



Pengaruh Pemberian Minuman Jahe dan Gula Aren terhadap Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar Tahun 2023

Syarifah Masthura¹, Dewi Sartika², Sri Wahyuni³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan FIKES Universitas Abulyatama, Indonesia

Jl. Blang Bintang Lama KM.8,5 Lampoh Keudee, Kec. Kuta Baro, Kabupaten Aceh Besar

Korespondensi penulis: masthuraazzahir_psik@abulyatama.ac.id

Abstract. *The Krueng Barona Jaya Aceh Besar Health Center report for 2023 showed that there were 9 pregnant women who experienced emesis gravidarum. To reduce nausea and vomiting in pregnant women, only drink water and anti-nausea medication given by the health center staff. Pregnant women have never used ginger and palm sugar to reduce emesis gravidarum. The aim of the research is to determine the effectiveness of giving ginger and palm sugar drinks on the frequency of nausea and vomiting in pregnant women in Meunasah Papeun Village, Krueng Barona Jaya District, Aceh Besar in 2023. The research design is comparative with the research design being one group pretest-posttest with control group design. The research population was 72 pregnant women. Using a purposive sampling technique, a sample of 15 respondents was obtained. This research was conducted from 8 to 14 September 2023. The results showed that of the 15 respondents before being given the ginger and palm sugar drink, it was known that the frequency of nausea and vomiting of the respondents was at an average value of 9.80, then after being given the ginger and palm sugar drink, it was found that the frequency of nausea and vomiting among respondents decreased with an average value of 8.53. The statistical test results show a paired T test value of 4.012 and a P value of 0.001, which means that there is an influence before and after being given ginger and palm sugar drinks on the frequency of nausea and vomiting in pregnant women in Meunasah Papeun Village, Krueng Barona Jaya District, Aceh Besar. The conclusion of this research is that ginger and palm sugar drinks are an alternative non-pharmacological treatment for the frequency of nausea and vomiting in pregnant women in Meunasah Papeun Village, Krueng Barona Jaya District, Aceh Besar. It is recommended that health workers use ginger and palm sugar drinks as non-pharmacological treatments to reduce the frequency of nausea and vomiting in pregnant women.*

Keywords: *Pregnant Women, Ginger, Palm Sugar, Nauseus Vomit*

Abstrak. Kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada ibu karena terdapat peningkatan hormone estrogen, progesterone yang diproduksi oleh Human Chronic Gonadotropin. Hormon-hormon inilah yang menyebabkan emesis gravidarum. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman jahe dan gula aren terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh besar Tahun 2023. Desain penelitian ini komparatif dengan rancangan penelitian ini adalah *one group pretest-posttest with control group design*. Populasi penelitian yaitu sebanyak 72 ibu hamil dengan teknik *purposive sampling* diperoleh sampel sebanyak 15 responden. Penelitian ini dilakukan tanggal 8 sampai 14 september tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan minuman jahe dan gula aren diketahui frekuensi mual dan muntah responden berada pada nilai rata-rata 9,80, kemudian setelah diberikan minuman jahe dan gula aren diketahui frekuensi mual dan muntah responden menurun dengan nilai rata-rata 8,53. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai uji T paired sebesar 4,012 dan P value 0,001 yang artinya ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan minuman jahe dan gula aren terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah minuman jahe dan gula aren menjadi alternative pengobatan non farmakologi terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar. Disarankan bagi tenaga kesehatan dapat menerapkan minuman jahe dan gula aren untuk pengobatan non farmakologis dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah ibu hamil.

