

Efektifitas Rebusan Air Jahe dan Vitamin B6 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024

Dewi Junita Lamtumiari¹, Susilawati²

Akademi Kebidanan Budi Mulia Jambi

Informasi Artikel :

Diterima : 18 Mei 2024

Direvisi : 25 Mei 2024

Disetujui : 02 Juni 2024

Diterbitkan : 15 Juni 2024

*Korespondensi Penulis :

dewijunita86@gmail.com,

susiandrea370@gmail.com

A B S T R A K

Menurut *World Health Organization* (WHO) Emesis gravidarum terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 0,8% di China, 0,9% di Nowergia, 2,2% di Pakistan,1,9% di Turki, dan di Amerika Serikat prevalensi Emesis Gravidarum adalah 0,5%-2%. Keluhan mual dan muntah pada emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang berbahaya. Dampak mual muntah yang tidak segera diatasi adalah Hiperemesis Gravidarum (mual mutah berlebihan).

Jenis desain penelitian *pra eksperimen* (Desain pretest-posttest dua kelompok). Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester pertama sebanyak 30 ibu hamil. Sampel penelitian ini diambil dengan teknik *Total Sampling*. Instrumen yang digunakan *Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea* (PUQE). Uji statistik yang digunakan untuk menganalisa data kedua variable tersebut adalah dengan menggunakan *-test* dengan taraf signifikansi 5 %.

Hasil penelitian sebelum diberikan rebusan air jahe yaitu rata-rata frekuensi emesis gravidarum 12.60 dan B6 yaitu 12.27. Setelah diberikan rebusan air jahe yaitu 9.47 dan setelah diberikan b6 yaitu 8.27. analisis dapat diambil kesimpulan bahwa mengkonsumsi vitamin B6 memberikan hasil selisih mean 4 yang artinya lebih besar dibandingkan dengan nilai mean intervensi konsumsi air rebusan jahe yaitu 0.87.

Untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil sebaiknya ibu hamil dapat meminum vitamin B6 atau meminum rebusan air jahe saat mengalami emesis gravidarum, dan Bidan dalam memberikan konseling pada ibu hamil saat pemeriksaan kehamilan memberikan Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) mengurangi mual muntah dengan meminum vitamin B6 atau minum rebusan air jahe.

Kata Kunci : Emesis Gravidarum, Rebusan Air Jahe Dan Vitamin B6

ABSTRACT

Type of pre-experimental research design (two group pretest-posttest design). The population of this study was all 30 pregnant women in the first trimester. This research sample was taken using the Total Sampling technique. The instrument used is Pregnancy-Unique Quantification of Emesis/Nausea (PUQE). The statistical test used to analyze the data for these two variables is the *t*-test with a significance level of 5%.

The results of the research before being given boiled ginger water were that the average frequency of emesis gravidarum was 12.60 and B6 was 12.27. After being given boiled ginger water, it was 9.47 and after being given b6, it was 8.27. From the analysis it can be concluded that consuming vitamin B6 gives a mean difference of 4, which means it is greater than the mean value of the intervention for consuming ginger boiled water, namely 0.87.

To reduce nausea and vomiting in pregnant women, pregnant women should drink vitamin B6 or drink boiled ginger water when experiencing emesis gravidarum, and midwives in providing counseling to pregnant women during pregnancy checks provide Communication, Information and Education (KIE) to reduce nausea and vomiting by drinking vitamin B6 or drink boiled ginger water.

Keywords: Emesis Gravidarum, boiled ginger water and vitamin B6

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) kejadian emesis gravidarum mencapai 12,5 % dari jumlah kehamilan di dunia. Mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati menjadi nekrosis. Sebagian besar ibu hamil 70-80% mengalami morning sickness dan sebanyak 1-2 % dari semua ibu hamil mengalami morning sickness yang berlebihan. Emesis gravidarum terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 0,8% di China, 0,9% di Nowergia, 2,2% di Pakistan, 1,9% di Turki, dan di Amerika Serikat prevalensi Emesis Gravidarum adalah 0,5%-2% (WHO, 2019). Sementara itu, angka kejadian Hiperemesis Gravidarum di Indonesia adalah mulai dari 1% sampai 13% dari seluruh kehamilan (Kemenkes, 2021).

Mual muntah pada kehamilan atau *Emesis Gravidarum* adalah gejala mual yang umumnya terjadi pada awal kehamilan. Mual dan muntah merupakan gangguan yang paling sering ditemui pada kehamilan trimester I, yaitu pada minggu 1 sampai minggu ke 12 selama masa kehamilan. Adaptasi ibu hamil yang tidak kuat dapat menimbulkan muntah hingga mengganggu aktifitas sehari-hari (*hiperemesis gravidarum*) yang berakibat buruk bagi ibu dan bayinya (Febriyeni, 2021).

