

EFEKTIVITAS EKSTRAK JAHE MERAH DALAM MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB WIRAHAYU PANJANG BANDAR LAMPUNG

Adetia Amara¹, Suparmi²
[email : adetiamera@gmail.com](mailto:adetiamera@gmail.com)
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Mual dan muntah atau emesis gravidarum dialami oleh 50-90% ibu hamil di Indonesia. Jika emesis gravidarum tidak ditangani dengan baik, dapat menyebabkan hilangnya nafsu makan, perubahan keseimbangan elektrolit, khususnya yang berkaitan dengan kalium, kalsium, dan natrium, sehingga menyebabkan perubahan metabolisme di dalam tubuh dan penurunan massa tubuh sekitar 5%, sebagai akibat dari penggunaan simpanan karbohidrat, protein, dan lemak sebagai sumber energi. Penatalaksanaan emesis gravidarum dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non-farmakologi. Salah satu terapi non-farmakologi yang terbukti efektif adalah penggunaan ekstrak jahe. Jahe merupakan salah satu cara untuk meredakan emesis gravidarum selama kehamilan, setidaknya meminimalisasi gangguan ini. **Tujuan :** mengetahui efektivitas ekstrak jahe merah dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Wirahayu Panjang Bandar Lampung. **Metode :** jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *pre eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini ibu hamil trimester I yang sedang melakukan pemeriksaan di PMB Wirahayu dengan keluhan mual muntah pada bulan Maret-April 2024. Teknik pengambilan sampel dengan *total sampling*. Jumlah sampel sebanyak 20 sampel. Analisis dengan *uji wilcoxon*. **Hasil :** sebelum diberikan ekstrak jahe merah sebagian besar emesis gravidarum ringan sebesar 85,0%. Sesudah diberikan ekstrak sebagian besar dalam kategori tidak ada sebesar 60,0%. Analisis diketahui *uji wilcoxon* diketahui p-value 0.000. **Kesimpulan :** Ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian ekstrak jahe merah dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Wirahayu Panjang Bandar Lampung.

Kata kunci : jahe merah, emesis gravidarum, ibu hamil