

LITERATURE REVIEW : PEMBERIAN MINUMAN JAHE HANGAT TERHADAP FREKUENSI MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL EMESIS GRAVIDARUM

Evy Tri Susanti¹, Barotut Taqiyah²

^{1,2} Akper Karya Bhakti Nusantara Magelang

Telp. 081328487886/ E-mail : evytrisusanti@yahoo.co.id

ABSTRAK

Latar belakang: *Emesis gravidarum* atau mual muntah pada ibu hamil merupakan keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan dengan frekuensi muntah kurang dari 5 kali sehari yang dikarenakan terjadinya perubahan hormon. *Emesis gravidarum* dapat menimbulkan gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, penurunan berat badan, ketidakseimbangan elektrolit, dan bila tidak diatasi akan berdampak menjadi *hyperemesis gravidarum*. *Emesis gravidarum* dapat diatasi dengan terapi non farmakologis, salah satunya yaitu jahe. Jahe mengandung minyak atsiri dan gingerol yang dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan dengan menghambat induksi HCG ke lambung.. **Tujuan:** Mengetahui efektifitas pemberian minuman jahe hangat terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum*. **Metode:** Penelitian eksploratif menggunakan metode dan desain *literature review* ini dengan mengambil sumber-sumber yang dilakukan pada tanggal 15 Juni sampai 25 Agustus 2020 dengan penelusuran *Google Scholar* yang sesuai dengan kata kunci dan kriteria diantaranya jurnal nasional bahasa Indonesia, terbit 10 tahun terakhir, bukan merupakan jurnal asuhan keperawatan, dan jurnal yang dapat diakses *full text*. **Hasil:** Terdapat 152 artikel yang diidentifikasi dan dipublikasikan dari tahun 2011-2020, dari 152 artikel terdapat 3 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Berdasarkan hasil penelitian 3 jurnal yang ditelaah menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe dapat menurunkan frekuensi *emesis gravidarum*. **Simpulan:** Minuman jahe hangat efektif untuk mendukung menurunkan mual muntah pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum*.

Kata kunci: *Emesis gravidarum*, Jahe

ABSTRACT

Background: *Emesis gravidarum* or nausea vomiting in pregnant women is a common complaint that is conveyed in pregnancy with a frequency of vomiting less than 5 times a day due to hormonal changes. *Emesis gravidarum* can cause nutritional disturbances, dehydration, weakness, weight loss, electrolyte imbalance, and if it is not treated it will lead to *hyperemesis gravidarum*. *Emesis gravidarum* can be treated with non-pharmacological therapies, one of which is ginger. Ginger contains essential oils and gingerols which can block serotonin, a central nervous system neurotransmitter and enterochromaffin cells in the digestive tract by inhibiting the induction of HCG into the stomach. **Objective:** Knowing the effectiveness of giving warm ginger drink to the frequency of nausea and vomiting in pregnant women with *emesis gravidarum*.. **Methods:** This explorative research uses the method and design of this literature review by taking sources conducted on June 15 to August 25 2020 with Google Scholar searches that match the keywords

and criteria including the Indonesian national journal, published in the last 10 years, not a nurturing journal nursing, and a journal that can be accessed in full text. **Results:** There were 152 articles identified and published from 2011-2020, from 152 articles there were three articles that met the inclusion and exclusion criteria. Based on the result of the 3 journals reviewed, it was shown that giving ginger ale can reduce the frequency of emesis gravidarum. **Conclusion:** Warm ginger drink is effective for reducing nausea and vomiting in pregnant women with emesis gravidarum.

Key words: Emesis gravidarum, Ginger

PENDAHULUAN

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang dirasakan wanita hamil yang ditandai dengan mual dan muntah (frekuensi ≤ 5 kali sehari) terutama pada pagi hari atau *morning sickness* (Aini dan Kanarsih, 2010). Mual muntah yang terjadi pada kehamilan disebabkan karena terjadi peningkatan kadar hormon *estrogen* dan *progesteron* yang diproduksi oleh *Human Chorionic Gonadotropine* (HCG) dalam serum dari plasenta (Putri, dkk, 2016). Peningkatan *estrogen* dapat meningkatkan keasaman lambung yang membuat ibu hamil merasa mual (Irianti, dkk, 2014).