Muntah diakibatkan oleh stimulasi dari pusat muntah di sum-sum sambung (*medulla oblongata*) dan berlangsung menurut beberapa mekanisme yaitu akibat rangsangan langsung melalui CTZ (*Chemoreceptor Trigger Zone*). CTZ adalah suatu daerah dengan banyak reseptor yang letaknya berdekatan dengan pusat muntah sumsum sambung (*medulla oblongata*), tetapi diluar rintangan (*barier*) darah otak. Dengan bantuan *neurotransmitter dopamine* (DA), CTZ dapat menerima isyarat-isyarat sirkulasi. Rangsangan mengenai kehadiran zat-zat yang didalam sirkulasi (Febriyeni, 2021).

Keluhan mual dan muntah pada emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis, akan

tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang berbahaya. Mual dan muntah juga menyebabkan cairan tubuh berkurang dan menjadi hemokonsentrasi yang dapat memperlambat peredaran darah sehingga mempengaruhi tumbuh kembang janin (Fitri Harahap, 2020).

Dampak mual muntah yang tidak segera diatasi adalah Hiperemesis Gravidarum (mual muntah berlebihan), mengakibatkan tubuh ibu akan melemah, dehidrasi, muka pucat, serta darah akan menjadi kental karena adanya perlambatan peredaran darah sehingga oksigen dan makanan jaringan akan berkurang. Jika oksigen dan makanan untuk jaringan berkurang maka akan membahayakan kondisi ibu dan janin yang ada dalam kandungan. Muntah yang berlebihan dapat menyebabkan pecahnya pembuluh darah kapiler pada lambung dan esofagus sehingga ibu akan muntah bercampur darah. Cara mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi (Sariyana, 2020)

Penanganan mual muntah pada kehamilan dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu cara farmakologi yang bisa digunakan dalam mengurangi emesis gravidarum ialah dengan mengonsumsi vitamin B6. Suplementasi multivitamin secara khusus dapat menurunkan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil. Vitamin B6 merupakan koenzim yang berperan dalam metabolisme lipid, karbohidrat dan asam amino, vitamin B6 merupakan ko-enzim berbagai jalur metabolisme protein dimana peningkatan kebutuhan protein pada trimester 1 diikuti peningkatan asupan vitamin B6 (Khairani, 2022).

Vitamin B6 adalah vitamin larut dalam air yang terdiri dari sebuah group dengan enam komponen terkait : pyridol, pyridoxine, dan 5-phosphates (PLP, PNP, PMP: komponenn-komponen ini saling berubah dari satu menjadi lainnya melalui reaksi metabolik), vitamin B6 berfungsi menjaga fungsi otak dan memproduksi sel darah merah. (Daimon, 2022). Vitamin B6

dapat berperan sebagai koenzim yang memungkinkan terjadinya reaktivitas lisin, dimana reaktivitas lisin tersebut dapat mengurangi mual dan muntah yang disebabkan oleh meningkatnya kadar estrogen pada ibu hamil. Vitamin B6 juga dianggap berperan dalam sintesis serotonin, dopamin, norepinephrin, dan asam gamma amino butirat dengan mengkatalisis proses dekarboksilasi. Kekurangan asam gamma amino butirat dapat menyebabkan mual dan muntah pada kehamilan (Nurbaitty, 2019).

Terapi non farmakologi dapat digunakan untuk mengurangi rasa mual dan muntah pada awal kehamilan, salah satu contohnya tanaman herbal tradisional seperti jahe. (Fitri Harahap, 2020).

Jahe adalah salah satu jenis tanaman herbal yang mempunyai banyak keunggulan dibandingkan dengan tanaman herbal lainnya, khususnya bagi ibu hamil yang sedang mual muntah. Keunggulan pertama jahe adalah mengandung minyak atsiri yang menyegarkan dan memblokir reflek muntah (Febriyeni, 2021).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti di Puskesmas Aur Duri dengan melakukan wawancara terhadap 10 ibu hamil, dimana 7 dari 10 ibu hamil tersebut mengeluh mual muntah dipagi hari dan dalam waktu yang tidak menentu, dan peneliti melakukan wawancara mengenai cara ibu untuk mengatasi mual muntah tersebut sebagian besar ibu menjawab hanya meminum air hangat dan beristirahat, tidak ada untuk berinisiatif menggunakan cara lain yang lebih efektif untuk mengurangi mual muntah tersebut. Hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan dari ibu untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil di trimester 1. Berdasarkan survey awal diatas untuk mengurangi mual muntah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Perbandingan Efektivitas Rebusan Air Jahe dan Vitamin B6 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif analitik dengan jenis desain penelitian *pra eksperimen* (Desain pretest-postest satu kelompok) untuk melihat efektivitas pemberian rebusan air jahe dan vitamin B6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi pada bulan Maret 2024. Responden diukur frekuensi *morning sickness*nya, kemudian kelompok responden yang sudah diberikan rebusan air jahe dan kelompok responden yang sudah diberikan vitamin B6 selama 10 hari berturut-turut, kemudian diukur lagi frekuensi *morning sickness*nya. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah fisiologis yang bersedia menjadi responden sebanyak 30 ibu hamil dengan rincian ibu hamil yang mengkonsumsi air rebusan Jahe sebanyak 15 responden dan responden yang mengkonsumsi vitamin B6 sebanyak 15 responden. Sampel penelitian ini diambil dengan teknik *Total Sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu menilai dengan *Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea* (PUQE). Uji statistik yang digunakan untuk menganalisa data kedua variable tersebut adalah dengan menggunakan *T-test* dengan taraf signifikansi 5 %.

