

PENGARUH SEDUHAN JAHE TERHADAP HIPEREMESIS GRAVIDARUM

Zulaikhah^{a,*}, Irawati^a, Islami^a

^{abc}Universitas Muhammadiyah Kudus, Jawa Tengah, Indonesia.

62024171044@std.umku.ac.id

Info Artikel	Abstrak
DOI : https://doi.org/10.26751/jikk.v16i2.2902	<p>Kehamilan adalah proses alami yang dialami oleh setiap wanita, dan seringkali disertai dengan berbagai keluhan. Salah satu keluhan awal yang paling umum, yang dikenal sebagai tanda presumtif kehamilan, adalah mual dan muntah. Untuk mengatasi keluhan ini, pendekatan non-farmakologis dapat dilakukan, salah satunya melalui pengobatan tradisional seperti konsumsi wedang jahe. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh seduhan jahe terhadap hiperemesis gravidarum pada ibu hamil. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan rancangan <i>one group pretest- posttest design</i>. Besar sampel sebanyak 35 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner PUQE 24. Uji statistik menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan dari 35 responden yang diteliti ada 30 (85,7 %) menunjukkan hiperemesis gravidarum dengan frekuensi sedang sebanyak sebelum minum seduhan jahe. Setelah menyeduh jahe, responden paling banyak mengalami hiperemesis gravidarum dengan frekuensi ringan sebanyak 17 (48,6 %) responden. Uji statistic Wilcoxon sebesar $p \text{ value } 0,000 < 0,05$. Kesimpulan, ada pengaruh seduhan jahe terhadap hiperemesis gravidarum pada ibu hamil di RS PKU Muhammadiyah Mayong Jepara</p>
Article history: Received 2025-05-16 Revised 2025-07-16 Accepted 2025-08-03	
Keywords: Jahe, hiperemesis gravidarum, ibu hamil	
	<p style="text-align: center;">Abstract</p> <p><i>Pregnancy is a natural process experienced by every woman, and is often accompanied by various complaints. One of the most common early complaints, known as presumptive signs of pregnancy, is nausea and vomiting. To overcome this complaint, a non-pharmacological approach can be taken, one of which is through traditional medicine such as consuming ginger tea. The study aims to determine the effect of ginger infusion on hyperemesis gravidarum in pregnant women. The type of research used is an experiment with a one group pretest-posttest design. The sample size was 35 respondents. The instrument used in this study was the PUQE 24 questionnaire. Statistical tests using the Wilcoxon test. Results shows of the 35 respondents studied, 30 (85.7%) showed hyperemesis gravidarum with a moderate frequency as many as before drinking ginger infusion. After brewing ginger, the respondents experienced the most hyperemesis gravidarum with a mild frequency of 17 (48.6%) respondents. The Wilcoxon statistical test was $p \text{ value } 0.000 < 0.05$. Conclusion, there is an effect of ginger infusion on hyperemesis gravidarum in pregnant women at PKU Muhammadiyah Mayong Hospital, Jepara.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p>

I. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses biologis alami yang dialami oleh perempuan, dimulai sejak terjadinya pembuahan hingga janin tumbuh dan berkembang di dalam rahim, dan akhirnya berakhir dengan proses persalinan. Rentang waktu kehamilan yang normal berkisar sekitar 280 hari atau setara dengan 40 minggu, yang juga bisa dihitung sebagai 9 bulan dan 7 hari (Widatiningsih & Dewi, 2017). Berdasarkan klasifikasi dari Federasi Obstetri dan Ginekologi Internasional, masa kehamilan dibagi menjadi tiga tahap atau trimester. Trimester pertama mencakup minggu 1 hingga 12, trimester kedua dimulai dari minggu ke-13 sampai minggu ke-27, dan trimester ketiga berlangsung dari minggu ke-28 hingga menjelang persalinan di minggu ke-40 (Prawirohardjo, 2018).

Menurut data dari World Health Organization (WHO), sebanyak 12,5% dari seluruh kehamilan di dunia mengalami hiperemesis gravidarum, yakni kondisi mual muntah yang parah selama kehamilan (WHO, 2021). Di Indonesia, prevalensi ibu hamil yang mengalami mual muntah berkisar antara 50% hingga 90%, terutama pada trimester pertama, yang dilaporkan mencapai angka 50% hingga 75%. Kasus hiperemesis gravidarum di Indonesia sendiri mencapai 14,8%. Kondisi mual muntah biasanya mulai muncul pada minggu keenam kehamilan dan umumnya akan berkurang secara signifikan pada akhir trimester pertama, sekitar minggu ke-13. Meskipun mual muntah umumnya tidak menyebabkan kematian, kondisi ini dapat menimbulkan dehidrasi serta kekurangan nutrisi pada ibu hamil, yang berisiko membahayakan kesehatan ibu maupun janin. Oleh karena itu, ibu hamil dengan gejala hiperemesis gravidarum perlu segera mendapat penanganan medis di fasilitas kesehatan. Di Provinsi Jawa Tengah, berdasarkan data tahun 2022, prevalensi emesis gravidarum tercatat antara 2,12% hingga 49,92%, dan sekitar 5% di antaranya berkembang menjadi hiperemesis (Dinkes Jateng, 2022).

