

EFEKTIFITAS PEMBERIAN MINUMAN JAHE EKSTRAK TERHADAP HIPEREMESIS GRAVIDARUM RINGAN

Studi di Bidan Praktik Mandiri Subaidah Kabupaten Malang

Sri Handayani¹⁾, Widya Damayanti²⁾, Ervin Rufa Indah³⁾

Prodi Kebidanan STIKES Widyagama Husada

¹⁾srihandayani57@yahoo.com

³⁾ervinrufaindah@yahoo.com

Abstract

Hyperemesis Gravidarum is a condition where pregnant women suffer from extreme, persistent sickness by vomiting anything that they eat. This dangerous condition can happen until the 20th week of pregnancy. Controlling light Hyperemesis Gravidarum can be done by consuming ginger extract drink. The pregnant women can consume about three-quarter tea spoon of ginger extract brewed with warm water three times a day. The purpose of this study is to know how whether consuming ginger extract drink is effective to overcome the Hyperemesis Gravidarum happened to pregnant women. The method used in this study was one group pre-test post-test design by observing the condition of pregnant women before and after the consuming of ginger extract. The research that was conducted in May 2014 involving 15 pregnant women in Subaiday Maternity Home (BPM Sadinah) with light Hyperemesis Gravidarum. The data were collected through questionnaire and analyzed using Wilcoxon Signed Rank Test that showed the significance $0.000 \leq$ of the α (0,05). It indicates that the ginger extract is effective to overwhelm the condition of light Hyperemesis Gravidarum to pregnant women. It is expected that the findings of this study brings benefits to others, especially the medical officers, in terms of socializing the advantages of ginger extract to pregnant women with light Hyperemesis Gravidarum.

Keywords: Ginger Extract Drink, Hyperemesis Gravidarum

Abstrak

Hyperemesis Gravidarum merupakan muntah yang terjadi sampai usia kehamilan 20 minggu. Muntah terjadi begitu hebat dimana segala apa yang dimakan dan diminum dimuntahkan sehingga mempengaruhi keadaan umum ibu. Penatalaksanaan *Hyperemesis Gravidarum* ringan sangatlah penting yaitu dengan memberikan minuman jahe ekstrak. Pemberian minuman jahe selama 1 minggu dengan aturan minumannya sepertiga sendok teh bubuk jahe ekstrak diseduh dengan menggunakan air hangat dan diminum tiga kali per hari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman jahe ekstrak terhadap *Hyperemesis Gravidarum* ringan pada ibu hamil. Metode penelitian *One group Pre test- Posttest Design* yaitu dengan cara melakukan observasi pertama sebelum diberikan intervensi berupa minuman jahe ekstrak dan setelah adanya eksperimen berupa pemberian minuman jahe ekstrak. Jumlah sample penelitian ini adalah 15 Responden ibu hamil dengan *Hyperemesis Gravidarum* Ringan di BPM Subaidah Bulan Mei 2014. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuisioner. Selanjutnya, hasil penelitian dianalisa dengan *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan signifikansi sebesar $0.000 \leq$ dari pada nilai α (0,05) yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian minuman jahe ekstrak terhadap ibu hamil dengan *Hyperemesis Gravidarum*. Dari Hasil penelitian ini diharapkan kepada masyarakat umum khususnya tenaga kesehatan dapat mensosialisasikan kegunaan minuman jahe ekstrak untuk ibu hamil dengan *Hyperemesis Gravidarum* Ringan . Target dari penelitian ini adalah untuk mnegurangi mual muntah pada ibu hamil terutama pada ibu hamil yang mengalami mual muntah guna meningkatkan mutu dan kualitas pelayanan pada ibu hamil.

Kata Kunci : *Minuman Ekstrak Jahe, Hyperemesis Gravidarum*

PENDAHULUAN

Saat ini, Angka Kematian Ibu(AKI) di Indonesia masih sangat tinggi,hal ini terbukti dengan hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Tahun 2007, AKI rata-rata 248 per 100.000 kelahiran hidup dengan AKB 26,9 per seribu kelahiran hidup. Dalam rangka mencapai Millennium Development Goals (MDGs) pada Tahun 2015, maka Pemerintah menargetkan AKI menjadi 104/100.000 kelahiran hidup (Menkes, 2007).

