

LITERATURE REVIEW : PENGARUH SEDUHAN JAHE (*ZINGIBER OFFICINALE*) TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM

Literature Review: The Effect Of Ginger (Zingiber Officinale) Towards Emesis Gravidarum

Rosa Purwanti¹, Dewi Pitriawati², Chanda Paramitha Bherty³, Devi Nur Laila⁴

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Jombang

Penulis

Korespondensi:

- Rosa Purwanti
- Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Jombang
- rosapurwanti@gmail.com

Kata Kunci:

Emesis gravidarum, Trimester Pertama, minuman jahe

Abstrak

Emesis Gravidarum merupakan suatu symptom pada trimester pertama dan dapat menjadi lebih berat yang disebut hyperemesis gravidarum dan dapat menjadi komplikasi untuk janin dan ibu apabila tidak teratasi. Emesis gravidarum juga dapat dikurangi menggunakan terapi herbal atau komplementer yaitu salah satunya dengan tanaman jahe. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh jahe pada emesis gravidarum atau mual muntah trimester pertama. **Metode:** Penelaahan literatur melalui google scholar, Science direct,. Keywords adalah “ginger”, “jahe” dan “emesis gravidarum” **Hasil:** dari 30 artikel yang dipublikasikan dan diidentifikasi mulai tahun 2018-2021, terdapat article 10 kriteria yang sesuai. Bersumber pada 10 artikel yang dikaji dihasilkan bahwa pengaruh jahe terhadap emesis gravidarum pada trimester pertama. **Kesimpulan:** pengobatan herbal salah satunya dengan jahe dapat mengurangi gejala emesis gravidarum pada trimester pertama

Abstract

Emesis Gravidarum or vomiting nausea is symptoms of generally occur first trimester. Continuous nausea and vomiting can lead to hyperemesis gravidarum and can be bad for health baby and mother. **Objective:** This article is determine effectiveness giving warm ginger drink with emesis gravidarum in first trimester pregnancy. **Methods:** Literature is search carried out through such as Google Scholar, Science Direct. used keyword are ginger for emesis gravidarum **Results:** There were published from 2018-2021 and 30 articles identified and there were 10 articles inclusion and exclusion criteria. Based on the results of the study of 10 reviewed journals, it showed that give ginger drink could reduce a emesis gravidarum. **Conclusion:** effective ginger drink to support reducing emesis gravidarum in first trimester pregnancy

PENDAHULUAN

Periode dalam kehamilan dimulai saat konsepsi sampai dengan janin lahir. Kehamilan merupakan fertilisasi ovum dan spermatozoa dan selanjutnya dengan implantasi atau nidasi. Kehamilan normal menurut kalender internasional yang dihitung dari fertilisasi sampai lahirnya janin berlangsung 9 bulan 7 hari atau 280 hari yang dihitung dari haid terakhir pada hari pertama (Sarwono, 2010)

Pada kehamilan mual muntah merupakan respon tubuh karena perubahan hormone kehamilan. Sejak usia 5 minggu yang dihitung berdasarkan HPHT biasanya muncul gejala mual muntah dan kehamilan usia antara 8 minggu sampai 12 minggu mencapai puncak mual dan muntah dan pada kehamilan usia 16 minggu sampai 18 minggu berakhir. (Ratih, Nur Rakhmawati, 2013)

Pada primigravida terjadi mual dan muntah 60%-80% dan pada multigravida terjadi mual dan muntah 40%-60% , ibu hamil sekitar 27-30% mengalami mual saja dan sebanyak 28-52% mengalami muntah (Jennings and Krywko, 2021). Mual muntah pada ibu hamil yang terjadi secara terus menerus dapat mengakibatkan timbulnya ketidakseimbangan cairan dan elektrolit pada jaringan ginjal dan terjadi nekrosis pada hati (Petry *et al.*, 2018). (Satoto, 2014)

Pemberian anti muntah atau obat penenang merupakan pengobatan jalan untuk mengatasi emesis gravidarum atau mual muntah pada sebagian besar wanita saat hamil. Terapi

komplementer atau herbal ataupun tradisional yang gampang diperoleh adalah pappermin, lemon ,jahe dll (Ira, 2012). Kandungan minyak atsiri jahe menyebabkan aroma harum, rasa pedas pada jahe menhangatkan dari kandungan oleoresinya (Nikita, 2011).

