

## PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN JAHE HANGAT TERHADAP PENURUNAN FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU TRIMESTER 1 DI PUSKESMAS SUNGAI DURIAN

*The effect of giving warm ginger drink on reducing the frequency of nausea and vomiting in first-trimester mothers at the Sungai Durian Public Health Center*

Ega Syavira<sup>1</sup>, Oon Fatonah Akbarini<sup>1\*</sup>, Elma Marsita<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Kebidanan Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Pontianak,  
Jl. 28 Oktober, Siantan Hulu, Kec. Pontianak Utara, Kota Pontianak, Kalimantan Barat 78241, Indonesia

\*Email korespondensi: [fatolah78@gmail.com](mailto:fatolah78@gmail.com)

Diterima: 23/08/2023 Disetujui: 31/08/2023 Dipublikasi: 01/09/2023

### Abstrak

Mual muntah pada emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang patologis. Di Kalimantan Barat masih tergolong tinggi 6 dari 10 ibu hamil primigravida mengalami hiperemesis gravidarum. Mual muntah pada awal kehamilan dapat dikurangi dengan menggunakan terapi komplementer, yaitu dengan pemberian minuman jahe hangat dan sebagai kontrol menggunakan vitamin B6. Keunggulan jahe adalah kandungan minyak asiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah dan gingerol dapat melancarkan darah dan saraf bekerja dengan baik. Sedangkan vitamin B6 dapat berpengaruh dalam mengatasi mual muntah. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari mengonsumsi terapi minuman jahe hangat dan vitamin B6 terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Sungai Durian. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Quasy Eksperimental* dengan desain *Two Group Pretest Posttest*. Jumlah sampel 16 responden pada masing-masing kelompok dengan jumlah 32 responden menggunakan teknik consecutive sampling dengan pengambilan sampel dengan lembar observasi dan lembar kuesioner (PUQE-24). Ada perubahan sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 dengan uji wilcoxon di peroleh *p*-value sebesar 0.000. Ada perubahan sebelum dan sesudah diberikan vitamin B6 dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 dengan uji wilcoxon *p*-value sebesar 0.000. Adanya penurunan frekuensi mual muntah pada pemberian minuman jahe hangat dan vitamin B6 pada ibu hamil trimester 1.

**Kata kunci:** trimester 1, minuman jahe, mual, muntah.

### Abstract

*Nausea and vomiting in emesis gravidarum are physiological, but if this complaint is not resolved immediately it will become pathological. In West Kalimantan, 6 out of 10 primigravida pregnant women experience hyperemesis gravidarum. Nausea and vomiting in early pregnancy can be reduced by using complementary therapy, namely by giving a warm ginger drink and as a control using vitamin B6. The advantage of ginger is the content of essential oils that have a refreshing effect and block the gag reflex and gingerol can launch blood and nerves work well. Meanwhile, vitamin B6 can have an effect in overcoming nausea and vomiting. The purpose of the study was to determine whether there was an effect of consuming warm ginger drink therapy and vitamin B6 on reducing the frequency of nausea and vomiting in first-trimester pregnant women at Sungai Durian Health Center. This research is a type of Quasy Experimental research with a Two Group Pretest Posttest design. The number of samples was 16 respondents in each group with a total of 32 respondents using consecutive sampling technique with sampling with observation sheets and questionnaire sheets (PUQE-24). There are changes before and after being given a warm ginger drink in reducing the frequency of nausea and vomiting in first-trimester pregnant women with the Wilcoxon test obtained a *p*-value of 0.000. There are changes before and after being given vitamin B6 in reducing the frequency of nausea and vomiting in first-trimester pregnant women with a Wilcoxon test *p*-value of 0.000. There is a decrease in the frequency of nausea and vomiting in the administration of warm ginger drinks and vitamin B6 in first-trimester pregnant women.*

**Keywords:** first-trimester, ginger drink, nausea, vomiting.

This is an open access article under [CC-BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Copyright © 2023 The Author(s)