Hasil Penelitian Dan Pembahasan

Gambaran Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Sebelum Diberikan Rebusan Air Jahe Di Puskesmas Aur

Duri Kota Jambi Tahun 2024

Gambaran emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan rebusan air jahe di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi tahun 2024 berdasarkan hasil penelitian lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Sebelum Diberikan Rebusan Air Jahe

Variabel	n	Mean	Min	Mak
Emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan rebusan air jahe	15	12.60	8	15

Berdasarkan distribusi rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan rebusan air jahe yaitu 12.60 dengan nilai minimum 8 dan maksimum 15.

Peningkatan estrogen dan (*Human Chorionic Gonadotrophin*) adalah salah satu sebab terjadinya emesis gravidarum. Menurut Defrin (2014), mual dan muntah yang terjadi saat hamil diakibatkan karena adanya perubahan hormon kehamilan, seperti *Hormon Chohorionic Gonadotropin* (HCG) yang diproduksi untuk menjaga tersedianya hoormon estrogen dan progesterone. HCG akan mencapai kadar tertinggi saat usia kehamilan memasuki minggu ke 12 –16. Hal ini akan mempengaruhi sistem pencernaan, menurunkan daya cerna dan peristaltik usus serta meningkatkan asam lambung dan penurunan selera makan (Mandriwati, 2018).

Emesis gravidarum merupakan mual muntah yang muncul pada empat minggu pertama kehamilan dan perlahan menghilang pada umur kehamilan menginjak dua belas minggu (Purwaningsih, 2010). Mual merupakan kecendrungan 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 (Setiawan, 2018).

Penanganan emesis gravidarum dibagi menjadi farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi terdiri dari pemberian Vitamin yang (vitamin B kompleks, mediamer N6 sebagai vitamin dan anti muntah) dan pengobatan sedatif ringan. Penanganan non farmakologi untuk mengatasi emesis gravidarum misalnya dengan cara memberikan teh panas (Bandiyah, 2009) dan memberikan jahe (Setiawan, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Latifah (2017) tentang Efektivitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness. Hasil penelitian ini menunjukkan presentase tertinggi frekuensi mual dan muntah sebelum dilakukan pemberian wedang jahe berada dalam kategori emesis sedang yaitu sebesar (60%) dari ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah. Sedangkan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dilakukan pemberian wedang jahe adalah 9,30. Frekuensi mual muntah yang dirasakan ibu hamil trimester 1 sebelum dilakukan

intervensi mengalami peningkatan dalam kategori emesis sedang.

Menurut asumsi peneliti frekuensi mual muntah meningkat karena ibu hamil masih belum mengetahui penanganan yang baik dan benar untuk mengurangi mual dan muntah (emesis gravidarum) yang sedang dialaminya serta belum ada sosialisasi yang optimal dalam penanganan emesis gravidarum.

Gambaran Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Setelah Diberikan Rebusan Air Jahe Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024

Gambaran emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 setelah diberikan rebusan air jahe di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024 berdasarkan hasil penelitian lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Setelah Diberikan Rebusan Air Jahe

Variabel	n	Mean	Min	Mak
Emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 setelah diberikan rebusan air jahe	15	12.27	6	12

Berdasarkan distribusi rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 setelah diberikan rebusan air jahe yaitu 9.47 dengan nilai minimum 6 dan maksimum 12.

