

---

## Pengaruh Pemberian Permen Jahe (*Zingiber Officinale*) Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I

Jitasari Tarigan<sup>1</sup>, May Frinsiska Siahaan<sup>2</sup>, Syafrina<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Indonesia

E-mail: [jitasaritarigan@helvetia.ac.id](mailto:jitasaritarigan@helvetia.ac.id), [mayfrinsiska@helvetia.ac.id](mailto:mayfrinsiska@helvetia.ac.id)

---

### Article History:

Received: 24 Oktober 2025

Revised: 29 November 2025

Accepted: 07 Desember 2025

**Keywords:** *Emesis, Permen Jahe, Ibu hamil*

**Abstract:** *Emesis gravidarum merupakan keluhan yang sering terjadi pada ibu hamil trimester pertama yang mengalami peningkatan hormon HCG dan estrogen yang menyebabkan mual muntah. Berdasarkan survei awal di PMB Wanti Kota Medan, ditemukan 9 ibu hamil pada trimester I mengalami gejala emesis gravidarum, beberapa menyatakan tidak mau mengkonsumsi obat karena khawatir terhadap efek samping dan kesulitan menelan obat. Salah satu pilihan terapi non-farmakologis yang dianjurkan yaitu permen jahe karena praktis dan mengandung zat aktif yang berfungsi sebagai antiemetik. Tujuan dari penggunaan permen jahe untuk mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025. Jenis penelitian ini yaitu desain quasi experiment dengan metode one group pretest and posttest. Jumlah sampel penelitian terdiri dari 15 orang ibu hamil yang dipilih secara purposive sampling. Intervensi dilakukan selama 7 hari dengan pemberian permen jahe sebanyak 2 gram perhari. Instrumen yang dipakai berupa kuesioner PUQE-24 kemudian dianalisis memakai uji normalitas Shapiro-Wilk dan uji Paired Sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi 14 responden (93,3%) mengalami emesis sedang dan 1 orang (6,7%) emesis ringan. Setelah dilakukan intervensi, 10 orang (66,7%) mengalami emesis ringan, 3 orang (20%) tidak emesis, dan 2 orang (13,3%) masih emesis sedang. Uji Paired Sample t-test menghasilkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan. Kesimpulan dari hasil riset membuktikan bahwa permen jahe berpengaruh efektif dalam menurunkan emesis gravidarum. Saran agar permen jahe digunakan sebagai alternatif terapi non-farmakologis yang aman.*

## PENDAHULUAN

Masa kehamilan termasuk periode yang penting karena memerlukan penyesuaian fisiologis serta psikologis yang dipengaruhi oleh kerja hormon. Berbagai perubahan pada tubuh selama masa kehamilan yaitu konsekuensi dari pertumbuhan dan perkembangan janin didalam kandungan. Apabila ibu tidak bisa menyesuaikan diri terhadap perubahan tersebut maka bisa timbul rasa yang tidak nyaman dalam menjalankan masa kehamilan. Salah satu gejala yang umum terjadi yaitu mual muntah yang sering dikenal sebagai *emesis gravidarum*(1).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 angka kejadian *emesis gravidarum* sedikitnya 15% dari semua wanita hamil. *Emesis gravidarum* terjadi seluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan di Indonesia, 0,9% di Swedia, 0,5% di California, 1,9% di Turki, dan di Amerika Serikat prevalensi *emesis gravidarum* sebanyak 0,5%-2%(2).

Di Indonesia diperkirakan sekitar 10% ibu hamil mengalami *emesis gravidarum*(3). Data di Provinsi Sumatra Utara tahun 2022 Gejala mual dan muntah dialami oleh 56-75% ibu hamil primipara dan 45-75% pada multipara(4).