## PENDAHULUAN

Bagian ini berisi latar belakang, permasalahan, dan tujuan penelitian yang diuraikan secara mendalam. Kemudian mengaitkannya dengan isu-isu terkini, termasuk mengulas penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya yang relevan. Sedangkan permasalahan atau rumusan masalah dijelaskan dengan menunjukkan fenomena yang ada dan wajib dikaitkan dengan ranah ilmu pengetahuan sehingga tergambar adanya hubungan antara fenomena dengan teori yang ada. Dalam tahap ini perlu dijelaskan pula mengenai kebaruan dari penelitian yang telah ada sebelumnya. Emesis gravidarum merupakan mual muntah yang muncul pada empat minggu pertama kehamilan dan perlahan menghilang pada umur kehamilan menginjak dua belas minggu (Masdinarsah, 2022). Mual didefinisikan sebagai kecenderungan memuntahkan sesuatu, atau sensasi yang muncul pada daerah kerongkongan atau epigastrik tanpa diikuti dengan muntah, sedangkan muntah didefinisikan sebagai pengeluaran isi lambung melalui mulut, dan umumnya disertai dengan dorongan yang kuat yang terjadi pada kehamilan (Astuti, 2015; Sriadnyani, 2022). Emesis gravidarum dalam keadaan normal tidak banyak menimbulkan efek negatif, hanya saja apabila emesis gravidarum berkelanjutan menjadi hiperemesis gravidarum akan membawa risiko yang terjadinya gangguan pada kehamilan misalnya dehidrasi, pasien dapat mengalami syok, menghambat tumbuh kembang janin, gangguan keseimbangan elektrolit, cadangan karbohidrat dalam tubuh ibu akan habis, robekan pada selaput jaringan esophagus dan lambung dapat terjadi bila muntah terlalu sering dan memiliki risiko yang lebih tinggi untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, prematur, dan nilai apgar kurang dari tujuh (Ananda & Tahiruddin, 2020; Sipayung et al., 2022).

Rinata & Ardillah, (2017), menjelaskan bahwa Mual dan muntah sering dialami oleh ibu hamil trimester I, hal ini akibat dari perubahan hormon yang terjadi dalam tubuh ibu itu sendiri akibat kehamilan, yaitu kenaikan hormon esterogen dan progesteron serta dikeluarkannya hormon *Human Chorionic Gonadotropine* (HCG) yang menyebabkan terjadinya mual dan muntah. Mual dan muntah ini dapat ditangani dengan cara berkomunikasi, memberi informasi dan edukasi kepada ibu tentang mual dan muntah yang dialaminya serta memberikan obat atau vitamin B kompleks ataupun vitamin B6 dan penanganan lain juga dapat digunakan dalam penanganan mual muntah, yaitu melalui hipnoterapi, hal ini dikarenakan faktor psikis ibu juga memengaruhi terjadinya mual dan muntah (Munisah et al., 2022).

Fauziah et. al. (2019), menjelaskan bahwa keluhan mual muntah pada emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang patologis Mual dan muntah juga menyebabkan cairan tubuh berkurang dan terjadi hemokonsentrasi yang dapat memperlambat peredaran darah sehingga memengaruhi tumbuh kembang janin. Upaya untuk mengurangi frekuensi muntah dapat diberikan beberapa tindakan seperti obat antara lain vitamin B6, selain obat rasa mual pada awal kehamilan dapat dikurangi dengan menggunakan terapi antara lain dengan tanaman herbal atau tradisional yang bisa dilakukan dan mudah didapatkan seperti jahe, daun pepermin, lemon dan lain sebagainya. Ibu hamil yang mengalami mual muntah terjadi penurunan setelah diberikan minuman jahe (Fuadah et al., 2023). Keunggulan jahe adalah kandungan minyak asiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah, sedang gingerol dapat melancarkan darah dan saraf bekerja dengan baik. Aroma harum jahe dihasilkan oleh minyak asiri, sedang oleoresin menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh. Pemberian minuman jahe efektif dalam mengatasi upaya untuk mengurangi rasa mual muntah dengan cara menghindari bau yang menyengat, minum air hangat,

makan permen, istirahat, memakai masker serta upaya fasilitas kesehatan untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil dengan memberikan vitamin piridoksin (B6) dan antasida (Ariendha et al., 2023).