Jahe berkhasiat sebagai anti muntah dan dapat digunakan para ibu hamil mengurangi morningsickness. Penelitian menunjukkan bahwa jahe sangat efektif menurunkan metoklopramid senyawa penginduksi mual dan muntah. Jahe putih kecil memiliki kandungan minyak atsirinya lebih besar dari pada jahe gajah, sehingga rasanya lebih pedas, disamping seratnyatinggi dan sering ditemukan dipasaran, sehingga jahe dapat dijadikan sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi emesis gravidarum sebelum menggunakan obat antiemetik. Kandungan wedang jahe aman dari bahan berbahaya karena dapat dibuat sendiri sehingga ibu hamil tidak perlu

khawatir akan membahayakan kehamilan dan janinnya (Putri dkk, 2017)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Latifah (2017) tentang Efektivitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness, Mual muntah saat kehamilan, umumnya dikenal sebagai "morning sickness" yang memengaruhi sekitar 80% wanita hamil. Ibu hamil dengan keluhan mual muntah mayoritas tidak memahami bagaimana mengatasi keluhannya. Saat mengalami mual muntah biasanya ibu membiarkan keluhannya dan beristirahat dirumah, dan akan ke rumah sakit atau tempat praktek bidan jika surah dirasa mengganggu. Penggunaan obat bagi ibu hamil perlu mendapatkan perhatian khusus karena terjadi banyak perubahan farmako kinetik maupun farmako dinamik obat saat kehamilan. Mengonsumsi air rebusan jahe merupakan alternatif metode non farmakologi untuk menyelesaikan keluhan mual muntah saat kehamilan. (Latifah & Setiawati, 2017).

Penelitian ini sama halnya dengan hasil penelitian (Handajani, S. R., & Astuti, 2019) Penelitian dilakukan pada 26 wanita hamil dengan mual muntah. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan pemberian 4x 1 SDM sirup jahe (250 mg jahe) per hari selama dua minggu dan kelompok kontrol diberikan perlakuan pemberian 4 x 1 SDM sirup plasebo per hari. Didapat hasil bahwa pada kelompok eksperimen sebesar 77 % mengalami penurunan mual muntah dan kelompok kontrol mengalami penurunan mual muntah sebesar 20 %. Pada hari ke 9, sebanyak 67 % kelompok eksperimen tidak mengalami muntah. Dalam penelitian ini disebutkan Jahe mampu mengatasi mual dan muntah sebab jahe dapat menghalangi serotonin, yaitu senyawa kimia yang membuat kontraksi pada perut, sehingga menimbulkan perasaan mual. Hal serupa juga di tunjukkan penelitian lain bahwa air jahe efektif untuk menurunkan mual dan muntah pada kehamilan trimester I (Fitria, 2018).

Berdasarkan pengamatan peneliti dilapangan, ibu mengatakan setelah meminum wedang jahe, perut terasa hangat, mual muntah berkurang. Setelah dilihat dari pola makan, 2 responden yang tidak mengalami penurunan frekuensi mual muntah yang signifikan atau dalam kategori emesis gravidarum kategori sedang. Hal ini disebabkan karena ibu terlalu banyak mengonsumsi makanan yang memicu timbulnya mual muntah seperti kol, mentimun, nangka, dan makanan yang berbau tajam serta berminyak dan bersantan. Menurut Khabiba (2016) jenis makanan tersebut menghasilkan gas dalam perut sebaiknya

dihindari oleh ibu hamil, sebab pada ibu hamil gerakan lambung melambat dan membentuk gas sehingga mengakibatkan perut terasa kembung serta mengiritasi lambung.

Ibu beralasan mengonsumsi makanan tersebut karena faktor ngidam yang terlalu berlebihan sehingga tidak dapat menghindari meskipun mual muntah terus menerus, ibu juga mengalami gangguan istirahat (tidak pernah tidur siang) dikarenakan peran ibu sebagai wanita mengurus anak dan rumah tangga. Faktor tersebut sebagai salah satu pemicu tidak ada penurunan frekuensi mual muntah secara signifikan.

Gambaran Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Sebelum Diberikan B6 Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024

Gambaran emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan vitamin B6 di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024 berdasarkan hasil penelitian lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Sebelum Diberikan B6

Variabel	n	Mean	Min	Mak
Emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan B6	15	12.27	8	14

Berdasarkan distribusi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 sebelum diberikan B6 yaitu 12.27 dengan nilai minimum 8 dan maksimum 14.

Emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis akan tetapi apabila tidak segera diatasi akan menjadi hal yang patologis (Wiknjastro, 2017). Sebagian besar emesis gravidarum dapat diatasi dengan berobat jalan serta pemberian obat penenang dan anti muntah, tetapi sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah berkelanjutan sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari, dan jatuh dalam keadaan yang disebut hiperemesis gravidarum (Nugroho, 2017). Hiperemesis gravidarum memiliki dampak buruk bagi keadaan ibu dan janin. Berkurangnya nafsu makan ibu selama hamil dapat menurunkan berat badan secara drastis, hal ini akan mengakibatkan

pertumbuhan janin dalam rahim juga terganggu (Prawirohardjo, 2019).

Obat-obatan yang sering diberikan bidan/dokter pada wanita hamil yang mengalami mual muntah, terutama obat yang mengandung efek anti mual seperti vitamin B6. Akan tetapi obat ini juga memiliki efek samping seperti sakit kepala, diare, dan mengantuk (Laura, 2019).

