

**PENGARUH MINUMAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN
EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I
DI PMB DENI MARDIYUANA BEJI DEPOK**

Deni Mardiyuana¹, Rina Sri Widayati²
denimardiyuana.students@aiska-university.ac.id, rinaw@aiska-university.ac.id
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Wanita hamil mengalami berbagai ketidaknyamanan pada trimester I seperti: *emesis gravidarum*, *hipersalivasi*, pusing, mudah lelah, *heartburn*, sering buang air kecil, konstipasi. *Emesis gravidarum* terjadi pada awal kehamilan, terjadi pada pagi hari disebut juga *morning sickness*. *Emesis* biasanya disebabkan oleh perubahan pada sistem endokrin selama hamil, paling utama penyebabnya adanya peningkatan fluktuasi kadar HCG. Jahe merah merupakan obat non farmakologis yang aman untuk meredakan mual muntah dimana pada jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri yang lebih tinggi dibandingkan jahe gajah dan jahe lainnya

Tujuan: penelitian ini untuk Mengetahui Pengaruh minuman Jahe Merah Terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester 1. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *Pre-eksperimental* dengan *designs One-Group Pretest-Posttest design*. Penelitian ini berlokasi di PMB Deni Mardiyuana Beji Depok Penelitian dilakukan pada Bulan Mei – Juni 2024. Teknik Sampling yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Dan didapat 20 orang. **Hasil:** tingkat *emesis gravidarum* sebelum diberikan minuman jahe merah pada 20 Responden adalah sebagian besar 45 % atau 9 Responden mengalami tingkat *emesis gravidarum* sedang. Tingkat *emesis gravidarum* setelah diberikan seduhan jahe pada 20 Responden adalah sebagian besar 50% atau 10 Responden mengalami tingkat *emesis gravidarum* ringan.. Terdapat pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil Trimester I di PMB Deni Mardiyuana tahun 2024 berdasarkan hasil uji Wilcoxon dengan $p\text{-value}=0,001 < 0,05$.

Kesimpulan: Ada pengaruh pemberian minuman jahe merah terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 di PMB Deni Mardiyuana Beji Depok.

Kata kunci: *Emesis gravidarum*, Jahe merah, Ibu hamil Trimester 1