

Pengaruh Pemberian Jahe Merah (*Zingiber Var Rubrum Rhizoma*) dan Daun Pepaya Pandan (*Pandanus Amaryllifolius*) Terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang Tahun 2023

The Effect of Red Ginger (*Zingiber Var Rubrum Rhizoma*) and Pandan Leaf (*Pandanus Amaryllifolius*) of Nausea Vomiting in the First Trimester of Pregnant Women at Puskesmas DTP Jatinangor Regency in 2023

Linda Sukmawati ^{1*}

Rukmaini ²

Bunga Tiara Carolin ³

Universitas Nasional, Jakarta,
DKI Jakarta, Indonesia

*email:
2022.linda.sukmawati@student.
unas.ac.id

Abstrak

Berdasarkan data WHO tahun 2019 didapatkan jumlah kejadian mual dan muntah mencapai 12,5% dari seluruh kehamilan di dunia. Mual dan muntah ringan terjadi antara minggu ke-5 dan minggu ke-12 dialami oleh 50% sampai 80% wanita hamil. Mual muntah ini biasanya lebih sering terjadi pada pagi hari dan dapat mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jahe merah (*zingiber officinale var rubrum rhizoma*) dan daun pandan (*pandanus amaryllifolius*) terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang tahun 2023. Penelitian ini menggunakan *quasi-experiment* dengan rancangan *pre and post test with control group design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 ibu hamil trimester I yang terdiri dari 20 sampel kelompok intervensi dan 20 sampel kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini terdiri dari lembar *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)*. Data dianalisis menggunakan uji Independent T Test. Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata mual muntah pada kelompok intervensi sebelum 8,80 sedangkan pada saat post-test didapatkan rata-rata skor sebesar 5,15. Frekuensi mual muntah pada kelompok kontrol rata-rata skor saat pre-test sebesar 8,30 dan rata-rata skor pada saat post-test sebesar 7,40. Berdasarkan hasil uji Independent T Test didapatkan hasil p value $0,000 < 0,05$. Terdapat pengaruh pemberian jahe merah (*zingiber officinale var rubrum rhizoma*) dan daun pandan (*pandanus amaryllifolius*) terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang tahun 2023.

Kata Kunci:

Jahe Merah
Daun Pandan
Mual Muntah
Ibu Hamil Trimester I

Keywords:

Reg Ginger
Pandan Leaves
Nausea Vomiting
First Trimester Pregnant Women

Abstract

Based on WHO data in 2019, the number of incidents of nausea and vomiting reached 12.5% of all pregnancies in the world. Mild nausea and vomiting occurs between the 5th and 12th week experienced by 50% to 80% of pregnant women. Nausea and vomiting usually occurs in the morning and can disrupt daily activities. This study aims to determine the effect of giving red ginger (*zingiber officinale var rubrum rhizoma*) and pandan leaves (*pandanus amaryllifolius*) on nausea and vomiting in first trimester pregnant women at Puskesmas DTP Jatinangor Sumedang Regency in 2023. Methodology for this research is *Quasi-experiment* research with *pre and post test design with control group design*. The sample in this study was 40 first trimester pregnant women consisting of 20 samples from the intervention group and 20 samples from the control group. The sampling technique used *purposive sampling*. The research instrument consisted of a *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)* sheet. Data were analyzed using the *Independent T Test*. The results of the study found that the average nausea and vomiting in the intervention group before was 8.80 while during the post-test the average score was 5.15. The frequency of nausea and vomiting in the control group had an average pre-test score of 8.30 and an average post-test score of 7.40. Based on the results of the *Independent T Test*, the p value was $0.000 < 0.05$. There is an effect of giving red ginger (*zingiber officinale var rubrum rhizoma*) and pandan leaves (*pandanus amaryllifolius*) on nausea and vomiting in the first trimester of pregnant women at the DTP Jatinangor Health Center, Sumedang Regency in 2023.