## METODE

Metode berisi penjelasan secara rasional, empiris, dan sistematis tentang pendekatan penelitian yang digunakan dan instrumen lainnya. Jenis dan sumber data dijelaskan secara detail sehingga pembaca dapat mengetahuinya dengan baik jenis penelitian ini dan seluruh data penelitian yang digunakan. Uraian dapat pula mencantumkan rumusan matematis atau formula tertentu sehingga hasil numeriknya dapat divalidasi. Untuk rumus atau formula dan bahan yang telah baku maka tidak perlu dijelaskan ulang, cukup mencantumkan sumber acuannya, kecuali jika dimodifikasi. Penjelasan metode disampaikan secara terperinci sehingga metode penelitian yang digunakan dapat diulang oleh peneliti lainnya.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian Quasy Eksperimental dengan desain *Two Group Pretest Posttest*. Dalam desain ini sebelum perlakuan diberikan, terlebih dahulu sampel diberi *pretest* (tes awal) dan sesudah eksperimen sampel diberi *posttest* (tes akhir). Desain ini digunakan sesuai dengan tujuan yang akan dicapai, yaitu untuk mengetahui pemberian minuman jahe hangat terhadap mual muntah pada ibu hamil. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Sungai Durian sejak bulan Januari sampai dengan Februari tahun 2022 sebanyak 86 orang. Sampel yang diambil adalah ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Sungai Durian, yaitu setiap ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi dari penelitian ini memiliki kesempatan yang sama untuk dapat ikut menjadi sampel dalam penelitian ini namun tidak bisa ikut menjadi sampel dalam penelitian jika termasuk dalam kriteria eksklusi dari penelitian ini. Adapun kriteria inklusi, yaitu bersedia menjadi responden, ibu hamil trimester pertama (0-12 minggu) yang mengalami emesis gravidarum, dan bersedia diwawancarai. Sedangkan kriteria eksklusi, yaitu ibu hamil yang mempunyai alergi atau yang tidak menyukai jahe, dan ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum.

Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel yang memenuhi kriteria inklusi seluruh ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Sungai Durian. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengambilan sampel *consecutive sampling*. *Consecutive sampling* adalah suatu metode penelitian sampel yang dilakukan dengan memilih semua individu yang ditemui dan memenuhi kriteria pemilihan, sampai jumlah sampel yang diinginkan terpenuhi. Metode ini sering digunakan untuk penelitian eksperimen yang mencobakan suatu intervensi pada individu di suatu tempat. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel sebanyak 32 orang dengan rincian 16 orang kelompok perlakuan dan 16 orang untuk perlakuan kelompok kontrol.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mengetahui gambaran karakteristik dari responden penelitian serta rata-rata frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Sungai Durian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan minuman jahe hangat maupun vitamin B6. Analisis Univariat dengan melihat distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden terkait umur, paritas, pendidikan, dan pekerjaan (Tabel 1).

**Tabel 1.** Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Paritas, Pendidikan, Pekerjaan untuk Pemberian Jahe Hangat dan Vitamin B6

