methodology/approach: This study used pre-experiment with type one group pre test-post test design. The number of samples used was 17 respondents with a sampling technique in the total population. The analysis used was bivariate analysis with the Wilcoxon Test

Results/findings: The results of the study found p value $(0.038) < \alpha (0.05)$ so that H_0 was rejected, and H_1 was accepted, meaning that there was an influence of giving ginger wedang on the intensity of Emesis Gravidarum in pregnant women in Sahraen Village, South Amarasi District, Kupang Regency, NTT in 2023.

Limitations: Pregnant women who experience Emesis Gravidarum are expected to drink ginger wedang with the right dose to relieve complaints of Emesis Gravidarum, of course, balanced with conventional therapy.

Contribution: This research contributes to all pregnant women and families in the face of emesis gravidarum

Keywords: *Emesis Gravidarum, pregnant, ginger wedang*

How to Cite: Wulandari, S., Utomo, B, M., Luni, D. (2023). Efektifitas Pemberian Wedang Jahe terhadap Intensitas Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil. *Jurnal Studi Multidisiplin Ilmu*, 1(3), 93-100.

1. Pendahuluan

Kehamilan merupakan proses yang alami dan normal sehingga sebagian besar wanita hamil akan mengalami perubahan bentuk tubuh yang hampir sama. Tubuh ibu akan terus bertambah besar, terutama pada bagian perut, panggul, dan payudara. Selama 9 bulan lebih (40 minggu), janin yang ada didalam kandungan yang terus membesar sehingga tubuh ibu pun akan beradaptasi agar janin dapat tumbuh dengan baik didalam kandungan (Purba, et al., 2023). Mual muntah ini pada umumnya berkaitan erat dengan mengidam tidak suka atau sangat suka sesuatu yang sangat berlebihan. Hasil laporan menunjukkan bahwa hampir 50-90% wanita hamil mual muntah terjadi pada trimester pertama (3 bulan pertama kehamilan). Keadaan ini akan membaik pada usia kehamilan 12-16 minggu. namun sekitar 12% ibu hamil masih mengalami hingga 9 bulan. Sebanyak 90% ibu mengalami mual selama masa kehamilan, dan sekitar setengahnya disertai muntah. *Emesis gravidarum* atau nama lainnya *nausea*

gravidarum atau lebih dikenal dengan istilah *morning sickness* yaitu mual muntah yang terjadi pada pagi hari, tapi yang sebenarnya tidak hanya terjadi pada pagi hari saja, bahkan rasa mual tersebut terjadi di sepanjang hari. Keadaan ini terjadi pada sekitar 60-80% primigravida dan 40-60% terjadi pada multigravida (Wulandari, et al., 2023).

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. Menurut laporan penelitian di *journal of Obsetri and Ginaekology*. 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 (Agata, 2022). Dalam riset ini melibatkan 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 peneliti adalah menggunakan ekstrak jahe (Rufaridah, Herien, & Mofa, 2019).

Hasil studi pendahuluan di Desa Sahraen kecamatan Amarasi Selatan, kabupaten Kupang ,NTT pada tanggal 12 maret 2023 - 15 maret 2023 ditemukan 10 orang ibu hamil yang mengalami mual muntah sebanyak 7 orang (70%) dan ibu hamil tanpa mual muntah sebanyak 3 orang (30%). Sebanyak 10 orang ibu hamil pengetahuannya kurang tentang manfaat jahe dalam mengurangi mual muntah sebanyak. Hal ini diperkuat dengan diketahuinya data yang mengkonsumsi wedang jahe hanya 2 orang (20%) itu pun jahe sebagai bumbu pelengkap masakan yang ibu masak, mereka belum begitu paham tentang dosis yang tepat untuk ibu hamil.

Pada setiap kehamilan terdapat perubahan pada seluruh tubuh wanita khususnya pada alat genitalia eksterna dan interna, serta pada payudara (Fauziah, 2022). Dalam hal ini hormon somatomammotropin, estrogen, dan progesteron mempunyai peranan penting terhadap beberapa perubahan yang terjadi pada ibu hamil. Perubahan karena hormon estrogen pada kehamilan akan mengakibatkan pengeluaran asam lambung yang berlebihan sehingga menimbulkan rasa mual dan muntah. Selain hormon estrogen diduga pengeluaran Human Chorionic Gonadotropine (hCG) dalam serum dari plasenta juga menyebabkan mual muntah (Purba, et al., 2023).

