

SKRIPSI
PERBEDAAN MUAL MUNTAH SEBELUM DAN SETELAH
PEMBERIAN JAHE HANGAT PADA IBU HAMIL

Studi Dilakukan Di Praktik Mandiri Bidan Delima
Bdn.Yan Mona Fridayanthi, S.Tr. Keb



Oleh :
NI PUTU MANIK WULANDARI
NIM. P07124221018

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025

SKRIPSI

**PERBEDAAN MUAL MUNTAH SEBELUM DAN SETELAH
PEMBERIAN JAHE HANGAT PADA IBU HAMIL**

**Studi Dilakukan Di Praktik Mandiri Bidan Delima
Bdn.Yan Mona Fridayanthi, S.Tr. Keb**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan
Jurusan Kebidanan
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan**

Oleh :

**NI PUTU MANIK WULANDARI
NIM. P07124221018**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN MUAL MUNTAH SEBELUM DAN SETELAH
PEMBERIAN JAHE HANGAT PADA IBU HAMIL**

**Studi Dilakukan Di Praktik Mandiri Bidan Delima
Bdn.Yan Mona Fridayanthi, S.Tr. Keb**

**Oleh :
NI PUTU MANIK WULANDARI
NIM. P07124221018**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



**Ni Wayan Armini, SST.,M.Keb
NIP.198101302002122001**

Pembimbing Pendamping



**Listina Ade Widya Ningtyas,S.ST., MPH
NIP. 197411252003122002**

**MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



**Ni Ketut Somoyani, S.ST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001**

LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI
PERBEDAAN MUAL MUNTAH SEBELUM DAN SETELAH
PEMBERIAN JAHE HANGAT PADA IBU HAMIL

Studi Dilakukan Di Praktik Mandiri Bidan Delima
Bdn.Yan Mona Fridayanthi, S.Tr. Keb

Oleh:
NI PUTU MANIK WULANDARI
NIM. P07124221018

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 02 JUNI 2025

TIM PENGUJI :

- | | |
|--|--------------|
| 1. <u>Ni Made Dwi Purnamayanti, S.ST., M.Keb</u> | (Ketua) |
| 2. <u>Ni Wayan Armini, SST., M.Keb</u> | (Sekretaris) |
| 3. <u>Ni Made Dwi Mahayati, S.ST., M.Keb</u> | (Anggota) |



MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR


Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001

DIFFERENCES IN NAUSEA AND VOMITING BEFORE AND AFTER GIVING WARM GINGER TO PREGNANT WOMEN

***Study Conducted in Independent Practice of Midwife
Bdn. Yan Mona Fridayanthi, S.Tr. Keb***

ABSTRACT

Nausea and vomiting occur in 60-80% of primigravidas and 40-60% of multigravidas. Hormonal changes in each pregnant woman will respond differently, so not all experience nausea and vomiting during pregnancy. Giving warm ginger water is one non-pharmacological method that is considered effective in relieving nausea and vomiting. This study aims to determine the difference in the level of nausea and vomiting before and after giving warm ginger water to pregnant women in the first trimester. The effectiveness of ginger has been proven safe for consumption in moderate amounts, so this solution tends to have minimal risk for the mother and fetus. Before the intervention of giving warm ginger water, most pregnant women in the first trimester experienced nausea and vomiting with varying degrees of severity. The study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest approach. The sample consisted of 31 pregnant women in the first trimester, who were selected the total sampling technique. Data were collected using the PUQE questionnaire and analyzed using the paired t-test. The results showed that the average PUQE score before the intervention was in the moderate to severe category, while after the intervention it decreased to the mild to moderate category, that showed a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The conclusions that there is a significant difference between before and after the intervention. These results indicate giving warm ginger water is effective in reducing of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester.

Keywords: Nausea and Vomiting, Pregnant Women, Ginger

PERBEDAAN MUAL MUNTAH SEBELUM DAN SETELAH PEMBERIAN JAHE HANGAT PADA IBU HAMIL

**Studi Dilakukan Di Praktik Mandiri Bidan Delima
Bdn.Yan Mona Fridayanthi, S.Tr. Keb**

ABSTRAK

Mual dan muntah terjadi pada 60-80% *primigravida* dan 40-60% *multigravida*. Perubahan hormon pada setiap perempuan hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual muntah pada kehamilan. Pemberian air jahe hangat merupakan salah satu metode non-farmakologis yang dinilai efektif untuk meredakan mual muntah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan tingkat mual muntah sebelum dan setelah pemberian air jahe hangat pada ibu hamil trimester I. Efektivitas jahe terbukti aman dikonsumsi dalam jumlah moderat, maka solusi ini cenderung minim risiko bagi ibu dan janin. Sebelum dilakukan intervensi pemberian air jahe hangat, sebagian besar ibu hamil trimester pertama mengalami mual muntah dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Penelitian menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest*. Sampel berjumlah 31 ibu hamil trimester pertama, yang dipilih teknik total *sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner PUQE dan dianalisis menggunakan uji *paired t-test*. Hasil menunjukkan rerata skor PUQE sebelum intervensi berada pada kategori sedang hingga berat, sedangkan setelah intervensi menurun ke kategori ringan hingga sedang, yang menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Simpulannya terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Hasil ini menunjukkan pemberian air jahe hangat efektif dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Kata Kunci: Mual Muntah, Ibu Hamil, Jahe

RINGKASAN PENELITIAN

Perbedaan Mual Muntah Sebelum Dan Setelah Pemberian Jahe Hangat Pada Ibu Hamil

**Studi Dilakukan Di Praktik Mandiri Bidan Delima
Bdn.Yan Mona Fridayanthi, S.Tr. Keb**

Oleh: Ni Putu Manik Wulandari (NIM. P07124221018)

Mual dan muntah terjadi pada 60-80% *primigravida* dan 40-60% *multigravida*. Perubahan hormon pada setiap perempuan hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual muntah pada kehamilan. Seorang ibu hamil akan sangat membutuhkan gizi yang banyak untuk perkembangan janin yang dikandung, persalinan dan menyusui. Menurut *World Health Organisation* (WHO) jumlah kejadian hiperemesis gravidarum mencapai 12,5 % dari jumlah seluruh kehamilan mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati yang mengakibatkan terjadinya nekrosis. Sekitar 60 - 80% *primigravida* dan 40 – 60 % *multigravida* mengalami mual muntah, namun gejala ini terjadi lebih berat hanya pada 1 di antara 1.000 kehamilan. Prevalensi jumlah ibu hamil dengan kejadian hiperemesis gravidarum di Indonesia pada tahun 2023 berkisar antara 1 sampai 3 persen dari seluruh kehamilan. Rasio kejadian keseluruhan adalah 4:1000. Kejadian mual muntah pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 50% sampai 75% selama trimester pertama atau awal kehamilan. Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan non farmakologi yang biasa disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk mengkonsumsi jahe dalam bentuk air jahe hangat, teknik relaksasi, dan aromaterapi. Jahe memiliki rasa yang kurang pedas serta aroma yang kurang tajam dibandingkan dengan jenis jahe yang lain. Jahe yang memiliki nama lain jahe badak ini memiliki kandungan minyak asiri sekitar 0,82-1,66% kadar pati 55,10%, kadar serat 6,89% dan kadar abu 6,6-7,5%.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan mual muntah pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan air jahe hangat Desain penelitian ini penelitian *Quasy Eksperiment pre-post test control design* dengan

pendekatan *Pretest* dan *Posttest* untuk melihat perbedaan mual muntah sebelum dan setelah pemberian air jahe hangat pada ibu hamil di PMB Mona. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Praktik Mandiri Bidan Delima Bdn. Yan Mona Fridayanthi.S.Tr,Keb yang beralamat di Kesiman , Kecamatan Denpasar Timur. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April hingga Mei 2025.

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini mendapat data dari register kunjungan hamil sebanyak 31 orang ibu hamil yang mengalami mual muntah di Praktik Mandiri Bidan Yan Mona Fridayanthi.S.Tr,Keb. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis univariat dan bivariat dari penelitian ini mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi tingkat mual muntah sebelum dan sesudah pemberian air jahe hangat. Analisis bivariat dalam penelitian ini yaitu data yang diperoleh dari instrumen penelitian diolah dan dianalisis dengan menggunakan statistik yaitu uji-t.