PENDAHULUAN

Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin dimulai saat konsepsi dan berakhir pada saat awal permulaan persalinan. Kehamilan ini merupakan suatu perubahan ovum oleh spermatozoa kemudian akan mengalami nidasi pada uterus dan berkembang sampai dengan janin lahir, dimana usia kehamilan yang normal berlangsung antara 37-40 minggu dihitung dari hari pertama haid terakhir (Syarifah et al., 2022).

Trimester pertama merupakan periode kehamilan dari mulai terjadinya konsepsi sampai dengan usia kehamilan 12 minggu (0-3 bulan). Pada trimester pertama terdapat keluhan-keluhan yang dapat dirasakan oleh ibu hamil. Keluhan ringan seperti terjadinya *morning sickness*, hal ini diakibatkan karena terjadinya perubahan hormon. Dalam kehamilan ini dapat terjadi perubahan fisik yaitu payudara terus membesar, rahim yang mengalami perubahan, perut yang membesar setiap bulan, berat badan yang selalu naik, selain itu organ yang ada di dalam mengalami perubahan sistem kerja seperti otot-otot pencernaan yang melemah (Febriyeni et al., 2021).

Perubahan yang terjadi pada ibu dapat mengakibatkan ketidaknyamanan. Ketidaknyamanan tersebut dapat terjadi karena terdapat peningkatan kadar hormon estrogen dan progesteron yang diproduksi oleh *Human Chorionic Gonadotropine* (HCG) dalam serum dan plasenta, dimana hal ini merupakan penyebab terjadinya mual muntah pada kehamilan atau *emesis gravidarum*. Mual muntah ini biasanya terjadi pada pagi hari dan mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Namun, frekuensi terjadinya mual muntah ini tidak hanya terjadi di pagi hari melainkan siang bahkan pada malam hari (Syarifah et al., 2022).

Menurut data WHO tahun 2019 didapatkan jumlah kejadian mual dan muntah mencapai 12,5% dari seluruh kehamilan di dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai dari Swedia 0,3%, California 0,5%, Canada 0,8%, Cina 10,8%, Norwegia 0,9%, Pakistan 2,2%, Turki

1,9%, dan 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia. (Kusyati, Surtiningsih and Yanti, 2021). Mual dan muntah ringan terjadi antara minggu ke-5 dan minggu ke-12 dialami oleh 50% sampai 80% wanita hamil (Rufaridah et al, 2019).

Untuk mengatasi mual muntah agar tidak berlanjut menjadi *hyperemesis gravidarum* yaitu dengan melakukan pengobatan sedini mungkin untuk mengatasi *emesis gravidarum*. Rasa mual pada awal kehamilan dapat ditangani dengan cara farmakologi dan juga non-farmakologi. Penanganan secara farmakologi dapat diberikannya vitamin B6, vitamin B Komplek dan lain-lain. Sedangkan penanganan secara non-farmakologi dapat dilakukan dengan cara ibu diberikan penanganan komplementer seperti aromaterapi, akupresur, akupunktur, terapi herbal dengan menggunakan pengobatan herbal tradisional, dan lainnya (Romadhoni, 2018).

Salah satu pengobatan komplementer nonfarmakologi yang dapat digunakan sebagai terapi *emesis gravidarum* yang dianjurkan WHO yaitu tanaman herbal atau tradisional yang bisa dilakukan adalah dengan menggunakan jahe atau *ginger* (Bahrah, 2022).

Keunggulan yang paling utama dari tanaman jahe adalah kandungan minyak atsiri yang memiliki efek menyegarkan serta dapat memblokir reflek muntah. Dengan mengkonsumsi jahe sebanyak 1 gram per hari dalam bentuk yang telah diolah menjadi teh maupun masih segar terbukti dapat mengatasi permasalahan pada organ pencernaan seperti *heartburn*, nyeri ulu hati, sakit perut, kembung, mual muntah dan sering buang gas (Okinarum, 2019).

