

PENGARUH PEMBERIAN JAHE TERHADAP PENURUNAN *MORNING SICKNESS* PADA IBU HAMIL TM 1

Zuanita Oktaviani Putri¹, Kamidah,SSiT.,M.Kes²

zuanitaokta13@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Kehamilan merupakan proses yang alamiah. Dalam kehamilan biasanya tubuh wanita mengalami banyak perubahan diantaranya terjadi kenaikan kadar *estrogen*, *progesterone*, dan pengeluaran produksi hormone *Human Chronic Gonadotropin* (HCG) yang disebabkan keasaman lambung sehingga memicu munculnya rasa mual muntah/*morning sickness*. Hampir 50-90% wanita yang sedang hamil mengalami mual muntah pada awal kehamilan. Selama ini penanganan yang dilakukan untuk meredakan *morning sickness* dengan diberikan obat antimual dan vitamin. Selain antimual dan vitamin jahe menjadi alternatif pengobatan herbal yang digunakan untuk meredakan mual muntah. Jahe merupakan tanaman yang dianggap mempunyai banyak komponen dan manfaat yang mampu menghambat *Serotonin* yang dapat membantu merilekskan otot pada saluran pencernaan **Tujuan :** Mengetahui Pengaruh Pemberian Jahe Terhadap Penurunan *Morning Sickness* Pada Ibu Hamil TM 1. **Metode :** Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi eksperimen* yang bersifat *one grup pretest-posttest design* terhadap 20 responden ibu hamil trimester 1 yang mengalami *morning sickness* dengan *teknik accidental sampling*. **Hasil :** Hasil penelitian dengan menggunakan *uji Wilcoxon* didapatkan nilai $P=0,000$ ($P<0,05$). **Kesimpulan :** Ada pengaruh dari pemberian jahe terhadap penurunan *morning sickness* pada ibu hamil trimester 1.

Kata Kunci : *Morning sickness, Jahe , Kehamilan*