Ibu hamil merasakan mual muntah merupakan hal yang biasa terjadi. Sebagian lagi merasakan bahwa mual muntah merupakan suatu hal yang tidak nyaman dan mengganggu aktifitas sehari-hari bahkan banyak wanita hamil yang harus mengkonsumsi obat-obatan atau tindakan alternatif lain untuk mengatasi mual muntah. Obat-obatan yang sering diberikan pada wanita hamil yang mengalami mual muntah adalah obat yang mengandung efek anti mual seperti vit B6 (Hafid, 2022). Namun bahan-bahan ini dilaporkan memiliki efek samping seperti sakit kepala, diare dan mengantuk.

Nasehat yang paling baik untuk ibu hamil adalah bahwa tidak ada obat yang harus digunakan selama kehamilan, tetapi beberapa penyakit ringan yang umum sering memerlukan terapi untuk membuat ibu merasa nyaman (Arfianti, 2022). Disamping itu, ramuan tradisional juga bisa digunakan sebagai terapi yaitu dengan meminum wedang jahe hangat. Jahe adalah pengobatan herbal yang telah digunakan dalam fitoterapi dan dalam pengobatan tradisional Cina karena kandungan karminatifnya (Perdani, 2021). Produk terapeutik diturunkan dari *rizoma* yang diyakini mengandung *analgesic*, *anti inflamasi*, *anti trombotik*, *spasmolitik*, *absorben* dan minyak *aisirih* yang bersifat aromatik dan dapat memberikan pengaruh langsung pada saluran *gastrointestina*. Efek *anti emetik*nya diduga disebabkan oleh kerja *anti kolinergik* dan *anti histamine* (Sulistiyowati, et al., 2023).

2. Tinjauan pustaka dan pengembangan hipotesis

Emesis gravidarum, dialami oleh sekitar 70-80% wanita hamil, pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Faktor yang mempengaruhi yaitu usia, kurang dari 20 tahun dan diatas 35 tahun dan muntah terjadi pada umur dibawah 20 dan diatas 35 tahun terjadi akibat faktor psikologis. Ibu yang bekerja sebanyak 36 orang (55,4%), sedangkan ibu yang tidak bekerja sebanyak 29 orang (44,6%).

Masalah dalam penelitian ini adalah angka kejadian emesis gravidarum pada trimester pertama menunjukkan persentase yang cukup tinggi yaitu sebanyak 66% pada trimester pertama mengalami mual dan gejala yang sering terjadi pada 60-80 % primigravida dan 40-60 % multigravida, usia yang bervariasi, kondisi psikologis yang berbeda-beda. Tujuan penelitian adalah mengetahui Hubungan dari Usia, Paritas, Pekerjaan dan Stress dengan Emesis Gravidarum di Kota Bandar Lampung. Penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*, dilakukan pada bulan Oktober - Desember 2018, sampel adalah 90 orang, alat pengumpulan data adalah kuesioner dengan tehnik angket. Analisis data adalah univariat, bivariat menggunakan *Chi square* serta multivariat. Hasil penelitian yaitu dari 90 responden terdapat usia beresiko 70%, multigravida 62,2%, Bekerja 51,1%, tidak stress 56,7%. Ada hubungan yang signifikan antara usia, pekerjaan dan stress dengan Emesis Gravidarum. Variabel yang paling dominan adalah Pekerjaan. Peneliti menyarankan melakukan konseling pra nikah dan saat ANC tentang pengetahuan perubahan fisiologis kehamilan terutama rasa mual dan muntah yang dialami saat trimester I menjadi lebih baik dan kondisi psikologis ibu lebih siap untuk menerima kehamilannya (Rudiyanti & Rosmadewi, 2019).