Pencapaian Millennium Development Goals (MDGs) tidaklah mudah, karena banyaknya faktor yang melatarbelakangi Angka Kematian Ibu dan Bayi Baru Lahir, yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Tiga penyebab langsung kematian ibu di Indonesia antara lain perdarahan (28,

3%), infeksi (20- 25%), eklamsi (15- 17%) dan lain- lain (5%). Jadi, penyebab kematian ibu sebagian besar karena proses persalinan, yang sebenarnya dapat dicegah dengan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan, terutama pelayanan ibu dengan ANC yang baik yaitu minimal kunjungan 4 kali selama kehamilannya. Dengan demikian deteksi dini terhadap komplikasi dalam kehamilan dapat tertangani secara dini sehingga AKI dapat tertangani.

Adapun salah satu komplikasi kehamilan yang sangat membahayakan ibu hamil dan bisa berdampak pada kematian ibu dan janin adalah mual muntah berlebihan yang kemudian berkelanjutan menjadi *Hyperemesis Gravidarum* (Wiknjastro, 2009).

Hyperemesis Gravidarum adalah muntah yang terjadi sampai usia kehamilan 20 minggu, ditandai

dengan muntah yang hebat dan segala apa yang dimakan dan diminum dimuntahkan sehingga mempengaruhi keadaan umum ibu dan terjadi pada 4 dari 100 kehamilan (Sastrawinata, 2005). Adapun insiden Hiperemesis Gravidarum adalah 0,1-1% dengan 50% risiko dapat terjadi kekambuhan pada kehamilan berikutnya (Billing-Stevenson, 2010).

Sebanyak 90% ibu hamil mengalamimual selama kehamilan yang lebih dikenal dengan "*morningsickness*", dan setengahnya disertai dengan muntah. Keadaan seperti ini dapat menjadi tidak normal jika mual muntah nya terjadi secara berlebihan (terus-menerus) yang biasa disebut dengan "*Hiperemesis Gravidarum*". Dari 90% ibu hamil yang mual muntah terjadi pada usia kehamilan kurang dari 20 minggu dan 2-5% bisa parah menjadi "*Hiperemesis Gravidarum*" (Indiarti, 2006). Prevalensi Hiperemesis Gravidarum pada primigravida lebih tinggi jika dibandingkan dengan multigravida yaitu sebesar 60-80 % dan 40- 60 % terjadi pada multigravida (Sarwono, 2002).

Oleh karena itu, penting dilakukan upaya mengurangi masalah sejak dini. Ada beberapa upaya yang dapat dilakukan antara lain makan dalam jumlah sedikit tapi sering, makan makanan yang tinggi karbohidrat dan protein, saat bangun tidur dipagi hari jangan langsung terburu-buru terbangun, istirahat yang cukup, dan bisa juga dengan pengobatan tradisional yaitu dengan mengkonsumsi minuman jahe (Indiarti, 2006).

Penelitian di Australia menyatakan bahwa jahe dapat memblok

serotonin yakni senyawa kimia yang menyebabkan perut berkontraksi sehingga menimbulkan perasaan mual muntah yang dialami ibu hamil muda (Maulana, 2008). Dan menurut laporan penelitian yang dilakukan oleh Prof. Caroline Smith (2005), jahe berkhasiat mengendurkan dan melemahkan otot-otot pada saluran pencernaan sehingga mual muntah banyak berkurang. Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Universitas Chiang Mai di Thailand juga membuktikan keefektifan khasiat jahe pada ibu hamil dalam mengatasi mual muntah. Dalam riset ini melibatkan 32 ibu hamil yang mengalami mual muntah yang diberikan suplemen dalam bentuk tablet yang mengandung 1 gram jahe setiap hari, ternyata hasilnya sangat memuaskan dimana terjadi penurunan gejala mual muntah yang signifikan pada ibu-ibu hamil tersebut (Booth, 2008). Sedangkan di Indonesia belum ada penelitian tentang efektifitas kandungan jahe tersebut, karena di Indonesia belum ada suplemen khusus yang mengandung jahe untuk mengurangi mual muntah.

Masyarakat Indonesia pada umumnya mengkonsumsi jahe dalam bentuk seduhan karena selain kandungan yang terdapat dalam jahe bias mengurangi gejala mual muntah, jahe juga mudah didapat dan penyajiannya cukup praktis yaitu dengan cara sepertiga sendok teh bubuk jahe yang diseduh dengan secangkir air panas lalu diminum 3 kali sehari, dan selain itu dapat pula dikonsumsi dalam bentuk permen (Booth, 2008). Permasalahannya adalah bagaimana "Efektifitas Pemberian Minuman Jahe Ekstrak Terhadap Hiperemesis

Gravidarum Ringan.

