

Pengaruh Pemberian Terapi Jeruk Purut Dan Rebus Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Yang Mengalami Hyperemesis Gravidarum Tahun 2022

St. Munawwarah. M, Fajar Dhini Yahya
Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar

Abstrak

Ibu hamil yang mengalami mual muntah memiliki risiko terjadi terus-menerus dan mengganggu keseimbangan gizi, cairan, dan elektrolit tubuh. Ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum yang berkelanjutan dapat terkena dehidrasi sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilannya dengan melalui tindakan nonfarmakologi yang sering disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk mengkonsumsi jeruk purut dan rebusan air jahe yang diyakini dapat mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Tujuan dalam penelitian untuk mencari pengaruh pemberian terapi jeruk purut dan rebusan air jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain Two Group Pretest-Posttest Desain penelitian eksperimen. Sampel penelitian ini adalah sebagian ibu hamil yang ada di Puskesmas Dahlia Makassar yaitu sebanyak 30 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel secara Purposive Sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi mual muntah 4,27 kali. Sedangkan setelah diberikan jeruk purut, rata-rata frekuensi mual muntah 2,33 kali. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan rebusan air jahe, rata-rata frekuensi mual muntah 4,67 kali. Sedangkan setelah diberikan rebusan air jahe, rata-rata frekuensi mual muntah 1,93 kali. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah pemberian rebusan air jahe lebih berpengaruh terhadap mual muntah pada ibu hamil dibandingkan pemberian terapi jeruk purut.

Kata Kunci : Jeruk Purut, Rebusan Air Jahe, Mual Muntah

Pendahuluan

Mual dan muntah pada kehamilan terjadi karena pengaruh hCG, penurunan tonus otot-otot traktus digestivus sehingga seluruh traktus digestivus mengalami penurunan kemampuan bergerak. Peningkatan kadar Human Chorionic Gonadotropin (hCG) akan menginduksi ovarium untuk memproduksi estrogen yang dapat merangsang mual dan muntah. Rasa mual biasanya timbul karena perut ibu hamil kosong setelah beberapa jam, makan makanan tertentu atau bahkan hanya karena mencium bau makanan atau bau-bauan lainnya. Penyebab mual muntah awal kehamilan ini karena adanya peningkatan hormonal dan penyesuaian tubuh terhadap perubahan hormonal tubuh. Setiap wanita hamil akan memiliki tingkat derajat mual yang berbedabeda. Ada yang tidak merasakan apa-apa, ada yang hanya sekali mual, tapi ada juga yang mengalami mual muntah yang sangat hebat sehingga memerlukan pengobatan.

Ibu hamil yang mengalami mual muntah memiliki risiko terjadi terus-menerus dan mengganggu keseimbangan gizi, cairan, dan elektrolit tubuh. Ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum yang berkelanjutan dapat terkena dehidrasi sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilannya. Berbagai upaya preventif yang dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk ibu hamil yang mengalami mual muntah agar tidak menjadi kondisi yang parah dilakukan dengan cara modifikasi lifestyle menghindari stress dan istirahat yang cukup, mengatur diet yaitu mengatur pola makan sedikit namun sering tidak mengonsumsi minuman bersoda. Terapi farmakologi dan non farmakologi diberikan obat-obatan berupa antiemetic (Maulana, Mirza. 2019).

Kehamilan merupakan proses yang alamiah dari seseorang wanita. Namun selama kunjungan antenatal mungkin ia akan mengeluh bahwa ia akan mengalami ketidaknyamanan. Sebagian besar keluhan ini adalah normal. Sebagai bidan penting untuk membedakan ketidaknyamanan yang umum dalam kehamilan. Sebagai seorang bidan harus dapat memberikan asuhan kebidanan untuk mengatasi keluhan tersebut, salah satu ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil adalah rasa mual dan muntah (Morning Sickness). Mual (nausea) dan muntah (emesis gravidarum) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester 1. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu dari hari pertama haid terakhir dan

berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. (Pudiastuti, R. D.2017).

Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan nonfarmakologi maupun farmakologi. Tindakan non farmakologi yang sering disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk mengonsumsi jahe dalam bentuk teh jahe, teknik relaksasi, dan aromaterapi. Aromaterapi yang aman digunakan pada saat kehamilan antara lain anggur dan jeruk (jeruk nipis, jeruk purut, jeruk manis). (Mochtar. 2018)

Terapi jeruk purut untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil menurut penelitian sebelumnya (sesuai jurnal) yaitu pengaruh terapi aroma jeruk purut terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil oleh Dhini Angraini Dilon dan Rofika Aini (2018) didapatkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi aroma jeruk terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil.

Buah jeruk purut yang masuk ke dalam genus Citrus dengan family Rutaceae dapat digunakan untuk mengatasi keluhan mual pada ibu hamil karena kandungan senyawa pada buah jeruk purut berperan penting dalam membentuk aroma dan flavor. Komponen pembentuk aroma dan flavor adalah hidrokarbon terpen, sesquiterpen, aldehida, ester, sterol, dan minyak atsiri. Zat bermanfaat yang terkandung dalam buah jeruk purut salah satunya adalah minyak atsiri. Minyak atsiri yang terkandung dalam buah jeruk purut sekitar 70-92%. (Marni, 2017)

Kandungan minyak atsiri dalam buah jeruk purut yang satu ini sangat bermanfaat bagi manusia. Minyak atsiri ini bermanfaat mengeluarkan aroma yang sangat khas dan digunakan untuk pengobatan. Kaitannya dengan bidang kesehatan, minyak atsiri berguna untuk menstabilkan system saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya. (Misaroh, 2017).