Emesis gravidarum merupakan kasus yang banyak terjadi pada ibu hamil di Indonesia. Emesis gravidarum menyebabkan terganggunya aktivitas, menurunkan nafsu makan dan terjadinya dehidrasi, apabila tidak diatasi maka akan berdampak menjadi hiperemesis gravidarum. Emesis gravidarum bisa diatasi dengan terapi non farmakologi, salah satunya yaitu jahe. Jahe mengandung gingerol, shogaol dan zingiberen yang bisa menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas seduhan jahe terhadap penurunan emesis gravidarum pada trimester pertama di wilayah kerja puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2017. Jenis penelitian ini adalah pra eksperimen dengan desain penelitian one group pretest-posttest ,menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel 12 orang. Alat dan cara yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu dengan lembar observasi dan wawancara, dengan waktu penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2017. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata emesis gravidarum sebelum diberikan seduhan jahe adalah 3,38 dengan standar deviasi 0,549, sedangkan rata-rata emesis gravidarum setelah diberikan seduhan jahe adalah 2,19 dengan standar deviasi 0,401. Dari hasil analisa data dengan menggunakan paired sample t-test didapat pvalue 0,000 ($p < 0,05$), dapat disimpulkan bahwa ada efektivitas seduhan jahe terhadap penurunan emesis gravidarum pada trimester pertama. Diharapkan pada tenaga kesehatan untuk bisa memberi informasi kepada ibu hamil yang mengalami mual muntah bahwa bisa mengkonsumsi jahe dengan dosis yang tepat dan cara yang benar untuk menurunkan mual muntah yang diderita ibu hamil (Rufaridah, Herien, & Mofa, 2019).

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang menyertai kehamilan namun menimbulkan ketidaknyamanan, jika berlebihan dapat menjadi hiperemesis yang akan berdampak buruk pada ibu maupun janin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penanganan emesis gravidarum pada ibu hamil. Jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan populasi seluruh ibu hamil yang diperiksa di BPM Nunik Kustantina Tulangan-Sidoarjo pada tanggal 04-09 Agustus 2015 sebanyak 25 orang. Pengumpulan data dengan wawancara. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan dianalisis secara deskriptif tanpa uji statistik. Hasil penelitian menunjukkan kejadian emesis gravidarum sebanyak 60%, ibu hamil dengan emesis gravidarum yang melakukan penanganan; sebagian besar tepat dalam mengatur pola makan, tidak melakukan pengobatan herba/alamiah, melakukan istirahat/tidur, dukungan psikologis ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum sudah cukup baik, sudah melakukan pola hidup yang benar, dan mengkonsumsi obat anti mual dengan benar. Kesimpulan sebagian besar ibu hamil sudah melakukan penanganan emesis gravidarum secara tepat. Maka diharapkan petugas kesehatan dapat mengidentifikasi sejak dini sehingga tidak menjadi hiperemesis gravidarum (Rinata & Ardillah, 2017).

Kehamilan menyebabkan perubahan fisik, psikologis dan hormonal ibu. Hal ini dapat menyebabkan berbagai masalah atau keluhan, dan salah satunya adalah mual dan muntah. Meskipun, emesis gravidarum dianggap normal untuk hamil trimester pertama jika frekuensi mual muntah berlebihan harus diwaspadai. Emesis gravidarum pada awal kehamilan dapat dikurangi dengan pendekatan non-farmakologis termasuk herbal seperti jahe, mint, chamomile, akupunktur, dan pijat. Metode penelitian yang digunakan adalah Quasy Experiment Design dengan Time Series Design. Penelitian dilakukan di

Pelayanan Kesehatan Primer Kesesi I Pekalongan, Jawa Tengah, 2018. Pengambilan sampel menggunakan Purposive sampling dan diperoleh sebanyak 30 responden. Uji statistik yang digunakan adalah Mann Whitney Test. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian sebelum dan sesudah rebusan jahe pada ibu hamil mengurangi frekuensi emesis gravidarum dengan selisih rata-rata 2,333 dengan p-value $0,000 < (0,05)$. Pada kelompok daun mint, perbedaan rata-rata adalah 1.200 dengan nilai $p < (0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa rebusan jahe dan daun mint berpengaruh terhadap penurunan frekuensi emesis gravidarum pada ibu hamil. Untuk hasil khasiat diperoleh rebusan jahe dengan peringkat rata-rata 20,87 dibandingkan dengan kelompok rebusan daun mint 10,13 sehingga dapat disimpulkan bahwa rebusan jahe lebih efektif dibandingkan daun mint (Rochkmana & Widyawati, 2018).