Data yang di ambil ataupun di peroleh dari hasil dokumentasi oleh pihak yang berhubungan, misalnya data pasien. Adapun data yang di ambil oleh peneliti adalah jumlah data pasien ibu hamil trimester pertama ≤ 12 minggu yang berada di di Praktik Mandiri Bidan Yan Mona Fridayanthi.S.Tr,Keb. Jenis data dalam penelitian ini adalah data sekunder dan data primer. Instrumen yang digunakan untuk mendapatkan data primer dalam penelitian ini adalah *informed consent* yang digunakan untuk menyatakan kesediaan menjadi responden dalam penelitian dan kuesioner *pre test* dan *post test*, berisi idenditas pasien, indeks *PUQE (Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and nausea)* dan wawancara dengan lembar observasi mengikuti intervensi.

Berdasarkan data sebagian besar responden berada pada rentang usia 28–31 tahun sebanyak 13 orang (40,62%). Kelompok usia ini termasuk dalam usia reproduksi sehat yang optimal untuk kehamilan, yakni 20–35 tahun, yang umumnya memiliki kesiapan fisik dan psikologis lebih baik dibandingkan dengan usia di bawah atau di atas rentang tersebut. Sementara itu, usia 19–23 tahun mencakup 10 responden (31,25%) dan usia 24–27 tahun sebanyak 9 responden (28,13%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam usia yang relatif muda dan produktif.

Mayoritas ibu hamil berada pada usia kehamilan 10 minggu sebanyak 11 orang (34,38%), diikuti oleh usia kehamilan 9 minggu sebanyak 8 orang (25%). Sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 26 orang (81,25%), sedangkan 6 orang (18,75%) bekerja sebagai pegawai swasta. Seluruh responden (100%) tidak memiliki riwayat penyakit atau infeksi yang dapat memengaruhi hasil penelitian. Ini menunjukkan bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi ibu hamil dengan kondisi kesehatan yang relatif baik, sehingga dapat meminimalkan faktor pengganggu yang berasal dari komorbiditas atau penyakit penyerta. Berdasarkan hasil uji *paired t-test* terhadap skor PUQE sebelum dan setelah intervensi pemberian air jahe hangat, diperoleh hasil Nilai t hitung = 12,47 dan Nilai p = 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat mual muntah sebelum dan sesudah pemberian air jahe hangat.

Ibu hamil trimester pertama mengalami mual muntah dengan tingkat keparahan yang bervariasi, sebelum dilakukan intervensi berupa pemberian air jahe hangat, sebanyak 7 ibu hamil (21,9%) mengalami mual muntah ringan, 23 ibu hamil (71,9%) dengan mual muntah sedang dan 2 ibu hamil (6,3%) dengan mual muntah berat. Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan instrumen PUQE (*Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea*), rerata skor mual muntah berada dalam kategori sedang hingga berat, yang mencerminkan keluhan yang cukup mengganggu aktivitas dan kenyamanan ibu hamil. masuk kategori ringan, dan 2 responden (6,3%) termasuk dalam kategori berat. Setelah dilakukan posttest, terlihat perubahan distribusi yang cukup signifikan. Responden dengan kategori ringan meningkat menjadi 23 orang (71,9%), sedangkan yang mengalami kategori sedang menurun menjadi 10 orang (28,1%) dan tidak ada responden yang mengalami mual muntah kategori berat (0%). Secara keseluruhan, data ini memperlihatkan bahwa sebagian besar responden mengalami perbaikan gejala ke arah yang lebih ringan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan terhadap skor mual muntah setelah pemberian air jahe hangat. Rata-rata skor PUQE sebelum intervensi termasuk dalam kategori sedang hingga berat, sedangkan setelah intervensi rata-rata menurun ke kategori ringan hingga sedang.

Penelitian ini mendukung penggunaan terapi non-farmakologis seperti air jahe hangat sebagai alternatif aman dan efektif dalam mengatasi mual muntah pada kehamilan trimester pertama. Hal ini juga sejalan dengan rekomendasi praktik kebidanan komplementer yang menekankan pendekatan alami dan minim efek samping. Dengan demikian, pemberian air jahe hangat dapat dijadikan sebagai intervensi sederhana namun efektif yang dapat diterapkan dalam praktik kebidanan untuk meningkatkan kenyamanan ibu hamil dan mencegah risiko komplikasi akibat mual muntah berlebihan.