Kata kunci: Ibu Hamil, Jahe, Gula Aren, Mual Muntah

1. LATAR BELAKANG

Kehamilan merupakan peristiwa dimulai dari pembuahan yaitu bertemunya sel telur/ovum wanita dengan sel benih/*spermatozoa* pria, kemudian terjadi pembelahan sel (*zigot*), kemudian terjadinya nidasi/implantasi *zigot* pada dinding saluran reproduksi (*endometrium*), kemudian *zigot-embrio* janin menjadi bakal individu baru (Catur, 2021). Kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada ibu karena terdapat peningkatan hormone *estrogen*, *progesterone* yang diproduksi oleh *Human Chronic Gonadotropin*. Hormon-hormon inilah yang diduga menyebabkan *emesis gravidarum*, tetapi setiap ibu berbeda responnya terhadap perubahan hormonal ini sehingga tidak semua ibu mengalami *emesis gravidarum* (Mardliyataini, 2022).

World Health Organization (WHO) tahun 2019 didapatkan jumlah kejadian mual dan muntah mencapai 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai dari Swedia 0,3%, California 0,5%, Canada 0,8%, China 10,8%, Norwegia 0,9%, Pakistan 2,2%, Turki 1,9% dan 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia (WHO, 2019).

Prevalensi di Indonesia tahun 2020 diperoleh data ibu hamil dengan *hyperemesis gravidarum* mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan. Keluhan mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Satu diantara seribu kehamilan gejala-gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya kadar hormon *esterogen* dan *hormon chorionic gonadotropin* (HCG) (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan hasil surveilans terpadu berbasis Puskesmas di 23 Kabupaten/Kota di Provinsi Aceh tahun tahun 2019 jumlah ibu hamil yaitu 126.964 orang, pada tahun 2020 sebanyak 126.085 orang dan pada tahun 2021 sebanyak 114.456 orang (Dinkes Aceh, 2019).

Penyebab *emesis gravidarum* dianggap sebagai masalah multifaktoral. Teori terkait termasuk hormonal, sistem vestibular, pencernaan, psikologi, indra penciuman yang tinggi, dan factor genetik. Risiko mual dan muntah meningkat pada wanita primigravida, berpendidikan rendah, merokok, kelebihan berat badan atau obesitas yang mengalami mual dan muntah pada kehamilan sebelumnya. Mual dan muntah adalah interaksi kompleks dari faktor endokrin, pencernaan, vestibular, penciuman, genetik, dan psikologis (Rudiyanti dan Rosmadewi, 2019).

Emesis gravidarum dapat diobati dengan terapi farmakologis, termasuk dengan pemberian *pyridoxine* (B6 Vitamin) *doxylamine*, *antiemetik*, *antihistamin* dan

antikolinergik, obat kortikosteroid yang mempunyai efek samping sakit kepala, mengantuk, kesemutan yang dapat membahayakan ibu dan bayi dalam kandungan (Erina, 2021).

Terapi non farmakologis untuk mengurangi emesis gravidarum dapat tanaman herbal, antara lain jahe dan gula aren. Jahe tidak hanya lebih murah harganya tetapi juga mudah untuk ditemukan. Kandungan dalam jahe (*Zingiber Officinale*) mengandung *Zingiberena* (zingirona) essential minyak, *zingiberol, bisabilena, kurkumen, gingerol, flandrene*, vitamin A, dan damar pahit yang dapat memblokir *serotonin, neurotransmitter* yang disintesis di *serotonergic neuron* di sistem saraf, pusat dan sel enterochromafin di saluran pencernaan sehingga yang dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di perut sehingga bisa mengatasi mual, muntah (Ningsih, 2020).

Gula aren digunakan sebagai bahan pemanis alami yang aman bagi tubuh. Gula aren memiliki kandungan *mikronutrien seperti thiamine, nicotinic acid, riboflavin, niacin, ascorbatic acid, calcium* dan vitamin B6 yang memberikan peranan cukup penting untuk membantu memenuhi kebutuhan tubuh akan nutrisi tertentu. Selain itu, mengonsumsi gula aren dapat meningkatkan sistem pencernaan dan dapat dijadikan sebagai campuran ramuan obat. Zat niacin yang terdapat dalam gula aren mempunyai kemampuan untuk meningkatkan sistem pencernaan, sehingga tubuh terhindar dari masalah gangguan pencernaan. Jika gula aren dijadikan campuran ramuan obat seperti dikombinasikan dengan minuman jahe untuk mengatasi mual muntah, maka gula aren dapat memaksimalkan kerja ramuan obat tersebut (Muarifah dan Ambarwati, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wardani dkk menunjukkan bahwa dari 30 responden didapatkan hasil diantaranya *emesis gravidarum* dengan gejala berat 12 responden (40,0%), dengan gejala sedang 13 responden (43,3%), dan gejala ringan 5 responden (16,7%). Setelah diberikan ekstrak jahe dari 30 responden tersebut didapatkan hasil *emesis gravidarum* dengan gejala ringan sebanyak 22 Responden (73,6%) sedangkan dengan gejala sedang sebanyak 8 responden (26,7%) dan tidak didapatkan responden dengan gejala berat. Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ekstrak jahe efektif untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil (Wardani *et al*, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harahap dkk memperoleh perbedaan rata-rata yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi selama tiga hari. Sebelum mengonsumsi air rebusan jahe dan gula aren rata-rata ibu hamil mengalami mual dan muntah akut. Setelah mengonsumsi air rebusan jahe dan gula aren rata-rata ibu hamil mengalami mual muntah ringan (Harahap *et al*, 2020).

Dari data rekapan laporan Puskesmas di 28 Kecamatan/Kabupaten Aceh Besar jumlah ibu hamil dalam 2 tahun terakhir cenderung meningkat tiap tahunnya. Pada tahun 2020 jumlah ibu hamil mencapai 11.432 orang dan pada tahun 2021 jumlah ibu hamil mencapai 11.449,335 orang dan desa tertinggi dengan jumlah ibu hamil di kecamatan Krueng Barona Jaya adalah Desa Meunasah Papeun.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Krueng Barona Jaya Aceh Besar pada tanggal 13 Januari 2023 terdapat 12 ibu hamil yang memeriksakan dirinya ke Puskesmas, sebanyak 9 ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*, mereka mengatakan belum pernah menggunakan jahe dan gula aren untuk mengurangi *emesis gravidarum*. Berdasarkan wawancara singkat yang dilakukan ibu hamil tersebut mengatakan mengalami mual muntah di pagi hari dan cara ibu hamil mengatasi *emesis gravidarum* dengan cara meminum air hangat dan the hangat serta meminum obat.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih dalam melalui penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Dan Gula Aren Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar”.

2. KAJIAN TEORITIS

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, Menurut Suwarni (2022) dalam penelitian “Pengaruh Rebusan Jahe Dan Gula Aren Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di 32 Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2022” menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe dan gula aren dapat menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan pretest posttest one group design. Populasi pada penelitian ini ibu hamil trimester I sebanyak 120 orang, teknik sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner skala PUQE. Analisis data menggunakan *uji Wilcoxon*. Hasil penelitiannya didapatkan rata-rata mual muntah pada ibu hamil sebelum diberikan air rebusan jahe dan gula aren sebesar 9,33 kali dan setelah intervensi sebesar 6,97 kali setelah dilakukan uji analisis wilcoxon didapatkan p-value 0,000.

Menurut Ramadhani dan Ayudia (2019) dalam penelitian “Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (*Zingiber Officinale Var. Rubrum*) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama”. Jenis penelitian ini menggunakan *Quasi eksperiment* dengan rancangan *two control group pre-post test design*. Populasi dalam penelitian ini

yaitu ibu hamil dengan *emesis gravidarum*. Sampel pada penelitian ini sebesar 34. Uji analisis data adalah independent t test dan paired t test. Hasil penelitian ini didapatkan frekuensi *emesis gravidarum* pada 33 ibu hamil sebelum diberikan minuman jahe sebanyak 3,65 kali/hari dan sesudah diberikan minuman jahe menurun menjadi 2,18 kali/hari. Hasil analisis menggunakan paired t test dengan nilai hitung 8,452 dan p value = 0.000 ($\alpha = 0.05$).

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini komparatif dengan rancangan penelitian ini adalah *one group pretest-posttest with control group design*. Populasi penelitian yaitu sebanyak 72 ibu hamil dengan teknik *purposive sampling* diperoleh sampel sebanyak 15 responden. Penelitian ini dilakukan tanggal 8 sampai 14 september tahun 2023.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Persentasi (%)
1	Usia responden	Usia Beresiko (<20 tahun dan ≥ 35 tahun)	3	20,0
		Usia Tidak Beresiko (≥ 20 tahun s.d < 35 tahun)	12	80,0
2	Pendidikan	Tinggi	4	26,7
		Menengah	11	73,3
3	Pekerjaan	Swasta	3	20,0
		IRT	12	80,0
4	Usia Kehamilan	1 Bulan	2	13,3
		2 Bulan	9	60,0
		3 Bulan	4	26,7
5	Kehamilan Ke-	Pertama	3	20,0
		Kedua	12	80,0
Total			15	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa responden dengan usia tidak beresiko (≥ 20 tahun sampai < 35 tahun) lebih banyak sebesar 80,0%, responden tamatan SMA lebih banyak sebesar 73,3%, responden tidak bekerja (IRT) lebih banyak sebesar 80,0%,

responden dengan usia kehamilan 2 bulan lebih banyak 60,0%, dan responden dengan kehamilan kedua lebih banyak 80,0%.

Analisis Univariat

Tabel 2. Analisis Univariat

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Sebelum Diberikan Minuman Jahe Dan Gula Aren		
	Mual Muntah Ringan	4	26,7
	Mual Muntah Sedang	8	53,3
	Mual Muntah Berat	3	20,0
2	Setelah Diberikan Minuman Jahe Dan Gula Aren		
	Mual Muntah Ringan	7	46,7
	Mual Muntah Sedang	6	40,0
	Mual Muntah Berat	2	13,3

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan minuman jahe dan gula aren di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar Tahun 2023 yang mual muntah sedang lebih banyak 8 responden atau sebesar 53,3% dibandingkan dengan responden yang mual muntah ringan sebanyak 4 responden atau sebesar 26,7%, dan responden yang mual muntah berat sebanyak 3 responden atau sebesar 20,0. Sedangkan dari 15 responden setelah diberikan minuman jahe dan gula aren di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar Tahun 2023 mengalami perubahan yaitu yang mual muntah ringan lebih banyak 7 responden atau sebesar 46,7% dibandingkan dengan responden yang mual muntah sedang sebanyak 6 responden atau sebesar 40,0%, dan responden yang mual muntah berat sebanyak 2 responden atau sebesar 13,3%.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Analisis Bivariat

No	Variabel	N	Mean	SD	T	P value
1	Sebelum diberikan minuman jahe dan gula aren	15	9,80	2,569	4,012	0,001
2	Setelah diberikan minuman jahe dan gula aren	15	8,53	2,326		

Tabel 3 memperlihatkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan minuman jahe dan gula aren diketahui frekuensi mual dan muntah responden berada pada nilai rata-rata 9,80 dan standar deviasi 2,569, kemudian setelah diberikan minuman jahe dan gula aren diketahui frekuensi mual dan muntah responden menurun dengan nilai rata-rata 8,53

dan standar deviasi 2,326. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai uji T paired sebesar 4,012 dan P value 0,001 yang artinya ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan minuman jahe dan gula aren terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar.

Pembahasan

Hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan minuman jahe dan gula aren di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar Tahun 2023 yang mual muntah sedang lebih banyak 8 responden atau sebesar 53,3% dibandingkan dengan responden yang mual muntah ringan sebanyak 4 responden atau sebesar 26,7%, dan responden yang mual muntah berat sebanyak 3 responden atau sebesar 20,0. Sedangkan dari 15 responden setelah diberikan minuman jahe dan gula aren di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar Tahun 2023 mengalami perubahan yaitu yang mual muntah ringan lebih banyak 7 responden atau sebesar 46,7% dibandingkan dengan responden yang mual muntah sedang sebanyak 6 responden atau sebesar 40,0%, dan responden yang mual muntah berat sebanyak 2 responden atau sebesar 13,3%.