Emesis gravidarum adalah keluhan umum yang sering dialami oleh ibu hamil trimester pertama, dan coul berkembang menjadi hiperemesis gravidarum sehingga meningkatkan risiko kehamilan. Jahe adalah jenis herbal yang telah dikenal untuk mencegah mual, muntah. Tujuan dari penelitian ini adalah efektivitas pemberian jahe wedang terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Desain penelitian ini adalah Quasi experiment dengan One Group Pre test-Post test design. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan sampel 10 ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Lais Air Kabupaten Bengkulu Utara pada tanggal 5 Januari 2018 sampai dengan 6 Februari 2018. Analisis perbedaan frekuensi mual, muntah sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Paired Sample T-Test. 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 diberi wedang jahe sebesar 4,50. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan mean frekuensi muntah mual sebelum dan sesudah intervensi jahe wedang sebesar 4,80 dengan $p=0,000$. Diharapkan bagi masyarakat dapat memanfaatkan wedang jahe sebagai alternatif pengobatan sebelum menggunakan obat antiemetik, serta dapat mengolah varian tanaman jahe lainnya yang dapat digunakan untuk menurunkan frekuensi emesis gravidarum (Indrayani, 2018).

Hiperemesis gravidarum adalah muntah yang terjadi sampai umur kehamilan 20 minggu, muntah begitu hebat dimana segala apa yang dimakan dan diminum dimuntahkan sehingga mempengaruhi keadaan umum dan pekerjaan sehari – hari, berat badan menurun dehidrasi, dan terdapat aseton dalam urin bukan karena penyakit seperti appendisitis, pielitis, dan sebagainya. Penelitian modern telah membuktikan secara ilmiah berbagai manfaat jahe, antara lain : mencegah mual, karena jahe mampu memblok serotonin yaitu senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi, sehingga timbul rasa mual. Hal ini bermanfaat jika diberikan pada ibu hamil karena dapat meringankan hiperemesis yang dialami. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui efek dari pemberian teh jahe pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum di Puskesmas Kapasa Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan desain ekperimental yang bersifat one grup pretest-postest. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah kerja Puskesmas Kapasa Kota Makassar pada bulan Januari sampai Agustus 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester 1 dengan jumlah sampel 50 responden. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi teh jahe sebesar 1,04 dengan $p=0,000$ (Hasnita, 2021).

3. Metodologi penelitian

Penelitian ini adalah penelitian *pra-experimental* dengan rancangan *one-group pra-post test design* yang dilaksanakan di Desa Sahraen kecamatan Amarasi Selatan, kabupaten Kupang ,NTT pada bulan Maret-Juni 2023, dengan sampel 17 ibu hamil yang mengalami *Emesis Gravidarum* yang dipilih dengan teknik *total populasi*. Bahan yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: Serbuk jahe 125 gr yang digunakan untuk membuat wedang jahe, Air hangat ± 240 ml, Gelas ukur, Gelas belimbing, Sendok, Data calon responden yaitu ibu hamil yang mengalami *Emesis Gravidarum* dan Alat *visual analog scale* (<3.5 =ringan, $2.5-6$ =sedang, >6 =berat). Instrumen penelitian dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua yaitu: Variabel independen menggunakan serbuk jahe 125 gr diseduh dengan air hangat 240 ml dan Variabel dependen menggunakan *visual analog scale* (<3.5 =ringan, $2.5-6$ =sedang, >6 =berat).

Prosedur penelitian sebagai berikut, sebelum pemberian wedang jahe dilakukan, peneliti melakukan pre test untuk mengetahui riwayat mual muntah pada ibu hamil selanjutnya pemberian wedang jahe dapat dilakukan, setelah pemberian wedang jahe selesai, peneliti melakukan post test untuk mengetahui tingkat mual dan muntah yang dimiliki oleh responden setelah diberikan wedang jahe. Analisis data dilakukan dengan *wilcoxon Sign Rank Test* Dimana dikatakan H_1 diterima jika *asympt sig (2-sided)* < 0,05 sedangkan dikatakan H_0 ditolak jika *asympt sig (2-sided)* > 0,05.