METODE PENELITIAN

Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian ini :

1. Data yang diambil langsung dari ibu hamil di BPS yang memenuhi kriteria untuk dijadikan responden dalam penelitian ini dan pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara
2. Pengukuran tingkat hiperemesis gravidarum dengan memberikan kuesioner kepada responden tentang tanda gejala hiperemesis gravidarum ringan
3. Diberikan minuman jahe selama 1 minggu dengan aturan minumnya sepertiga sendok teh bubuk jahe ekstrak diseduh dengan menggunakan air hangat dan diminum tiga kaliper hari, disarankan agar ibu tidak mengkonsumsi obat untuk mengurangi mualnya dan disarankan kepada keluarganya untuk memastikan ibu tidak mengkonsumsi obat untuk mengurangi mualnya, dan minuman jahe yang digunakan yaitu berupa bubuk jahe dengan komposisi jahe saja.
4. Setelah intervensi pemberian ekstrak jahe selama 1 minggu, peneliti mengukur dengan memberikan kuesioner kepada responden untuk mengetahui keadaan mual muntah apakah masih tetap atau sudah berkurang.

Teknik Analisa Data: Tehnik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk melihat pengaruh minuman jahe ekstrak terhadap hiperemesis

gravidarum ringan dengan menggunakan bantuan komputer software SPSS 21.

HASIL YANG DICAPAI

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pemberian minuman jahe ekstrak terhadap *Hiperemesis Gravidarum* ringan yang melibatkan 15 responden di BPM.Ny Subaidah, Amd.Keb maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata responden yang mengalami Hiperemesis Gravidarum Ringan sebelum diberikan intervensi pemberian minuman jahe sebesar 14,80 dengan SD 1,014.
2. Rata-rata responden yang mengalami Hiperemesis Gravidarum Ringan sesudah diberikan intervensi pemberian minuman jahe sebesar 8,67 dengan SD 2,845.
3. Ada pengaruh yang signifikan antara Hiperemesis Gravidarum Ringan sebelum dan sesudah pemberian minuman jahe. Didapatkan nilai signifikan *Wilcoxon Signed Rank* sebesar $0.000 \leq$ dari pada nilai α (0,05).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas mendapatkan hasil penelitian pengaruh pemberian minuman jahe ekstrak dengan *Hiperemesis Gravidarum* Ringan.

Responden ibu hamil trimester I dengan Hiperemesis Gravidarum sebelum diberikan minuman Ekstrak jahe rata-rata responden mengalami Hiperemesis Gravidarum Ringan dengan hasil Mean 14,80 dengan SD 1.014, responden mengatakan sering

mual muntah setiap kali makan sehingga responden terkadang merasa agak lemas dan Hiperemesis Gravidarum Ringan yang dialami responden tersebut terjadi akibat peningkatan hormone estrogen pada kehamilan trimester I akan mengakibatkan pengeluaran asam lambung yang berlebihan sehingga menimbulkan rasa mual dan muntah. Selain hormone estrogen peningkatan Human Corionic Gonadotropin(HCG) dalam serum dari plasenta dapat menyebabkan mual muntah setiap kali makan dan akan berakibat habisnya cadangan karbohidrat dan lemak dalam tubuh untuk keperluan energi (Sarwono, 2002).

Responden dengan Hiperemesis Gravidarum ringan sesudah diberikan intervensi setelah diberikan intervensi berupa pemberian minuman Ekstrak jahe didapatkan rata-rata responden yang mengalami Hiperemesis Gravidarum ringan di BPM. Ny.Subaidah, Amd.Keb di Karanglo Malang adalah 8.67 dengan SD 2.845. Di sini terjadi penurunan mual muntah pada ibu hamil.

Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata gejala Hiperemesis Gravidarum Ringan yang dialami responden mengalami penurunan setelah diberikan intervensi berupa minuman jahe yaitu dari 14.80 menjadi 8,67 dengan standar deviasi 1,014 menjadi 2,845. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat gejala Hiperemesis Gravidarum Ringan yang dialami responden penelitian sesudah diberikan intervensi minuman jahe menunjukkan hasil terjadi pengurangan gejala *Hiperemesis Gravidarum Ringan*.