Hasil penelitian uji T Paired memperlihatkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan minuman jahe dan gula aren diketahui frekuensi mual dan muntah responden berada pada nilai rata-rata 9,80 dan standar deviasi 2,569, kemudian setelah diberikan minuman jahe dan gula aren diketahui frekuensi mual dan muntah responden menurun dengan nilai rata-rata 8,53 dan standar deviasi 2,326. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai uji T paired sebesar 4,012 dan P value 0,001 yang artinya ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan minuman jahe dan gula aren terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Suwarni (2022) penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan pretest posttest one group design. Populasi pada penelitian ini ibu hamil trimester I sebanyak 120 orang, teknik sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Instrument yang digunakan berupa kuesioner skala PUQE. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil uji statistik diperoleh rata-rata mual muntah pada ibu hamil sebelum diberikan air rebusan jahe dan gula aren sebesar 9,33 kali dan sesudah intervensi sebesar 6,97 kali setelah dilakukan uji analisis wilcoxon didapatkan p-value 0,000 yang artinya terdapat pengaruh pemberian rebusan jahe dan gula aren terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I. Didukung dengan penelitian dari Muarifah dan Ambarwati (2021) yang

menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe dan gula aren dapat mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil, karena jahe dapat melemahkan dan mengendurkan otot-otot saluran pencernaan yang menegang, serta aroma harum jahe yang dihasilkan oleh minyak atsiri mampu menyegarkan dan menekan respon muntah, sedang gula aren dapat memaksimalkan kerja jahe untuk mengurangi keluhan mual muntah.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori yang mengatakan Salah satu tindakan non farmakologi untuk mengurangi mual muntah adalah menggunakan jahe dan gula aren. Jahe memberikan hasil yang positif sebagai obat batuk, menghilangkan kembung, dan meredakan mual muntah karena perjalanan, mual setelah operasi, ataupun mual muntah karena kehamilan. Terbukti penggunaan jahe dapat membantu mengatasi *morning sickness* pada wanita hamil tanpa menimbulkan efek samping yang berbahaya bagi janin. Maka jahe bisa menjadi terapi yang efektif untuk mengatasi rasa mual dan muntah pada kehamilan.³⁸ Jahe memiliki banyak keunggulan diantaranya melemahkan dan mengendurkan otot-otot saluran pencernaan yang menegang. Gingerol yang terkandung dalam jahe dapat melancarkan sirkulasi darah dan memperbaiki kerja saraf. Aroma harum jahe dihasilkan oleh minyak atsiri yang mampu menyegarkan dan menekan respon muntah. Sedang rasa pedas yang terdapat pada jahe dihasilkan oleh oleoresin yang berfungsi untuk menghangatkan tubuh (Bahrah, 2022).

Gula aren sendiri memiliki banyak manfaat untuk kesehatan diantaranya sumber antioksidan, mengobati dan mencegah penyakit anemia, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menstabilkan kadar kolesterol di dalam darah, meningkatkan sistem pencernaan, melancarkan sirkulasi darah, menghangatkan tubuh, baik untuk diet, mengobati sariawan, dan dapat dijadikan sebagai campuran ramuan obat. Zat *niacin* yang terdapat dalam gula aren mempunyai kemampuan untuk meningkatkan sistem pencernaan sehingga tubuh terhindar dari gangguan pencernaan. Gula aren juga mempunyai kemampuan untuk memaksimalkan kerja ramuan obat, maka penambahan gula aren pada minuman jahe dapat memaksimalkan kerja jahe untuk mengurangi keluhan mual muntah pada ibu hamil (Mardiyati dan Hestiyana, 2023).

Dari hasil penelitian maka peneliti berasumsi bahwa adanya pengaruh sebelum dan setelah diberikan minuman jahe dan gula aren terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar, hal ini dikarenakan ibu hamil dengan tingkat mual ringan dikarenakan ibu dengan kehamilan kedua lebih banyak 80,0% sudah memahami cara menghadapi mual dan muntah ketika hamil seperti tiduran, oles minyak essential oil pada leher dan menghindari aroma yang

membuat ibu mual dan ibu hamil yang setelah diberikan air rebusan jahe dan gula aren merasa lebih nyaman juga mempraktekan kembali tiap harinya untuk menurunkan tingkat mual. Sedangkan ibu dengan tingkat mual sedang dan berat yang tidak mengalami penurunan emesis gravidarum setelah diberikan air rebusan ajhe dan gula aren dikarenakan ibu hamil lebih banyak 20,0% persalinan pertama kali sehingga ibu belum dapat menyesuaikan diri dengan kehamilan yang dirasakan, ibu merasakan mual pada kehamilan usia 2 bulan sebanyak 60,0% dan ketika ibu diberikan air rebusan jahe dan gula aren ibu tidak merasakan penurunan emesis gravidarum, adapun ibu tidak melakukan atau mengulang kembali sehingga tingkat mual ibu bertambah keesokan harinya.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian yang didapat maka dapat disimpulkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan minuman jahe dan gula aren diketahui frekuensi mual dan muntah responden berada pada nilai rata-rata 9,80 dan standar deviasi 2,569, kemudian setelah diberikan minuman jahe dan gula aren diketahui frekuensi mual dan muntah responden menurun dengan nilai rata-rata 8,53 dan standar deviasi 2,326. Hasil uji statistik memperlihatkan nilai uji T paired sebesar 4,012 dan P value 0,001 yang artinya ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan minuman jahe dan gula aren terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil di Desa Meunasah Papeun Kecamatan Krueng Barona Jaya Aceh Besar.

Disarankan bagi tenaga kesehatan dapat menerapkan minuman jahe dan gula aren untuk pengobatan non farmakologis dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah ibu hamil.

6. DAFTAR REFERENSI

- Bahrah, R. (2022). *Manfaat ginger (jahe) sebagai terapi nonfarmakologis dalam mengatasi emesis gravidarum berdasarkan evidence based*. Penerbit NEM.
- Catur, M. (2021). *Asuhan kebidanan kehamilan*. Media Sains Indonesia.
- Dinas Kesehatan Aceh (Dinkes Aceh). (2019). *Profil kesehatan Aceh 2019* (Vol. 53, No. 9, pp. 1689–1699). Dinas Kesehatan Aceh.
- Erina, E. H. (2021). *Asuhan kebidanan kehamilan*. Wineka Media.
- Harahap, R. F., Alamanda, L. D. R., & Harefa, I. L. (2020). Pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(No. 1), 1–6.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Kemenkes RI.
- Mardiyati, A., Palimbo, A., & Hestiyana, N. (2023). Pengaruh pemberian gula semut dan jahe terhadap penurunan mual muntah ibu hamil trimester I. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(3), 64–67.
- Mardiyatani, M. (2022). *Kehamilan dan persalinan*. CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Muarifah, U., & Ambarwati, A. (2021). Pemberian minuman jahe dan gula aren untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil. *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 8(2), 192–199.
- Ningsih, D. A. (2020). Efektivitas pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi emesis gravidarum trimester I. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(No. 1), 35–40.
- Ramadhani, I. P., & Ayudia, F. (2019). Pengaruh pemberian minuman jahe (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) terhadap penurunan emesis gravidarum trimester pertama. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 3(2), 97–101.
- Rudiyanti, N., & Rosmadewi, N. (2019). Hubungan usia, paritas, pekerjaan, dan stres dengan emesis gravidarum di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(No. 1), 7–18.
- Suwarni, R. (2022). Efektivitas rebusan jahe dan gula aren terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2022. *Doctoral dissertation, Universitas Nasional*.
- Wardani, F. K., Nurrahmaton, N., & Juliani, S. (2020). Efektivitas ekstrak jahe untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Klinik Hj. Dewi Sesmera Medan. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 5(No. 1), 45–50.
- World Health Organization (WHO). (2019). *Kesehatan ibu dan anak*. WHO.