

## ABSTRAK

### EFEKTIFITAS PEMBERIAN JAHE HANGAT DALAM MENGURANGI FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1

Frischa Ayudya Filliani

Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fikkes UNIMUS,

[Piskaayudya@gmail.com](mailto:Piskaayudya@gmail.com)

**Latar belakang:** Mual muntah merupakan suatu masalah yang terjadi pada kehamilan trimester 1 yang disebabkan karena terjadinya peningkatan kadar hormon Estrogen dan Human Chorionic Gonadotropine (HCG) dalam srum dari plasenta. Emesis atau mual dan muntah pada kehamilan merupakan hal yang fisiologis, namun apabila terjadi berkelanjutan menjadi hiperemesis gravidarum dapat meningkatkan resiko terjadinya gangguan pada kehamilan.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pemberian jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1.

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian *study literature*.

**Hasil:** Berdasarkan hasil dari Analisa 7 jurnal penelitian didapatkan bahwa rata-rata morning sickness sebelum diberikan minuman jahe frekuensi mual muntah masih tinggi dan sesudah diberikan seduhan jahe nilai frekuensi mual muntah menurun.

**Simpulan :** dapat disimpulkan bahwa pemberian minuman jahe hangat efektif dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester 1.

**Saran :** Hasil literature Review ini diharapkan menjadi referensi dalam menangani mual muntah pada ibu hamil dengan menggunakan jahe, sehingga penggunaan obat- obat farmakologis sedikit demi sedikit bisa dikurangi.

**Kata Kunci:** Jahe, Mual Muntah, Ibu Hamil

## ***ABSTRACT***

### ***EFFECTIVENESS OF GIVING WARM GINGER TO REDUCE VOMITING FREQUENCY IN PREGNANT MOTHER TRIMESTER 1***

Frischa Ayudya Filliani

Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fikkes UNIMUS,

[Piskaayudya@gmail.com](mailto:Piskaayudya@gmail.com)

**Background :** Nausea, vomiting is a problem that occurs in the first trimester of pregnancy due to increased levels of Estrogen and Human Chorionic Gonadotropine (HCG) in the serum of the placenta. Emesis or nausea and vomiting in pregnancy is physiological, but if it continues to develop hyperemesis gravidarum can increase the risk of pregnancy disorders.

**Objective :** The purpose of this study was to determine the effectiveness of giving warm ginger in reducing the frequency of nausea and vomiting in first trimester pregnant women.

**Method :** This research is a study literature study.

**Results :** Based on the results of Analysis of 7 research journals, it was found that the average morning sickness before being given a ginger drink, the frequency of nausea and vomiting was still high and after being given ginger steeping, the frequency of nausea and vomiting frequency decreased.

**Conclusions :** It can be concluded that administration of warm ginger drink is effective in reducing the frequency of nausea and vomiting in first trimester pregnant women.

**Suggestion :** The results of the literature review are expected to be a reference in nausea and nausea in pregnant women using ginger, so that the use of pharmacological drugs can gradually be reduced.

**Keywords :** Ginger, Vomiting Nausea, Pregnant Women