Karakteristik Responden	Pemberian Jahe Hangat		Pemberian Vitamin B6	
	n	%	n	%
Umur				
15 - 20 Tahun	2	12.50	4	25.00
21 - 30 Tahun	12	75.00	8	50.00
31 - 40 Tahun	2	12.50	4	25.00
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>16</b>	<b>100</b>
Paritas				
Pertama	9	56.25	9	56.25
Kedua	5	31.25	3	18.75
Ketiga	2	12.50	4	25.00
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>16</b>	<b>100</b>
Pendidikan				
SD	1	6.25	3	18.75
SMP	7	43.75	4	25.00
SMA	8	50.00	9	56.25
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>16</b>	<b>100</b>
Pekerjaan				
Bekerja	5	31.25	4	25.00
Tidak Bekerja	11	68.75	12	75.00
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan data di atas untuk responden dengan karakteristik umur, dengan diberikan minuman jahe hangat yang paling banyak terdapat pada umur 21 - 30 tahun berjumlah 12 orang (75%). Sedangkan untuk responden dengan diberikan vitamin B6 paling banyak terdapat pada umur 21-30 tahun berjumlah 8 orang (50%). Karakteristik responden berdasarkan paritas, dengan diberikan minuman jahe hangat yang paling banyak terdapat pada paritas pertama berjumlah 9 orang (56.25%). Sedangkan untuk responden dengan diberikan vitamin B6 paling banyak terdapat pada paritas pertama berjumlah 9 orang (56.25%).

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan, responden dengan diberikan minuman jahe hangat yang paling banyak terdapat pada pendidikan terakhir SMA berjumlah 8 orang (50.00%). Demikian juga untuk responden dengan diberikan vitamin B6 yang paling banyak terdapat pada pendidikan terakhir SMA berjumlah 9 orang (50.00%). Karakteristik responden berdasarkan status bekerja, dengan diberikan minuman jahe hangat yang paling banyak terdapat pada responden dengan status tidak bekerja sebanyak 11 orang (68.75%). Demikian juga untuk responden dengan diberikan vitamin B6 yang paling banyak terdapat pada responden dengan status tidak bekerja sebanyak 12 orang (75.00%).

Berdasarkan hasil yang diperoleh nilai rata-rata frekuensi mual muntah sebelum diberikan jahe hangat sebesar 4.625, sedangkan setelah diberikan jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah menjadi 3.062 (Tabel 2). Nilai rata-rata frekuensi mual muntah sebelum diberikan vitamin B6 sebesar 5.312, sedangkan setelah diberikan vitamin B6 rata-rata frekuensi mual muntah menjadi 3.562.

**Tabel 2.** Rata-rata Frekuensi Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan

Variabel	Rata-rata
Pemberian Jahe Hangat Sebelum Perlakuan	4.625
Sesudah Perlakuan	3.062
Pemberian Vitamin B6 Sebelum Perlakuan	5.312
Sesudah Perlakuan	3.562

## Analisis Bivariat

### Uji Normalitas

Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah data yang digunakan berdistribusi normal ataupun berada dalam sebaran normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 3.** Uji Normalitas Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Variabel	Shapiro-Wilk		
	Statistik	n = 16	P-Value
Pemberian Jahe Hangat			
Sebelum	0.879	16	0.037
Sesudah	0.860	16	0.019
Pemberian Vitamin B6			
Sebelum	0.751	16	0.001
Sesudah	0.886	16	0.049
Perubahan Pemberian Jahe Hangat	0.750	16	0.001
Perubahan Pemberian Vitamin B6	0.796	16	0.002

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-wilk untuk data frekuensi mual muntah sebelum diberikan minuman jahe hangat diperoleh nilai p-value sebesar 0.037, sedangkan untuk data frekuensi mual muntah sesudah diberikan minuman jahe hangat diperoleh nilai p-value sebesar 0.019 (Tabel 3). Nilai p-value kedua data tersebut kurang dari 0.05 sehingga dapat disimpulkan data tersebut tidak berdistribusi normal.