Kondisi ini umumnya terjadi pada trimester awal, yang dipicu karena karena meningkatnya hormon estrogen dan human chorionic gonadotrophin (HCG). Mual biasanya muncul pada pagi hari namun pada sebagian ibu hamil dapat terjadi disepanjang hari termasuk terjadi mual didalam hari(5). Secara psikologis, gejala ini berdampak kepada lebih dari 80% ibu hamil dan sering kali mempengaruhi kualitas hidup mereka(6).

Angka kejadian pada primigravida prevalensinya berkisar antara 60-80% sedangkan pada multigravida 40-60%. Jika gejala ini dianggap hal yang sepele dan tidak ditangani secara cepat akan bertambah menjadi *Hyperemesis gravidarum* yang menyebabkan pertumbuhan janin mati dalam kandungan serta janin bisa mengalami kongenital(7).

Penanganan mual muntah pada ibu hamil dapat dilakukan dengan dua pendekatan diantaranya dengan farmakologis dan non-farmakologis. Pendekatan farmakologis dengan pemberian obat mual muntah yaitu B6, sedangkan non-farmakologis meliputi modifikasikan pola makan, memberikan dukungan emosional, penggunaan aromaterapi, terapi akupunktur dan pemanfaatan pada herbal jahe(8).

Tanaman herbal merupakan tumbuhan yang memiliki khasiat untuk pengobatan dan pencegahan pada penyakit, dapat membantu mengurangi rasa mual muntah yang dialami(9). Jahe adalah antiemetik yang didalamnya terkandung gingerol, shagaol, zingerone, zingiberol dan paradol yang mampu menurunkan rasa mual(10). Jahe dapat diolah menjadi berbagai bentuk sediaan seperti makanan, minuman, atau permen(8).

Pemberian sediaan bentuk permen dinilai lebih praktis dan dapat meminimalkan rasa tidak nyaman dibandingkan bentuk jahe lainnya. Selain itu, bentuk permen juga lebih praktis dan mudah dikonsumsi. Jahe mengandung senyawa aktif seperti gingerol, shogaol dan zingerone yang berperan dalam mengurangi gejala mual muntah pada ibu hamil tersebut(11).

Berdasarkan hasil pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pebriawati Saragih dkk (2024) yang berjudul “Efektivitas Permen Jahe Untuk Mengurangi Rasa Mual Pada Trimester I Di Desa Lestari Dadi Pegajahan” maka dapat diambil kesimpulan, Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p$  value  $0,000 < 0,05$  artinya pemberian permen jahe efektif dalam menurunkan rasa mual muntah yang dialami pada ibu hamil trimester I di desa lestari dadi kecamatan pegajahan(6).

Berdasarkan survei awal peneliti lakukan pada bulan Desember di PMB Wanti kota Medan, terdapat 9 orang ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum*. dari 3 orang ibu hamil menyatakan tidak mau mengkonsumsi obat mual muntah karena takut dan khawatir akan efek samping. Sebanyak 4 orang ibu hamil lainnya mengatakan bahwa mencium aroma yang tidak enak dapat memicu rasa mual. Sementara itu, 2 orang ibu hamil lainnya menyatakan mengalami kesulitan dalam mengkonsumsi obat karena setiap kali obat dikonsumsi, obat tersebut langsung dimuntahkan sehingga tidak dapat terserap oleh tubuh.

Berdasarkan Permasalahan yang terjadi penulis ingin melakukan peneiliti dengan judul “Pengaruh Pemberian Permen Jahe (*Zingiber officinale*) Terhadap *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I Di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025”.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi-eksperimen dengan pendekatan *one group pre-test and post-test*, Penelitian dilakukan di PMB Wanti, Jalan Pancing Pasar IV Lingkungan V Mabar Hilir, Kecamatan Medan Deli, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara. populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang mengalami *emesis gravidarum* di PMB Wanti Kota Medan dengan jumlah 20 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik purposive sampling dengan menggunakan sampel sebanyak 15 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi dan PUQE kuesioner untuk mengetahui apakah ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan permen jahe yang dilakukan oleh peneliti kepada ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*. Uji normalitas data menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan nilai signifikan pada pretest sebesar 0,463 dan pada Posstest sebesar 0,093 kedua nilai tersebut lebih besar dari 0.05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis dilanjutkan dengan uji parametrik menggunakan Paired Sample T-Test..