Ada beberapa upaya yang dapat

dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk perawatan Hiperemesis Gravidarum ringan antara lain konseling tentang makan dalam jumlah sedikit tapi sering, makan makanan yang tinggi karbohidrat dan protein, saat bangun tidur di pagi hari jangan langsung terburu-buru terbangun, istirahat yang cukup, dan bias juga dengan pengobatan tradisional yaitu dengan ekstrak jahe, Sedangkan pada Hiperemesis gravidarum sedang dan berat untuk perawatannya yaitu dengan manjalani perawatan di rumah sakit (Winkjosatro, 2005).

Jahe (*Zingiber Officinale*) adalah tanaman rimpang yang sangat populer sebagai rempah-rempah dan bahan obat. Rimpangnya berbentuk jemari yang menggembung diruas-ruas tengah. Rasa dominan pedas disebabkan senyawa keton bernama zingeron (Harmono dan Andoko, 2005). Penelitian di Australia menyatakan bahwa jahe dapat memblok serotonin yakni senyawa kimia yang menyebabkan perut berkontraksi sehingga menimbulkan perasaan mual muntah yang dialami ibu hamil muda (Maulana, 2008). Dan menurut laporan penelitian di Journal of Obstetri and Gynaecology, Maret 2005, Prof Caroline Smith mengatakan bahwa jahe berkhasiat mengendurkan dan melemahkan otot-otot pada saluran pencernaan sehingga mual muntah banyak berkurang (Booth, 2008).

Menurut Budhawaar(2006), jahe sekurangnya mengandung 19 komponen yang berguna bagi tubuh yang salah satunya gingerol yaitu senyawa paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas anti emetik (anti muntah) yang manjur dengan

bersifat memblok serotonin, yaitu senyawa kimia pembawa pesan. Senyawa ini menyebabkan perut berkontraksi sehingga apabila diblok maka otot-otot saluran pencernaan akan mengendor dan melemah sehingga rasa mual berkurang. Suatu penelitian mengatakan melaporkan bahwa jahe sangat efektif menurunkan kerja dari metoklopramid yakni senyawa penginduksi mual muntah. Oleh karena itu jahe sangat efektif pada penggunaan anti emetik untuk mencegah mual muntah dalam kehamilan.

Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe terhadap Hiperemesis Gravidarum Ringan

Hasil Penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan sebelum diberikan intervensi pemberian minuman jahe dan sesudah diberikan intervensi pemberian minuman jahe yang melibatkan 15 orang responden menunjukkan rata-rata beda kelas pre test dan post test adalah 5,4. Demikian pula saat dilakukan uji statistik dengan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan hasil p value = 0.000 pada α 0,05 maka H_0 diterima. Hal ini berarti bahwa ada pengaruh yang signifikan antara sebelum diberikan intervensi dan sesudah pemberian intervensi.

Dalam penelitian ini, terjadi perubahan gejala Hiperemesis Gravidarum Ringan yang signifikan sesudah diberikan intervensi minuman jahe.

Hal ini juga sesuai dengan pernyataan Budhawaar (2006) menunjukkan bahwa jahe yang sekurangnya mengandung 19 komponen yang berguna bagi tubuh

yang salah satunya gingerol yaitu senyawa paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas antiemetik (antimuntah) yang manjur dengan bersifat memblok serotonin, yaitu senyawa kimia pembawa pesan. Senyawa ini menyebabkan perut berkontraksi sehingga apabila diblok maka otot-otot saluran pencernaan akan mengendor dan melemah sehingga rasa mual berkurang. Suatu penelitian mengatakan melaporkan bahwa jahe sangat efektif menurunkan kerja dari metoklopramid yakni senyawa penginduksi mual muntah. Oleh karena itu jahe sangat efektif pada penggunaan anti emetic untuk mencegah mual muntah dalam kehamilan, keracunan makanan, kemoterapi, pembedahan pada saluran reproduksi (ginekologi) dan pada keadaan Morning sickness yaitu serangan mual muntah saat tubuh berputar, bergetar, atau saat orang berpergian dengan kendaraan bermotor karena perubahan keseimbangan.

Tujuan dari pemberian intervensi ekstrak jahe ini telah dicapai, yaitu responden bersedia untuk diberikan intervensi minuman jahe dengan takaran sepertiga sendok teh, diseduh dengan menggunakan air hangat dan diminum tiga kali dalam sehari selama satu minggu. Dan hasil dari intervensi yang dilakukan oleh peneliti selama satu minggu yaitu terjadi pengurangan gejala Hiperemesis Gravidarum Ringan.