Hasil uji normalitas untuk data frekuensi mual muntah sebelum pemberian vitamin B6 diperoleh nilai p-value sebesar 0.001, sedangkan untuk data frekuensi mual muntah sesudah pemberian vitamin B6 diperoleh nilai p-value sebesar 0.049. Nilai p-value kedua data tersebut kurang dari 0.05 sehingga dapat disimpulkan data tersebut tidak berdistribusi normal. Begitu pula untuk data perubahan frekuensi mual muntah dengan pemberian jahe hangat diperoleh nilai p-value sebesar 0.001 dan perubahan frekuensi mual muntah dengan pemberian vitamin B6 diperoleh nilai p-value sebesar 0.002. Hasil tersebut dapat disimpulkan data berdistribusi tidak normal karena masing-masing nilai p-value pada data tersebut berdistribusi tidak normal (Titisari et al., 2019).

### Uji Homogeneity

Setelah dilakukan uji normalitas dengan shapiro-wilk selanjutnya dilakukan uji homogenitas untuk melihat data yang digunakan apakah homogen ataupun tidak.

**Tabel 4.** Uji Homogenitas Frekuensi Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Pemberian Jahe Hangat dan Vitamin B6

Variabel	df1	df2	P-value
Frekuensi sebelum dan sesudah pemberian jahe hangat	1	30	1.000
Frekuensi sebelum dan sesudah pemberian vitamin B6	1	30	0.606

Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat diketahui bahwa nilai p-value untuk data sebelum dan sesudah diberikan jahe hangat sebesar 1.000 itu artinya data tersebut homogen (Tabel 4). Begitupula dengan nilai p-value untuk data sebelum dan sesudah diberikan vitamin B6 diperoleh nilai p-value sebesar 0.606 itu artinya data tersebut homogen (Widyastuti et al., 2019).

### Uji Wilcoxon

Uji wilcoxon digunakan untuk mengetahui perbedaan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimestar 1 sebelum dan sesudah pemberian jahe hangat dan pemberian Vitamin B6. Uji wilcoxon digunakan karena data yang digunakan berdistribusi tidak normal. Berikut disajikan hasil pengujian menggunakan wilcoxon.

**Tabel 5.** Perbedaan Frekuensi Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Pemberian Jahe Hangat dan Vitamin B6

Variabel	N	Mean	Median	Min	Max	P-Value	
Pemberian Jahe Hangat	Sebelum	6	4.625	4.500	3	6	0.000
	Sesudah	6	3.062	3.000	2	5	
Pemberian Vitamin B6	Sebelum	6	5.312	6.000	3	6	0.000
	Sesudah	6	3.562	4.000	2	5	

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil analisis frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe diperoleh nilai p-value sebesar  $0.000 < 0.05$  (Tabel 4). Hasil tersebut dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan jahe hangat dan sesudah diberikan jahe hangat. Begitu pula dengan hasil analisis frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan vitamin B6 diperoleh nilai p-value sebesar  $0.000 < 0.05$ . Hasil tersebut dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan vitamin B6 dan sesudah diberikan vitamin B6 (Masdinarsah, 2022).

### Uji Mann-Whitney

Uji mann-whitney digunakan untuk mengetahui perbedaan perubahan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimestar 1 antara pemberian jahe hangat dan pemberian Vitamin B6 di

Puskesmas Sungai Durian pada tahun 2022. Uji mann-whitney digunakan karena data yang digunakan berdistribusi tidak normal. Berikut disajikan hasil pengujian menggunakan mann-whitney.

**Tabel 6.** Perbedaan Perubahan Frekuensi Mual Muntah Antara Pemberian Jahe Hangat dan Vitamin B6

Variabel	n	Mean	Median	Min	Max	P-Value
Sesudah Pemberian Jahe Hangat	6	3.062	3.000	2	5	0.139
Sesudah Pemberian Vitamin B6	6	3.562	4.000	2	5	

Berdasarkan hasil perbandingan analisis perubahan frekuensi mual muntah antara diberikan minuman jahe dan diberikan vitamin B6 diperoleh nilai p-value sebesar  $0.427 > 0.05$  (Tabel 5). Hasil tersebut dapat diartikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 dengan diberikan jahe hangat dan diberikan vitamin B6. Akan tetapi, rata-rata perubahan frekuensi mual muntah dengan diberikan vitamin B6 lebih besar dibandingkan perubahan dengan diberikan jahe hangat (Retnoningtyas & Dewi, 2021).