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Karakteristik di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025.**

| No               | Karakteristik | F         | %            |
|------------------|---------------|-----------|--------------|
| <b>Umur</b>      |               |           |              |
| 1                | <25 Tahun     | 2         | 13,3         |
| 2                | 25-30 Tahun   | 12        | 80,0         |
| 3                | >30 Tahun     | 1         | 6,7          |
| <b>Total</b>     |               | <b>15</b> | <b>100,0</b> |
| <b>Paritas</b>   |               |           |              |
| 1                | Primipara     | 8         | 53,3         |
| 2                | Multipara     | 7         | 46,7         |
| <b>Total</b>     |               | <b>15</b> | <b>100,0</b> |
| <b>Pekerjaan</b> |               |           |              |
| 1                | Tidak bekerja | 12        | 80,0         |
| 2                | Bekerja       | 3         | 20,0         |
| <b>Total</b>     |               | <b>15</b> | <b>100,0</b> |

Berdasarkan tabel 1 dari 15 responden (100,0), kelompok umur 25-30 tahun yaitu 12 orang (80,0%), umur <25 tahun berjumlah 2 orang (13,3%), dan umur >30 tahun hanya 1 orang (6,7%). Pada Karakteristik paritas, diketahui bahwa sebanyak 8 orang (53,3%) primipara dan 7

orang (46,7%) multipara. Pada karakteristik pekerjaan, diketahui bahwa terdapat 12 orang (80,0%) tidak bekerja dan 3 orang (20,0%) yang bekerja.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi sebelum pemberian permen jahe teradap *emesis gravidarum* di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025**

| No           | Sebelum pembrian permen jahe terhadap <i>emesis gravidarum</i> | F         | %            |
|--------------|----------------------------------------------------------------|-----------|--------------|
| 1            | Ringan                                                         | 1         | 6,7          |
| 2            | Sedang                                                         | 14        | 93,3         |
| <b>Total</b> |                                                                | <b>15</b> | <b>100,0</b> |

Berdasarkan tabel 2 distribusi sebelum pemberian permen jahe diketahui dari 15 responden (100%). Kelompok *emesis gravidarum* sedang sebanyak 14 orang (93,3%), yang emesis ringan 1 orang (6,7%)

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi sebelum pemberian permen jahe teradap *emesis gravidarum* di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025**

| No           | Sebelum pembrian permen jahe terhadap <i>emesis gravidarum</i> | F         | %            |
|--------------|----------------------------------------------------------------|-----------|--------------|
| 1            | Ringan                                                         | 1         | 6,7          |
| 2            | Sedang                                                         | 14        | 93,3         |
| <b>Total</b> |                                                                | <b>15</b> | <b>100,0</b> |

Berdasarkan tabel 3 distribusi sebelum pemberian permen jahe diketahui dari 15 responden (100%). Kelompok *emesis gravidarum* sedang sebanyak 14 orang (93,3%), yang emesis ringan 1 orang (6,7%).

## Analisis Bivariat

### 1. Uji Normalitas

**Tabel 4. Uji Normalitas Menggunakan Shapiro-Wilk**

| Mengurangi <i>emesis gravidarum</i> | Shapiro-Wilk     |           |            |
|-------------------------------------|------------------|-----------|------------|
|                                     | <i>Statistic</i> | <i>Df</i> | <i>Sig</i> |
| Pretest                             | .946             | 15        | .463       |
| Posttest                            | .043             | 15        | .093       |

Berdasarkan data pada tabel 4.4 Hasil uji normalitas dengan metode *Shapiro-Wilk* menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,463 pada data pretest dan 0.093 pada data posttest, dimana keduanya lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data dapat dikatakan berdistribusi normal. Oleh sebab itu, pengujian hipotesis layak dilakukan menggunakan uji parametrik, yaitu *Paired sampel t-test*.