Efek antiemetiknya sebanding dengan meta klorobromida. Sepertiga sendok teh bubuk jahe yang diseduh dengan air panas satu gelas lalu diminum 3 kali sehari dapat

digunakan sebagai terapi anti emetik dan pembangkit selera sebelum makan pada ibu hamil. Hasil uji menunjukkan bahwa jahe mempunyai aktivitas sebagai anti inflamasi. Hasil dalam uji ini memperlihatkan bahwa ekstrak jahe dalam air panas dapat menghambat aktivitas sinklooksigenase dan lipoksigenase sehingga menurunkan kadar prostaglandin dan leukotriena (mediator inflamasi) (Budhawaar, 2006). Sedangkan menurut Koswara (2010), jahe juga mengandung minyak atsiri dan oleoresin yang dapat menimbulkan aroma harum dan rasa pedas.

Kandungan minyak atsiri dalam jahe kering adalah sekitar 1 – 3 persen. Komponen utama minyak atsiri jahe yang menyebabkan bau harum adalah zingiberen dan zingiberol, dan memiliki aktivitas antiemetik (antimuntah), memperkuat lambung, dan memperbaiki pencernaan. Hal ini dimungkinkan karena terangsangnya selaput lender perut besar dan usus oleh minyak asiri yang terkandung dalam jahe. Minyak jahe berisi gingerol yang berkhasiat mencegah dan mengobati mual dan muntah.

Selain itu, penelitian modern telah membuktikan secara ilmiah berbagai manfaat jahe, yakni membantu system pencernaan, karena jahe mengandung enzim pencernaan yaitu protease dan lipase, yang masing-masing mencerna protein dan lemak dalam tubuh, selain itu juga dapat membuat lambung menjadi nyaman, meringankan kramperut dan membantu mengeluarkan angin. Pemberian intervensi minuman jahe merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi

gejala Hiperemesis Gravidarum Ringan. Dengan pemberian intervensi tersebut diharapkan keadaan ibu hamil beserta janinnya akan lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disesuaikan dengantujuan penelitian tentang pengaruh pemberian minuman jahe terhadap Hiperemesis Gravidarum ringanyang melibatkan 15 responden di BPM.Ny Subaidah,Amd.Keb maka dapat disimpulkan adanya pengaruh pemberian minuman jahe ekstrak terhadap *Hyperemesis Gravidarum Ringan* dan berdasarkan hasil wawancara dengan responden setelah diberikan perlakuan responden mengatakan bahwa mual muntah yang dialami berkurang dan responden merasa tubuhnya lebih segar lagi setelah minum jahe ekstrak.

DAFTAR PUSTAKA

- Billington, Steven. 2010. *Kegawatan Dalam Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Bobak, dkk. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Booth, Trish. 2008. *Tanya Jawab Seputar Kehamilan*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Budhawaar, Vikaas. 2006. *Khasiat Rahasia Jahe dan Kunyit*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Chandranita, dkk. 2008. *Gawat Darurat Obstetri Ginekologi*. Jakarta: EGC.
- Dahlan,Sopiyudin. 2009. *Statistika Untuk Kedokteran dan Kesehatan*.

- Jakarta: Salemba Medika. Diva Press.
- Harmono dan Andoko. 2008. *Manfaat Rempah- Rempah Bagi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hidayat, Alimul Aziz. 2007. *Riset Keperawatandan Tekhnik Penulisan Ilmiah* . Jakarta: Medika Salemba.
- Huliana, Mellyana. 2001. *Panduan Menjalani Kehamilan Sehat*. Jakarta: PuspaSwara.
- Indiarti. 2006. *Kehamilan Persalinan dan Perawatan Bayi*. Yogyakarta: Diglossia Media.
- Joseph, Nugroho. 2010. *Ginekologi dan Obstetri*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kurniawan. 2010. *Sehat dan Cantik Alami Berkat Khasiat Bumbu Dapur*. Bandung: Qanita.
- Lamadhah, Athif. 2008. *Buku Pintar Kehamilan dan Melahirkan*. Jogjakarta: Diva Press.
- Marhall, Connie. (2000). *Awal Menjadi Ibu*. Jakarta, Arcan.
- Menkes Kesehatan RI. 2007. *Indikator Indonesia Sehat 2015*. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2002. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Saifuddin, Abdul, Bario. 2001. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: YBP-SP.
- Sidiq, Jaffar. 2010. *Rahasia Khasiat dan Manfaat Bumbu Dapur Rempah- Rempah dan Sayuran*. Yogyakarta: SuryaMedia.
- Solihah,Lutfiatus. 2008. *Panduan Lengkap Hamil Sehat*. Jogjakarta: