PERBANDINGAN EFEKTIVITAS REBUSAN JAHE DAN VITAMIN B6 UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

Yuni Uswatun Khasanah, Margiyati

Akademi Kebidanan Umni Khasanah, Jl. Pemuda Gandekan Bantul Yogyakarta
email: yunifindra@yahoo.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Kehamilan memengaruhi tubuh ibu secara keseluruhan dengan menimbulkan perubahan-perubahan fisiologi di seluruh sistem organ, sebagian besar perubahan pada tubuh ibu disebabkan oleh hormonal. Perubahan ini terjadi akibat adanya ketidakseimbangan hormon progesteron dan estrogen yakni hormon kewanitaan yang ada di dalam tubuh ibu sejak terjadinya proses kehamilan (Mandriwati, 2008). Rasa mual pada awal kehamilan Trimester I dapat dikurangi dengan terapi komplementer antara lain dengan tanaman herbal seperti jahe dan daun lemon. Pemberian rebusan jahe sangat efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil (Saswita, 2006), Selain Jahe vitamin B6 juga dikenal mampu mengendalikan morning sickness, vitamin B6 dibutuhkan oleh tubuh untuk melakukan beberapa fungsi metabolisme dasar, dosis yang dianjurkan yaitu 2 miligram perhari (Amazine,2017). **Tujuan Penelitian :** Untuk menganalisis perbandingan efektivitas pemberian rebusan jahe dengan vitamin B6 terhadap mual muntah pada ibu hamil. **Metode Penelitian:** Metode yang digunakan yaitu kuasi eksperimen dengan pendekatan pretest-protest with design two eksperiment. Populasi penelitian ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah (emesis gravidarum) di Klinik Wikaden Imogiri Bantul sejumlah 15 orang dengan perlakuan menggunakan vitamin B6 dan 15 orang dengan perlakuan menggunakan rebusan jahe dan dilakukan selama 7 hari. Tehnik sampling dengan total sampling. Pengumpulan data dengan lembar observasi untuk pre dan post hasil. Analisa data menggunakan uji Mann- Whitney dan Wilcoxon pengujian normalitas data menggunakan Shapiro-Wilk. **Hasil Penelitian :** Hasilnya adalah nilai sig sebesar 0,369 yang artinya $> 0,05$ menyebutkan bahwa tidak ada perbedaan keefektifan sesudah minum vitamin B6 dengan minum jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keduanya sama-sama efektif dalam mengurangi rasa mual pada ibu hamil trimester I. **Kesimpulan :** Tidak ada perbedaan keefektifan sebelum minum vitamin B6 dengan minum jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keduanya efektif dalam mengurangi rasa mual pada ibu hamil trimester I. Saran untuk ibu hamil agar bisa memilih terapi yang paling efektif untuk mengatasi mual muntah pada trimester I dengan menggunakan rebusan jahe atau Vitamin B6.

Kata Kunci : Mual Muntah, Rebusan Jahe, Vitamin B6

ABSTRACT

Background: Pregnancy affects the body of the mother as a whole by causing physiological changes that occur throughout the organ system, most of the changes in the mother's body are mostly caused by hormonal work. This change occurs due to an imbalance of progesteron and estrogen hormones, female hormones that exist in the mother's body since the occurrence of the process of pregnancy (Mandriwati, 2008). Nausea in early pregnancy Trimester I can be reduced with complementary therapies such as herbs or traditional such as ginger and lemon leaf, ginger stew provision is very effective in overcoming nausea vomiting in pregnant women (Saswita, 2006), In addition Ginger vitamin B6 is also known to be able controlling morning sickness, vitamin B6 needed by the body to perform some basic metabolic functions, the recommended dose is 2 milligrams per day (Amazine, 2017). **Objective:** To know Comparison of effectiveness of ginger decoction and vitamin B6 to nausea vomiting in pregnant women. **Research Method:** The method used in this research is quasi experiment with pretest-protest approach with design two experiment. Population used in this research is pregnant woman of trimester I who experience nausea vomiting in Imogiri Wikaden Clinic of Bantul number of 15 pregnant women with treatment using vitamin B6 and 15 people with treatment using ginger stew and done for 7 days. Sampling technique with total sampling by taking all samples of trimester pregnant women I who experienced emesis gravidarum. Data collection with observation sheets for pre and post results. The data analysis used the Mann-Whitney and Wilcoxon tests in computing the data normality using Shapiro-Wilk. **Results:** The result is a sig value of 0.369 which means > 0.05 mentions that there is no difference in effectiveness after taking vitamin B6 by drinking ginger in reducing nausea and vomiting in first trimester pregnant women. Both are equally effective in reducing nausea in mother pregnant trimester I

Conclusion: There is no difference in effectiveness before taking vitamin B6 by drinking ginger in reducing nausea and vomiting in first trimester pregnant women. Both are equally effective in reducing nausea in the first trimester pregnant women. Suggestions for pregnant women in order to choose the most effective therapy to overcome nausea and vomiting in the first trimester by using ginger stew or Vitamin B6.

Keywords: Nausea Vomiting, Ginger Stew, Vitamin B6

Latar Belakang

Proses kehamilan merupakan hal yang fisiologis atau alamiah pada seorang wanita banyak hal dapat kita lakukan sebagai tenaga kesehatan khususnya bidan untuk melakukan pemantauan pada ibu hamil untuk menjaga kehamilannya secara dini agar perkembangan janin dalam keadaan sehat, salah satunya dengan mengetahui kehamilan seorang wanita secara dini, agar bisa diberikan perawatan secara dini untuk mengatasi ketidaknyaman yang terjadi pada seorang ibu hamil serta perawatan untuk memantau kesehatan dan kesejahteraan janin sehingga terpantau sampai menjelang persalinan (Sulistiyawati, 2009).

Kehamilan memengaruhi tubuh ibu secara keseluruhan dengan menimbulkan perubahan-perubahan fisiologi yang terjadi di seluruh sistem organ, sebagian besar perubahan pada tubuh ibu disebabkan oleh hormonal. Perubahan ini terjadi akibat adanya ketidakseimbangan hormon progesteron dan estrogen yakni hormon kewanitaan yang ada di dalam tubuh ibu sejak terjadinya proses kehamilan (Mandriwati, 2008). Beberapa keluhan yang membuat ibu merasa tidak nyaman di antaranya adalah mual dan muntah (Smith, dkk, 2009). Wanita hamil sebanyak 50% mengalami *emesis gravidarum* yang dikenal dengan istilah *morning sickness* (rasa mual di pagi hari) menjadi bagian yang 'tidak enak' dalam kehamilan (Koesno, 2009). Mual dan muntah merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stres yang

dikaitkan dengan kehamilan. Mual dan muntah seringkali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi normal diawal kehamilan tanpa mengakui dampak hebat yang ditimbulkannya pada wanita dan keluarga mereka (Tiran,2009) **Tujuan Penelitian** Untuk Menganalisis Perbandingan efektivitas pemberian rebusan jahe dan vitamin B6 terhadap mual muntah pada ibu hamil.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuasi eksperimen dengan pendekatan *pretest-protest with design two eksperiment..*

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas adalah untuk mengetahui tingkat kesahihan tiap item atau butir pernyataan dalam angket (kuesioner). Instrumen dikatakan valid jika dapat mengukur apa yang seharusnya diukur atau mengukur apa yang diinginkan dengan tepat. Pengujian validitas dilakukan dengan cara mengkorelasikan masing-masing item pernyataan dengan skor total (Sugiyono, 2012). Jumlah responden untuk uji validitas adalah 15. Pertanyaan dalam penelitian ini adalah berupa cek list untuk menjawab pertanyaan sebelum dan sesudah meminum jahe maupun vitamin B6, jumlah item pertanyaan ada 4, dengan demikian yang diuji validitas dan reliabilitas adalah item 4

pertanyaan. Dalam uji validitas digunakan uji r membandingkan nilai r hitung (nilai *corrected item-total correlation* pada *output Cronbach alpha*) dengan nilai r tabel untuk *degree of freedom* ($df = n - 2$ (n adalah jumlah sampel). Dengan jumlah sampel (n) adalah 15 dan tingkat signifikansi 0,05. Maka r tabel pada penelitian ini adalah: $r(0,05; 15-2= 13) = 0,439$ Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item

pertanyaan dalam kuesioner mempunyai *item-total correlation* > 0,439 maka pertanyaan tersebut valid.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari pengujian reliabilitas instrumen penelitian, karena diperoleh nilai koefisien reliabilitas > 0,70 maka dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian tersebut dinyatakan reliabel.

Tabel 1 Hasil Uji Deskriptif Sebelum dan Sesudah Mengkonsumsi B6 dan Rebusan Jahe

Sebelum Mengkonsumsi B6				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid > 10 kali/hari	1	6,7	6,7	6,7
4-6 kali/hari	4	26,7	26,7	33,3
1-3 kali/hari	10	66,7	66,7	100,0
Total	15	100,0	100,0	
Sesudah Mengkonsumsi B6				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1-3 kali/hari	4	26,7	26,7	26,7
Tidak Mual	11	73,3	73,3	100,0
Total	15	100,0	100,0	
Sebelum Mengkonsumsi B6				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid > 10 kali/hari	1	6,7	6,7	6,7
4-6 kali/hari	1	6,7	6,7	13,3
1-3 kali/hari	13	86,7	86,7	100,0
Total	15	100,0	100,0	
Sebelum Mengkonsumsi B6				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1-3 kali/hari	2	13,3	13,3	13,3
Tidak Mual	13	86,7	86,7	100,0
Total	15	100,0	100,0	

Dari hasil pengolahan data pada pemberian vitamin B6 diperoleh data bahwa sebelum minum B6 responden mengalami mual muntah >10 kali/hari sebanyak 1 responden (6,7%), mengalami mual dan muntah 4-6 kali/hari sebanyak 4 responden (26,7%), mengalami mual

muntah 1-3 kali/hari sebanyak 10 responden (66,7%). Sedangkan sesudah meminum minuman B6 diperoleh hasil bahwa responden mengalami mual muntah 1-3 kali/hari sebanyak 4 responden (26,7%) dan mengalami tidak mual sebanyak 11 responden (73,3%)

Dari hasil pengolahan data pada pemberian rebusan jahe diperoleh data bahwa sebelum minum jahe responden mengalami mual muntah >10 kali/hari sebanyak 1 responden (6,7%), mengalami mual dan muntah 4-6 kali/hari sebanyak 1 responden (6,7%), mengalami mual muntah 1-3 kali/hari sebanyak 13 responden (86,7%). Sedangkan sesudah meminum minuman jahe diperoleh data hasil bahwa responden mengalami mual muntah 1-3 kali/hari sebanyak 2 responden (13,3%) dan mengalami tidak mual 13 responden (86,7%).

Hasil Analisis dan Pengujian Hipotesis

Hasil Kasus mual muntah Sebelum dan Sesudah Minum B6

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji beda diawali dengan melakukan pengujian normalitas dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 2 Analisis Uji Beda Wilcoxon

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair	sebelum b6	3,5333	15	,83381	,21529
1	sesudah b6	4,7333	15	,45774	,11819

Hasil Kasus mual muntah Sebelum dan Sesudah Minum Jahe

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan model uji beda diawali dengan melakukan pengujian normalitas sebagai berikut :

Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Hasil uji normalitas dengan menggunakan kolmogorov Smrinov ini menghasilkan nilai uji sebelum minum jahe sig sebesar 0,027 dan

Hasil uji normalitas dengan menggunakan kolmogorov Smrinov ini menghasilkan nilai pada variabel sebelum minum B6 sig sebesar 0,027 dan sesudah minum B6 berada lebih kecil dari 0,05 yang artinya nilai residul tidak berdistribusi normal.

Analisis Uji Beda Wilcoxon

Analisis data dengan menggunakan pengujian uji beda wilcoxon disebabkan data tidak berdistribusi normal. Hasilnya adalah nilai sig sebesar 0,000 yang artinya < 0,05 menyebutkan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah minum minuman Vitamin B6 dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I, dimana nilainya meningkat bahwa mayoritas tidak mengalami mual muntah lagi setelah meminum vitamin B6

sesudah minum jahe berada lebih kecil dari 0,05 yang artinya nilai residul tidak berdistribusi normal.

Analisis Uji Beda Wilcoxon

Sehubungan data tidak berdistribusi normal, maka analisis data menggunakan pengujian uji beda wilcoxon. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Pengujian test sig menggunakan uji dua sisi dengan kriteria sebagai berikut :

Tabel 3 Analisis Uji Beda Wilcoxon

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	sebelum jahe	3,7333	15	,79881	,20625
	sesudah jahe	4,8667	15	,35187	,09085

Hasil uji beda Wilcoxon diperoleh nilai sig sebesar 0,000 ($< 0,05$) menunjukkan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah minum minuman jahe dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I, yaitu nilainya meningkat bahwa mayoritas tidak mengalami mual muntah lagi setelah meminum jahe.

Uji Beda Sebelum Minum Vitamin B6 Dan Minum Jahe

Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah suatu variabel normal atau tidak. Normal disini dalam arti mempunyai distribusi data yang normal. Normal atau tidaknya berdasarkan patokan distribusi normal dari data dengan mean dan standart deviasi yang sama. Jadi uji normalitas pada dasarnya membandingkan antara data yang kita miliki dengan data berdistribusi normal yang memiliki mean dan standart deviasi yang sama dengan data yang dimiliki. Uji t dan uji f mengasumsikan bahwa nilai residual mengikuti distribusi normal. Jika asumsi tersebut dilanggar, maka uji statistik menjadi tidak valid atau bias terutama untuk

sampel kecil. Metode yang dipakai untuk mengetahui kenormalan dengan uji kolmogorov smrinov.

Hasil uji normalitas dengan menggunakan uji kolmogorov Smrinov menghasilkan nilai pada uji sebelum minum B6 dan minuman jahe nilai sig sebesar 0,000 ($< 0,05$) artinya nilai residul tidak berdistribusi normal.

Analisis Uji Beda Mann Whitney

Analisis data dengan menggunakan pengujian uji beda *Man Whitney* disebabkan data tidak berdistribusi normal. Hasilnya adalah sebagai berikut

Pengujian test sig menggunakan uji dua sisi dengan kriteria sebagai berikut : Jika $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima Jika $p > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak

Hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai sig sebesar 0,389 yang $> 0,05$ menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan keefektifan sebelum minum vitamin B6 dengan minum jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keduanya sama-sama efektif dalam mengurangi rasa mual pada ibu hamil trimester I.

Uji Beda Sesudah Minum Vitaman B6 Dan Minum Jahe

1. Uji Normalitas

Metode yang dipakai untuk mengetahui kenormalan data dengan uji *Kolmogorov Smirnov*.

Hasil uji normalitas dengan menggunakan kolmogorov Smirnov ini menghasilkan nilai pada uji sesudah minum vitamin B6 dan jahe sig sebesar 0,000 lebih

kecil ($<0,05$) yang artinya nilai residu tidak berdistribusi normal.

2. Analisis Uji Beda *Mann Whitney*

Analisis data dengan menggunakan pengujian uji beda *Mann Whitney* disebabkan data tidak berdistribusi normal. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Pengujian test sig menggunakan uji dua sisi dengan kriteria sebagai berikut :

Tabel 4 Hasil Uji Wilcoxon

Test Statistics ^b	
	sesudah minum
Mann-Whitney U	97,500
Wilcoxon W	217,500
Z	-,898
Asymp. Sig. (2-tailed)	,369
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,539 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: minuman

Hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai sig sebesar 0,369 yang artinya ($> 0,05$) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan keefektifan sesudah minum vitamin B6 dengan minum jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keduanya sama-sama efektif dalam mengurangi rasa mual pada ibu hamil trimester I.

Pembahasan

1. Analisis Efektifitas Pemberian Vitamin B6 Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Klinik Pratama Wikaden Siluk Selopamioro Imogiri Bantul

Penelitian ini memperoleh hasil nilai sig sebesar 0,000 ($< 0,05$). Hal ini

menunjukkan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah minum Vitamin B6 dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I, yaitu nilainya meningkat bahwa mayoritas tidak mengalami mual muntah lagi setelah meminum vitamin B6, sebelum mempunyai nilai rata-rata 3,533 dan sesudah 4,733. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dikatan meminum vitamin B6 efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Klinik Pratama Wikaden Siluk Selopamioro Imogiri Bantul.

Mekanisme mual dan muntah merupakan mata rantai panjang yang dikendalikan oleh keseimbangan antara

dopamine, serotonin, histamine dan asetilkolin, menurunkan serotonin dalam darah akan meningkatkan terjadinya mual muntah. Upaya pencegahan dapat dilakukan dengan memberikan suplemen vitamin B6. Fungsi serotonin mencegah berlangsungnya mual dan muntah secara berlebihan yang dapat mengganggu keseimbangan elektrolit, dehidrasi, dengan manifestasi klinisnya sebagai *emesis gravidarum* dan berlanjut menjadi *hiperemesis gravidarum* (Manuaba, 2009)

Ibu hamil dengan mual – muntah yang ringan dianjurkan untuk makan dengan porsi kecil, pada ibu hamil yang mengalami mual muntah tidak dianjurkan untuk makan makanan yang berlemak. Karena makanan yang berlemak pada umumnya menyebabkan mual. Dianjurkan untuk ibu hamil untuk mengonsumsi makanan selingan berupa biskuit atau roti kering dan dapat dimakan sebelum bangun dari tempat tidur pada pagi hari, biasanya ibu hamil dengan mual muntah juga diberikan vitamin B1, vit C atau B kompleks dan paling sering dipergunakan ialah vitamin B6 (Sastrawinata, 2005).

Vitamin B6 merupakan pilihan utama dalam mengurangi mual muntah dalam kehamilan. Ulasan sistematis Cochrane (2003) juga memperlihatkan vitamin B6 (pyridoxine) efektif mengurangi gejala mual muntah, terbukti pyridoxine mengurangi frekuensi muntah dan merekomendasikan 10 mg pyridoxine, sebagai farmakoterapi yang aman bagi ibu

hamil trimester I untuk mengurangi mual muntah.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Rizal, dkk (2009) dalam penelitian dengan judul “Perbedaan pengaruh akupunktur dengan vitamin B6 terhadap penurunan intensitas mual muntah pada emesis gravidarum berat” yang menyimpulkan bahwa nilai antara skor emesis gravidarum ibu hamil kelompok akupunktur dengan skor emesis gravidarum ibu hamil kelompok vitamin B6 ($p < 0,05$). Simpulan penelitian Rizal adalah pengelolaan dengan akupunktur pada emesis gravidarum lebih baik dibandingkan pemberian vitamin B6 ($p < 0,05$). Akupunktur adalah metode alternatif terpilih dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil, sedangkan pada penelitian ini menyimpulkan bahwa vitamin B6 dan Jahe sama-sama efektif untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil Trimester I.

Analisis Efektifitas Pemberian Minuman Jahe Untuk Mengurangi Mula Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Klinik Pratama Wikaden Siluk Selopamioro Imogiri Bantul

Penelitian ini memperoleh nilai sig sebesar 0,000 ($< 0,05$) artinya ($< 0,05$) yang artinya ada perbedaan kasus mual dan muntah sebelum dan sesudah minum minuman jahe, yaitu nilainya meningkat bahwa mayoritas tidak mengalami mual muntah lagi setelah meminum jahe, nilai sebelum 3,733 dan sesudah 4,866. Dengan

demikian disimpulkan bahwa meminum rebusan jahe efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Pratama Wikaden Siluk Selopamiro Imogiri Bantul.

Mual muntah biasa terjadi pada awal kehamilan, hal ini akan berhenti ketika plasenta telah mengambil alih produksi hormone, sekitar umur kehamilan 12- 14 minggu, mekanisme tepat mengenai efek antimatik dari jahe tidak diketahui secara sempurna, Jahe bekerja pada sistim gastrointestinal untuk meningkatkan pergerakan lambung, jahe merupakan obat herbal antiemetik, indikasinya untuk menghilangkan nafsu makan, mabuk perjalanan dan masalah *dyspeptic*. (Supriyatna, 2014)

Jahe merupakan tanaman dengan sejumlah khasiat yang telah dikenal sejak jaman dahulu. Jahe merupakan salah satu rempah penting yang rimpangnya sangat banyak bermanfaat, antara lain sebagai bumbu memasak, minuman, permen, serta ramuan obat tradisional. Jahe juga mengandung minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah, sedang gingerol dapat melancarkan darah dan syaraf-syaraf bekerja dengan baik. Aroma harum jahe dihasilkan oleh minyak atsiri sedangkan aleoresisnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat. Jahe dapat mencehah mual dan muntah karena jahe mampu menjadi penghalang serotonin, sebuah senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi, sehingga

timbul rasa mual selain dalam bentuk batang jahe juga sudah dikemas lebih baik dalam bentuk seperti teh jahe serbuk, minuman jahe, permen jahe dan biscuit jahe (Putri, 2017)

3. Hasil Uji Beda Sebelum Minum Vitaman B6 Dan Minum Jahe

Penelitian ini juga memperoleh hasil nilai sig 0,539 ($>0,05$) artinya bahwa tidak ada perbedaan keefektifan sebelum minum vitamin B6 dengan minum jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keduanya sama-sama efektif dalam mengurangi rasa mual muntah pada ibu hamil.

Jahe merupakan obat herbal antiemetik yang telah terbukti, hal ini dibuktikan bahwa jahe dapat menambah nafsu makan, mengatasi mabuk perjalanan dan masalah *dyspeptic*. Tiga studi yang dilakukan pada 288 wanita setelah operasi melahirkan, dengan teridentifikasi mual dan muntah, 180 wanita. 80 orang yang mengalami mabuk laut, dan 30 wanita hamil yang mengalami mual muntah jahe mempunyai efek menurunkan mual muntah pada kondisi studi responden tersebut. (Supriyanta, 2014).

Hasil Uji Beda Sesudah Minum Vitaman B6 Dan Minum Jahe

Penelitian ini juga memperoleh hasil bahwa nilai sig adalah 0,389 ($>0,05$) artinya tidak ada perbedaan keefektifan setelah minum vitamin B6 dengan minum jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keduanya efektif dalam

mengurangi rasa mual pada ibu hamil trimester I.

Jahe merupakan tanaman dengan sejumlah khasiat yang telah dikenal sejak jaman dahulu. Jahe merupakan salah satu rempah penting yang rimpangnya sangat banyak bermanfaat, antara lain sebagai bumbu memasak, minuman, permen, serta ramuan obat tradisional. Jahe juga mengandung minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir refleksi muntah, sedang gingerol dapat melancarkan darah dan syaraf-syaraf bekerja dengan baik. Aroma harum jahe dihasilkan oleh minyak atsiri sedangkan aleoresisnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat. Jahe dapat mencehah mual dan muntah karena jahe mampu menjadi penghalang serotonin, sebuah senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi, sehingga timbul rasa mual selain dalam bentuk batang jahe juga sudah dikemas lebih baik dalam bentuk seperti teh jahe serbuk, minuman jahe, permen jahe dan biscuit jahe (Putri, 2017)

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Ada perbedaan sebelum dan sesudah minum Vitamin B6 dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I, yaitu nilainya meningkat bahwa mayoritas tidak mengalami mual muntah lagi setelah meminum vitamin B6. Dengan demikian disimpulkan bahwa meminum vitamin B6 efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Klinik

Pratama Wikaden Siluk Selopamioro Imogiri Bantul. Ada perbedaan kasus mual dan muntah sebelum dan sesudah minum minuman jahe, dimana nilainya meningkat bahwa mayoritas tidak mengalami mual muntah lagi setelah meminum jahe. Dengan demikian disimpulkan bahwa meminum vitamin B6 efektif untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Klinik Pratama Wikaden Siluk Selopamioro Imogiri Bantul. Tidak ada perbedaan keefektifan sebelum minum vitamin B6 dengan minum jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keduanya efektif dalam mengurangi rasa mual pada ibu hamil trimester I. Tidak ada perbedaan keefektifan setelah minum vitamin B6 dengan minum jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keduanya efektif dalam mengurangi rasa mual pada ibu hamil trimester I.

Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil dapat memilih antara vitamin B6 dan rebusan jahe untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I

2. Bagi Institusi Kebidanan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan pustaka di Akademi Kebidanan

3. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi Klinik dalam penatalaksanaan ibu hamil dengan keluhan mual muntah pada ibu hamil trimester I

DAFTAR PUSTAKA

- Koesno. (2009). *Pengaruh pemberian aromaterapi jeruk dengan penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I*. Jakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan. Di peroleh tanggal 13 Maret 2017 dari www.library.upnvj.ac.id/pdf/3keperawatandf/207312042/bab1.pdf
- Mandriwati. (2008). *Penuntun Belajar Asuhan Kebidanan Ibu Hamil*. Jakarta: EGC
- Putri, dkk. (2017). *Peran Tenaga Kesehatan Dalam Pelaksanaan SDGS*". Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA
- Rizal. 2009 . "pengaruh profitabilitas dan investmen opportunity set terhadap kebijakan deviden tunai". ISSN : 1979 - 5408 Vol. 2 No.2.
- Sastrawinata. (2005). *Obstetri Pathologi Ilmu Kesehatan Reproduksi Edisi 2*. Jakarta. EGC
- Smith, dkk. (2009a). *Efektifitas konsumsi ekstrak jahe dengan frekuensi mual muntah pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas ungaran*. Skripsi. Di peroleh tanggal 12 Maret 2017 dari perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/3165.pdf.
- Sulistiyawati A. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Selemba Medika
- Tarigan. 2010. *Emesis Gravidarum*. Melalui <http://repository.usu.ac.i/bitstream-123456789-21376-4-Chapter%20II.pdf>. diakses tanggal 10 Maret 2017
- Tiran, D. (2009). *Mual dan muntah kehamilan*. Jakarta: EGC