Jahe mengandung minyak atsiri, zingiberena, zingiberol, bisabelina, kurkuman, gingerol landrena, vitamin A dan resin pahit. Jahe dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di dalam perut untuk mengatasi mual muntah. Jahe juga memiliki efek langsung dalam saluran pencernaan serta absorsi racun dan asam, karena kandungan zat-zat pada jahe tersebut dapat memblokir serotonin yaitu suatu neurotransmitter system saraf pusat dan sel enterokromafin, sehingga menghalangi induksi HCG ke lambung. Jahe juga berfungsi menurunkan kecemasan dan ketidaknyamanan pada masa kehamilan, mencegah keracunan, kemotrap, serangan emesis gravidarum saat

tubuh berputar dan bergetar saat bepergian dengan kendaraan bermotor. Sehingga ibu hamil dapat melanjutkan aktifitas sehari-hari dengan tenang, nyaman dan berkonsentrasi penuh menjaga kehamilannya menuju persalinan.

Menurut penelitian Rahmaini Fitri Harahap (2020) dengan pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I menunjukkan terjadi perubahan pada ibu hamil trimester I setelah pemberian air rebusan jahe, frekuensi emesis gravidarum dari hari pertama sampai hari ketiga mengalami penurunan. Terlihat bahwa pada hari pertama sebelum diberikan air rebusan jahe semua responden sebanyak 30 orang (100%) mengalami emesis gravidarum berat. Setelah diberikan air rebusan jahe, terdapat 24 orang (80,0%) yang mengalami perubahan mual muntah, yaitu mengalami mual dan muntah sedang. Pada hari kedua, setelah diberikan minuman air rebusan jahe, frekuensi mual muntah terus mengalami perubahan, yaitu terdapat 30 orang (100%) yang merasakan emesis gravidarum yang biasa, lalu di hari ketiga, ibu merasakan emesis gravidarum biasa berubah menjadi mengalami mual muntah ringan dan

24 orang (80,0%) dan hanya 6 orang (20,0%) yang mengalami mual muntah sedang.

Berdasarkan uraian tersebut diatas maka penulis melakukan penelitian untuk mendapatkan pembahasan yang lebih terarah khususnya mengenai, “Pengaruh Pemberian Terapi Jeruk Purut dan Rebusan Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Hyperemesis Gravidarum di Puskesmas Dahlia Makassar”.

Metode Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah metode *Cross Sectional Study* adalah jenis penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan antara variabel independen (sebelum hamil) dan variabel dependen (persiapan proses persalinan).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli tahun 2022 di Puskesmas Dahlia Makassar.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang ada di Puskesmas Dahlia Makassar. Sampel penelitian ini adalah sebagian ibu hamil yang ada di Puskesmas Dahlia Makassar yaitu sebanyak 30 orang. Penarikan jumlah sampel digunakan dengan berbagai pertimbangan dimana pada saat bersamaan situasi pandemi covid-19 yang menjadi salah satu kendala dimana peneliti

harus menerapkan protokol kesehatan secara ketat mengingat ibu hamil sangat rentan mengalami penularan virus corona dan secara statistik jumlah sampel tersebut sudah memenuhi syarat minimal sampel untuk judul penelitian yang saya lakukan dan dengan jumlah sampel tersebut tidak akan mengubah komposisi dari jumlah populasi maupun sampel yang peneliti gunakan.

Pengolahan dan Analisis Data

Metode pengumpulan data merupakan cara penelitian untuk mengumpulkan data yang akan dilakukan dalam penelitian. Pada penelitian ini menggunakan data primer yaitu data yang dikumpulkan dari responden yaitu ibu hamil yang diberi terapi jeruk purut dan rebusan air jahe. Pengolahan data dilakukan dengan program SPSS.

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur,
Pendidikan, Pekerjaan, Usia Kehamilan dan
Status Gravida di Puskesmas Dahlia Makassar

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
20-35 Tahun	27	90,0
>35 Tahun	3	10,0
Pendidikan		
SD	4	13,3
SMP	3	10,0
SMA	19	63,4
Perguruan Tinggi	4	13,3
Pekerjaan		
IRT	23	76,7
Wiraswasta	2	6,6
PNS	5	16,7
Usia Kehamilan		
6-9 Minggu	12	40,0
10-12 Minggu	18	60,0
Status Gravida		
Primipara	11	36,7
Multipara	19	63,3
Jumlah	30	100

Sumber : *Data Primer*

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 30 responden dijadikan sampel, responden dengan umur 20-35 tahun sebanyak 27 orang (90,0%) dan umur >35 tahun sebanyak 3 orang (10,0%) dan yang berpendidikan SD sebanyak 4 orang (13,3%), SMP sebanyak 3 orang (10,0%), SMA sebanyak 19 orang (63,4%) dan perguruan tinggi sebanyak 4 orang (13,3%) dan yang

bekerja sebagai IRT sebanyak 23 orang (76,7%), wiraswasta sebanyak 2 orang (6,6%) dan PNS sebanyak 5 orang (16,7%). Ibu dengan usia kehamilan 6-9 minggu sebanyak 12 orang (40,0%) dan usia kehamilan 10-12 minggu sebanyak 18 orang (60,0%) serta ibu dengan status gravida primipara sebanyak 11 orang (36,7%) dan multipara sebanyak 19 orang (63,3%)

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Frekuensi Mual Muntah Sebelum dan Sesudah
Pemberian Jeruk Purut
di Puskesmas Dahlia Makassar

Frekuensi Mual Muntah	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
≥3 Kali	15	100,0	4	26,7
<3 Kali	0	0,0	11	73,3
Jumlah	15	100,0	15	100,0

Sumber : *Data Primer*

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan jeruk purut, yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 15 orang (100%)

dan setelah diberikan jeruk purut yang mengalami mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 4 orang (26,7%) dan mual muntah < 3 Kali sebanyak 11 orang (73,3%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Frekuensi Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Pemberian Rebusan Air Jahe di Puskesmas Dahlia Makassar

Frekuensi Mual Muntah	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
≥ 3 Kali	15	100,0	2	13,3
< 3 Kali	0	0,0	13	86,7
Jumlah	15	100,0	15	100,0

Sumber : *Data Primer*

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan air jahe, yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 15 orang (100%)

dan setelah diberikan air jahe yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 2 orang (13,3%) dan mual muntah < 3 Kali sebanyak 13 orang (86,7%).