Mual muntah biasanya ditemukan pada awal kehamilan dan tanda awal kehamilan ini biasanya ditemukan setelah pembuahan pada minggu kedelapan dan kedua. Aliran darah terjadi peningkatan dari hormone tiba-tiba pada kehamilan juga memicu rasa mual. Rasa mual dapat dirasakan dalam sepanjang hari baik pagi ataupun malam. Wanita hamil biasanya kehilangan nafsu makan yang menyebabkan keterbatasan asupan makanan yang diterima, akan tetapi kondisi ini lazim sehingga kesehatan janin tidak akan berpengaruh karena emesis gravidarum menandakan tubuh wanita hamil bereaksi terhadap hormone dalam kehamilan. Mual muntah biasanya menghilang pada kehamilan trimester kedua. Tiga bulan pertama atau trimester pertama hampir 50-90 persen terjadi emesis gravidarum. Pada kehamilan usia 8 minggu sampai 12 minggu lazim terjadi emesis gravidarum dan secara bertahap semakin berkurang dan di usia kehamilan 16 minggu biasanya berhenti (Yanuaringsih *et al.*, 2020).

Dalam meminimalisasi atau meredakan gangguan mual dan muntah selama kehamilan dapat menggunakan pengobatan herbal salah satunya dengan minuman jahe hangat tanpa memberikan kerugian ataupun efek negatif pada janin dan ibu hamil. Dalam kondisi mual muntah jahe dapat memblok serotonin yang merupakan

suatu neurokromatin memberikan perasaan yang nyaman pada saluran pencernaan dan jahe mengandung zingiberol, kukumen, bisabilena, flandrena, gingerol, minyak atsiri zingiberena, vitamin A dan renin pahit (Yanuaringsih et al., 2020).

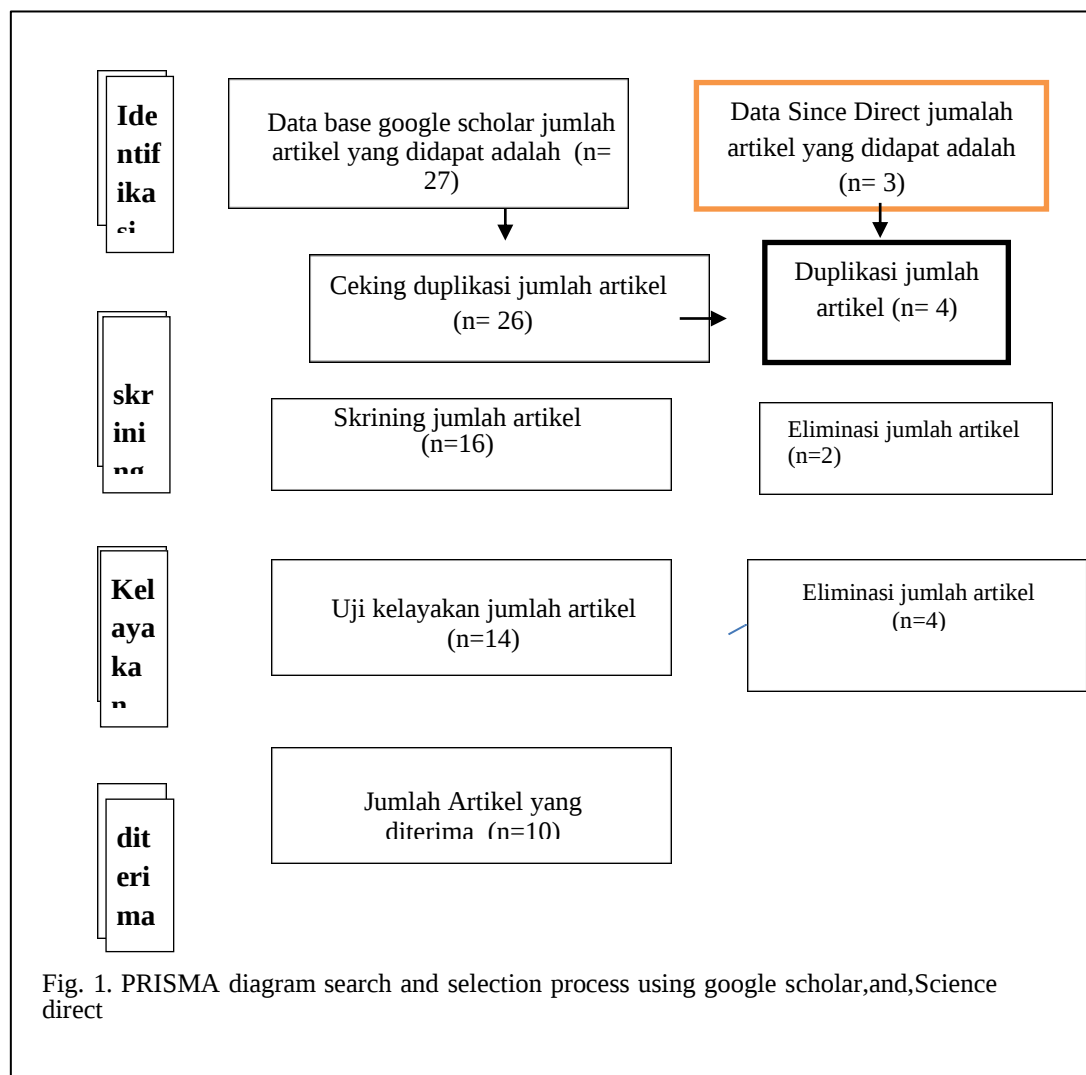
Efek menyegarkan dan reflek muntah yang terblokir karena kandungan minyak atsiri pada jahe dan syaraf bekerja dengan baik dan peredaran lancar karena kandungan gingerol pada jahe sehingga dengan kandungan kandungan ini mual muntah dapat ditekan.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis melakukan studi litertur tentang

penelitian yang berkaitan dengan minuman jahe mengurangi mual muntah atau *emesis gravidarum* pada kehamilan.

METODE

Artikel literature dilakukan penelusuran pada google scholar dan Science direct. Keywordnya adalah “ginger”, “*emesis gravidarum*”. Artikel dicari sampai Oktober 2021. Dari 30 artikel dari hasil penelusuran didapatkan yang duplikasi 4 artikel dan 16 artikel yang terseleksi. dari 16 artikel yang terseleksi sebanyak 6 artikel yang dikeluarkan dan 10 artikel hasil akhir yang direview. Proses seleksi artikel review pada gambar 1.



HASIL DAN PEMBAHASAN

“Hasil penelusuran literatur tentang Pengaruh Minuman Jahe terhadap Emesis Gravidarum” dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Tabel review artikel digunakan penelitian ini