### 2. Uji Paired Sample T-test

**Tabel 5. Paired Sample T-test**

|          | Mean | N  | Sig.(2-tailed) |
|----------|------|----|----------------|
| Pretest  | 9.07 | 15 | .000           |
| Posttest | 4.87 | 15 |                |

Berdasarkan hasil tabel 5 diperoleh rata-rata nilai (mean) *pre-test* sebesar 9.07 dan *post-test* adalah sebesar 4.87. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan skor PUQE setelah diberikan intervensi berupa permen jahe selama 7 hari. Uji *paired sample t-test* menghasilkan nilai signifikan yaitu (*p-value*) sebesar 0.000 lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik antara kondisi sebelum dan sesudah diberikan permen

jahe. Dengan demikian, dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian permen jahe memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama.

## **PEMBAHASAN**

### ***Emesis Gravidarum* Sebelum Pemberian Permen Jahe Pada Ibu Hamil Trimester I Di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025.**

Berdasarkan temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa sebelum pemberian permen jahe kepada 15 responden (100%) di PMB Kota Medan diketahui bahwa lebih banyak ibu dengan kelompok *emesis gravidarum* sedang 14 orang (93,3%), dan ibu dengan emesis ringan 1 orang (6,7%).

Hasil ini sejalan dengan penelitian Nabila Asyahida, Enny Yuliaswati berjudul “Pengaruh Pemberian Permen Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I”. Diketahui bahwa sebelum dilakukan intervensi, responden ibu hamil dalam penelitian tersebut mengalami frekuensi mual muntah yang cukup tinggi, dengan jumlah sampel 32 orang yang dipilih melalui teknik random sampling serta dilakukan pengukuran menggunakan keusioner PUQE(11).

Temuan ini juga konsisten dengan yang dilakukan oleh Eli sumiati dkk yang berjudul “Pengaruh Permen Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil DI Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur”. Kelompok kontrol yang tidak mendapatkan permen jahe menunjukkan adanya keluhan mual muntah yang cukup tinggi sebelum dilakukan intervensi. Metode sampling yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *accidental* sampling, dengan jumlah responden sebanyak 62 orang yang selanjutnya dibagi ke dalam dua kelompok(7).

*Emesis gravidarum* merupakan keluhan yang umum dialami ibu hamil pada trimester I, yang dipengaruhi oleh peningkatan kadar Hormon estrogen dan HCG. Rasa mual umumnya muncul di pagi hari, meskipun pada sebagian ibu dapat terjadi kapan saja, termasuk pada malam hari. Gejala ini biasanya mulai dirasakan sekitar 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir, dan dapat berlanjut hingga kurang lebih 10 minggu(5).

Permen jahe termasuk olahan jahe yang populer dimasyarakat, karena selain memberikan sensasi hangat juga bermanfaat dalam mengurangi rasa mual dan muntah(24).

Berdasarkan asumsi peneliti, sebelum intervensi permen jahe diberikan mayoritas ibu hamil trimester I mengalami *emesis gravidarum* dengan kategori sedang yaitu sebanyak 14 responden (93,3%). Kondisi tersebut dipicu oleh meningkatnya hormon HCG dan estrogen pada masa kehamilan trimester I. Peningkatan kadar hormon ini berdampak pada sistem pencernaan serta pusat pengendali mual di otak, sehingga memicu timbulnya mual dan muntah. selain itu pada awal kehamilan terutama pada primipara, tubuh masih dalam tahap adaptasi terhadap perubahan fisiologis, sehingga keluhan emesis lebih mudah muncul.