Tabel 4.4
Uji Normalitas Data Kelompok Pemberian Jeruk Purut di Puskesmas Dahlia Makassar

Pemberian Jeruk Purut		Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig
Normalitas Data	Pretest	.749	15	.051
	Posttest	.631	15	.062

Sumber : *Data Primer*

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan setelah menggunakan uji normalitas data dengan *Shapiro-Wilk* maka diperoleh nilai

signifikan yang diberikan jeruk purut 0,051 dan 0,062. Hal ini menunjukkan bahwa data terdistribusi secara normal.

Tabel 4.5
Uji Normalitas Data Kelompok Pemberian Rebusan Air Jahedi Puskesmas Dahlia Makassar

Pemberian Rebusan Air Jahe		Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig
Normalitas Data	Pretest	.798	15	.073
	Posttest	.603	15	.084

Sumber : *Data Primer*

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan setelah menggunakan uji normalitas data dengan *Shapiro-Wilk* maka diperoleh nilai

signifikan diberikan rebusan air jahe 0,073 dan 0,084. Hal ini menunjukkan bahwa data terdistribusi secara normal.

Tabel 4.6
Pengaruh Pemberian Terapi Jeruk Purut Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil di Puskesmas Dahlia Makassar

Terapi Jeruk Purut	Mean	Selisih Mean	SD	SE	Nilai p
Sebelum	5	2	.704	.182	0,000
Sesudah	3		.488	.126	

Sumber : *Data Primer*

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi jeruk purut, rata-rata frekuensi mual muntah 5 kali. Sedangkan setelah diberikan jeruk purut, rata-rata frekuensi

mual muntah 3 kali. Hasil uji statistic diperoleh nilai $p=0,000$ maka terdapat pengaruh pemberian terapi jeruk purut dengan frekuensi mual muntah pada ibu hamil

Tabel 4.7
Pengaruh Pemberian Rebusan Air Jahe Terhadap Frekuensi MualMuntah Pada Ibu Hamil di Puskesmas Dahlia Makassar

Rebusan Air Jahe	Mean	Selisih Mean	SD	SE	Nilai p
Sebelum	5	3	.816	.211	0,000
Sesudah	2		.458	.118	

Sumber : *Data Primer*

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa sebelum diberikan rebusan air jahe, rata-rata frekuensi mual muntah 5 kali. Sedangkan setelah diberikan rebusan air jahe, rata-rata frekuensi mual muntah 2

kali. Hasil uji statistic diperoleh nilai $p=0,000$ maka terdapat pengaruh pemberian rebusan air jahe dengan frekuensi mual muntah pada ibu hamil.

Tabel 4.8
Pengaruh Pemberian Terapi Jeruk Purut dan Rebusan Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil di Puskesmas Dahlia Makassar

Kelompok Intervensi	Mean		$\alpha=0,05$
	- Pretest	Posttest	
Jeruk Purut	5	3	$p=0,05$
Rebusan Air Jahe	5	2	

Sumber : *Data Primer*

Tabel 4.8 menunjukkan bahwa dari 30 responden dijadikan sampel, kelompok pemberian jeruk purut memiliki rata-rata mual muntah sebelum perlakuan 5 kali dan setelah perlakuan 3 kali. Sedangkan kelompok pemberian rebusan air jahe memiliki rata-rata mual muntah sebelum perlakuan 5 kali dan setelah perlakuan 2 kali.

Dengan menggunakan *Independent Sampel T Test* didapatkan nilai $t=2,316$ dan nilai $\rho=0,028$ dan $0,003 < \alpha=0,05$, ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi jeruk purut dan rebusan air jahe terhadap frekuensi mual muntah pada ibu

hamil.

Pembahasan

1. Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Sebelum Pemberian Terapi Jeruk Purut

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan jeruk purut, yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 15 orang (100%).

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa semua responden yang diberi jeruk purut mengalami mual muntah ≥ 3 Kali. Hal ini dikarenakan responden belum sama sekali diberikan terapi jeruk purut.

Secara teori proses pemberian jeruk purut bisa menurunkan mual muntah pada ibu hamil karena mampu menurunkan intensitas rasa mual dan muntah pada kehamilan karena aromanya yang segar dan dapat membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, gairah, menyegarkan serta dan merangsang proses penyembuhan. Terapi inhalasi jeruk purut juga sangat familiar di penciuman ibu hamil karena ibu hamil yang mengalami mual muntah akan mencari aroma yang segar, harga yang terjangkau dan mudah didapat.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dainty, dkk (2017) mengenai inhalasi jeruk purut mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester satu menunjukkan bahwa jeruk purut salah satu yang paling banyak digunakan dalam kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan. Menurut sebuah studi, 40% wanita telah menggunakan aroma jeruk purut untuk meredakan mual dan muntah, dan 26,5% dari mereka telah dilaporkan sebagai cara yang efektif untuk mengontrol gejala mual muntah. Selain itu jeruk purut mengandung limonen, citral, linalyl, linalool, minyak atsiri, terpineol yang dapat menstabilkan sistem syaraf pusat, menimbulkan perasaan senang.

2. Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Sesudah Pemberian Terapi Jeruk Purut

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden setelah diberikan jeruk purut mengalami mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 4 orang (26,7%) dan mual muntah < 3 Kali sebanyak 11 orang (73,3%).

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa terjadi perubahan frekuensi mual muntah pada ibu hamil dimana terdapat 11 orang yang mengalami mual muntah < 3 kali setelah responden diberikan terapi jeruk purut. Hal ini menandakan bahwa secara umum terapi jeruk purut efektif

mengurangi mual muntah pada ibu hamil.

Pemberian jeruk purut kepada ibu hamil merupakan hal yang biasa dan sering digunakan oleh ibu hamil khususnya di wilayah tempat dimana peneliti melakukan penelitian. Mereka beranggapan bahwa dengan aroma jeruk purut diyakini dapat mengurangi mual muntah khususnya pada masa kehamilan sehingga peneliti tidak memiliki hambatan dalam melakukan penelitian dan dominan ibu hamil menyambut positif kehadiran peneliti di lokasi penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa pada dasarnya pemberian terapi jeruk purut memiliki keterkaitan signifikan terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil karena dominan mengalami penurunan frekuensi mual muntah dan pada dasarnya semua responden yang diberi terapi jeruk purut antusias dalam pelaksanaan penelitian yang dilakukan. Oleh karena itu penanganan mual muntah tergantung pada tingkat keparahan gejala yang dirasakan. Pengobatan dapat menggunakan terapi farmakologis maupun non farmakologis. Terapi farmakologis dapat dilakukan dengan cara pemberian *antiemetik*, *antihistamin*, *antikolinergik* dan *kortikosteroid*. Sedangkan terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional, akupunktur, perubahan pola hidup, istirahat, tidur. Penanganan emesis gravidarum dengan menggunakan terapi farmakologis sudah tepat namun sebagian besar belum tepat dalam melakukan pengobatan herbal/alamiah. Salah satu alternatif untuk mengatasi mual muntah kehamilan secara non farmakologis adalah dengan menggunakan terapi jeruk purut.

3. Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Sebelum Pemberian Rebusan Air Jahe

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan air jahe, yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 15 orang (100%). Berdasarkan

hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa semua responden mengalami mual muntah sebelum diberikan air jahe.

Jahe mengandung minyak atsiri, zingiberena, zingiberol, bisabelina, kurkuman, gingerol landrena, vitamin A dan resin pahit. Jahe dipercaya dapat memberikan rasa nyaman di dalam perut untuk mengatasi mual muntah. Jahe juga memiliki efek langsung dalam saluran pencernaan serta absorsi racun dan asam, karena kandungan zat-zat pada jahe tersebut dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter system saraf pusat dan sel enterokromafin, sehingga menghalangi induksi HCG ke lambung. Jahe juga berfungsi menurunkan kecemasan dan ketidaknyamanan pada masa kehamilan, mencegah keracunan, kemotripsi, serangan emesis gravidarum saat tubuh berputar dan bergetar saat bepergian dengan kendaraan bermotor. Sehingga ibu hamil dapat melanjutkan aktifitas sehari-hari dengan tenang, nyaman dan berkonsentrasi penuh menjaga kehamilannya menuju persalinanya.

4. Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Sesudah Pemberian Rebusan Air Jahe

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden setelah diberikan air jahe yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 2 orang (13,3%) dan mual muntah < 3 Kali sebanyak 13 orang (86,7%).

Berdasarkan hasil penelitian diatas terdapat 13 orang yang mengalami perubahan mual muntah pada ibu hamil setelah diberikan rebusan air jahe. Hal ini terlihat dominan mengalami perubahan frekuensi mual muntah. Dengan demikian pemberian rebusan air jahe efektif menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil.

Pemberian rebusan air jahe kepada ibu hamil merupakan hal yang jarang namun ada beberapa ibu hamil yang biasa mengkonsumsi rebusan air jahe terlebih di masa pandemi covid-19 banyak orang yang mengkonsumsi rebusan air jahe karena diyakini dapat

mencegah penularan virus. Selama melakukan penelitian, peneliti memberikan pemahaman dan edukasi kepada ibu hamil bahwa pentingnya pemberian rebusan air jahe dengan dosis yang cukup dan tepat, selain untuk menyehatkan tubuh, rebusan air jahe diyakini dapat mengurangi frekuensi mual dan muntah dan selama penelitian berlangsung, ibu hamil patuh dan mau mengkonsumsi rebusan air jahe walaupun masih terdapat beberapa ibu hamil yang tidak menyukai bau dan aroma jahe.