Nutrisi yang terkandung dalam jahe adalah postassium 3,4%, magnesium 3,0%, copper 3,0%, mangan 3,0%, dan vitamin B6 2,5%. Dalam jahe memiliki kandungan yang berasal dari vitamin A, B, C, lemak, protein, pati, dammar, asam organik, oleoresin, gingerin, dan minyak terbang (zingeron, zingerol, zingiberin, borneol, sineol, dan feladren), dan resin pahit yang dapat memblok

serotonin yaitu neurotransmitter yang disintesis pada neurotransmitter yang disintesis pada neuron serotonergis dalam sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromatofin dalam saluran pencernaan. Hal ini diyakini sebagai pengurangan rasa mual muntah. Dimana konsumsi minuman jahe tersebut dilakukan selama 7 hari, diminum setiap hari pada pagi dan sore hari (Widowati et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Indah dan Machfudloh (2021) menunjukkan bahwa daun pandan dapat dijadikan salah satu tumbuhan yang memiliki manfaat sebagai penambah nafsu makan. Karena di dalam daun pandan mengandung senyawa aktif yaitu saponin, alkaloid, dan flavonoid. Kandungan senyawa tersebutlah yang menjadikan pandan memiliki efek meningkatkan nafsu makan pada ibu hamil. Terutama pada ibu hamil yang sedang mengalami mual muntah.

Menurut studi pendahuluan di Puskesmas DTP Jatinangor di Kabupaten Sumedang, diketahui bahwa selama tiga bulan terakhir terdapat sebanyak 162 ibu hamil trimester I yang memeriksakan kehamilannya. Dari hasil studi pendahuluan tersebut sebanyak 98% atau 159 ibu hamil trimester I mengalami gejala mual muntah dan sisanya tidak mengalami mual muntah. Upaya yang dilakukan oleh Puskesmas DTP Jatinangor untuk penanganan kasus tersebut yaitu dengan pemberian konseling pada ibu dan keluarga, pemantauan pola makan ibu, atau diberikan vitamin B6. Dilihat dari banyaknya kasus mual muntah yang dihadapi oleh ibu hamil pada trimester I dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman bagi ibu, sehingga menyebabkan penurunan kesehatan yang mengakibatkan ibu menjadi kekurangan nutrisi. Hal ini tidak hanya berdampak pada ibu, namun juga dapat mempengaruhi pertumbuhan janin yang dikandungnya.

Berdasarkan masalah di atas, maka penulis tertarik untuk mengangkat masalah ini dalam studi penelitian mengenai "Pengaruh Pemberian Jahe Merah (*Zingiber Var Rubrum Rhizoma*) dan Daun Pandan (*Pandanus*

Amaryllifolius) terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang Tahun 2023".

METODOLOGI

Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental design* dengan *pre and post test with control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu trimester I yang mengalami mual muntah dari bulan April-Juni yaitu sebanyak 159 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, sehingga didapatkan sampel sebanyak 40 orang terbagi menjadi 20 sampel kelompok intervensi dan 20 sampel kelompok kontrol.

Pemberian jahe merah dan daun pandan diberikan selama 7 hari, diminum 2 kali sehari pada pagi dan sore. Jahe merah diolah menjadi teh dengan berat 1gr dan daun pandan yang digunakan sebanyak 1 lembar. Daun pandan direbus ke dalam air sebanyak ± 250 ml, setelah itu dipindahkan ke gelas. Kemudian masukan teh jahe pada air rebusan daun pandan tersebut. Tambahkan madu sebanyak 25ml atau 2 sendok makan.

Instrumen penelitian data yang digunakan adalah lembar observasi untuk mengetahui kepatuhan ibu hamil dalam meminum jahe merah dan pandan, selain itu menggunakan lembar *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)* untuk mengetahui dan menilai tingkat keparahan muntah ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan terhadap 40 responden, untuk mengetahui pengaruh antara pemberian jahe merah dan daun pandan terhadap mual muntah ibu hamil trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang tahun 2023.