#### Analisis Frekuensi Mual Muntah Sebelum dan Sesudah diberikan Minuman Jahe Hangat

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe hangat terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 dengan nilai p-value sebesar 0,000 (Tabel 4). Antara sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe hangat terjadi penurunan sebesar 1,563. Terdapat kesamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rudiyaniti & Rosmadewi (2019) tentang efektifitas pemberian wedang jahe terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 di kabupaten bengkulu utara tahun 2017. Dengan hasil bahwa ada perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 2,45 dengan p value = 0,000.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani & Ayudia (2019) dapat disimpulkan bahwa pemberian minuman jahe hangat efektif dalam mengurangi rasa mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1 dengan nilai p-value 0,000. Hasil penelitian lain yang dilakukan Harahap et. al. (2020); Retnoningtyas & Dewi (2021) menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian minuman jahe sebelum dan sesudah dengan hasil, yaitu p-value= 0,000.

Banyak kandungan yang terdapat di dalam jahe. Pemberian jahe hangat pada ibu hamil merupakan pilihan yang sangat efektif untuk mengurangi mual muntah karena bekerja cepat dan secara langsung memengaruhi sistem saraf pusat. Selain keefektifan jahe juga memiliki efek samping yang minimal dan selama ini tidak ada laporan mengenai efek samping pada dosis pengonsumsi 1 gr perhari (Sriadnyani, 2022).

Rasa pedas yang terkandung pada jahe disebabkan oleh zat zingerone, sedangkan aroma khas yang ada pada jahe disebabkan oleh zat zingiberol. Mekanisme kerja pada jahe masih belum jelas. Dikatakan jahe bekerja menghambat reseptor serotonin dan menimbulkan efek antiemetik pada sistem gastrointestinal dan sistem susunan saraf pusat. Dari hasil penelitian, efek jahe pada

susunan saraf pusat ditunjukkan pada percobaan binatang dengan gingerol, terdapat pengurangan frekuensi muntah. Selain itu, studi lain menemukan bahwa jahe menurunkan gejala emesis gravidarum pada respons yang sehat (Fauziah et al., 2019; Rofi'ah et al., 2019).

### **Analisis Frekuensi Mual Muntah Sebelum dan Sesudah diberikan Vitamin B6**

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan vitamin B6 terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 dengan nilai p-value sebesar 0,000. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2021) menyatakan bahwa ada pengaruh signifikan tentang pemberian vitamin B6 terhadap ibu hamil dengan emesis gravidarum pada trimester 1 dengan nilai Z hitung = -4,815. Hasil penelitian lain yang dilakukan Ananda & Tahiruddin (2020); Tania et. al. (2022) menyatakan bahwa terdapat perbedaan terhadap penurunan intensitas mual muntah pada ibu hamil dengan nilai p-value sebesar 0,025.

Vitamin B6 merupakan vitamin yang larut dalam air dan memainkan peran penting dalam metabolisme sel, yaitu Vitamin B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9, dan B12. Menurut beberapa penelitian diduga dengan mengonsumsi Vitamin B6 berpengaruh mengatasi rasa mual. Untuk mengatasi rasa mual muntah saat kehamilan, dosis B6 yang diperlukan lebih besar, dimana dosis yang dianjurkan 10 mg untuk 3-4 kali sehari (Misar et al., 2012). Vitamin B6 memainkan peran utama dalam koordinasi proses metabolisme tubuh. Secara keseluruhan memastikan fungsi normal dari sistem saraf, regulasi hormon, memperbaiki jaringan, pertumbuhan sel, dan pembentukan sel darah merah, asam nukleat dan asam amino.