Gejala awal kehamilan yang paling sering dilaporkan oleh ibu hamil termasuk dalam

kategori tanda presumtif, di antaranya adalah rasa mual dan keinginan muntah. Kedua keluhan ini merupakan respons tubuh terhadap perubahan hormonal yang terjadi di awal kehamilan dan merupakan bentuk ketidaknyamanan yang umum terjadi, terutama selama trimester pertama (Widatiningsih & Dewi, 2017). Keluhan tersebut biasanya dirasakan paling berat di pagi hari, disebabkan oleh lambung yang kosong, fluktuasi hormon seperti hCG, serta perubahan emosional dan psikologis yang dialami ibu. Faktor-faktor lain seperti peningkatan hormon tiroid, gangguan peristaltik lambung, dan tingginya kadar asam lambung juga turut memperburuk gejala tersebut.

Meskipun sebagian besar kehamilan berlangsung tanpa komplikasi, sekitar 10% hingga 12% dari kehamilan dapat berkembang menjadi kondisi patologis yang membutuhkan perhatian lebih (Prawirohardjo, 2018). WHO memperkirakan sekitar 15% dari komplikasi kehamilan tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan berkembang secara bertahap seiring dengan proses kehamilan yang memengaruhi organ-organ tubuh ibu. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan dan ibu hamil untuk waspada terhadap perubahan-perubahan yang mungkin mengarah pada kondisi patologis, agar dapat ditangani sedini mungkin demi menjaga kesehatan ibu dan perkembangan janin secara optimal.

Mual dan muntah merupakan keluhan umum yang kerap dialami oleh ibu hamil, khususnya selama trimester pertama kehamilan. Sekitar separuh dari ibu hamil mengalami gejala ini, yang umumnya muncul di pagi hari saat lambung masih kosong. Fenomena ini dikenal sebagai *morning sickness*. Selain disebabkan oleh lambung yang kosong, faktor lain yang turut berperan meliputi perubahan kadar hormon kehamilan, kondisi emosional, penyesuaian psikologis terhadap kehamilan, peningkatan asam lambung, gangguan neurologis, serta perlambatan gerakan peristaltik pada saluran pencernaan (Prawirohardjo, 2018). Salah satu pemicu utama adalah hormon human chorionic gonadotropin (hCG), yang juga

dapat merangsang fungsi tiroid sehingga menyebabkan peningkatan metabolisme. Dalam kondisi yang lebih parah, mual dan muntah dapat berkembang menjadi hiperemesis gravidarum, yaitu kondisi serius yang ditandai dengan muntah berlebihan hingga menyebabkan dehidrasi, hilangnya nafsu makan, anemia, serta gangguan pertumbuhan janin seperti berat badan lahir rendah (BBLR), keterlambatan pertumbuhan intrauterin (IUGR), kelahiran prematur, bahkan risiko abortus (Abidah et al., 2022)

Bagi sebagian besar wanita hamil, mual dan muntah dianggap sebagai gejala yang lumrah dan dapat ditoleransi. Namun, tidak sedikit pula yang merasakan bahwa gejala tersebut sangat mengganggu dan membatasi aktivitas harian mereka (Prawirohardjo, 2018). Untuk mengatasi keluhan ini, tersedia dua pendekatan pengobatan, yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Pendekatan farmakologis mencakup penggunaan obat-obatan seperti promethazine, vitamin B1 (thiamin), dan vitamin B6 (pyridoxine). Sementara itu, pendekatan non-farmakologis sering melibatkan metode tradisional seperti aromaterapi, konsumsi wedang jahe, penggunaan permen peppermint, hingga terapi akupresur. Jahe menjadi salah satu bahan herbal yang populer digunakan karena kandungan aktifnya yang mampu meredakan rasa mual secara alami (Chaerina et al., 2024)

Jahe mengandung sejumlah zat aktif yang berkhasiat dalam mengurangi mual dan muntah. Di antaranya adalah minyak atsiri yang memberikan efek menyegarkan dan mampu memblokir refleks muntah melalui rangsangan aromatik. Komponen oleoresin pada jahe juga memberikan sensasi pedas yang menghangatkan tubuh dan merangsang keluarnya keringat. Selain itu, terdapat senyawa seperti gingerol, shogaol, dan galanolactone yang bekerja sebagai antiemetik, yaitu zat yang membantu menekan gejala muntah (Pangesti et al., 2022). Komponen-komponen ini bekerja dengan cara mempengaruhi sistem saraf pusat dan saluran pencernaan, sehingga membantu menenangkan otot-otot lambung dan mengurangi kontraksi yang memicu mual (Betriani, 2023)

