

IMPLEMENTASI GINGER CANDY DALAM MENGATASI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL DI BPMMARIANA TAHUN 2022

Ronni Naudur Siregar^{1*}, Agnes Purba², Sharfina Haslin³ Sri Santi Ritonga⁴, Mela Amelia⁴

¹Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia

^{2,3}Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia

korespondensi : onisiregar62@gmail.com

Abstract

Pregnancy is a natural process that will cause physical and psychological changes due to hormonal changes. Often pregnancy enters a critical period if it is not passed comfortably by pregnant women. For this reason, pregnant women must be able to adapt physiologically and psychologically to the influence of pregnancy hormones. The effect of hormonal changes is nausea and vomiting which often occurs in early pregnancy, especially in the morning, and can also occur every day. This nausea and vomiting can be reduced by using herbal ingredients that thrive in the surrounding environment. Provide education about the benefits of ginger in the form of candy to reduce nausea and vomiting in pregnant women. The method used in this service is giving Ginger Candy to pregnant women.

Keywords: *Ginger Candy, Nausea Vomiting, Pregnant Women*

Abstrak

Kehamilan merupakan proses alamiah yang akan menyebabkan perubahan pada fisik dan psikis akibat adanya perubahan hormon. Seringkali kehamilan masuk dalam periode kritis jika tidak dilalui dengan nyaman oleh ibu hamil. Untuk itu, ibu hamil harus mampu beradaptasi secara fisiologis dan psikologis terhadap pengaruh hormon kehamilan. Efek dari perubahan hormonal adalah mual dan muntah yang sering terjadi pada awal kehamilan, terutama di pagi hari, dan bisa juga terjadi setiap hari. Mual muntah ini dapat dikurangi dengan menggunakan bahan herbal yang tumbuh subur di lingkungan sekitar. Memberikan edukasi tentang manfaat jahe dalam bentuk permen untuk mengurangi rasa mual muntah pada ibu hamil. Metode yang digunakan pada pengabdian ini adalah pemberian Ginger Candy kepada ibu hamil.

Kata Kunci : *Ginger Candy, Mual Muntah, Ibu Hamil*

PENDAHULUAN

Proses dalam kehamilan adalah suatu tahap dalam periode kritis yang memerlukan adaptasi fisiologis dan psikologis terhadap pengaruh dari kerja hormon kehamilan oleh ibu hamil. Adanya perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan adalah sebagai akibat dari adanya perkembangan dan

pertumbuhan janin dalam kandungan ibu. Namun jika ibu hamil tidak mampu beradaptasi maka akan terjadi ketidaknyamanan dalam melalui proses kehamilan. Salah satu kondisi tersebut adalah mual muntah (*emesis gravidarum*). Pada dasarnya mual muntah adalah suatu keadaan yang normal karena terjadi peningkatan hormon *Human Chorionic Gonadotropine*

(HCG) yang dihasilkan *trophoblast* (Harahap, Alamanda and Harefa, 2022).

Selama awal kehamilan, perempuan umumnya mengalami mual di pagi hari. Pada kasus ringan, mual dan muntah selama kehamilan menyebabkan ketidaknyamanan dan mengganggu kehidupan sehari-hari perempuan. Dalam kasus yang parah, mual dan muntah membahayakan kesehatan ibu dan janin. Hiperemesis gravidarum adalah keadaan dimana ibu mengalami muntah yang sangat parah, yang seringkali memerlukan rawat inap karena penurunan berat badan, nutrisi rendah, dan kadar cairan yang rendah. Bagi sebagian besar ibu jika tidak dirawat dapat menyebabkan malnutrisi dan mempengaruhi perkembangan janin (C Chou, 2018).

Mual muntah yang berlebihan (*hiperemesis*) dapat membuat dan dapat mengganggu ketidakseimbangan cairan serta mengganggu jaringan ginjal dan hati (Triana Indrayani, 2017). Mual muntah dapat mempengaruhi 80% psikologis ibu hamil dan juga dapat menimbulkan efek besar terhadap *quality of life*. Sebagian besar ibu hamil merasakan mual muntah dapat menjadi sesuatu keluhan yang tidak nyaman dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, namun beberapa ibu hamil juga mengatakan bahwa mual muntah yang dialami adalah suatu hal yang biasa dalam kehamilan (Harahap, Alamanda and Harefa, 2022).