5. Pengaruh Pemberian Terapi Jeruk Purut Dan Rebusan Air Jahe Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil

Emesis gravidarum merupakan keluhan mual muntah pada kehamilan, diduga disebabkan oleh dinamika hormon yang terjadi pada kehamilan dan sekitar 70-90% dari semua wanita hamil mengalami mual. Hormon hCG dalam aliran darah sangat membantu untuk menjaga persediaan estrogen dan progesteron serta untuk mencegah masa menstruasi. Meningkatnya hormon hCG secara tiba-tiba dapat mengakibatkan efek pedih pada lapisan perut, dan efek ini berupa rasa mual. Hormon progesteron dibentuk oleh corpus luteum. Hormon ini dapat memperlambat fungsi metabolisme termasuk sistem pencernaan. Hormon hCG dalam aliran darah sangat membantu untuk menjaga persediaan estrogen dan progesteron serta untuk mencegah masa menstruasi. Meningkatnya hormon hCG secara tiba-tiba dapat mengakibatkan efek pedih pada lapisan perut, dan efek ini berupa rasa mual. Pemberian intervensi kepada peneliti dimana terlebih dahulu pemberian jeruk purut dan jahe dimana proses pengolahannya dimulai dari penggunaan jeruk purut dengan terlebih dahulu buah jeruk dibersihkan lalu dipotong dua bagian sama besar dan penggunaannya diberikan 2 potong jeruk purut 3 kali dalam sehari dengan cara menghirup aroma dari jeruk purut selama 5 kali dan pengolahan dan penggunaan jahe terlebih dahulu mengambil jahe sebanyak 50 gram dan 130 ml air untuk

direbus selama $\pm 15-20$ menit, setelah itu pisahkan sisa jahe dengan air yang sudah direbus dengan menyaring ke dalam gelas berukuran 150 ml untuk sekali minum dan diminum 2 kali dalam sehari selama 7 hari berturut-turut. Setelah itu peneliti memberikan intervensi kepada masing-masing kelompok yang diberikan jeruk purut dan rebusan air jahe.

Berdasarkan analisa peneliti selama dilapangan yang dilakukan kepada 15 ibu hamil yang diberi jeruk purut dengan frekuensi pemberian 3 kali dalam sehari selama 7 hari diperoleh 11 orang yang mengalami perubahan frekuensi mual muntah, terdiri dari 8 orang yang mengalami mual muntah hanya 2 kali dalam sehari di hari ke 5 pemberian jeruk purut dan 3 orang yang mengalami mual muntah hanya 2 kali dalam sehari di hari ke 6 pemberian jeruk purut. Jika dilihat dari 15 orang sampel pemberian jeruk purut dominan ibu yang memiliki status paritas multipara yang mengalami perubahan frekuensi mual muntah dibandingkan ibu dengan status gravida primipara dan hal ini sesuai dengan teori dimana respon fisiologis ibu hamil primipara lebih sering mengalami mual muntah dibandingkan ibu dengan status paritas multipara.

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa, dominan ibu dengan umur 20-35 tahun mengalami mual muntah. Hal ini ditandai pada saat penelitian dilaksanakan. Sedangkan dari tingkat pendidikan dominan berpendidikan SMA dan dominan responden bekerja sebagai IRT sehingga pada saat penelitian ibu merespon dengan baik dan mereka antusias hadir pada saat penelitian dengan usia kehamilan 10-12 minggu yang paling dominan dijadikan sebagai sampel.

Terapi jeruk purut untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil menurut penelitian sebelumnya yaitu pengaruh terapi aroma jeruk purut terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil oleh Dhini Angraini Dilon dan Rofika Aini (2018) didapatkan bahwa ada pengaruh pemberian

terapi aroma jeruk terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Dhilon, DA (2018) dengan judul pengaruh pemberian terapi aroma jeruk terhadap intensitas rasa mual dan muntah pada ibu hamil di wilayah Kerja puskesmas harapan raya Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian terapi aroma jeruk terhadap intensitas rasa mual muntah, dengan nilai $p\text{-value } 0.000 < 0.05$. Bagi masyarakat (ibu hamil) yang mengalami mual muntah dapat menerapkan pengobatan non farmakologi dengan penggunaan terapi aroma yang tepat untuk menurunkan rasa mual dan muntah salah satunya menggunakan terapi aroma jeruk agar dapat mengurangi intensitas mual dan muntah sehingga bisa di mengurangi penggunaan obat farmakologi yang ada efek sampingnya

Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Vitrianingsih (2019) dengan judul efektivitas aroma terapi lemon untuk menangani emesis gravidarum Analisa data menggunakan uji *Paired t-test*. Hasil penelitian didapatkan rata-rata skor mual muntah sebelum pemberian aromaterapi lemon berdasarkan Indeks Rhodes pada Ibu Hamil dengan emesis gravidarum yaitu 22,1 dan terjadi penurunan skor setelah pemberian aromaterapi lemon menjadi 19,8. Ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon dengan pengurangan mual muntah pada ibu hamil ($p\text{-value} = 0.017$).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Maternity, D (2017) dengan judul inhalasi lemon mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester satu Dari hasil penelitian didapatkan frekuensi mual muntah sebelum diberikan inhalasi aromaterapi lemon diperoleh nilai rata-rata 24.67 dan frekuensi mual muntah sesudah diberikan inhalasi aromaterapi lemon diperoleh rata-rata 17.87 Ada pengaruh pemberian inhalasi aromaterapi lemon terhadap *morning sickness* pada ibu hamil dengan $P\text{-value} = 0.000$. Oleh karena itu disarankan bagi ibu hamil yang mengalami mual muntah dapat menerapkan

pengobatan.

aromaterapi lemon untuk mengurangi mual muntah sehingga dapat mengurangi penggunaan obat farmakologi yang ada efek sampingnya.