Mekanisme kerja piridoksin dalam membantu mengatasi mual muntah saat hamil belum dapat diterangkan dengan jelas, namun piridoksin sendiri bekerja mengubah protein dari makanan ke bentuk asam amino yang diserap dan dibutuhkan oleh tubuh (Rinata & Ardillah, 2017). Peranan ini memungkinkan piridoksin mengatasi mual dan muntah jika transit lambung memanjang ketika hamil. Dari beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan piridoksin mengurangi tingkat keparahan dari mual muntah tetapi tidak memengaruhi frekuensi dari mual muntah itu sendiri (Misar et al., 2012).

### **Perbandingan Perubahan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 Antara yang diberikan Minuman Jahe Hangat dan Vitamin B6**

Berdasarkan hasil p-value sebesar 0,427 (Tabel 5) tersebut disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan pemberian minuman jahe hangat dan vitamin B6 dalam perubahan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Sungai Durian. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tania et. al. (2022); Rinata & Ardillah (2017) yang mana disebutkan bahwa terdapat perbedaan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Sungai Durian dengan nilai p-value = 0,000 ( $p < 0,05$ ). Dalam kaitannya sebagai anti lemak, mekanisme kerja pada jahe masih belum jelas. Dikatakan jahe bekerja menghambat reseptor serotonin dan menimbulkan efek antiemetik pada sistem gastrointestinal dan sistem susunan saraf pusat. Galakton merupakan unsur lain yang terkandung dalam jahe, adalah suatu antagonis kompetitif pada ileus 5-HT reseptor, yang menimbulkan efek anti-emetik. Efek jahe pada susunan saraf pusat ditunjukkan pada percobaan binatang dengan gingerol, terdapat pengurangan frekuensi muntah (Harahap et al., 2020; Sriadnyani, 2022).

Mekanisme kerja piridoksin dalam membantu mengatasi mual muntah saat hamil belum dapat diterangkan dengan jelas, namun piridoksin sendiri bekerja mengubah protein dari makanan ke bentuk asam amino yang diserap dan dibutuhkan oleh tubuh. Peranan ini memungkinkan piridoksin mengatasi mual dan muntah jika transit lambung memanjang ketika hamil (Misar et al., 2012). Dikarenakan pemberian minuman jahe hangat dan vitamin B6 melalui proses sistem pencernaan yang mana melibatkan protein sebagai fasilitator sebagai menurunkan rasa mual muntah dan masih minimnya penelitian ini, sehingga tidak menunjukkan adanya perbedaan namun dapat disimpulkan dari hasil penelitian ini, pemberian jahe hangat dan vitamin B6 efektif dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 (Rinata & Ardillah, 2017).

## KESIMPULAN

Terdapat perbedaan penurunan frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe hangat pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Sungai Durian. Kemudian, ada perbedaan juga dilihat dari penurunan frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe hangat pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Sungai Durian. Namun, tidak ada perbedaan yang signifikan antara minuman jahe hangat dan vitamin B6. Akan tetapi, rata-rata frekuensi mual muntah dengan diberikan vitamin B6 lebih besar dibandingkan perubahan dengan diberikan jahe hangat pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Sungai Durian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, S., & Tahiruddin, T. (2020). Pelatihan Pembuatan Pempek. *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 1(01), 13 - 15. <https://doi.org/10.46233/k2jce.v1i01.487>
- Ariendha, D. S. R., Setyawati, I., Hardaniyati, H., & Devitasari, A. N. I. (2023). Efektivitas Jahe Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *Journal of Fundus*, 3(2), 46-55. <https://doi.org/10.57267/fundus.v3i2.260>
- Astuti, E. (2015). Penanganan Mandiri Emesis Gravidarum Pada Trimester I di BKIA. *Akper William Booth Surabaya*, 1, 1-43.
- Fauziah, Q., Wiratmo, P. A., & Sutandi, A. (2019). Hubungan Status Gravida Terhadap Tingkat Keparahan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil. *Binawan Student Journal*, 1(3), 160-166. <https://doi.org/10.54771/bsj.v1i3.81>
- Fuadah, F., Ardayani, T., & Febriani, M. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Depresi Pada Jurusan Analis Kimia Kelas XI SMKNegeri 7 Bandung. *Media Ilmiah Kesehatan Indonesia*, 1(1), 24-27. <https://doi.org/10.58184/miki.v1i1.88>
- Harahap, H. P., Oktafirnanda, Y., & Manggabarani, S. (2020, October). Efektivitas Teh Daun Mint Terhadap Emesis Gravidarum Trimester I di Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan. In *Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu Universitas Asahan*, 1158-1165.
- Masdinarsah, I. (2022). Akupresur dalam mengurangi emesis gravidarum. *Jurnal Asuhan Ibu dan Anak*, 7(1), 45-51. <https://doi.org/10.33867/jaia.v7i1.302>
- Misar, Y., & Masni, Z. A. (2012). Faktor Risiko Komplikasi Persalinan Pada Ibu Melahirkan di Kabupaten Gorontalo Utara Tahun 2012. [Pasca.unhas.ac.id](http://Pasca.unhas.ac.id).
- Munisah, M., Sukarsih, R. I., Rachmawati, A., & Mudlikah, S. (2022). Faktor Tingkat Pendidikan, Usia, Paritas, Status Pekerjaan dan Riwayat Emesis Gravidarum Mempengaruhi Terjadinya