4. Hasil dan pembahasan

Tabel 1. Karakteristik Responden Ibu Hamil di Desa Sahraen kecamatan Amarasi Selatan, Kabupaten Kupang, NTT

Karakteristik	F	Persen (%)	
Umur anak	<20 tahun	3	17,6
	20-35 tahun	13	76,5
	>35 tahun	1	5,9
Pendidikan	Dasar	12	70,6
	Menengah	4	23,5
	Tinggi	1	5,9
Pekerjaan	Tidak Bekerja	7	41,1
	Swasta	0	0
	Wiraswasta	10	58,9
	PNS	0	0
Paritas	Primigravida	11	64,7
	Multigravida	6	35,3
	Grabdemultigravida	0	0
Usia	<12 minggu	12	70,6
Kehamilan	13-28 minggu	4	23,5
	28-40 minggu	1	5,9
Tingkat Emesis pre pemberian wedang jahe	Ringan	9	52,9
	Sedang	7	41,2
	Berat	1	5,9
Tingkat Emesis post pemberian wedang jahe	Ringan	12	70,6
	Sedang	5	29,4
	Berat	0	0

Berdasar tabel 1 Di Desa Sahraen, Kecamatan Amarasi Selatan, Kabupaten Kupang, Nusa Tenggara Timur, pada tahun 2023, penelitian mengenai hubungan usia ibu hamil dengan emesis gravidarum menjadi fokus perhatian. Emesis gravidarum, yang merupakan kondisi mual dan muntah yang sering dialami selama kehamilan, dapat memiliki keterkaitan dengan usia ibu hamil. Preliminari penelitian menunjukkan bahwa faktor usia dapat menjadi salah satu elemen yang memengaruhi tingkat keparahan emesis gravidarum. Ibu hamil yang berusia muda mungkin lebih cenderung mengalami gejala yang intens, mengingat tubuh mereka masih dalam tahap pertumbuhan dan mengalami perubahan hormonal yang signifikan. Di sisi lain, ibu hamil yang lebih tua mungkin memiliki risiko yang lebih rendah, karena hormon kehamilan seperti human chorionic gonadotropin (hCG) mungkin memiliki dampak yang lebih ringan pada tubuh yang lebih matang. Namun, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dan kontekstual tentang dinamika ini di Desa Sahraen, diperlukan penelitian yang melibatkan partisipasi langsung masyarakat setempat. Faktor-faktor lokal seperti budaya, kebiasaan makan, dan kondisi lingkungan dapat memainkan peran penting dalam memahami kecenderungan emesis gravidarum di wilayah ini. Dalam rangka meningkatkan kesehatan ibu hamil, langkah-langkah dapat diambil. Pertama-tama, perlu ada sistem pemantauan kesehatan ibu hamil yang efektif di tingkat lokal untuk mendeteksi dan menangani dini kasus emesis gravidarum. Edukasi kesehatan yang terarah dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat dan tenaga kesehatan tentang tanda dan gejala kondisi ini, serta langkah-langkah pencegahan atau penanganan yang tepat. Kerja sama antara pihak lokal,

termasuk pusat kesehatan setempat dan masyarakat Desa Sahraen, sangat diperlukan. Ini dapat melibatkan penyelenggaraan program edukasi kesehatan, lokakarya, dan seminar untuk memberdayakan masyarakat setempat dalam merawat ibu hamil dengan baik. Oleh karena itu, kerjasama dan koordinasi yang erat antara pemerintah daerah, pusat kesehatan, dan masyarakat menjadi kunci dalam memastikan kesejahteraan ibu hamil di Desa Sahraen.

Ibu hamil yang memiliki tingkat pendidikan rendah mungkin lebih rentan terhadap gejala yang lebih parah, mungkin disebabkan oleh kurangnya pengetahuan atau akses terhadap informasi kesehatan yang relevan. Selain itu, pekerjaan ibu hamil juga dapat memainkan peran penting dalam pengalaman emesis gravidarum. Ibu hamil yang bekerja di lingkungan yang penuh tekanan atau memiliki tuntutan pekerjaan yang tinggi mungkin lebih cenderung mengalami gejala yang lebih sering dan berat. Faktor-faktor seperti stres pekerjaan dan kurangnya dukungan sosial di tempat kerja dapat memperburuk kondisi emesis gravidarum. Namun, untuk memahami secara lebih spesifik bagaimana faktor-faktor ini berinteraksi di Desa Sahraen, kajian lebih lanjut yang melibatkan partisipasi aktif dari masyarakat dan tenaga kesehatan setempat diperlukan. Peran budaya, kebiasaan lokal, dan faktor lingkungan dapat menjadi penentu penting dalam memahami dampak tingkat pendidikan dan pekerjaan terhadap kesehatan ibu hamil di wilayah ini. Dalam upaya meningkatkan kesejahteraan ibu hamil, langkah-langkah konkret dapat diambil. Pertama-tama, program edukasi kesehatan yang disesuaikan dengan tingkat pendidikan masyarakat setempat dapat diimplementasikan untuk meningkatkan kesadaran akan risiko emesis gravidarum dan langkah-langkah pencegahan yang diperlukan.