Berdasarkan analisa peneliti selama berada di lapangan bahwa mual dan muntah jika tidak ditangani dengan baik akan berlanjut menjadi hyperemesis gravidarum atau mual dan muntah yang berlebihan sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan keadaan ibu hamil menjadi buruk. Dampak yang terjadi pada ibu akibat dari mual dan muntah yaitu menurunnya cairan elektrolit didalam tubuh ibu sehingga terjadi hemokonsentrasi yang dapat memperlambat peredaran darah, nafsu makan menurun yang mempengaruhi tumbuh kembang janin, gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, dan penurunan berat badan. Hal ini terlihat bahwa masih ada yang diberi inhalasi jeruk purut namun frekuensi mual 1 sampai 2 kali. Oleh karena itu sebagai asumsi bahwa pada dasarnya ibu yang diberi inhalasi jeruk purut mampu mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil. Selain itu setiap ibu hamil gejalanya tidak sama tetapi yang paling sering dirasakan adalah mual dan muntah yang berlebihan yaitu 10 kali, bahkan bisa setiap jam atau lebih dalam sehari. Penurunan berat badan >5% dari berat badan ibu hamil sebelum hamil, dehidrasi, nafsu makan tidak ada, lemah, nyeri epigastrium, oliguri, obstipasi, lidah kering dan tampak kotor, mata icterus, tekanan darah menurun, kulit pucat dan urine yang dikeluarkan ibu hamil memiliki warna kuning pekat. Kondisi ini juga bisa terjadi jika si ibu tidak buang air kecil selama 6 jam terakhir.

Selain itu manfaat kulit jeruk purut memiliki kandungan minyak esensial yang memiliki sifat anti mikroba, dan anti inflamasi. minyak esensial d- limonene yang kandungannya memiliki kemampuan untuk meredakan asam lambung dan menjaga gerakan usus tetap normal sehingga diakini mampu mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil, oleh karena itu sebagai bagian dari

penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa kandungan inhalasi kulit jeruk purut yang diberikan pada ibu hamil dalam mengatasi mual dan muntah dapat diberikan sebanyak dua potong kulit jeruk purut dan diberikan 3 kali dalam sehari selama 3 hari berturut-turut.

Berdasarkan analisa peneliti selama dilapangan yang dilakukan kepada 15 ibu hamil yang diberi rebusan air jahe dengan frekuensi pemberian 2 kali dalam sehari selama 7 hari diperoleh 13 orang yang mengalami perubahan frekuensi mual muntah, terdiri dari 11 orang yang mengalami mual muntah hanya 2 kali dalam sehari di hari ke 5 pemberian rebusan air jahe dan 2 orang yang mengalami mual muntah hanya 1 kali dalam sehari di hari ke 6 pemberian rebusan air jahe. Jika dilihat dari 15 orang sampel pemberian rebusan air jahe dominan ibu yang memiliki status paritas multipara yang mengalami perubahan frekuensi mual muntah dibandingkan ibu dengan status gravida primipara dan hal ini sesuai dengan teori dimana respon fisiologis ibu hamil primipara lebih sering mengalami mual muntah dibandingkan ibu dengan status paritas multipara.

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa pada dasarnya pemberian terapi jeruk purut memiliki keterkaitan signifikan terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil karena dominan mengalami penurunan frekuensi mual muntah dan pada dasarnya semua responden yang diberi terapi jeruk purut antusias dalam pelaksanaan penelitian dilakukan dimana prinsip penatalaksanaan mual muntah meliputi pencegahan, mengurangi mual muntah, serta koreksi kebutuhan cairan dan elektrolit.

Pengurangan keluhan mual muntah dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan non farmakologi yang biasa disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil mengkonsumsi lemon dalam bentuk teh, teknik relaksasi dan aromaterapi. Mual muntah yang terjadi secara terus menerus dapat menyebabkan dehidrasi bahkan berat

badan menurun pada ibu hamil. Apabila hal ini tidak ditangani secara tepat dan cepat maka akan berakibat buruk bagi ibu hamil dan janin bahkan dapat menyebabkan kematian ibu hamil dan janin. Air jahe efektif dalam mengurangi mual muntah daripada pada ibu hamil, hal ini disebabkan karena jahe memiliki kandungan seperti minyak *Atsiri Zingiberena* (*zingirona*), *zingiberol*, *bisabilena*, *kurkumen*, *gingerol*, *flandrena*, vitamin A dan *resin* pahit yang dapat memblok *serotonin* yaitu suatu *neurotransmitter* yang di sintesiskan pada *neuron-neuron serotoninis* dalam sistem saraf pusat dan *sel-sel enterokromafin* dalam saluran pencernaan sehingga di percaya dapat sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga dipercaya sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut sehingga dapat mengatasi mual muntah Ibu hamil yang mengalami mual muntah memiliki risiko terjadi terus-menerus dan mengganggu keseimbangan gizi, cairan, dan elektrolit tubuh. Ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum yang berkelanjutan dapat terkena dehidrasi sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilannya. Berbagai upaya *preventif* yang dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk ibu hamil yang mengalami mual muntah agar tidak menjadi kondisi yang parah dilakukan dengan cara *modifikasi lifestyle* menghindari stress dan istirahat yang cukup, mengatur diet yaitu mengatur pola makan sedikit namun sering tidak mengkonsumsi minuman bersoda. Terapi farmakologi dan non farmakologi diberikan obat-obatan berupa *antiemetic* (Mutia, 2017).

Terapi nonfarmakologi yaitu terapi-terapi tradisional, yang dapat dilakukan untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil seperti akupuntur dan *acupressure*, seperti pemberian aromaterapi atau sari lavender dengan cara menekan pada titik pericardium 6 atau P6 selama sepuluh menit atau lebih beberapa kali sehari, namun tidak semua ibu hamil tahu dan paham dimana posisi titik akupuntur tersebut. Pengobatan herbal yaitu, dengan mengkonsumsi ramuan obat yang

berasal dari tumbuh-tumbuhan seperti jahe, kulit pohon elm dan the rempah-rempah pada kondisi yang di alami mual muntah tersebut ibu hamil dengan spontan akan memuntahkan sesuatu yang masuk kedalam mulutnya maka pengobatan herbal hanya sebagian kecil berhasil (Mochtar, R. 2018).