Pengujian jahe yang dibuat dalam bentuk permen ini penting untuk dilakukan supaya dapat diketahui potensi permen jahe dalam mengurangi ketidaknyamanan pada ibu hamil karena mual dan muntah. Hasil pengujian khasiat permen jahe ini nantinya dapat memberikan informasi ilmiah yang dapat digunakan petugas kesehatan dalam pelayanan kesehatan khususnya untuk ibu yang mengalami mual muntah pada masa kehamilan.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan di BPM Mariana yang merupakan BPM dengan kunjungan ibu hamil yang banyak dan pelaksanaannya akan dilakukan pada hari Senin, 16 Januari 2022. Sasaran utama yang akan hadir dalam kegiatan pengabdian masyarakat "Implementasi Ginger Candy Dalam Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di BPM Mariana Tahun 2022. Datanya didapatkan dari buku kunjungan pemeriksaan setiap klinik yang terdapat dari rekam medik di PMB Mariana sebanyak 22 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah-langkah kegiatan PkM penyuluhan dan pemberian minuman madu jahe pada ibu hamil trimester satu dengan emesis gravidarum adalah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

a. Koordinasi dengan BPM Mariana

Tahap ini merupakan tahap paling awal yang dilakukan, tim pelaksana berkoordinasi dengan BPM Mariana. Koordinasi dilakukan untuk mengetahui permasalahan ibu hamil yang dapat diatasi dengan melakukan hal mudah oleh ibu hamil itu sendiri.

b. Pemantapan dan penentuan lokasi, waktu dan sasaran penyuluhan

Tahap ini dilakukan dengan menentukan waktu penyuluhan, lokasi tempat penyuluhan dilakukan, dan ibu hamil sasaran penyuluhan dan pemberian Ginger Candy. Pada tahap ini juga dilakukan pembuatan proposal pengabdian kepada masyarakat yang berisi latar belakang, tujuan, waktu, lokasi, sasaran serta metode dan pembiayaan pengabdian kepada masyarakat.

c. Persiapan peralatan dan alat peraga.

Untuk memperlancar pelaksanaan PkM dilakukan pembuatan leaflet bagi peserta yang berisi tujuan, manfaat, resep pembuatan Ginger Candy. Dengan adanya leaflet ini akan mempermudah ibu sasaran PkM untuk menyimpan dan catatan dapat dibawa pulang ke rumah.

2. Tahap Pelaksanaan PkM.

Tahap pelaksanaan PKM dibagi menjadi beberapa tahap yaitu tahap pelaksanaan penyuluhan, tahap pelaksanaan pengujian implementasi ginger candy pada ibu hamil, tahap analisis hasil pengaruh pemberian ginger candy.

A. Penyuluhan Ginger Candy

Penyuluhan dilakukan pada hari Senin, tanggal 16 Januari 2022, mulai pukul 09.00–12.00 WIB. Kegiatan dilakukan di PMB Mariana

Sasaran dari PKM berjumlah 22 ibu hamil trimester satu, yang berkunjung di PMB Mariana

Tahap Pertama Penyuluhan:

- i) Pembukaan dan Doa,
- ii) Pembagian leaflet dan pemberian Ginger Candy pada ibu hamil.
- iii) Kegiatan Penyuluhan dengan materi
 - a. Mengapa ibu hamil trimester pertama merasa mual dan kadang-kadang disertai muntah.
 - b. Kerugian kalau ibu hamil trimester tiga sering mual muntah
 - c. Manfaat Ginger Candy untuk ibu hamil trimester satu dengan pengurangan emesis gravidarum
 - d. Resep membuat Ginger Candy
- iv) Tanya jawab
- v) Penutup

B. Observasi Emesis Gravidarum

Untuk melihat pengaruh Ginger Candy pada ibu hamil trimester satu terhadap mual

muntah, dilaksanakan observasi. Tahapan yang dilaksanakan adalah:

- i) Meminta kesediaan ibu menjadi responden secara sukarela dimonitor mual muntahnya dan mengisi kuesioner instrument PUQE untuk mengkaji intensitas mual muntah selama 24 jam sebelum makan Ginger Candy.
- ii) Ibu diberi ginger candy sebanyak dua buah, kemudian dilakukan observasi 20 menit setelah minum madu jahe untuk memastikan bahwa tidak terjadi respon negatif terhadap responden.
- iii) Ibu diberi lembar observasi mual muntah untuk diisi di rumah. Ibu diminta memakan ginger candy.
- iv) Tim pelaksana mendampingi ibu yang minum madu jahe untuk memonitor mual muntah selama tujuh hari.
- v) Pada hari ke delapan tim pelaksana mengumpulkan lembar observasi yang telah diisi oleh ibu. Ibu juga diminta mengisi pengukuran skala mual.
- vi) Hasil pengukuran emesis gravidarum dianalisis untuk membedakan mual muntah sebelum dan sesudah minum madu jahe selama tujuh hari.

Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Responden Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas

Berdasarkan tabel diatas diketahui dari 15 responden ibu hamil trimester pertama mayoritas berusia 20-35 tahun sebanyak 26 responden (86,7%), mayoritas responden berpendidikan Menengah (SMA) sebanyak 27 (90,0%) responden, mayoritas responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak 20 (66,7%) responden, dan mayoritas responden belum memiliki anak atau baru mengalami kehamilan sebanyak 23 (76,7%) responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebanyak 26 orang (86,7%). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa semakin tua usia seseorang maka, semakin jarang dia akan mengalami mual muntah. Hal ini disebabkan karena yang berusia tua telah mempunyai pengalaman dalam mengatasi mual muntah, sedangkan pada usia muda belum mampu mengatasi karena sebagian besar merupakan kehamilan pertama (Putri, Ayu 2018).

2. Kategori mual muntah sebelum dan sesudah intervensi

	Sebelum (Pre)		Sesudah (Post)	
	F	%	F	%
Tidak Muntah	0	0,00	7	23,3
Ringan	0	0,00	23	76,3
Sedang	22	73,3	0	0,00
Berat	8	26,7	0	0,00

Hasil kategori mual responden sebelum diberikan intervensi berada dalam kategori mual muntah sedang sebanyak 22 (73,3%) responden. Setelah dilakukan intervensi mayoritas responden berada dalam kategori mual muntah ringan sebanyak 23 (76,3%) responden. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata mual muntah sebelum diberikan intervensi yaitu 10,10 dan setelah dilakukan intervensi pemberian

No.	Karakteristik Responden	F	%
1.	Umur		
	<20 tahun	3	10,0
	25-35 tahun	26	86,7
	>35 tahun	1	3,3
2.	Pendidikan Dasar (SD-SMP)		
	Menengah (SMA)	0	0,00
	Tinggi (D1-dst)	27	90,0
		3	10,0
3.	Pekerjaan		
	IRT	20	66,7
	Wiraswasta	10	33,3
4.	Paritas PrimigravidaMulti		
	Grandemulti	23	76,7
		7	23,3
		0	0,00

permen jahe untuk dikonsumsi selama 4 hari sebanyak 2 kali sehari yakni pagi dan malam hari dan dilakukan pengukuran kembali didapatkan nilai mual muntah mengalami penurunan menjadi 4,50 dengan perbedaan nilai mean yakni sebesar 5,60. Berdasarkan hasil uji T-test didapatkan nilai *P-Value* sebesar 0,00 ($\alpha > 0,05$). Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian permen jahe efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

3. Hasil Analisis Mual Muntah Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Pada Ibu Hamil Trimester I

	Mean	N	Perbedaan	SD	SE	P-Value
	Mean		SD			
Sebelum	10,10	30	5,60	0,82	2,00	0,00
Sesudah	4,50	30		1,19	0,21	0,00

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil mean sebelum dilakukan intervensi sebesar