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Putu Manik Wulandari
NIM : P07124221018
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2022/2023
Alamat : Jalan Tukad Melangit

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Mual Muntah Sebelum Dan Setelah Pemberian Jahe Hangat Pada Ibu Hamil adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
 2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.
- Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 05 Mei 2025
Yang Membuat Pernyataan



Ni Putu Manik Wulandari
NIM. P07124221018

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur, penulis panjatkan kehadirat kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah menganugerahkan segala rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : “Perbedaan Mual Muntah Sebelum Dan Setelah Pemberian Air Jahe Hangat Pada Ibu Hamil di Praktik Mandiri Bidan Yan Mona Fridayanthi.S.Tr,.Keb” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan sarjana terapan kebidanan dan sebagai acuan penelitian untuk penelitian yang sedang direncanakan. Dalam penyusunan skripsi ini banyak hambatan serta rintangan yang peneliti hadapi namun pada akhirnya dapat melaluinya berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spiritual. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada, Yang Terhormat:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr. Keb., S.Kep, Ners., M. Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Ni Ketut Somoyani, S.ST,. M. Biomed, selaku Ketua jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar sekaligus pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, semangat selama penyusunan skripsi.
4. Listina Ade Widya Ningtyas,S.ST., MPH selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, semangat selama penyusunan skripsi

5. Ni Gusti KOMPIANG Sriasih, S. ST., M. Kes, selaku pengampu Mata Kuliah Metodologi Penelitian dan Biostatistik Dasar.
6. Seluruh staf pegawai di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah membantu dalam pengurusan administrasi.
7. Orang tua, keluarga, serta kerabat penulis yang telah memberikan dukungan kepada penulis.
8. Kepada diri saya sendiri Manik Wulandari, terimakasih telah bertahan dan semangat menempuh perguruan tinggi ini, harapan, semoga bertahan untuk kedepannya, serta bisa membahagiakan orang – orang tersayang di kemudian hari dan seterusnya.
9. Pihak lain yang telah mendukung penulis skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan untuk itu peneliti sangat mengharapkan masukan dan saran agar kualitas skripsi ini menjadi lebih baik. Semoga ini dapat dijadikan acuan bagi peneliti dalam melakukan penelitian yang sedang direncanakan saat ini.

Denpasar, Mei 2025

Ni Putu Manik Wulandari

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
ABSTRAK.....	vi
Ringkasan Penelitian.....	vii
Lembar Bebas Plagiat.....	x
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	xi
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Kehamilan	6
B. Mual Muntah (<i>Emesis Gravidarum</i>).....	9
C. Jahe (<i>Zingiber</i>)	15
D. Pengaruh minuman jahe hangat dalam mengurangi mual muntah	21
BAB III KERANGKA KONSEP	24
A. Kerangka Konsep	24
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	25
BAB IV METODE PENELITIAN	24

A. Jenis Penelitian.....	27
B. Alur Penelitian	27
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
D. Populasi dan Sampel	29
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	31
F. Pengolahan dan Analisis Data	34
G. Etika Penelitian	36
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tabel Pengukuran Mual dan Muntah	15
Tabel 2. Definisi Operasional.....	26
Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil	39
Tabel 4. Skor PUQE Sebelum Pemberian Jahe Hangat Pada Ibu Hamil	41
Tabel 5. Skor PUQE Setelah Pemberian Jahe Hangat Pada Ibu Hamil	41
Tabel 6. Hasil uji normalitas Shapiro Wilk	41
Tabel 7. Hasil <i>Paired T-Test</i> Mual Muntah Sebelum Dan Setelah Pemberian Jahe Hangat Pada Ibu Hamil	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep	24
Gambar 2. Rancangan Penelitian	27
Gambar 3. Alur Penelitian.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Permohonan Responden
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 4. Rencana Anggaran Penelitian
- Lampiran 5. Lembar Observasi *Pre Test* Responden
- Lampiran 6: Lembar Observasi *Post Test* Responden
- Lampiran 7. SOP Pemberian Jahe Hangat
- Lampiran 8. Uji Normalitas Data Penelitian
- Lampiran 9. *Paired T-Test* Data Penelitian
- Lampiran 10. Surat Mohon Izin Penelitian
- Lampiran 11. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 12. *Ethical Clearances*
- Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 14. Master Tabel