No	Nama Penulis dan tahun	Tujuan penelitian	Desain	Sampel
1.	(Haridawati, 2020)	“Untuk Menganalisa Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum”	“kuantitatif dengan rancangan one group pretest-posttest design”	n=14
2	(Faridah BD ,dkk,2019)	“Untuk Melihat Pengaruh Minuman Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I”	“pra eksperimen one grup pretest and posttest design”	n=16
3	(Oktaviani P,dkk,2021)	“Untuk Mengetahui Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe Dan Mint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1”	“quasi experimental dengan pre and post-test design without control group”	n=30
4	(Astriana,2018)	“Untuk Mengetahui Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Ibu Hamil Trimester 1”	“quasi eksperimen dengan rancangan one group pretest-posttest design”	n=18
5	(Khalida R,dkk,2019)	“Untuk Mengetahui Keadaan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I”	“quasi eksperiment dengan pendekatan one group pre dan post test”	n=31
6	(Yanuaringsih G P,dkk, 2020)	“Untuk Melihat Efektivitas Seduhan Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester Pertama”	“pre eksperimen dengan pendekatan pre test post test design”	n=16
7	(Febriyeni and Visti Delvina,2021)	“Untuk Mengetahui Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Dan Daun Pandan Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I”	“quasi eksperimen dengan pendekatan One-Group Pre-Post-Test”	n=10
8	(Sumarni,dkk, 2019)	“Untuk Mengetahui Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil”	“(quasy- exsperiment) dengan two group (one group Pemberian Air Rebusan Jahe, one group pemberian daun Mint) pre and pos test design”	n=30
9	(Erlinawati,dkk,2020)	“Untuk Menganalisis Pengaruh Pemberian Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah”	“Quasi eksperiment dengan design one grup pre test and post test”	n=14
10	(Ningsih DA,dkk,2020)	“Untuk Mengetahui Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I”	“Quasi eksperiment dengan rancangan one grup pretest-post test”	n=22

PEMBAHASAN

Pada hasil penelusuran literature dalam 10 artikel result dari penelitian menunjukan minuman jahe terdapat pengaruh dari emesis gravidarum. Rasa pedas ataupun hangat dari jahe biasanya dimanfaatkan untuk bobok yang dapat mengobati perut kembung dan pegal. Manfaat lainnya yaitu mengobati masuk angin atau perut kembung, imunitas tubuh meningkat, mencegah rasa mual muntah, detox tubuh, meredakan sakit kepala, mencegah kanker meredakan batu dll (Murtiee, 2015).

Hasil penelitian Haridawati (2020) ang berjudul “Pengaruh Jahe (*Zingiber Officinale*) Hangat dalam mengurangi Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru”, responden yang mengalami mual dan muntah sebelum diberikan minuman jahe 85.7 persen, setelah pemberian minuman jahe sebesar 78.6 persen. Hasil uji signifikan $pvalue (0,000 < \alpha = 0,05)$.

Sejalan dengan Astriana, 2018 yang berjudul “Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang”, dari sebanyak 9.8x dari hasil penelitian wanita hamil diberikan sebelum pemberian jahe “ginger” dan 5.5x mual dan muntah, setelah pemberian minuman jahe, sehingga disimpulkan

terdapat rata-rata frekuensi mual muntah yang mengalami penurunan sehingga dapat diartikan pemberian air jahe terhadap ibu hamil terdapat pengaruh yang signifikan dengan nilai $pvalue=0,000 (< \alpha = 0,05)$

Jahe mengandung kurang lebih 19 bahan kimia, senyawa utamanya adalah kandungan ginggerol dan adanya kandungan anti mual muntah atau antimetik yang berkhasiat yang memblok serotonin yang merupakan senyawa kimia pemberi pesan pada perut bereaksi yang mengakibatkan diblok otot-otot saluran pencernaan melemah atau menurun sehingga meminimalisir rasa mual muntah (Alyamaniah, 2014)

Sejalan dengan penelitian Khalida et al (2019) diperoleh responden yang mengalami mual lebih banyak sebelum diberikan ekstrak jahe yaitu responden 25 orang dengan 80.6 persen dibandingkan frekuensi penurunan mual muntah setelah diberikan ekstrak jahe yaitu 6 orang dengan 19.4 persen, signifikansi $pValue = 0,012 (p-value < \alpha = 0,05)$.