Berdasar tabel 1 menunjukkan bahwa paritas, atau jumlah kehamilan sebelumnya yang telah dialami oleh seorang ibu, dapat memengaruhi tingkat keparahan emesis gravidarum. Ibu hamil yang telah memiliki beberapa kehamilan sebelumnya mungkin memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami gejala yang lebih intens. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tubuh yang telah mengalami kehamilan sebelumnya dapat merespons hormonal kehamilan dengan cara yang berbeda, dan hal ini dapat berkontribusi pada tingkat keparahan emesis gravidarum. Namun, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang bagaimana paritas secara spesifik berdampak di Desa Sahraen, diperlukan kajian lanjutan yang melibatkan partisipasi masyarakat setempat dan tim kesehatan. Faktor-faktor lokal seperti perubahan gaya hidup, kebiasaan makan, dan dukungan sosial juga perlu diperhitungkan dalam analisis ini. Dalam upaya meningkatkan kesejahteraan ibu hamil, langkah-langkah dapat diambil. Pertama-tama, perlu adanya program pemantauan kesehatan ibu hamil yang memperhatikan paritas sebagai faktor risiko potensial untuk emesis gravidarum. Ini dapat membantu identifikasi dini gejala dan memberikan perawatan yang sesuai. Selain itu, edukasi kesehatan yang difokuskan pada ibu hamil dengan paritas tinggi dapat menjadi langkah proaktif dalam pencegahan dan manajemen emesis gravidarum. Ini melibatkan penyuluhan mengenai pola makan yang sehat, strategi manajemen stres, dan pemahaman mengenai perubahan hormonal yang mungkin dialami oleh ibu hamil dengan pengalaman kehamilan sebelumnya.

Berdasarkan tabel 1 pada awal kehamilan, khususnya pada usia kehamilan kurang dari 12 minggu, sebanyak 12 orang atau sekitar 70,6% dari total responden melaporkan mengalami gejala emesis gravidarum. Hasil ini mencerminkan tingkat keparahan yang relatif tinggi pada trimester pertama kehamilan, yang umumnya dihubungkan dengan fluktuasi hormonal yang signifikan. Ketika memasuki rentang usia kehamilan 13-28 minggu, proporsi ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum cenderung menurun menjadi 23,5%. Meskipun masih signifikan, penurunan ini menunjukkan adanya penyesuaian tubuh terhadap perubahan hormonal dan fisik pada tahap pertengahan kehamilan. Sementara itu, pada usia kehamilan 28-40 minggu, hanya 1 orang atau sekitar 5,9% dari total responden yang melaporkan gejala emesis gravidarum. Proporsi yang lebih rendah ini mencerminkan kemungkinan penurunan lebih lanjut dalam keparahan gejala seiring dengan mendekati akhir kehamilan. Penting untuk dicatat bahwa hasil ini memberikan gambaran umum dan bahwa variasi individual serta faktor-faktor risiko tambahan mungkin memengaruhi kejadian emesis gravidarum. Meskipun demikian, hasil penelitian ini memberikan dasar bagi upaya intervensi dan dukungan yang lebih baik kepada ibu hamil, terutama pada trimester pertama yang cenderung menghadapi gejala lebih intens. Pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi gejala ini dapat membantu merancang program perawatan yang lebih efektif dan personalisasi bagi ibu hamil di Desa

Sahraen. Kolaborasi antara pihak pemerintah, tenaga kesehatan, dan masyarakat lokal menjadi kunci dalam meningkatkan kesejahteraan ibu hamil di wilayah ini.