Mual dan muntah pada kehamilan terjadi karena pengaruh hCG, penurunan tonus otot-otot traktus digestivus sehingga seluruh traktus digestivus mengalami penurunan kemampuan bergerak. Peningkatan kadar *Human Chorionic Gonadotropin* (hCG) akan menginduksi ovarium untuk memproduksi estrogen yang dapat merangsang mual dan muntah. Hampir 50% wanita hamil mengalami mual dan biasanya mual ini dialami sejak awal kehamilan. Penyebab mual muntah awal kehamilan ini karena adanya peningkatan hormonal dan penyesuaian tubuh terhadap perubahan hormonal tubuh yang tidak merasakan apa-apa, ada yang hanya sekali mual, tapi ada juga yang mengalami mual muntah yang sangat hebat sehingga memerlukan pengobatan (Lestari, D. 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Rahmaini Fitri Harahap (2020) dengan pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil menunjukkan terjadi perubahan pada ibu hamil setelah pemberian air rebusan jahe, frekuensi emesis gravidarum dari hari pertama sampai hari ketiga mengalami penurunan. Terlihat bahwa pada hari pertama sebelum diberikan air rebusan jahe semua responden sebanyak 30 orang (100%) mengalami emesis gravidarum berat. Setelah diberikan air rebusan jahe, terdapat 24 orang (80,0%) yang mengalami perubahan mual muntah, yaitu mengalami mual dan muntah sedang. Pada hari kedua, setelah diberikan minuman air rebusan jahe, frekuensi mual muntah terus mengalami perubahan, yaitu terdapat 30 orang (100%) yang merasakan emesis gravidarum yang biasa, lalu dihari ketiga, merasakan emesis gravidarumbiasa berubah menjadi mengalami mual muntah ringan dan 24 orang (80,0%) dan hanya 6 orang (20,0%) yang mengalami mual

muntah sedang.

Berdasarkan analisa peneliti selama berada dilapangan khususnya dalam pemberian jahe kepada ibu hamil yang diyakini dapat mencegah mual dan muntah karena jahe mampu menjadi penghalang serotonin, sebuah senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi, sehingga timbul rasa mual. Penelitian lain menunjukkan hasil bahwa jahe efektif dalam mengurangi mual dan muntah selama kehamilan. Selain itu penelitian lain memaparkan bahwa Rasa mual pada awal kehamilan dapat di kurangi dengan menggunakan terapi komplementer antara lain dengan tanaman herbal atau tradisional yang bisa dilakukan dan mudah di dapatkan seperti jahe, daun peppermint dan lemon. Selain mengkonsumsi obat-obatan untuk mengatasi mual muntah, para ibu bisa mencoba berbagai ramuan tradisional seperti jahe yang dapat mengatasi mual muntah dengan cara di seduh. Ibu hamil saat ini cenderung malas untuk meminimum seduhan jahe dengan alasan tidak menyukai aromanya dan malas membuat diperkecil sehingga mengurangi risiko terhadap kehamilan

Berdasarkan analisa pada 2 kelompok yang diberikan terapi jeruk purut dan rebusan air jahe kepada 15 orang responden sebelum diberikan jeruk purut, yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 15 orang (100%) dan setelah diberikan jeruk purut yang mengalami mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 4 orang (26,7%) dan mual muntah < 3 Kali sebanyak 11 orang (73,3%) dan 15 responden sebelum diberikan air jahe, yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 15 orang (100%) dan setelah diberikan air jahe yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 2 orang (13,3%) dan mual muntah < 3 Kali sebanyak 13 orang (86,7%).

Dengan menggunakan uji statistik rata-rata frekuensi mual muntah 4,67 kali. Sedangkan setelah diberikan rebusan air jahe, rata-rata frekuensi mual muntah 1,93 kali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa rebusan air jahe lebih berpengaruh mengurangi frekuensi

mual muntah dibandingkan terapi jeruk purut.

Keterbatasan Penelitian

1. Penelitian dilaksanakan dimasa pandemi Covid-19 sehingga dalam melakukan penelitian, peneliti menerapkan protokol kesehatan yang sangat ketat dan peneliti diharuskan melakukan kunjungan rumah karena ibu hamil dibatasi ke Puskesmas kecuali ada keluhan berat.
2. Masih terdapat beberapa responden yang kurang responsif terhadap intervensi yang diberikan seperti ibu tidak menyukai pemberian jeruk purut dan rebusan air jahe yang diberikan dan ada juga sampel yang tidak patuh.dengan intervensi yang dilakukan sehingga peneliti harus benar memantau ibu hamil yang dijadikan sebagai sampel.

Kesimpulan

Dari hasil Penelitian dilaksanakan maka setelah dilakukan penelitian diperoleh bahwa :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan jeruk purut, yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 15 orang (100%) dan setelah diberikan jeruk purut yang mengalami mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 4 orang (26,7%) dan mual muntah < 3 Kali sebanyak 11 orang (73,3%).
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan air jahe, yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 15 orang (100%) dan setelah diberikan air jahe yang mengalami frekuensi mual muntah ≥ 3 Kali sebanyak 2 orang (13,3%) dan mual muntah < 3 Kali sebanyak 13 orang (86,7%).
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi jeruk purut, rata-rata frekuensi mual muntah 4,27 kali. Sedangkan setelah diberikan jeruk purut, rata-rata frekuensi mual muntah 2,33 kali.
4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan rebusan air jahe, rata-rata frekuensi mual muntah 4,67 kali. Sedangkan

setelah diberikan rebusan air jahe, rata-rata frekuensi mual muntah 1,93 kali.