10,10 dengan standar deviasi 2,02. Dan setelah dilakukan intervensi didapatkan hasil 4,50 dengan standar deviasi 1,19. Terjadi penurunan mean sebelum dan sesudah intervensi sebesar 5,60 dengan standar deviasi sebesar 0,83. Hasil uji statistik didapatkan nilai p 0,000 > (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian permen jahe efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nugrahani (2018) tentang efektifitas pemberian seduhan jahe dengan jus buah jeruk bali terhadap frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I, menemukan bahwa hasil analisis seduhan jahe dan jus buah jeruk bali pada ibu trimester I di wilayah kerja puskesmas Adan – Adan Kabupaten Kediri dengan menggunakan uji statistik *Independent T-Test*, rata – rata frekuensi mual dan muntah responden sesudah diberikan seduhan jahe sebesar 1,62. Sedangkan rata – rata frekuensi mual muntah pada responden yang diberikan jus buah jeruk bali sebesar 2,00. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian seduhan jahe lebih efektif dibandingkan pemberian jus buah jeruk bali. Menurut penelitian yang juga dilakukan oleh Ardani, Ayu (2014) tentang perbandingan efektifitas pemberian terapi minuman jahe dengan minuman kapulaga terhadap *morning sickness* pada ibu hamil trimester I, menemukan bahwa hasil uji statistik menunjukkan rata-rata tingkat *morning sickness* ibu hamil sesudah diberikan terapi minuman jahe sebesar 7,5. Nilai ini lebih rendah dibandingkan nilai rata-rata tingkat *morning sickness* sesudah diberikan terapi minuman kapulaga sebesar 9,93. Dengan nilai p -value sebesar $0,005 < \alpha$ (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan secara bermakna efektifitas terapi minuman jahe dengan terapi minuman kapulaga terhadap *morning sickness* pada ibu hamil trimester I. Dalam penelitian lainnya

oleh Putri, Ayu (2017) tentang efektifitas pemberian jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I, menemukan bahwa hasil penelitian menunjukkan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum diberikan minuman jahe hangat yaitu sebanyak 13 kalid dan setelah diberikan menurun menjadi 3,18 kali.

KESIMPULAN

1. Kesimpulan

Hasil penelitian didapati Frekuensi mual muntah responden sebelum diberikan intervensi yaitu 10,13 dan setelah diberikan intervensi yaitu 4,50 dengan penurunan rata-rata 5,60. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p < (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian permen jahe efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

2. Saran

Disarankan kepada ibu hamil untuk memanfaatkan tanaman jahe sebagai tanaman yang dapat diolah menjadi permen guna menurunkan kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester pertama

DAFTAR PUSTAKA

- Setyorini, M Masruroh, 2021. *Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Mengurangi Mual dan Muntah*.
Window of Health. 2020. *Efek Jahe Sebagai Anti Muntah Pada Perempuan Hamil Trimester Pertama*. Jurnal Kesehatan Vol. 3
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020. *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta
RN A ATIQOH, ST Keb. 2020. *Mual Muntah Lebih Dalam Kehamilan*.
Books.google.com.

EAN Nadia, 2020. *Efek Pemberian Jahe Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi*. Jurnal Medika Utama

S Mudlikah, DH Sutjiati, NI Ningrum. 2019. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Mual Muntah Kehamilan*. Jurnal Kebidanan Midweferia.

A Nurdiana, 2019. *Efektifitas Pemberian Permen Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil*

EE Hatini, 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Books.google.com

RD Rahayu, S Sugita, 2018. *Efektifitas Pemberian Aromatherapy Lavender Dan Jahe Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama*. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan

Putri, Ayu., D Andiani dan Haniarti, 2017. *Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Nasional IKAKESMADA "Peran Tenaga Kesehatan dalam Pelaksanaan SDGs"*.

Rofi'ah., dan Handayani, Rahmawati. 2017. *Efektifitas Konsumsi Jahe dan Sereh dalam Mengatasi Morning Sickness*. JURNAL ILMIAH BIDAN, VOL. II, NO. 2

TH Fatwa, 2020. *Pengaruh Rebusan Jahe Terhadap Keluhan Mual Muntah Ibu Hamil*. Jurnal Medika Utama

Sasmito, E. 2017. *IMUNOMODULATOR Bahan Alami*, Bandung, ANDI OFFSET

Ainul

Maghfiroh, dan Lestari Puji Astuti. 2016. *Pengaruh Permen Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I*

Mandriwati, G.A., dkk. 2016. *Asuhan Kebidanan Kehamilan Berbasis*

Kompetensi. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC

DA Ningsih, M Fahriani, M Azhari, 2020. *Efektifitas Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester Pertama*. Jurnal SMART

Marlina, Hastuti., dan Nurul. 2016. *Manfaat Permen Jahe dan Permen Mint Dalam Mengatasi Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil*

IM Indrayani, R Burhan, 2018. *Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama*. Jurnal Ilmu Dan eJurnal. Poltekkesjakarta3.ac.id

Diki Retno Yuliani, dkk, 2021, *Asuhan kehamilan*. Yayasan Kita