Analisis Univariat

Tabel I. Kejadian Mual Muntah Sebelum dan Sesudah diberikan Jahe Merah dan Daun Pandan

Kelompok	N	Mual Muntah							
		Pre-Test				Post-Test			
		M	SD	Min	Max	M	SD	Min	Max
Intervensi	20	8,8	1,57	6	11	5,1	1,69	3	8
Kontrol	20	8,3	1,68	6	11	7,4	1,66	4	10

Berdasarkan tabel I pada kelompok intervensi untuk rata-rata mual muntah pada saat pre-test skornya sebesar 8,80 sedangkan pada saat post-test untuk rata-rata skor sebesar 5,15. Untuk kelompok kontrol didapatkan rata-rata skor sebesar 8,30 pada saat pre-test, pada saat post-test didapatkan rata-rata skor sebesar 7,40.

Analisis Bivariat

Tabel II. Pengaruh Jahe Merah dan Daun Pandan terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang tahun 2023

Kelompok	Pre-Test		Post-Test		P-Value
	M	SD	M	SD	
Intervensi	8,80	1,576	5,15	1,694	0,000
Kontrol	8,30	1,689	7,40	1,667	0,000

Berdasarkan tabel II di atas menunjukkan bahwa nilai *p value* $0,000 < 0,05$ dan pada kelompok kontrol memiliki nilai *p value* $0,000 < 0,05$. ini menyatakan bahwa keduanya terdapat perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah untuk pre-test dan post-test masing-masing kelompok yang artinya jahe merah dan daun pandan memiliki pengaruh dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Tabel III. Perbedaan Rata-Rata Mual Muntah pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Ibu hamil Trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang tahun 2023

Kelompok	Intervensi		Kontrol		P-Value
	M	SD	M	SD	
Pre-Test	8,80	1,576	8,30	1,689	0,339
Post-Test	5,15	1,694	7,40	1,667	0,000

Berdasarkan tabel III di atas diketahui bahwa pada pre-test didapatkan hasil *p value* sebesar $0,339 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan saat pre-test tidak terdapat perbedaan rata-rata mual muntah antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol. Untuk post-test didapatkan hasil *p value* $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa pada saat post test terdapat perbedaan rata-rata mual muntah antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Jumlah Rata-Rata Frekuensi Mual Muntah sebelum dan Sesudah Pemberian Jahe Merah (*Zingiber Var Rubrum Rhizoma*) dan Daun Pandan (*Pandanus Amarylifolius*) pada Kelompok Intervensi Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh hasil bahwa pada saat pre-test skornya sebesar 8,80 sedangkan pada saat post-test didapatkan rata-rata skor sebesar 5,15.

Menurut Aryanta (2019) jahe merah banyak mengandung minyak atsiri, yaitu suatu campuran senyawa mudah menguap yang sebagian besar tergolong dalam golongan senyawa terpenoid. Kandungan minyak atsiri yang terkandung dalam jahe ini dapat memiliki efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah, sedangkan untuk zat gingerol dapat melancarkan peredaran darah dan saraf-saraf menjadi bekerja dengan baik (Aryanta, 2019).

Pandan mengandung senyawa saponin, flavonoid, tannin, polifenol, dan minyak atsiri. Saponin yang terkandung dalam daun pandan mempunyai aktifitas farmakologi yang cukup luas diantaranya immunomodulator, anti tumor, anti inflamasi, hipoglikemik, dan efek hipokolesterol. Alkaloid pada daun pandan dapat menetralkan racun-racun di dalam tubuh. Manfaat flavonoid adalah melindungi struktur sel, memiliki hubungan sinergis dengan vitamin C, anti inflamasi, mencegah krepitasi tulang, Manfaat minyak atsiri sendiri dapat memberikan aroma dan membuat nafsu makan menjadi meningkat bagi ibu hamil (Febriyeni dan Delfina, 2021).

Pebrianthy (2021) menjelaskan bahwa terdapat perbandingan antara frekuensi jumlah mual muntah dengan yang diberikan intervensi dan dengan yang tidak diberikan, yaitu terjadi penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil ketika sudah diberikan jahe merah dari 8,83 menjadi 7,50. Sehingga dapat disimpulkan bahwa seduhan jahe tersebut dapat mengurangi mual muntah pada ibu hamil.