Tabel 2. Pengaruh Pemberian Wedang Jahe Terhadap Intensitas *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil di Desa Sahraen kecamatan Amarasi Selatan, Kabupaten Kupang ,NTT

Sesudah	Tingkat <i>Emesis Gravidarum</i>				
	Sebelum	F	%	F	%
Ringan		9	52,9	12	70,6
Sedang		7	41,2	5	29,4
Berat		1	5,9	0	0
Total		17	100	17	100
P value=	$\alpha=0,05$	P	$\alpha=0,05$	P	
0,038	Z=-	0,038	Z=-	=	
	2.073		2.073	0,038	

Tabel 2 menunjukkan bahwa Penelitian yang dilakukan di Desa Sahraen, Kecamatan Amarasi Selatan, Kabupaten Kupang, Nusa Tenggara Timur pada tahun 2023, menghadirkan temuan yang menarik terkait pengaruh pemberian wedang jahe terhadap intensitas *Emesis Gravidarum* pada ibu hamil. Analisis data dari Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yakni 70,6%, mengalami keluhan tingkat *Emesis Gravidarum* yang bersifat ringan. Hal ini menggambarkan bahwa gejala mual dan muntah selama kehamilan cenderung bersifat ringan di komunitas ini. Dalam rangka untuk lebih memahami dampak pemberian wedang jahe, penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon sign rank test untuk membandingkan tingkat *Emesis Gravidarum* sebelum dan setelah intervensi. Hasil uji menunjukkan adanya perubahan yang signifikan, dengan nilai Z sebesar -2.073. Lebih lanjut, distribusi peringkat menunjukkan bahwa sebanyak 14 responden menunjukkan peringkat negatif, sementara 3 responden menunjukkan peringkat positif.

Pemilihan peringkat negatif dan positif ini mencerminkan perubahan yang konsisten dan berlawanan arah pada tingkat *Emesis Gravidarum* setelah pemberian wedang jahe. Melihat pada nilai p-value sebesar 0.038 yang lebih rendah dibandingkan dengan tingkat signifikansi $\alpha=0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak ada pengaruh pemberian wedang jahe terhadap intensitas *Emesis Gravidarum* ditolak, dan hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan adanya pengaruh diterima. Artinya, pemberian wedang jahe secara signifikan mempengaruhi penurunan intensitas *Emesis Gravidarum* pada ibu hamil di Desa Sahraen. Hasil ini memberikan implikasi positif terkait dengan pengelolaan kesehatan ibu hamil di tingkat komunitas. Wedang jahe, dengan khasiatnya dalam meredakan mual dan muntah, dapat dianggap sebagai alternatif yang efektif dan dapat diterima oleh masyarakat lokal. Oleh karena itu, diperlukan upaya pendekatan kesehatan masyarakat yang holistik untuk mempromosikan pemberian wedang jahe sebagai bagian dari perawatan kesehatan ibu hamil, serta edukasi terkait manfaatnya. Kesimpulan ini memperkuat urgensi adanya pendekatan berbasis bukti dalam memberikan layanan kesehatan reproduksi di tingkat komunitas. Dengan mengintegrasikan pengetahuan tradisional dan lokal, seperti penggunaan wedang jahe, dengan pendekatan medis yang ilmiah, dapat menciptakan model perawatan yang komprehensif dan efektif untuk meningkatkan kesejahteraan ibu hamil di Desa Sahraen dan wilayah sekitarnya. Perlu ditekankan bahwa hasil penelitian ini dapat membuka pintu bagi penelitian lebih lanjut dan pengembangan intervensi kesehatan yang dapat diterapkan secara luas di berbagai komunitas dengan tantangan serupa.