Kehamilan menyebabkan banyak perubahan fisik, psikis dan hormonal pada tubuh ibu sehingga menimbulkan bermacam-macam keluhan, salah satunya adalah mual muntah yang biasa terjadi pada awal kehamilan (Putri, dkk, 2016). Selama kehamilan, sebanyak 70-85% wanita mengalami mual dan muntah (Wegrzyniak, dkk, 2012). Menurut Tiran dan Denise (2013), muntah pada awalnya didahului oleh rasa mual, yang bercirikan muka pucat,

berkeringat, liur berlebih, *tachycardia*, pernapasan tidak teratur, pada saat ini lambung mengendur dan di usus halus timbul aktifitas anti peristaltik yang menyalurkan isi usus halus bagian atas lambung. Gejala-gejala tersebut kemudian disusul oleh menurunnya bagian pangkal tenggorokan, nafas ditahan, katup esophagus dan lambung *relaksasi*. Akhirnya timbul kontraksi ritmis dari diafragma serta otot-otot pernafasan disusul oleh lambung memuntahkan isinya

Mual dan muntah pada kehamilan biasanya bersifat ringan dan merupakan kondisi yang dapat dikontrol sesuai dengan kondisi ibu hamil. Dampak dari mual muntah pada ibu hamil dapat menimbulkan gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, penurunan berat badan, serta ketidakseimbangan elektrolit, bila tidak ditangani mual muntah ini akan bertambah berat menjadi *hiperemesis gravidarum* (Ardani dan Ayu 2014). Hal tersebut dapat berakibat buruk pada janin seperti abortus, partus prematurus, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (Tiran dan Denise, 2013).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada bulan April sampai Juni 2019, jumlah kematian ibu tercatat 226 kasus per 100.000 kehamilan. Angka Kematian Ibu (AKI) di Kota Magelang terdapat 2 kasus sedangkan di Kabupaten Magelang terdapat 5 kasus. Menurut Rachmaningtyas dan Ayu (2013) AKI salah satu penyebabnya karena mual dan muntah yang biasa terjadi pada ibu hamil.

Penatalaksanaan mual muntah selama kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan farmakologi menggunakan obat (Vitamin B6, Ondansentron, Doksilamin dan Demenhidrinat) sedangkan tindakan non farmakologi yaitu dengan pengaturan pola makan, menghindari ketegangan, menghindari mengkonsumsi kopi/kafein, tembakau dan rokok melakukan akupunktur atau hypnosis, serta mengkonsumsi minuman jahe (Irianti, dkk, 2014).

Menurut Sasmito (2017) jahe aman dikonsumsi karena tidak memiliki *ketoksitas* akut pada dosis yang biasa dikonsumsi untuk makanan ataupun obat. Jahe mempunyai banyak keunggulan khususnya bagi ibu hamil yang mengalami mual muntah (Hernani, 2013). Mekanisme jahe memiliki efek langsung dalam saluran pencernaan dengan meningkatkan pergerakan lambung serta absorpsi racun dan asam. Jahe sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut

sehingga dapat mengatasi mual muntah karena kandungan minyak *atsiri*, *kurkuman*, *gingerol*, *flandrena*, vitamin A dan *resin* pahit. Kandungan minyak *atsiri* (*zingiberene*, *zingiberol*, *bisabolene*) dan *gingerol* dapat memblokir *serotin* yaitu suatu *noeurotransmitter* sistem saraf pusat dan sel-sel *enterokromafin* dalam saluran pencernaan dengan menghambat induksi HCG ke lambung (Hasanah, 2014).

Jahe merupakan bahan yang mampu mengeluarkan gas dari dalam perut, hal ini akan meredakan perut kembung. Jahe juga merupakan stimulan aromatik yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerasan peristaltik usus (Nurdiana, 2018). Cara mengkonsumsi minuman jahe hangat setiap konsumsi habis sesuai takaran pembuatan (250 mg jahe dalam 250 ml air ditambah 10 gram gula pasir). Mengkonsumsi minuman jahe hangat di pagi hari selama 4 hari (Khairani, 2012).