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *IJMT: Indonesian Journal of Midwifery Today*, 1(2), 45-53.

- Retnoningtyas, R. D. S., & Dewi, R. K. (2021). Pengaruh Hormon Human Chorionic Gonadotropin dan Usia Ibu Hamil terhadap Emesis Gravidarum pada Kehamilan Trimester Pertama. *Jurnal Tadris IPA Indonesia*, 1(3), 394-402. <https://doi.org/10.21154/jtii.v1i3.306>
- Rinata, E., & Ardillah, F. R. (october 2015). *Penanganan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di BPM Nunik Kustantinna Tulangan-Sidoarjo*. In: SEMINAR DAN CALL FOR PAPER "Moving Towards New Scientific Research In Midwifery Practice" ASOSIASI PENDIDIKAN KEBIDANAN INDONESIA. <http://eprints.umsida.ac.id/265/>
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Sukini, T. (2019). Efektivitas aromaterapi lemon untuk mengatasi emesis gravidarum. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 9-16. <https://doi.org/10.31983/jkb.v9i1.3814>
- 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. <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1253>
- Sipayung, R. R., Sinurat, L. R. E., & Silitonga, E. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester I Dengan Sikap Dalam Mengatasi Emesis Gravidarum Di Klinik Lena Barus Binjai. *Jurnal Teknologi Kesehatan Dan Ilmu Sosial (TEKESNOS)*, 4(1), 179-186.
- Sriadnyani, N. W., Mahayati, N. M. D., & Suindri, N. N. (2022). Karakteristik Ibu Hamil dengan Emesis Gravidarum di Praktik Mandiri Bidan "PS". *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 10(2), 171-175. <https://doi.org/10.33992/jik.v10i2.1843>
- Tania, A. A., Yudianti, I., Sendra, E., & Indriani, R. (2022). The Effect of Herbal Therapy on Emesis Gravidarum. *Indonesian Journal of Sport Management and Physical Education*, 1(1), 11-38. <https://doi.org/10.55927/ijsmpe.v1i1.2207>
- Titisari, I., Suryaningrum, K. C., & Mediawati, M. (2019). Hubungan Antara Status Gravida dan Usia Ibu dengan Kejadian Emesis Gravidarum Bulan Januari-Agustus 2017 di BPM Veronika dan BPM Endang Sutikno Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), 342-348. <https://doi.org/10.32831/jik.v7i2.213>
- Widyastuti, D. E., Rumiayati, E., & Widyastutik, D. (2019). Terapi Komplementer Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Tahun 2018. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 96-104. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i1.248>
- Wulandari, N. (2021). Penanganan Emesis Gravidarum dengan Menggunakan Aromaterapi Lemon: Study Literature Review.