Menurut asumsi peneliti sebagian besar ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum tidak tepat dalam melakukan pengobatan herba/alamiah. Sebagian besar ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum tidak tepat dalam melakukan istirahat dan tidur. Sebagian besar ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum mendapatkan dukungan psikologis yang cukup. Sebagian besar ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum melakukan pola hidup dengan benar. Sebagian besar ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum tepat dalam mengkonsumsi obat-obatan anti mual.

Gambaran Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Setelah Diberikan Vitamin B6 Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024

Gambaran emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 setelah diberikan B6 di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024 berdasarkan hasil penelitian lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4

Tabel 4

Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Setelah Diberikan Vitamin B6

Variabel	n	Mean	Min	Mak
Emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 setelah diberikan vitamin B6	15	8.27	5	11

Berdasarkan distribusi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 setelah diberikan B6 yaitu 8.27 dengan nilai minimum 5 dan maksimum 11. Terjadi penurunan mual muntah pada kelompok ibu hamil yang diberikan vitamin B6

dengan penurunan mual muntah terjadi seragam pada ibu yang mengkonsumsi vitamin B6.

Sejalan dengan penelitian Zumrotul (2012) menyatakan bahwa ada efektivitas penurunan mual muntah pada ibu hamil di Wilayah kerja puskesmas Ungaran pada kelompok kontrol dan intervensi, dengan nilai p-value sebesar 0,044 ($\alpha=0,05$).

Menurut Widayana (2013) Vitamin B6 merupakan koenzim yang berperan dalam metabolisme lipid, karbohidrat dan asam amino. Peranan vitamin B6 untuk mengatasi hiperemesis masih kontroversi. Dosis vitamin B6 yang cukup efektif berkisar 12,5-25 mg per hari tiap 8 jam. Selain itu Czeizel melaporkan suplementasi multivitamin secara bermakna mengurangi kejadian mencegah insiden hiperemesis gravidarum.

Menurut asumsi penelitian pada responden yang mengkonsumsi vitamin B6 menurun karena defisiensi vitamin B6. Kadar hormon estrogen yang tinggi pada ibu hamil juga menghambat kerja enzim kynureninase yang merupakan katalisator perubahan tryptophan menjadi niacin, yang mana kekurangan niacin juga dapat mencetuskan mual dan muntah.

Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian diketahui distribusi efektivitas pemberian rebusan air jahe terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024 dapat dilihat pada tabel 5

Tabel 5

Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024

Mual muntah	Mean (Min-Max)	p-value
(Pretest)	8.50	0.000
(Posttest)		

Berdasarkan uji statistik diketahui bahwa penambahan rentang rata-rata penurunan mual muntah sebanyak 8. Berdasarkan uji statistik

diketahui nilai *p-value* 0.001 yang artinya ada efektivitas pemberian rebusan air jahe terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024.

Hal serupa juga disampaikan pada penelitian Rasmussen (2016), dengan judul penelitian Hiperemesis Gravidarum pada Ibu hamil dengan jenis study RCT, Cross over design, 2 days washout period dengan ibu hamil yang mengalami Hiperemesis Gravidarum sebagai sampel, intervensi dilakukan dengan memberika bubuk jahe dengan dosis 4x250 mg perhari, dan didapatkan hasil bahwa Jahe dapat menurunkan mual muntah secara signifikan ($p = 0.035$).

Jahe merupakan tumbuhan rimpang, telah sejak lama dipergunakan sebagai tambahan masakan maupun herbal. Jahe dapat membuat tubuh merasa hangat, memperbaiki nafsu makan, anti mual muntah dan kembung mengobati sakit lambung, serta dapat mempercepat proses persalinan. Akan tetapi penelitian lebih lanjut perlu dilakukan untuk menentukan dosis dan bentuk sediaan jahe yang digunakan untuk menanggulangi emesis gravidarum Karena jahe bisa menyebabkan inhibisi agregasi trombosit dan mengakibatkan perdarahan saat kehamilan. Kandungan minyak atsiri dalam jahe mempunyai efek sebagai anti inflamasi, sehingga jahe dapat menurunkan frekuensi mual dan muntah. Takaran saji jahe yang dapat dipergunakan dengan dibatasi sebanyak 1 gram / hari (250 mg dalam 4 kali penyajian) dalam berbagai sediaan, tanpa menimbulkan efek samping berat. (Leung, 2016).

Selain itu, Penelitian Vutyavanich T, et al dalam maternity (2017) pada ibu hamil dengan emesis gravidarum menjelaskan dari 35 responden terdapat 28 responden yang mengalami penurunan frekuensi mual muntah saat di berikan jahe. Penelitian ini menunjukkan jahe merupakan rimpang yang mempunyai banyak kegunaan terutama kandungan minyak astiri yang berefek menyegarkan dan dapat menghambat muntah, kandungan gingerol bisa melancarkan peredaran darah darah sertamembuat syaraf bekerja baik sehingga akan menghasilkan efek rileks. Aroma segar jahe dihasilkan minyak astiri, dan oleoresin menimbulkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan memproduksi keringat. (Dainty 2017).