Penelitian Rufaridah, dkk (2019) yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang menunjukkan adanya perbedaan frekuensi *emesis gravidarum* pada trimester pertama sebelum dan sesudah pemberian seduhan jahe dengan *p value*= 0.000. Penelitian yang dilakukan Indrayani, dkk (2018) di Kabupaten Bengkulu Utara juga menyampaikan bahwa terdapat perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe

dengan p value= 0,000, yang berarti pemberian wedang jahe efektif dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Penelitian Wulandari, dkk (2019) yang dilakukan di Puskesmas Nalumsari Jepara menyatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian minuman jahe hangat terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I dengan p value= 0.000.

Tujuan pada artikel ilmiah ini “Mengetahui pengaruh pemberian minuman jahe hangat terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum*.”

METODE

Metode yang digunakan adalah studi literatur yaitu serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelola bahan penelitian. Telaah literatur digunakan untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan dengan pemberian minuman jahe hangat terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum* didapat dari buku teks, jurnal yang diperoleh melalui internet maupun pustaka lainnya yang telah dikaji dan dituliskan dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris. Kegiatan pengambilan data dilakukan terhitung mulai penyusunan proposal sampai penyampaian laporan akhir yang dilakukan pada tanggal 15 Juni sampai dengan 25 Agustus 2020.

Populasi dalam artikel ilmiah ini adalah jurnal nasional terakreditasi atau belum terakreditasi yang berkaitan dengan pemberian minuman jahe hangat terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan tujuan dan masalah dalam penelitian yang dikehendaki peneliti, sehingga sampel dapat mewakili karakteristik populasi yang telah diketahui sebelumnya (Nursalam, 2015).

Menurut Notoatmodjo (2010), kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam artikel ilmiah ini antara lain jurnal nasional terakreditasi dan belum terakreditasi yang berkaitan dengan pemberian minuman jahe hangat terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum*, jurnal yang menggunakan bahasa Indonesia, jurnal yang terbit 10 tahun terakhir yaitu tahun 2011–2020 dan dilakukan dengan desain *pra experiment* rancangan *one group pre test-post test*, *quasy experiment* dengan rancangan *one group pre test-post test design* dan *non equivalent control group design*.

Kriteria eksklusi pada artikel ilmiah ini adalah jurnal yang terkait dengan jurnal yang tidak bisa ditampilkan secara *full text*, jurnal yang berasal dari *literature review* dan jurnal

asuhan keperawatan. Sampel dalam artikel ilmiah ini adalah 3 jurnal nasional yang berkaitan dengan pemberian minuman hangat terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum*.

Pencarian data dalam artikel ilmiah ini dilakukan melalui website portal jurnal yang dapat diakses seperti *google scholar*, ditemukan 239 jurnal sesuai dengan topik dan kata kunci yang diteliti yaitu pemberian minuman jahe hangat dan frekuensi mual muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum*. Jurnal sejumlah 239 kemudian dilakukan skrining yaitu penyaringan atau pemelihan data sehingga terpilih 171 jurnal yang berbahasa Indonesia. Sejumlah 171 jurnal tersebut diskining menurut tahun terbit terdapat 152 jurnal yang terbit 10 tahun terakhir, kemudian terdapat 59 jurnal dengan desain *quasy eksperimen*, selanjutnya di skrining lagi sehingga 51 jurnal yang dapat diakses *full text*. Sejumlah 12 jurnal tersebut akhirnya terseleksi menjadi 3 jurnal dengan pertimbangan memenuhi kriteria inklusi yang memenuhi syarat untuk selanjutnya dianalisis.

Analisa data dilakukan setelah data melewati tahapan skrining sampai dengan ekstraksi data maka analisa dengan menggabungkan semua data yang memenuhi persyaratan inklusi menggunakan teknik baik kuantitatif, kualitatif atau keduanya. *Literature review* ini disintesis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data

hasil ekstraksi yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan penelitian. Jurnal penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, tahun terbit jurnal, negara penelitian, judul penelitian, metode dan ringkasan hasil atau temuan. Ringkasan jurnal penelitian tersebut dimasukan ke dalam tabel.