### ***Emesis Gravidarum* Sesudah Pemberian Permen Jahe Pada Ibu Hamil Trimester I Di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025.**

Berdasarkan Hasil penelitian menunjukkan bahwa sesudah pemberian permen jahe kepada 15 responden (100%) di PMB Wanti Kota Medan, diketahui bahwa lebih banyak kelompok *emesis gravidarum* ringan 10 orang (66,7%), yang tidak emesis 3 orang (20,0%), dan emesis sedang 2 orang (13,3%).

Hasil ini searah dengan penelitian Nabila Asyahida dan Enny Yuliaswati yang meneliti

tentang “Pengaruh Pemberian Permen Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I”. Diketahui bahwa sebelum dilakukan intervensi, ibu hamil yang menjadi responden mengalami intensitas derajat mual muntah cukup tinggi. Pemberian permen jahe sebagai intervensi pada responden terbukti mampu menurunkan frekuensi mual muntah secara bermakna. Berdasarkan uji *wilcoxon* diperoleh nilai  $p = 0,000$  yang lebih kecil dari  $\alpha 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi(11).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan Eli Sumiati dan tim melalui studinya yang berjudul “Pengaruh Permen Jahe Terhadap *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur”. Kelompok kontrol yang tidak mendapatkan permen jahe menunjukkan adanya keluhan mual muntah yang cukup tinggi sebelum dilakukan intervensi. Setelah intervensi permen jahe pada kelompok intervensi terjadi penurunan tingkat emesis gravidarum yang signifikan(7).

*Emesis gravidarum* merupakan salah satu ketidak nyamanan pada kehamilan dan sebagian besar pada awal trimester I. Mual merupakan suatu rasa atau rasa tidak nyaman pada bagian belakang tenggorokan serta epigastrium yang dapat memicu terjadinya muntah. Mual dapat pula dimaknai sebagai proses keluarnya isi lambung dan usus secara paksa menuju mulut(15).

*Emesis gravidarum* yang tidak ditangani bisa berkembang menjadi *hyperemesis gravidarum*, ditandai dengan muntah berulang setiap kali makan maupun minum. Kondisi ini berpotensi menimbulkan dehidrasi, berkurangnya cadangan karbohidrat dan lemak, bahkan dapat menyebabkan robekan pada selaput lendir esofagus (sindrom *Mallory Weiss*) akibat perdarahan saluran cerna yang pada akhirnya bisa berdampak pada kematian janin dalam kandungan maupun kelainan kongenital(16).

Permen jahe merupakan bentuk olahan dari jahe dan gula yang praktis mudah, dikonsumsi, dan disukai oleh ibu hamil. Dibandingkan bentuk sediaan lain seperti jahe seduh atau kapsul jahe, permen jahe lebih nyaman dikonsumsi karena memiliki citra rasa manis dengan aroma jahe yang lembut serta tidak menimbulkan sensasi panas pada lambung(24).

Zat aktif yang terdapat dalam permen jahe, antara lain gingerol, shogaol, dan zingeron, berperan langsung dalam menekan gejala mual serta muntah. Gingerol diketahui mampu menenangkan saluran pencernaan, menekan pusat mual di otak, serta mempercepat proses pengosongan lambung, Shogaol dan zingeron memiliki efek anti-inflamasi yang membantu meredakan ketegangan otot saluran cerna hingga mengurangi mual muntah(25).

Menurut asumsi peneliti adanya penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I terjadi karena efektivitas kandungan aktif dalam permen jahe yang diberikan secara rutin setiap hari selama tujuh hari. Dalam penelitian ini, permen jahe dibuat dari bahan utama jahe sebesar 100 gram yang dipadukan dengan gula 200 gram, yang dikonsumsi setiap pagi hari dengan dosis 2 gram perhari. Peneliti memberikan permen jahe langsung kepada responden setiap pagi dan pada hari pertama dilakukan penjelasan terkait manfaat dan cara kerja permen jahe dalam mengurangi *emesis gravidarum*. Kandungan seperti gingerol, shogaol, zingeron, zingiberol, dan paradol dalam jahe bekerja sebagai antiemetik yang menekan pusat mual di otak, memperlancar pencernaan, dan menenangkan otot saluran cerna. Peneliti juga menjelaskan proses pembuatan permen kepada responden untuk mereka meningkatkan pemahaman mereka terhadap terapi yang digunakan. Peneliti dilakukan dengan menggunakan kuesioner PUQE-24 kepada 15 responden yang mengalami *emesis gravidarum*, dan hasilnya dicatat dalam lembar observasi. Setelah tujuh hari intervensi, mayoritas responden mengalami penurunan keluhan mual dan muntah secara signifikan.