Penelitian yang dilakukan diperkuat oleh riset Alyamaniah & Mahmudah (2014) yang menyimpulkan bahwa Jahe lebih berkhasiat dibandingkan di menhydrinat untuk mengurangi emesis gravidarum. Penelitian serupa dilakukan Vutyavanich dari Universitas Chiang Mai menunjukkan fakta jahe efektif

menanggulangi mual dan muntah pada ibu hamil. Kurkumin merupakan salah satu senyawa aktif yang terdapat pada jahe. Hal ini sejalan dengan buku karangan Septiatin tahun 2018, dijelaskan bahwa gingerol dan kandungan senyawa aktif dalam jahe mempunyai peran sebagai anti-hidroksitriptamin melalui percobaan pada ileum babi. Kandungan lain yang terdapat dalam jahe adalah Galanolakton yaitu antagonis kompetitif diileus 5HT reseptor, yang menghasilkan efek antiemetik. Studi lain juga menyimpulkan bahwa jahe dapat meredakan gejala morning sickness pada responden.

Kandungan minyak atsiri pada jahe mempunyai peran sebagai anti-inflamasi, sehingga jahe dapat menghambat peradangan. Oleh sebab itu, frekuensi mual dan muntah yang diakibatkan peradangan oleh *H.pylori* bisa diminimalisir (Septiatin, 2018). Penelitian parwitasari 2014 yang membandingkan pemberian daun mint dan air rebusan jahe di dapatkan hasil pemberian air rebusan jahe lebih efektif dari pada daun mint (Parwitasari, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori di atas dapat disimpulkan bahwa pemberian wedang jahe pada ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual dan muntah (emesis gravidarum) memegang peranan penting dalam pemberian asuhan kebidanan yang dapat membantu menurunkan frekuensi mual dan muntah dalam kehamilan. Untuk mewujudkan terlaksananya intervensi pemberian wedang jahe, diperlukan adanya kerja sama dan kesadaran yang tinggi dari bidan dan ibu hamil. Kemampuan ibu dalam menerapkan penanganan non farmakologi selama mual muntah dalam kehamilan yaitu dengan pemberian wedang jahe tidak dapat dipisahkan dari pengetahuan ibu. Oleh karena itu, bidan harus mampu memberikan konseling cara mengurangi mual dan muntah yaitu dengan pemberian wedang jahe saat mengalami emesis gravidarum, tidak hanya memberikan obat-obatan untuk mengurangi mual muntah.

Menurut asumsi peneliti terjadinya peningkatan hormon progesteron mengakibatkan tonus dan motilitas otot polos ikut menurun, sehingga meningkatkan waktu pengosongan lambung, dan peristaltik balik. Oleh sebab itu jahe berfungsi menstimulasi motilitas traktus gastrointestinal dan menstimulasi sekresi saliva, empedu dalam bentuk lain. Selanjutnya jahe merelaksasi dan melemahkan otot-otot saluran pencernaan.

Efektivitas Pemberian B6 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian diketahui distribusi efektivitas pemberian rebusan air jahe terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di UPT Puskesmas Sumber Harum Kabupaten Musi Bayuasi Proovini Sumatera Selatan tahun 2023 dapat dilihat pada tabel 5

Tabel 5
Efektivitas Pemberian B6 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2023

Mual muntah	Mean (Min-Max)	<i>p-value</i>
(Pretest)	8	0.001
(Posttest)		

Berdasarkan uji statistik diketahui bahwa pertambahan rentang rata-rata penurunan mual muntah sebanyak 8. Berdasarkan uji statistik diketahui nilai *p-value* 0.001 yang artinya ada efektivitas pemberian vitamin B6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Sumber Harum Kabupaten Musi Bayuasi Proovini Sumatera Selatan tahun 2023.

Vitamin B6 atau sering pula disebut dengan pyridoxine merupakan golongan vitamin B. Vitamin B6 bersama sama dengan niasin, asam folat dan kobalamin berperan dalam membantu mengerjakan beberapa fungsi vital dari tubuh manusia. Meskipun kebutuhan terhadap vitamin ini sangat kecil namun manfaat yang diperoleh sangatlah besar. Tubuh membentuk protein dengan mengubah asam amino yang terdapat dalam makanan. Proses perubahan ini dibantu oleh vitamin B6. Disamping itu, vitamin B6 membantu tubuh membentuk energi dengan membakar cadangan gula yang terselip diantara organ tubuh. Pembentukan hemoglobin dari protein juga dibantu oleh vitamin B6. Sebagaimana kita tahu, hemoglobin merupakan zat yang sangat penting untuk mengedarkan oksigen, enzim dan zat zat makanan ke seluruh organ tubuh.