Reseptor serotine dihambat oleh jahe, efek antimetik yang ditimbulkan pada gastrointestinal dan system susunan saraf pusat. Anti inflamasi, memperlihatkan kemampuan menghambat aktivitas TNF dari ekstrak jahe dan ekspresi siklooksigenase 2 in vitro dari sinoviosit. Ginggerol merupakan zat yang memblok siklooksigenase 2 menghalangi aktivitas p38MAP kinase dan NFkB. Kandungan

atsiri merupakan anti radang yang dikandung oleh jahe menghambat proses peradangan disebabkan H.pylori infection yang dapat menyebabkan mual muntah sehingga dapat dihambat oleh kandungan jahe tersebut sebagai obat herbal (Wiraharja,et al ,2011)

Hasil penelitian Ningsih dkk,2020 dapat disimpulkan penurunan frekuensi emesis gravidarum wanita hamil menurun sesudah pemerian jahe,sebesar 9.36x/hari sebelum diberikan seduhan jahe dan 4,86 kali/hari setelah diberikan. Sejalan dengan penelitian BD Farida,dkk (2019) menunjukkan bahwa 7,19x/hari sebelum diberikan tindakan dan setelah diberi minuman jahe yaitu 5.00x/hari.setelah itu hasil penelitian Febriyeni,dkk (2021) juga mendapatkan hasil emesis gravidarum trimesterI menurun yaitu dari 7,7x/hari menjadi 3,87x/hari dan penelitian Oktaviani,dkk(2021) terdapat penurunan rata-rata dari 9,00x/hari menjadi 5,00x/hari

Disimpulkan adanya pengaruh dari jahe terhadap emesis gravidarum pada wanita hamil. Tanaman tradisional jahe digunakan banyak dalam kehidupan sehari hari sebagai aroma pada makanan minuman,memberi rasa dan sebagai bumbu makanan bahkan dapat digunakan pengobatan tradisional. Kemudahan mendapatkan jahe dipasarkan dan mudah dibuat oleh wanita hamil sehingga seduhan jahe sebagai alternative non farmakologi terapi untuk mengurangi emesis gravidarum

wanita hamil,jika wanita hamil dapat mengurangi emesis gravidarum sehingga diharapkan dapat menjalani proses kehamilan dengan lancar,keadaan janin dan ibu sehat dan tumbuh berkembang secara optimal

Hasil uji analisis menyatakan bahwa seduhan jahe berpengaruh terhadap emesis gravidarum pada trimester I. Erlina,dkk (2020) dimana pemberian air jahe dapat mengurangi mual muntah. Sejalan penelitian yang dilakukan Yanuariningsih dkk. (2020) dan Sumarni dkk. (2019) yang menunjukkan jahe dapat menunjukkan hasil yang signifikan terhadap emesis gravidarum.

Analisis penulis didapatkan hasil bahwa seduhan jahe dapat menurunkan intensitas emesis gravidarum wanita hamil trimester I dalam teori menyatakan bahwa jahe mengandung senyawa memblok perasaan mual maupun muntah yang sudah dibuktikan oleh penelitian Erlina dkk. (2020), Yanuariningsih dkk. (2020) dan Sumarni. dkk. (2019) bahwa jahe berpengaruh dalam menurunkan mual dan muntah. Pada penelitian ini responden yang diberikan seduhan jahe belum mengetahui bahwa jahe digunakan sebagai alternatif untuk mengurangi mual dan muntah terutama pada kehamilan. Menurut responden penelitian seduhan jahe ini membantu dalam mengatasi mual muntahnya.