Analisis yang digunakan yaitu analisis jurnal, kemudian dilakukan koding terhadap isi jurnal yang direview menggunakan kategori pemberian minuman jahe hangat terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum* dicari persamaan dan perbedaannya. Ringkasan jurnal kemudian dianalisis dengan metode *population, intervention, comparison, outcome* (PICO) terhadap isi yang dalam tujuan penelitian dan hasil/temuan penelitian sehingga dapat dilihat bagaimana pemberian terapi jahe hangar terhadap fretuensi mual dan muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum*. Hasil dari analisa data selanjutnya akan dibahas untuk menarik kesimpulan.

Literature review ini disintesis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data hasil ekstraksi yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan penelitian. Jurnal penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama

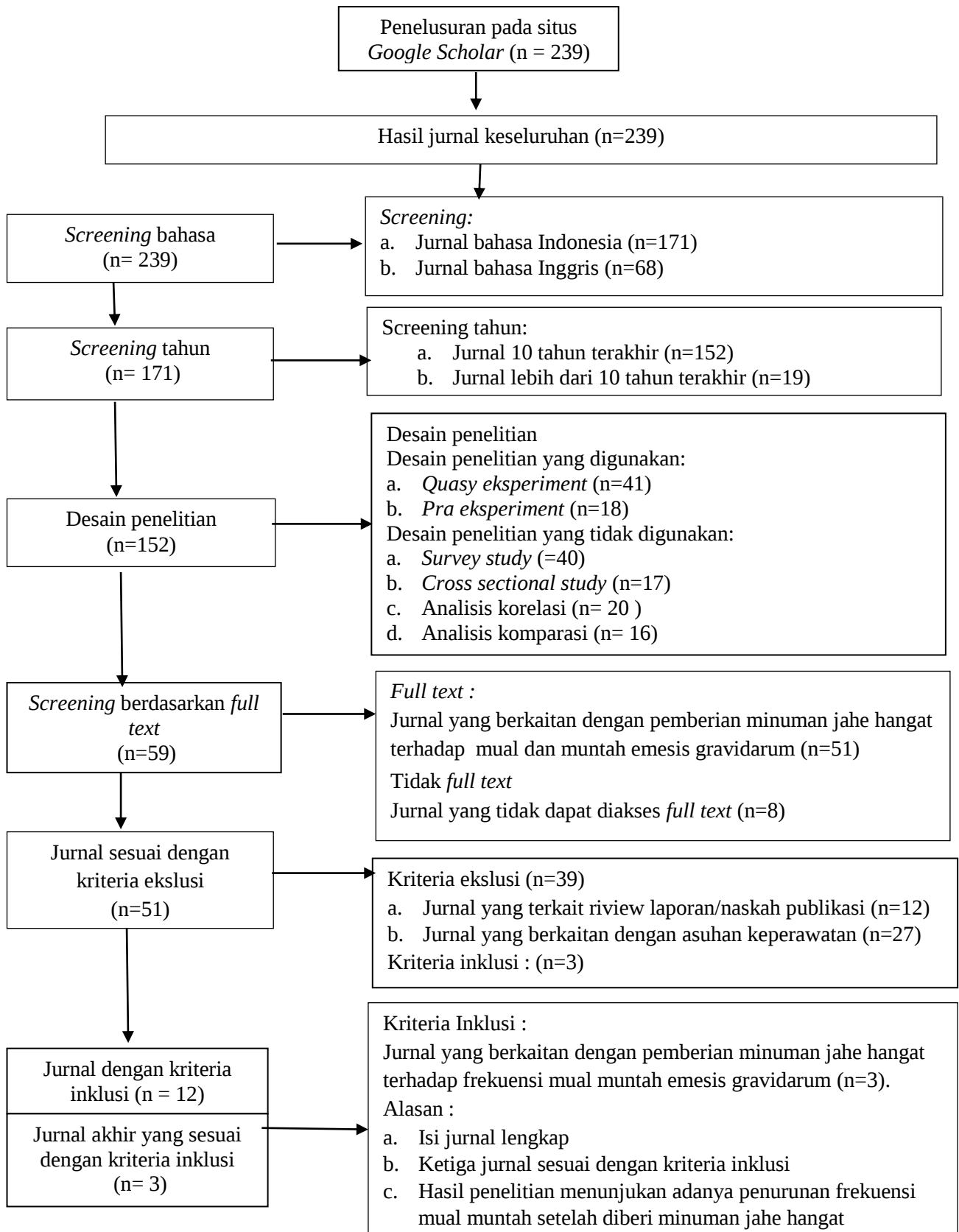
peneliti, tahun terbit jurnal, judul penelitian, metode dan ringkasan hasil atau temuan.

HASIL

Artikel *literature review* dengan judul “Pemberian minuman jahe hangat terhadap frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil *emesis gravidarum*” yang telah dilaksanakan pada bulan Juni sampai dengan Agustus 2020. Hasil pencarian atau penelusuran jurnal melalui *Google Scholar*, penelusuran sumber *literature review* dilakukan skrining sesuai dengan kriteria inklusi yaitu jurnal nasional terakreditasi atau tidak terakreditasi yang berbahasa Indonesia, yang terbit 10 tahun

terakhir (2011-2020), dengan design penelitian pra dan *quasy experiment*, dan eksklusi yaitu jurnal yang tidak bisa diakses secara *full text*, jurnal asuhan keperawatan dan jurnal yang berasal dari *literature review*, selanjutnya dilakukan seleksi terhadap artikel atau jurnal yang efek intervensinya tidak diinginkan oleh peneliti. Langkah-langkah penelusuran jurnal dengan menggunakan diagram *Preferred Reporting Items For Systematic Reviews and Meta-analyses* (PRISMA) pada tahapan sistematik review.

Langkah-langkah penelusuran jurnal dengan diagram PRISMA :



Gambar 1.1 Diagram PRISMA

Hasil pencarian literatur yang akan dianalisis dan ditetapkan secara *literature review* adalah sebagai berikut:

Table 1.1 : Sistematik Riview 2011-2020

Sumber Bahasa	Tahun	Database	N	Jenis Studi Penelitian/ Artikel		
				Skrining	Desain Penelitian	
					<i>Pra Eksperimen</i>	<i>Quasi Eksperiment</i>
Bahasa Indonesia	2011	Google Scholar	7	3	1	2
	2012		10			
	2013		8			
	2014		10			
	2015		18			
	2016		12			
	2017		22			
	2018		20			
	2019		26			
	2020		19			

Sumber : Data *Google Scholar*

PEMBAHASAN

Pembahasan artikel ilmiah *literature review* difokuskan dalam mengumpulkan semua penemuan yang telah dinyatakan dalam hasil dan menghubungkannya dengan perumusan masalah hipotesis dengan membandingkan penemuan tersebut dengan penemuan lain menunjukkan apakah hasil tersebut memperkuat, berlawanan atau sama sekali tidak sama dengan penemuan yang lain (baru).

1. Populasi/*population* dari jurnal yang digunakan

Rufaridah, dkk (2019), populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan *emesis gravidarum* di puskesmas Lubuk Buaya Padang. Sampel dalam penelitian ini terdapat 12 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Indrayani, dkk (2018), populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan *emesis gravidarum* di Kabupaten Bengkulu Utara. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 10 orang ibu hamil, dengan karakteristik umur responden berada dalam usia reproduksi sehat (100%), berpendidikan tinggi (70%) dan tidak bekerja (70%), serta umur kehamilan dalam rentang 8-12 minggu (60%). Wulandari, dkk (2019), populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 50 ibu hamil dengan *emesis gravidarum* di Puskesmas Nalumsari Jepara. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 25 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Asumsi dari ketiga penelitian dapat disimpulkan bahwa pemberian minuman jahe dapat diberikan pada ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*. Hal tersebut

sesuai dengan teori Aini dan Kanarsih (2010) yang menyatakan bahwa keluhan umum yang disampaikan oleh wanita hamil yaitu *emesis gravidarum* yang disebabkan karena tingginya fruktasi hormon HCG, sehingga menurut Ardani dan Ayu (2014) dampak dari *emesis gravidarum* akan menimbulkan gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, penurunan berat badan, ketidakseimbangan elektrolit, dan apabila tidak diatasi akan menimbulkan *hyperemesis gravidarum*. Penatalaksanaan *emesis gravidarum* menurut Irianti (2014) dapat dilakukan dengan tindakan non farmakologis salah satunya dengan mengkonsumsi minuman jahe.

Notoatmodjo (2007) menyatakan bahwa umur menjadi indikator kedewasaan dalam setiap pengambilan keputusan yang mengacu pada setiap pengalamannya. Mayoritas kejadian mual muntah pada ibu hamil terjadi pada usia 20 tahun–35 tahun. Pendidikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang akan pola hidup, terutama dalam memotivasi, sikap dan berperan dalam perkembangan kesehatan. Ibu hamil yang bekerja dengan layak akan memiliki tingkat sosial ekonomi yang baik sehingga dapat memenuhi kunjungan pemeriksaan kehamilan sesuai dengan petunjuk petugas kesehatan, umur kehamilan dalam rentang 8-12 minggu belum mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan HCG

sehingga lebih sering terjadi *emesis gravidarum*.

2. Intervensi/*intervention* dari jurnal yang digunakan

Rufaridah, dkk (2010), menggunakan metode *pra experiment* dengan rancangan *one group pre test-post test design*, yang dilakukan selama 2 minggu pada tanggal 7-20 Agustus 2017 di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2017. Peneliti memberikan seduhan jahe dengan cara sebagai berikut: kupas jahe 250 mg dan cuci hingga bersih, kemudian parut jahe hingga halus, siapkan 50ml air yang sudah masak yang masih hangat, kemudian masukkan parutan jahe tadi kedalam air dan tunggu selama 15 menit hingga warnanya berubah menjadi kuning kecoklatan sambil diaduk sesekali, selanjutnya tuang air rebusan jahe tadi pada gelas, bila senang manis bisa dibubuhkan gula secukupnya. Setelah selesai pembuatan seduhan jahe diberikan kepada responden sesuai dengan waktu yang telah di rencanakan oleh peneliti.

Indrayani, dkk (2018), menggunakan metode *quasy experiment* dengan rancangan *one group pre test-post test*. Pengkonsumsian wedang jahe dilakukan 2 kali sehari dengan pemberian satu gelas pada pagi hari dan satu gelas pada sore hari. Penelitian ini dilakukan dari hari ke-1 sampai dengan hari ke-4, dengan

menggunakan jenis jahe merah. Wulandari, dkk (2019), menggunakan metode *quasy experiment* dengan rancangan yang digunakan adalah *non equivalent control group design*. Tindakan pemberian minuman jahe hangat selama 14 kali dalam 7 hari sehingga setiap hari 2 kali.

Asumsi ketiga penelitian menunjukkan bahwa penatalaksanaan *emesis gravidarum* dapat dilakukan dengan pemberian minuman jahe. Penelitian Indrayani, dkk (2018) dan Wulandari, dkk (2019) belum menjelaskan mengenai pelaksanaan pembuatan minuman jahe, sedangkan penelitian Rufaridah, dkk (2010) sudah menjelaskan mengenai pelaksanaan pembuatan seduhan jahe, namun kurang sesuai dengan SOP dimana jahe diolah dengan diparut kemudian direbus.

Berdasarkan SOP sesuai dengan teori yang disampaikan Khairani (2012), penatalaksanaan pembuatan minuman jahe hangat dengan cara sebagai berikut: cuci jahe dengan air mengalir sampe bersih, potong tipis- tipis 250 mg jahe, masak 250 mg air bersih yang berada dalam panci sampai mendidih, masukkan jahe dan 1 sendok gula pasir (10 gram) kedalam panci, aduk jahe yang sudah dimasak selama 5 menit, angkat panci dari kompor, selanjutnya minuman jahe dituang dalam gelas dan tunggu beberapa menit agar

minuman jahe hangat, setelah hangat siap untuk diminum. Pengkonsumsian minuman jahe hangat dapat dilakukan 2 kali sehari setiap pagi dan sore selama 4 hari.

3. Perbandingan (*comparation*)

a. Populasi (*population*)

Ketiga jurnal yang diambil memiliki perbedaan jumlah responden, pada jurnal Rufaridah, dkk (2019) terdapat 12 responden, pada jurnal Indrayani, dkk (2018) terdapat sebanyak 10 responden, sedangkan pada jurnal Wulandari, dkk (2019) terdapat sebanyak 25 responden. Berdasarkan ketiga jurnal tersebut dilihat dari jumlah sampel, yang paling efektif adalah penelitian Wulandari, dkk (2019) karena jumlah sampelnya lebih dari 15 responden, sebagaimana teori yang disampaikan Mahmud (2011) yang menyatakan bahwa sampel dalam desain penelitian *experiment* minimal 15 subjek perkelompok.

b. Intervensi (*intervention*)

Ketiga jurnal tersebut memiliki perbedaan dalam pelaksanaan, dalam penelitian Rufaridah, dkk (2019) pemberian wedang jahe dilakukan selama 2 minggu dan dijelaskan mengenai cara pembuatan seduhan jahe sampai dalam penyajiannya, sedangkan penelitian Indrayani, dkk (2018)

pemberian seduhan jahe dilakukan 2 kali sehari selama 4 hari dan tidak menjelaskan mengenai cara pembuatan wedang jahe tetapi hanya menyebutkan bahwa jenis jahe yang digunakan adalah jenis jahe merah. Penelitian Wulandari, dkk (2019) pemberian minuman jahe hangat dilakuakn 2 kali sehari selama 7 hari dan juga tidak menjelaskan mengenai cara pembuatan minuman jahe hangat.

Penelitian Rufaridah, dkk (2019) dan Wulandari, dkk (2019) tidak menggunakan alat ukur untuk menilai tingkat *emesis gravidarum*, sedangkan evaluasi frekuensi *emesis gravidarum* pada penelitian Indrayani, dkk (2018) menggunakan *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE-24) sebagaimana disampaikan oleh Nurdiana (2018) bahwa alat ukur untuk mengetahui tingkat keparahan mual muntah kehamilan dalam 24 jam dengan menggunakan PUQE-24 yang terdiri dari tiga kriteria untuk menilai keparahan mual muntah selama kehamilan. Semakin tinggi nilai skor PUQE maka akan semakin meningkat frekuensi mual muntah pada ibu hamil.

c. Hasil (*outcome*)

Ketiga jurnal tersebut memiliki nilai *pretest* dan *posttest* yang berbeda-beda, penelitian Rufaridah, dkk (2019)

dengan 12 responden didapatkan hasil *pretest* 3,38 dan *posttest* 2,19, dengan nilai selisih 1,19. Penelitian Indrayani, dkk (2018) dengan 10 responden didapatkan hasil *pretest* 9,30 dan *posttest* 4,50, dengan nilai selisih 4,80. Sedangkan penelitian oleh Wulandari, dkk (2019) dengan 25 responden didapatkan hasil *pretest* 13,08 dan *posttest* 7,56, dengan nilai selisih 5,52. Hasil dari ketiga jurnal tersebut menyatakan bahwa pemberian minuman jahe efektif mendukung dalam menurunkan frekuensi *emesis gravidarum* dan dapat disimpulkan bahwa penelitian yang paling efektif dilakukan oleh Wulandari, dkk (2019) karena dari hasil penelitiannya menunjukkan nilai selisih yang paling signifikan.

4. Hasil/*outcome* penelitian dari 3 jurnal yang digunakan

Rufaridah, dkk (2019) mengungkapkan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan frekuensi *emesis gravidarum* pada sebelum dan sesudah pemberian seduhan jahe dengan nilai *p value*= 0.000, dimana rata-rata frekuensi *emesis garvidarum* sebelum diberikan seduhan jahe adalah 3,38 dan rata-rata frekuensi *emesis gravidarum* setelah diberikan seduhan jahe adalah 2,19. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada

pengaruh seduhan *zingiber officinale* (jahe) terhadap penurunan *emesis gravidarum*.

Indrayani, dkk (2018) mengungkapkan bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah intervensi wedang jahe sebesar 4,80 dengan $p\text{ value} = 0,000$, dimana rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I sebelum diberikan wedang jahe sebesar 9,30 dan setelah diberikan wedang jahe sebesar 4,50. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemberian wedang jahe efektif dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Wulandari, dkk (2019) mengungkapkan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian minuman jahe hangat terhadap *emesis gravidarum* dengan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum diberikan minuman jahe adalah 13.08, sedangkan setelah diberikan minuman jahe adalah 7.56 dengan $p\text{ value} = 0.000$.