Menurut peneliti, dari hasil penelitian yang didapat terjadi penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I yang diberikan vitamin B6, walaupun penurunan nilai rata-rata tersebut sangat kecil namun tetap membawa perubahan pada kondisi ibu hamil jika mengkonsumsi vitamin B6.

Maka upaya yang diharapkan peran petugas kesehatan sangat dibutuhkan dalam mengatasi kondisi ibu, karena berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden dapat dikaitkan dengan efek psikologis yang dirasakan oleh ibu saat hamil, sehingga jika ibu siap dalam kehamilan maka ibu dapat menjalani kehamilan dengan mudah namun bila ibu tidak siap maka ibu tidak mampu untuk mengatasi perubahan-perubahan fisik yang terjadi dan akan memperberat kehamilan ibu.

Perbedaan Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Dan Vitamin B6 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Aur Duri Kota Jambi Tahun 2024

Berdasarkan hasil analisis dapat diambil kesimpulan bahwa mengkonsumsi vitamin B6 memberikan hasil selisih mean 4 yang artinya lebih besar dibandingkan dengan nilai mean intervensi konsumsi air rebusan jahe yaitu 0.87. Hasil tersebut menunjukkan bahwa konsumsi B6 merupakan salah satu obat yang memiliki kontribusi lebih besar dalam menurunkan mual muntah dibanding dengan rebusan air jahe.

Menurut pendapat peneliti, dari hasil penelitian didapati pengaruh yang signifikan terhadap mual dan muntah yang dirasakan pada kelompok ibu yang menggunakan vitamin B6 + ekstrak jahe, sehingga diharapkan adanya pemberian informasi oleh tenaga kesehatan kepada ibu hamil terutama pada trimester I untuk mengkonsumsi vitamin B6 + ekstrak jahe yang diberikan untuk mengurangi rasa mual dan muntah. Dengan pemberian informasi, diharapkan peningkatan pengetahuan ibu sehingga mematuhi saran yang diberikan.

Sejalan dengan teori Made (2019) Vitamin B6 merupakan ko-enzim berbagai jalur metabolisme protein dimana peningkatan kebutuhan protein pada trimester I diikuti peningkatan asupan vitamin B6. Vitamin B6 diperlukan untuk sintesa serotonin dari tryptophan. Defisiensi vitamin B6 akan menyebabkan kadar serotonin rendah sehingga saraf panca indera akan semakin sensitif yang menyebabkan ibu mudah mual dan muntah. Pada wanita hamil terjadi peningkatan kynurenic dan xanturenic acid di urin. Kedua asam ini diekskresi apabila jalur perubahan tryptophan menjadi niacin terhambat. Hal ini dapat juga terjadi karena defisiensi vitamin B6. Kadar hormon estrogen yang tinggi pada ibu hamil juga menghambat kerja enzim kynureninase yang merupakan katalisator perubahan tryptophan menjadi niacin, yang mana

kekurangan niacin juga dapat mencetuskan mual dan muntah.

Estrogen dan progesteron, keduanya mempunyai efek relaksasi terhadap otot polos gastrointestinal. Hormon-hormon steroid, terutama progesteron menyebabkan waktu pengosongan lambung (gastric emptying) dan waktu transit intestinal (intestinal transit time) memanjang, sehingga merupakan faktor predisposisi terjadinya mual dan muntah. Perempuan hamil dengan mual dan muntah mempunyai distimia gelombang lambat (slow wave dysrhythmias) seperti tachygastric dan bradygastric serta aktivitas elektrik puasa yang tidak stabil dan gangguan respons elektrik pada pencernaan makanan.

Menurut pendapat peneliti, pemberian vitamin B6+ ekstrak jahe jauh lebih efektif dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Berdasarkan hasil percobaan yang dilakukan selama 7 hari terlihat bahwa dari hasil penelitian, pada kelompok ibu yang mengonsumsi vitamin B6 + ekstrak jahe jauh lebih berkurang rasa mualnya jika dibandingkan dengan kelompok lain. Hal ini disebabkan karena syaraf panca indra ibu tidak sensitif karena produksi serotonin yang dihasilkan dari vitamin B6 dan memproduksi niacin yang dapat menurunkan mual muntah serta ekstrak jahe yang memberikan manfaat lebih banyak saat diminum secara bersamaan, ekstrak jahe yang berfungsi untuk mempercepat proses pencernaan makanan dalam lambung maka akan membantu mengatasi kondisi mual muntah yang terjadi pada ibu, dengan diberikannya kombinasi tersebut maka akan mempercepat penurunan kondisi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

Informasi yang baik dan benar dibutuhkan bagi ibu yang dapat disampaikan oleh petugas kesehatan, sehingga ibu siap dalam menghadapi kondisi kehamilannya. Informasi tentang perubahan kondisi saat hamil, pencegahan mual muntah, dan penatalaksanaan mual muntah dapat disampaikan oleh petugas kesehatan saat ibu datang memeriksakan kehamilannya, maupun dapat diberikan saat adanya perkumpulan warga seperti pengajian ataupun arisan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu yang sedang hamil, atau berencana hamil, atau memberikan informasi yang didapatkan ini kepada orang lain lagi sehingga ibu hamil dapat melewati masa kehamilannya dengan baik.