Dari hasil evaluasi pre dan post pemberian wedang jahe pada ibu hamil yang mengalami *Emesis Gravidarum* diperoleh data bahwa sebagian besar mengalami penurunan keluhan *Emesis Gravidarum*. Jahe adalah pengobatan herbal yang telah digunakan dalam fisioterapi Eropa dan dalam pengobatan tradisional Cina karena kandungan karminatifnya. Produk terapeutik diturunkan dari rizoma yang diyakini mengandung analgesik, anti inflamasi, anti trombotik, spasmolitik, absorben dan minyak

aisirih yang bersifat aromatik dan dapat memberikan pengaruh langsung pada saluran gastrointestinal. Efek anti emetikya diduga disebabkan oleh kerja anti kolinergik dan antihistamin (Rochkmana & Widyawati, 2018). Khasiat antimuntah dari jahe telah pula dibuktikan secara ilmiah jahe terbukti sangat berguna dalam mengalami mual dan muntah karena kehamilan, akan tetapi terapi komplementer yang diberikan sendiri salah satunya yaitu minum wedang jahe ini harus diimbangi dengan terapi lain seperti terapi konvensional yaitu istirahat, relaksasi, makan sedikit tapi sering, hindari makan tertentu dan hindari hipoglikemia. Bahkan dalam bentuk yang paling parah yaitu *Hiperemesis Gravidarum*, suatu kondisi yang bisanya membutuhkan rawa inap.

5. Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah Ada pengaruh pemberian wedang jahe terhadap intensitas *Emesis Gravidarum* pada ibu hamil di Desa Sahraen kecamatan Amarasi Selatan, kabupaten Kupang ,NTT Tahun 2023 dengan nilai p value = 0.038 ($\alpha=0.05$) berarti bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima

Limitasi dan studi lanjutan

Jahe digunakan disarankan untuk peneliti selanjutnya menggunakan jahe merah.

Ucapan terima kasih

Ucapan terimakasih disampaikan kepada yang menjadi tempat penelitian, serta para responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

Referensi

- Agata, A. P. (2022). Pengelolaan Hipertensi Sebelum Kehamilan. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 1(2), 95-101.
- Arfianti, M. &. (2022). Factors Influencing Exclusive Breastfeeding in Developing Countries: A Review. *Jurnal Kesehatan Maternal dan Neonatal*, 1(1), 19-32.
- Fauziah, N. A. (2022). Asuhan Kebidanan Berkelanjutan pada Ny. L, Ny. U, Ny. LT di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Purniawati di Desa Pujorahayu. . *Jurnal Kesehatan Maternal dan Neonatal*, 1(1), 1-4.
- Hafid, R. A. (2022). Pengaruh Pemberian Tepung Daun Kelor (*Moringa Oliefera*) pada Ibu Hamil terhadap Berat Badan Bayi Baru Lahir. *Jurnal Kesehatan Maternal dan Neonatal*, 1(1), 13-17.
- Hasnita, H. &. (2021). Efektifitas Pemberian Teh Jahe Untuk Mengatasi Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Kota Makassar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 16(1) 53-57.
- Indrayani, I. M. (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.
- Perdani, A. P. (2021). Manajemen Holistik dengan Pendekatan Kedokteran Keluarga pada Pasien Wanita 37 Tahun dengan Hipertensi Primer. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 1(1), 17-24.
- Purba, Y. T., Silvia, E., Andani, E. C., Fatriani, R., Ferdina, C. S., & Zaini, H. (2023). *Adaptasi Anatomi Dan Fisiologi Dalam Kehamilan, Kelahiran Dan Persalinan*. Padang: Get Press Indonesia.
- Rinata, E., & Ardillah, F. R. (2017). *Penanganan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di BPM Nunik Kustantinna Tulangan-Sidoarjo*. Sidoarjo.
- Rochkmana, M. J., & Widyawati, M. N. (2018). The effectiveness of ginger and mint leaves decoction toward the frequency of emesis gravidarum. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 12(2), 119-123.
- Rudiyanti, N., & Rosmadewi, R. (2019). Hubungan Usia, Paritas, Pekerjaan dan Stres dengan Emesis Gravidarum di Kota Bandar Lampung . *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 7-18.
- Rufaridah, A., Herien, Y., & Mofa, E. (2019). Pengaruh Seduhan Zingiber Offcinale (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(1), 204-209.
- Sulistiyowati, A. N., Popang, C. T., Wulandari, S., Purba, J., Oktaviani, I., Petralina, B., . . . Hariyani, F. (2023). *Asuhan Kebidanan Pada Kasus Kompleks*. Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Wulandari, S., Alwi, J., Anwar, R., Sugiyatmi, T. A., Hidayani, W. R., Putri, L. M., & Handayani, T. L. (2023). *Epidemiologi Kesehatan Reproduksi*. Padang: Get Press Indonesia.