Faktor kemampuan menangani emesis gravidarum dalam kehamilan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu sikap dan kepribadian terhadap penyakit, dukungan keluarga, kesehatan, pekerjaan dan pendukung. Walaupun hanya dua atau tiga kali muntah wanita hamil dapat mengalami gejala berat karena persepsi gejala keparahan dan dapat disebabkan oleh peningkatan hormone dan kebanyakan terjadi pada primigravida (Jojo, 2011)

Faktor kurangnya pengetahuan dalam mengatasi gejala mual dan muntah terutama yang menyertai kehamilan dan cara penanganannya, hal ini sangat penting agar dapat mengurangi kecemasan ibu dalam proses kehamilannya dalam

mengurangi gejala mual dan muntah dan mencegah mengatasi komplikasinya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil review jurnal yang peneliti lakukan dapat menyimpulkan bahwa efektivitas minuman jahe dapat menurunkan emesis gravidarum. Dalam meminimalisasi atau meredakan gangguan mual dan muntah selama kehamilan dapat menggunakan pengobatan herbal salah satunya dengan minuman jahe hangat tanpa memberikan kerugian ataupun efek negatif pada janin dan ibu hamil. Dalam kondisi mual muntah jahe dapat memblokir serotonin yang merupakan suatu neurokromatin memberikan perasaan yang nyaman pada saluran pencernaan .

DAFTAR PUSTAKA

- Astriana. (2018). *Efektivitas Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2017*. JURNAL KEBIDANAN Vol 4, No 2, April 2018 : 43-48
- Erlinawati, Apriza, dkk. (2020). *Pengaruh Pemberian Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuok*. Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
- Febriyeni dan Visti Delvina. (2021). *Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Dan Daun Pandan Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I*. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol.12 No.1 (2021) 49-57
- Haridawati. (2020). *Pengaruh Jahe (Zingiber Officinale) Hangat Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru*. Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences), Volume 9, Nomor 1, Tahun 2020
- Faridah BD, Aprizal Ponda dan Herlinda Tri Pertiwi (2019). *Pengaruh Minuman Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Puskesmas Lubuk Buaya Padang*, Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga Vol 4, No 1, Tahun 2019
- Jennings, L. K., & Krywko, D. M. (2021). *Hyperemesis Gravidarum*
- Khalida Rahmi, Wiwi Febriani dan Wike Sri Yohanna. (2019). *Pengaruh*

- Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Yeti Sidoarjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2019*. *Journal Gizi Aisyah STIKes Aisyah Pringsewu*
- Ningsih D.A, Metha Fahriani, dkk. (2020). *Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester I*. *Jurnal SMART Kebidanan*, 2020, 7 (1), 1-8
- Oktaviani Putri, Triana Indrayani dan Sri Dinengsih. (2021). *Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe dan Daun Mint Terhadap Rasa Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Kabupaten Bogor Tahun 2021*. *Journal for Quality in Women's Health* Vol. 4 No. 2 September 2021
- Petry, C. J., Ong, K. K., Burling, K. A., Barker, P., Goodburn, S. F., Perry, J. R. B., Acerini, C. L., Hughes, I. A., Painter, R. C., Afink, G. B., Dunger, D. B., & O'rahilly, S. (2018). Associations of vomiting and antiemetic use in pregnancy with levels of circulating GDF15 early in the second trimester: A nested case-control study [version 1; referees: 3 approved]. Wellcome Open Research. <https://doi.org/10.12688/wellcomeopenres.14818.1>
- Ratih, Nur Rakhmawati, S. (2013). *Pengaruh Mendengarkan Asmaul Husna Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil*. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Satoto, H. H. (2014). Patofisiologi Penyakit Jantung Koroner Coronary Heart Disease Pathophysiology. *Jurnal Anestesiologi Indonesia*, VI (3), 209–223.
- Sumarni, Rosita dan Musdalifah. (2019). *Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Dahlian Makassar*. SEMINAR NASIONAL SAINS, TEKNOLOGI, DAN SOSIAL HUMANIORA UIT 2019
- Yanuaringsih Galuh Pradian ,Ade Saputra Nasution dan Siti Aminah. (2020). *Efek Seduhan Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester Pertama*. *Jurnal Kesehatan*, Vol. 3 No. 2 (April, 2020) : 151-158