KESIMPULAN

Hasil penelitian sebelum diberikan rebusan air jahe yaitu rata-rata frekuensi emesis gravidarum 12.60 dan vitamin B6 yaitu 12.27. Setelah diberikan rebusan air jahe yaitu 9.47 dan setelah diberikan vitamin B6 yaitu 8.27. Analisis dapat diambil kesimpulan bahwa mengonsumsi vitamin B6 memberikan hasil selisih mean 4 yang artinya lebih besar dibandingkan dengan nilai mean intervensi konsumsi air rebusan jahe yaitu 0.87. Hasil tersebut menunjukkan bahwa konsumsi vitamin B6 merupakan salah satu obat yang memiliki kontribusi lebih besar dalam menurunkan mual muntah dibanding dengan konsumsi rebusan air jahe yang kontribusinya lebih rendah dalam menurunkan mual muntah.

SARAN

Bidan harus mampu memberikan konseling cara mengurangi mual dan muntah yaitu dengan pemberian wedang jahe saat mengalami emesis gravidarum, tidak hanya memberikan obat-obatan untuk mengurangi mual muntah.

DAFTAR PUSTAKA

- 2018, R. (2018). Laporan Kota Jambi. *Laporan Kota Jambi Riskesdas 2018*, 288.
- Amelia Paramitha, d. (2020). *Evidence Based Midwifery*. Sidoarjo: UMSIDA PRESS.
- Anastha, t. (2018). Efektivitas hipnoterapi dan pemberian tablet B6 terhadap intensitas mual muntah pada emesis gravidarum di wilayah kerja Puskesmas Nandu tahun 2018. 56.
- Aulia Nurul, D. L. (2023). Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester 1. *Journal of midwifery sciences*, 44.
- BKKBN. (2017). Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia.
- Daimon, S. (2023). *Buku Ajar Biokimia*. Sulawesi Tengah: CV. Ferniks Muda Sejahtera.
- Febriyeni, D. V. (2021). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe dan Daun Pandan Terhadap

- Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*.
- Fitri Harahap, R. (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1. *jurnal ilmu keperawatan*.
- Ischak, N. I. (2017). *Biokimia Dasar*. Gorontalo: UNG Press.
- Kaban, T. A. (2018). Efektivitas Hipnoterapi dan Pemberian Tablet B6 Terhadap Intensitas Mual Pada Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Namu Ukur Tahun 2018. *The Effectiveness of Hypnotherapy and B6 Tablet Administration to Vomiting Nausea Intensity in Emesis Gravidarum at the Working Area of Namu Ukur Community Health Centre in 2018*.
- Khairani. (2023). Efektivitas Pemberian Pisang Ambon (Musa Paradisiaca) Dengan Vitamin B6 Dalam Menurunkan Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil TM 1 Di Klinik Lina. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*.
- Latifah L, S. N. (2017). Efektivitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness. *Effectitiveness Self Management Module in Overcoming Morning Sickness*. *jkp*, 10-8.
- Lestari, A. N. (2023). Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1. *Journal of midwifery sciences*.
- Nurbaitty, A. D. (2019). Faktor Resiko Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Smarang. *Journal Of Nutrition Collagge*.
- Paramita, D. W. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jawa Timur: Widya Gama Press.
- Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimster 1. (2020). *jurnal imu keperawatan*, 1.
- RI, B. P. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS. 379.
- RISKESDAS. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehata Kementerian Kesehatan RI. *Laporan Nasional Riskesdas* , 379.
- Sariyana. (2020). Pengaruh Aroma Terapi Lemon Terhadap Emesis Gravidaruum Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Klinik Bidan rosita tahun 2020 . *jurnal kebidanan*.
- Sragih, S. D. (2019). Efektivitas Minuman Jahe Terhadap Pengurangan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Klinik Pratama Niar Tahun 2019. 17.
- Sumiati, E. (2018). Efektivitas Vitamin B6 (Piridoksin) dan Wedang Jahe Pada Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum di Polindes Terong Tawah Kecamatan Labuapi Kabupaten Lombok Barat.
- Yusuf, Y. (2018). *Kimia Pangan dan Gizi*. jakarta : UFF Uhamka.