### **Pengaruh Pemberian Permen Jahe terhadap *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I Di PMB Wanti Medan Tahun 2025.**

Berdasarkan uji *paired sample t-test* Diperoleh rata-rata skor mual muntah responden sebelum perlakuan (*pretest*) sebesar 9.07, sementara setelah perlakuan (*posttest*) menurun 4.87. Hal ini menunjukkan adanya penurunan skor PUQE setelah pemberian intervensi berupa permen jahe selama 7 hari. Uji statistik menghasilkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), hal ini menandakan adanya perbedaan bermakna antara kondisi sebelum dan setelah diberikan intervensi pemberian permen jahe. Dapat disimpulkan bahwa pemberian permen jahe berpengaruh secara signifikan untuk mengurangi tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025.

Sejalan dengan penelitian oleh Eli Sumiati dkk (2023) dengan judul “Pengaruh Pemberian Permen Jahe Terhadap *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmi Kabupaten Cianjur”. Kelompok kontrol yang tidak diberi permen jahe tetap memperlihatkan keluhan mual muntah dengan intensitas tinggi sebelum diberikan intervensi. Penelitian ini menggunakan metode *accidental sampling* dengan jumlah responden 62 orang yang kemudian dikelompokkan menjadi dua bagian. Setelah pemberian permen jahe pada kelompok intervensi terjadi penurunan tingkat *emesis gravidarum* yang signifikan. Hal ini diukur menggunakan kuesioner PUQE dan diuji dengan statistik *wilcoxon*. Uji statistik memperoleh nilai  $p = 0,000 < 0,05$  yang mengindikasikan adanya perbedaan bermakna terkait pengaruh pemberian permen jahe terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil. Penelitian ini mendukung bahwa permen jahe dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan non-farmakologis pada ibu hamil trimester I(7).

Dengan dilakukannya pemberian permen jahe secara rutin selama tujuh hari berturut-turut satu kali setiap pagi dengan dosis 2 gram. Dengan cara pembuatan 100 gram jahe gajah, 200 gram gula putih diberikan kepada 15 responden dalam penelitian ini(24).

PUQE-24 merupakan instrumen penilaian yang digunakan untuk menilai derajat keparahan mual muntah pada kehamilan dalam kurun waktu 24 jam terakhir. Skor PUQE untuk setiap orang dihitung dengan menggunakan tiga kriteria untuk menilai keparahan mual muntah selama kehamilan. Nilai PUQE diperoleh melalui penjumlahan skor dari tiap kriteria yang hasilnya berada pada kisaran 3 hingga 15(18).

Menurut asumsi peneliti selama proses intervensi, seluruh responden menunjukkan penurunan tingkat *emesis gravidarum* yang tercatat melalui kuesioner PUQE. Sebelum perlakuan, sebagian besar responden (93,3%) berada pada kategori emesis sedang, dan setelah perlakuan sebagian besar berada kategori emesis ringan atau bahkan tidak emesis. Hal ini memperkuat kesimpulan bahwa permen jahe efektif sebagai upaya non-farmakologis yang ditujukan guna menurunkan gejala mual dan muntah selama trimester awal kehamilan.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang dilakukan oleh peneliti tentang Pengaruh Pemberian Permen Jahe (*Zingiber officinale*) Terhadap *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Wanti Kota Medan Tahun 2025 maka dapat disimpulkan bahwa:

*Emesis gravidarum* sebelum pemberian permen jahe pada ibu hamil trimester I, Kelompok *emesis* sedang sebanyak 14 orang (93,3%), dan *emesis* ringan 1 orang (6,7%). *Emesis gravidarum* sesudah perlakuan permen jahe pada ibu hamil trimester I, Kelompok *emesis* ringan sebanyak 10 orang (66,7%), yang tidak *emesis* 3 orang (20,0%), dan *emesis* sedang 2 orang (13,3%). Ada pengaruh yang nyata setelah pemberian permen jahe terhadap *emesis gravidarum*

pada ibu hamil trimester I di PMB Wanti Kota Medan. Berdasarkan uji *Paired Sample t-test* diperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi permen jahe ( $p = 0,000 < 0,05$ ). Dengan demikian, konsumsi permen jahe efektif menurunkan tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.

## REFERENSI

1. Purba AET. Pengaruh Permen Jahe dalam Mengatasi Keluhan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil. *Oksitosin J Ilm Kebidanan*. 2023;10(1).
2. Fazriah TN, Febriyani PA. Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe dan Air Perasan Jeruk Nipis Madu Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB R di Pandeglang Tahun 2024. *J Ris Ilm*. 2025;2.
3. Widhawati R, Lubis VH, Komalasari O. Edukasi Kesehatan Dengan Pemberian Air Rebusan Daun Mint Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Batujai. *J Peduli*. 2025;4.
4. Mutia F, Harahap M. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hyperemesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Batangtoru Tahun 2024. *J Kesehat Ilm Indones (Indonesian Heal Sci Journal)*. 2024;9(1).
5. Sasela WS. Asuhan Kebidanan Dengan Emesis Gravidarum. *J Kesehat Siliwangi [Internet]*. 2019;1(1):1–6. Available from: <http://dx.doi.org/10.31219/osf.io/4rzqj>
6. Saragih P. Efektivitas Permen Jahe Untuk Mengurangi Rasa Mual Pada Trimester I di Desa Lestari Dadi Kecamatan Pegajahan tahun 2024. *Excell Midwifery J*. 2024;7.
7. Sumiati E, Syafrullah H. Pengaruh Pemberian Permen Jahe (*Zingiber officinale*) terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaresmsi Kabupaten Cianjur Tahun 2023. *STIKes Dharma Husada Bandung*. 2023;01(01).
8. Elena, Sihombing SF. Efektifitas Pemberian Permen Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil di Rumah Sakit Umum Daerah Raja Ahmad Tabib Tanjung Pinang. 2021;
9. Kumontoy GD, Deeng D, Mulianti T. Pemanfaatan Tanaman Herbal sebagai Obat Tradisional untuk Kesehatan Masyarakat di Desa Guaan Kecamatan Mooat Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. *J Holistik*. 2023;16.
10. Afrida BR, Aryani NP, Idyawati S, Jannati SH, Jannah R. *Zingiber officinale* ( Ginger) Candy Therapy as an Antiemetic in Primiparous Pregnant Women with Emesis Gravidarum : Experimental Study. *J Kesehat Pasak Bumi Kalimantan*. 2024;7(2).
11. Nabila Asyahida. Pengaruh Pemberian Permen Jahe Terhadap Penurunan Mual
18. Latifah L, Setiawati N. Efektifitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness. *J Keperawatan Padjadjaran*. 2017;5(1).
24. Elly Mulyani, Ijazati Alfitroh N. Edukasi dan Pembuatan Permen Jahe (Ginger candy) Pelega Tenggorokan. *J Padamu Negeri*. 2023;4.
25. Ratnasari F. Pendidikan Kesehatan Manfaat Permen Jahe Untuk Mengatasi Hyperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *J Kreat Pengabd Kpd Masy*. 2022;16.