Peneliti berasumsi bahwa setelah diberikan jahe merah dan daun pandan rata-rata skor lebih kecil dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Hal ini karena terdapat kandungan di dalam jahe dan daun pandan yaitu salah satunya adalah minyak atsiri yang memiliki efek untuk yang dapat mengurangi terjadinya mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Jumlah Rata-Rata Frekuensi Mual Muntah pada Kelompok Kontrol Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor

Berdasarkan dengan hasil penelitian yang dilakukan pada kelompok kontrol didapatkan bahwa rata-rata skor saat pre-test sebesar 8,30 dan rata-rata skor pada saat post-test sebesar 7,40.

Menurut Andreinie (2021) dan Sari (2018) mual muntah terjadi akibat beberapa faktor yaitu internal dan eksternal. Untuk faktor internal terdiri dari faktor

hormonal, psikologis, usia, status gravida, pengetahuan, pekerjaan, makanan, pendidikan, riwayat kehamilan, dan riwayat penyakit ibu. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor psikososial, sosio kultural dan lingkungan. Secara patofisiologi mual muntah terjadi sebagai proses adaptasi wanita terhadap kehamilannya. Pada penderita dengan muntah secara terus menerus dapat mengakibatkan cadangan karbohidrat dan lemak habis dipakai untuk keperluan energi, karena oksidasi lemak yang sempurna terjadi ketosis dengan tertimbunnya asam aseton asetik, asam hidroksi butirik, dan aseton dalam darah.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fitra (2023) mengatakan bahwa terlihat perbedaan antara kelompok yang diberikan seduhan jahe merah dengan yang tidak diberikan, yaitu kelompok yang diberikan seduhan jahe merah tersebut lebih cepat penurunan frekuensi mual muntahnya dibandingkan dengan yang tidak diberikan. Hal ini dapat membuktikan bahwa jahe merah dapat menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil.

Peneliti berasumsi bahwa terjadinya mual muntah tersebut dapat diakibatkan oleh beberapa faktor baik dalam diri ibu atau dipengaruhi oleh faktor luar. Ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah dapat saja terjadi penurunan mual muntahnya, namun tidak secara signifikan karena tidak adanya pemberian intervensi yang dapat membantu mengurangi hal tersebut. Sehingga bagi ibu hamil yang mengalami mual muntah akan lebih sulit untuk dapat mengurangi mual muntah tersebut dibandingkan dengan yang diberikan intervensi.

Pemberian Jahe Merah (Zingiber Var Rubrum Rhizoma) dan Daun Pandan (Pandanus Amaryllifolius) pada Kelompok Intervensi Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh jahe merah dan daun pandan terhadap mual muntah ibu

hamil trimester I di Puskesmas DTP Jatiningor Kabupaten Sumedang tahun 2023.

Menurut Febriyeni dan Delfina (2021) menjelaskan bahwa Pandan mengandung senyawa saponin, flavonoid, tannin, polifenol, dan minyak atsiri. Saponin yang terkandung dalam daun pandan mempunyai aktifitas farmakologi yang cukup luas diantaranya immunomodulator, anti tumor, anti inflamasi, hipoglikemik, dan efek hipokolesterol. Alkaloid pada daun pandan dapat menetralkan racun-racun di dalam tubuh. Manfaat flavonoid adalah melindungi struktur sel, memiliki hubungan sinergis dengan vitamin C, anti inflamasi, mencegah krepitasi tulang. Manfaat minyak atsiri sendiri dapat memberikan aroma dan membuat nafsu makan menjadi meningkat bagi ibu hamil.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sulistyowati (2021) menyatakan bahwa untuk dosis pemberian normal (sampai 2 g sehari), dapat memiliki manfaat yang baik bagi tubuh. Di dalam penelitiannya menyebutkan bahwa ibu hamil yang diberikan minuman jahe dengan menggunakan dosis tersebut terdapat efektivitas yang signifikan terhadap frekuensi muntah. Selain itu, menurut penelitian oleh Ulya (2022) menyatakan bahwa dengan pemberian jahe merah sebanyak 1gr dapat menurunkan frekuensi terjadinya muntah pada ibu hamil trimester I.

Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pebrianthy (2021) disimpulkan bahwa seduhan jahe tersebut dapat mengurangi muntah pada ibu hamil. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Romadhoni (2018) didapatkan bahwa pemberian jahe merah mempengaruhi terhadap perubahan frekuensi muntah pada ibu hamil trimester I. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Indah dan Machfudloh (2021) menunjukkan bahwa hasil adanya pengaruh pemberian jahe dan daun pandan terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada trimester pertama.

Penulis berasumsi berdasarkan dengan hasil tersebut dapat diketahui bahwa ibu yang dilakukan pemberian

jahe merah dan daun pandan lebih dapat mengurangi muntah dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan. Hal ini disebabkan oleh kandungan yang terdapat dalam jahe yaitu minyak atsiri, gingerol, dan shogaol. Dalam daun pandan memiliki kandungan minyak atsiri dan flavonoid. Dimana kandungan-kandungan tersebut dapat memiliki manfaat untuk ibu hamil seperti memblokir efek muntah serta dapat meningkatnya nafsu makan. Ibu yang memiliki nafsu makan yang baik akan cenderung memiliki nutrisi yang baik sehingga dapat meningkatkan kesehatan ibu. Maka dari itu, pemberian jahe merah dan daun pandan dapat mengurangi terjadinya muntah yang terjadi pada ibu hamil.

Perbedaan Mual Muntah Antara Kelompok Intervensi dengan Kelompok Kontrol pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas DTP Jatiningor Kabupaten Sumedang tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol pada ibu hamil trimester I di Puskesmas DTP Jatiningor Kabupaten Sumedang tahun 2023.

Jahe merah merupakan varian jahe yang memiliki rasa pahit dan pedas lebih tinggi dibandingkan dengan jenis jahe lainnya. Kulit jahe merah memiliki warna merah muda dan dagingnya sedikit coklat. Jahe merah sering dimanfaatkan sebagai bumbu masakan. Namun karena jahe merah mengandung senyawa aktif gingerol, zingeron, shogaol, gingerin dan zingerberin menjadikan jahe merah memiliki khasiat yang besar dan beragam. Salah satu manfaat yang diperoleh jahe merah dapat meredakan gangguan pada sistem pencernaan salah satunya adalah muntah (Utami *et al.*, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Harahap *et al.* (2021) menjelaskan bahwa jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri yaitu minyak aromaterapi yang digunakan dalam pengobatan alami. Selain itu jahe merah memiliki kandungan zingiberol, kurkumen, flandrena,

bisabilena, zingiberene (zingirona), gingerol, resin pahit, dan vitamin A. Kandungan-kandungan yang terdapat dalam jahe merah tersebut memiliki manfaat untuk menghalangi serotonin yaitu neru transmitter pada neuron-neuron serotonergis yang disintesiskan oleh sel-sel enterokromafin serta sistem saraf pusat ke dalam saluran pencernaan. Hal ini diyakini bahwa dapat mengatasi mual muntah karena memberikan rasa nyaman dalam perut. Maka dari itu, jahe merah efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Amananti (2021) daun pandan memiliki banyak kandungan senyawa. Senyawa tersebut adalah flavonoid, alkaloid, saponin, tanin, dan terpenoid. Senyawa-senyawa tersebut menjadikan daun pandan memiliki efek farmakologis yaitu sebagai tonikum, dapat meningkatkan nafsu makan dan dapat meningkatkan kekebalan tubuh.

Penulis berasumsi berdasarkan hasil penelitian tersebut terdapat perbedaan rata-rata antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol. Karena pada kelompok intervensi diberikan jahe merah dan daun pandan yang memiliki banyak khasiat. Khasiat yang didapatkan setelah konsumsi jahe merah dan daun pandan adalah mengurangi mual muntah serta meningkatkan nafsu makan.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa frekuensi mual muntah pada kelompok intervensi rata-rata skor saat pre-test sebesar 8,80 sedangkan pada saat post-test didapatkan rata-rata skor sebesar 5,15. Frekuensi mual muntah pada kelompok kontrol rata-rata skor saat pre-test sebesar 8,30 dan rata-rata skor pada saat post-test sebesar 7,40.