Asumsi dari ketiga jurnal tersebut dapat dilihat bahwa frekuensi mual muntah pada ibu hamil setelah diberikan minuman jahe dapat berkurang. Hal ini diperkuat oleh teori yang disampaikan Hasanah (2014) yang menyampaikan bahwa jahe dapat mengurangi frekuensi mual muntah karena jahe memiliki kandungan minyak *atsiri* (*zingiberene*, *zingiberol*, *bisabolene*) dan *gingerol* yang dapat memblok *serotin* yaitu

suatu *noeurotransmitter* sistem saraf pusat dan sel-sel *enterokromafin* dalam saluran pencernaan dengan menghambat induksi HCG ke lambung.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil review jurnal penelitian yang telah diteliti dengan adanya perbedaan *population*, *intervention*, *comparation*, dan *outcome* dapat disimpulkan Berdasarkan hasil review jurnal penelitian yang peneliti lakukan bisa disimpulkan bahwa dari ketiga jurnal populasi dan intervensi yang berbeda tetapi hasil dari ketiga jurnal tersebut dapat disimpulkan bahwa minuman jahe hangat efektif mendukung dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum*, efektif diberikan pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum* umur 20-35 tahun dengan usia kehamilan dalam rentang 8-12 minggu yang berpendidikan rendah dan tidak bekerja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam hal ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Akper Karya Bhakti Nusantara Magelang, Ketua Yayasan Karya Bhakti Magelang dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil dalam penyelesaian publikasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini dan Kanarsih. 2010. *Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Yang Mengalami Emesis Gravidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta Tahun 2010*. Yogyakarta: Stikes Aisyiyah Yogyakarta.
- Ardani dan Ayu. 2014. *Perbandingan Efektifitas Pemberian Terapi Minuman Jahe dengan Minuman Kapulaga Terhadap Morning Sickness pada Ibu Hamil Trimester I di Kelurahan Ngempong Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang*. Semarang: Stikes Ngudi waluyo Ungaran.
- Hasanah. 2014. Efektivitas Pemberiaan Wedang Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* Vol. 3 No. 1: 81-87.
- Indrayani. M. I., Burhan. R dan Widiyanti. D. 2017. 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*, Vol 5 No. 2: 201-210.
- Irianti, B., Halida, E. M., Duhita, F., Prabandari, Yulita, N., Hartiningtyaswati, S., Anggraini, S. 2014. *Asuhan Kebidanan Berbasis Bukti*. Jakarta: Sagung Seto.
- Khairani. 2012. *Tablet Gonoderma Effervescent*. Bogor: Fakultas Teknologi Pertanian Institut Pertanian Bogor.
- Notoatmodjo. S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurdiana. 2018. *Efektifitas Pemberian Permen Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil di Klinik Khairunida Sunggal Tahun 2018*. Medan: Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Nursalam. 2015. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Putri, Ayu., D Andiani dan Haniarti. 2016. Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA “Peran Tenaga Kesehatan dalam Pelaksanaan SDGs”.
- Rufaridah. A., Herien. Y., dan Mofa. E. 2019. Pengaruh Seduhan Zingiber Officinale (Jahe) Terhadap Peneurunan Emesis Gravidarum. *Jurnal Endurance Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, Vol 4 No. 1: 204-209.
- Sasmito. 2017. *Imunomodulator Bahan Alami*. Bandung: Andi Offset.
- Tiran dan Denise. 2013. *Mual dan muntah Kehamilan*. Jakarta: EGC.
- Wegrzyniak, dkk, 2012. Treatment of Hyperemesis Gravidarum. *Rev Obstet Gynecol*. 2012; 5(2): 78–84. Available from: www.ncbi.nlm.nih.gov
- Wulandari. A. D., Kustriyanti. D dan Aisyah. R. 2019. Minuman Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil di Puskesmas Nalumsari Jepara. *Jurnal SMART Kebidanan*, Vol 6 No. 1: 42-47.