5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian rebusan air jahe lebih berpengaruh terhadap mual muntah pada ibu hamil dibandingkan pemberian terapi jeruk purut.

Saran

Setelah dilakukan penelitian dan didapatkan kesimpulan maka penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Petugas Kesehatan
Disarankan kepada petugas kesehatan agar dapat memberikan tambahan informasi tentang cara mengatasi mual muntah dalam memberikan asuhan kebidanan salah satunya dengan memberikan jeruk purut dan rebusan air jahe dan dapat meningkatkan pelayanan kesehatan melalui konseling atau menyebarkan leaflet khususnya untuk ibu hamil dalam pencegahan mual muntah
2. Bagi Ibu Hamil
Disarankan kepada ibu hamil agar Perlu ditingkatkan pemberian informasi kepada ibu hamil yang mengalami mual muntah mengenai jenis terapi pelengkap non farmakologi salah satunya dengan pemberian jeruk purut dan rebusan air jahe dan diperdalam lagi tentang intervensi pemberian terapi pelengkap non farmakologi salah satunya aroma terapi jeruk dan rebusan air jahe yang bermanfaat mengurangi mual muntah selama kehamilan
3. Bagi Institusi Pendidikan
Merupakan pengalaman yang berharga dalam upaya memperluas wawasan dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh khususnya di Universitas Muslim Inonesia Makassar
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Disarankan kepada peneliti selanjutnya meneliti dengan menggunakan variabel dan metode penelitian yang lain untuk mengembangkan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi V. Jakarta. Rineka Cipta
- Bobak. 2018. *Buku Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC.
- Cunningham, FG. 2017, *obstetric Williams*, EGC : Jakarta.
- Dainty Maternity. 2017. *Terapi Jeruk Purut Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Satu*. *Jurnal Ilmiah Bidan*, VOL.II, NO.3, 2017.
- Eni, RA. 2017. *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Holmes, D. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta : EGC.
- Jannah, Nurul. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan: Kehamilan*. ANDI: Yogyakarta.
- Marmi. 2017. *Asuhan Kebidanan Antenatal*. Jakarta : TIM.
- Manuaba. IBG. 2018. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta. EGC.
- Misarah, 2017. *Fisiologi Kehamilan dan Persalinan* ,Jakarta : Yayasan Essentia Medika.
- Maulana, Mirza. 2019. *Penyakit Kehamilan Dan Pengobatannya*. Katahati: Yogyakarta.
- Megasari, Miratu.,dkk. 2017. *Panduan Belajar Asuhan Kebidanan I*. Deepublish:Yogyakarta.
- Mochtar, Rustam. 2018. *Sinopsis Obstetri: Obstetri Fisiologi, Obstetri Fisiologi*. EGC: Jakarta.
- Marliana Rahma, 2016. *Asuhan Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum*. *Jurnal Bidan* ³OLGZLIH_-RXUQDO´ Volume 2 No. 02, Juli 2016 pISSN 2477-3441.
- Notoatmodjo, S. 2016. *Metedologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Ketiga. Jakarta. Rineka Cipta.
- Ni Putu Ayu Widiyari, 2017. *Pola Pemberian Terapi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Oleh Dokter Spesialis Obstetri Dan Ginekologi Serta Bidan Di Kota Denpasar*. *E-JURNAL MEDIKA*, VOL 6 NO 5. ISSN:2303-1395

Nurfalah Setyawati, 2014. *Pemberian Jahe*

- Instan Terhadap Kejadian Mual Muntah dan Asupan Energi pada Ibu Hamil Trimester Pertama. Jurnal Gizi. Klinik Indonesia Volume 10 No. 04 April 2014*
- Nugroho, Taufan. 2018. *Patologi Kebidanan*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Prawirohardjo. S. 2016. *Ilmu Kebidanan* Cetakan IV. Jakarta. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Pudiasuti, R. D.2017, *Asuhan Kebidanan Pada Hamil Normal dan Patologi*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Rukiyah, A.Y. & Yulianti, L. 2018. *Asuhan Neonatus, Bayi dan Anak*. Jakarta: TIM.
- Saifuddin AB. 2016. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta.Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sastrawinta. 2018. *Obstetric Patologi Ilmu Kesehatan Reproduksi*, Penerbit BukuKedokteran. Jakarta: EGC.
- Saleha. 2017. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*, Jakarta : Penerbit Salemba Medika.
- Siti Rofi'ah, 2019. *Studi Fenomenologi Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil trimester I*. *Jurnal Riset Kesehatan*, 8 (1), 2019, 41 – 52. DOI:10.31983/jrk.v8i1.3844.
- Triana Arisdiani, 2020. *Tingkat Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil T di Kabupaten Kendal*. *Jurnal Kebidanan Malakbi Volume 1, Nomor 2, Agustus 2020*, pp. 50 – 56 ISSN 2720-8842 (Online).
- Umu Faizah, 2018. *Pengaruh Pemberian Terapi Jeruk Purut Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Umbulharjo I Kota Yogyakarta*. (Jurnal pdf).
- Vivi, NLD. 2017. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Winkjosastro, H. 2017. *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: YBP-SP.
- Walyani. E.S. 2017. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Pustaka Baru: Yogyakarta.
- Yesi Putri, 2020. *Efektifitas Pemberian Terapi Jeruk Purut Terhadap Penurunan Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I di BPM Indra Iswari Volume 8 No. 1 (April 2020)* The Author(s)
- 2021