Terdapat pengaruh pemberian jahe merah dan daun pandan terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester

I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang tahun 2023 dengan p value $0,000 < 0,05$. Terdapat perbedaan signifikan antara rata-rata mual muntah pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol pada ibu hamil trimester I di Puskesmas DTP Jatinangor Kabupaten Sumedang tahun 2023.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Terimakasih kepada Dr. Rukmaini, SST., M. Keb dan Bunga Tiara Carolin, SST., M. Bmd yang telah memberikan arahan serta bimbingan dalam penyelesaian penelitian ini. Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang ikut terlibat, membantu, dan mendukung penelitian ini.

REFERENSI

- Andreinie, R. 2021. *Manfaat Jahe untuk Ibu Hamil*. Banyumas: Amerta Media.
- Aryanta, I. W. R. 2019. Manfaat Jahe Untuk Kesehatan, *Widya Kesehatan*, 1(2), pp. 39–43.
- Bahrah. 2022. *Manfaat Ginger (Jahe) sebagai Terapi Nonfarmakologis*. Pekalongan: Nasya Expanding Management.
- Febriyeni, F. and Delfina, V. 2021. Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Dan Daun Pandan Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I, *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 12(1), p. 49.
- Fitra, Y.N. 2023. Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Merah Terhadap Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I. *Maternal Child Health Care*, 5, pp. 813–819.
- Harahap, R.F. et al. 2021. Demonstrasi Dalam Pembuatan Air Jahe Dalam Mengatasi Mual Dan Muntah Bagi Ibu Hamil', *Mitra Keperawatan dan Kebidanan Prima*, 3(1).
- Indah, A. putri and Machfudloh. 2021. Meredakan Mual Muntah Pada Ibu Hamil', *Midwifery and Public Health Jurnal*, 12(2), pp. 20–26.
- Kusyati, H., Surtiningsih and Yanti, L. 2021. Minuman Jahe untuk Ibu Hamil dengan Hiperemesis Gravidarum di Era Pandemi Covid-19', *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada*

Masyarakat (SNPPKM), pp. 1159–1162.

- Okinarum, G. 2019. *Pemanfaatan Herbal dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Panasea.
- Pebriantny, L. and Sitonga, N. 2021. Efektivitas Seduhan Zingiber Offcinale (Jahe) Dalam Mengatasi Mual Muntah pada Kehamilan Trimester I', *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), p. 176.
- Pratiwi, R.I. and Amananti, W. 2021. Pemanfaatan Carboxy Methyl Cellulose dan Pati Singkong Sebagai Suspending Agent pada Sediaan, *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 7(1), pp. 111–119.
- Romadhoni, K.. 2018. Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Merah Terhadap Penurunan Frekuensi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Puskesmas Air Padang 2018, *Energies*, 6(1), pp. 1–8.
- Rufaridah, A., Herien, Y. and Mofa, E. 2019. Pengaruh Seduhan Zingiber Offcinale (Jahe) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum', *Jurnal Endurance*, 4(1), p. 204.
- Sari, P. 2018. *Kebidanan: Teori dan Asuhan*. Jakarta: EGC.
- Sulistiyowati, R. 2021. Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Dan Madu Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Karanganyar li Kabupaten Demak, *Skripsi [Preprint]*.
- Syarifah, Anita; Rosfinawati; Juwita, R. 2022. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru, *Jurnal Kesehatan Maharatu*, 3, pp. 67–77.
- Ulya, I. H. 2022. Efektivitas Pemberian Seduhan Bubuk Jahe Merah dan Madu Terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Puskesmas Kecamatan Sayung Kabupaten Demak.
- Utami, N. et al. 2022. Pengolahan Jahe Merah Untuk Tingkatkan Imunitas Tubuh Di Desa Jimbung, Klaten. *Diseminasi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(1), pp. 93–98.
- Widowati, R. et al. 2020. Penyuluhan dan Pemberian Minuman Madu Jahe Pada Ibu Hamil Trimester Satu Dengan Emesis Gravidarum', *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), pp. 163–170.