Pemberian minuman jahe sebagai langkah preventif maupun kuratif telah terbukti efektif untuk mengurangi frekuensi dan intensitas mual muntah selama kehamilan. Senyawa gingerol yang terkandung dalam jahe diketahui mampu menghambat aksi serotonin, yaitu zat kimia dalam tubuh yang mengirimkan sinyal ke otak dan usus untuk memicu rasa mual. Dengan memblokir kerja serotonin, otot-otot dalam sistem pencernaan menjadi lebih relaks sehingga gejala mual berkurang. Selain itu, jahe juga bersifat karminatif, yakni mampu mengeluarkan gas dari saluran pencernaan, sehingga membantu meredakan perut kembung yang sering dialami ibu hamil (Armalini & Rishel, 2022)

Di Indonesia, dikenal beberapa jenis jahe seperti jahe emprit, jahe merah, dan jahe gajah. Masing-masing jenis memiliki kandungan minyak atsiri yang berbeda-beda. Jahe gajah memiliki kadar minyak atsiri sekitar 0,18–1,66%, jahe merah berkisar antara 2,58–7%, sedangkan jahe emprit memiliki kadar tertinggi yakni 7–8%. Jahe emprit, yang juga dikenal sebagai jahe putih, kerap menjadi pilihan utama dalam pengobatan tradisional karena efektivitasnya dalam mengurangi gejala mual dan kemudahannya untuk diperoleh. Harga yang relatif terjangkau serta familiaritas masyarakat terhadap jenis jahe ini turut menjadi alasan pemilihannya dalam berbagai terapi herbal untuk ibu hamil (Ariendha et al., 2023)

Studi pendahuluan yang dilakukan terdapat, ibu hamil di RS PKU Muhammadiyah Mayong sebanyak 10 ibu hamil mengalami hiperemesis gravidarum dan ibu hamil tidak mengetahui bagaimana cara untuk mengurangi hiperemesis gravidarum. Berdasarkan banyaknya dampak yang mungkin terjadi akibat hiperemesis gravidarum, faktor yang dianggap mempengaruhi kejadian hiperemesis gravidarum, serta hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, untuk itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh seduhan jahe terhadap hiperemesis gravidarum pada ibu hamil di Ponak RS PKU Muhammadiyah Mayong?”

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest- posttest design*. Sampel sebesar 35 responden melalui teknik *total sampling*. Kriteria yang dipilih memenuhi kriteria inklusi, yaitu: a) Pasien ibu hamil yang rawat inap di RS PKU Muhammadiyah Mayong, b) Ibu hamil yang mengalami mual muntah berlebihan, dan c) Ibu hamil yang bersedia menjadi responden penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu: a) Ibu selain ibu hamil yang sedang melakukan pengobatan di RS PKU Muhammadiyah Mayong, b) Ibu yang tidak suka jahe. c) Ibu hamil dengan riwayat penyakit asam lambung, d) Ibu yang memenuhi kriteria inklusi, tetapi menolak menjadi responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner PUQE-24. Uji statistic menggunakan uji Wilcoxon test. Penelitian ini sudah mendapat izin dari komite etik Universitas Muhammadiyah Kudus dengan nomor 352/Z-7/KEPK/UMKU/VI/2025.

Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada bulan februari-Maret 2025. Pada hari pertama peneliti melakukan pengukuran mual muntah sebelum diberikan seduhan jahe menggunakan lembar *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE). Pengambilan data sesudah intervensi *Post-Test* dilakukan setelah 1 x 24 jam. Data yang diambil meliputi data karakteristik responden ibu berupa kuisisioner dengan data *pre-test* dan *post-test* berupa lembar ceklist *PUQE-24*. Setelah semua data terkumpul, selanjutnya dilakukan pemberian kode berupa angka untuk mempermudah pengolahan data kemudian dilakukan analisis data dengan bantuan program komputer. Uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang selanjutnya diuji *Wilcoxon*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa univariat

Hasil analisa univariat terhadap masing-masing variabel seperti pada penjelasan dibawah ini:

Tabel 1. hasil Analisa univariat

Indikator	f	%
Usia		
< 25	11	31.4
26-35	17	48.6
>36	7	20.0
Pendidikan		
SD/Sederajat	2	5.7
SMP/Sederajat	9	25.7
SMA/Sederajat	18	51.4
PT/Sederajat	6	17.1
Pekerjaan		
IRT	13	37.1
Pedagang	2	5.7
Buruh	6	17.1
Karyawan swasta	6	17.1
Wiraswasta	8	22.9
Usia kehamilan		
< 4 minggu	7	20.0
< 5 minggu	28	80.0
Hiperemesis gravidarum (pre)		
Tidak emesis	0	0
Ringan	0	0
Sedang	30	85.7
Berat	5	14.3
Hiperemesis gravidarum (post)		
Tidak emesis	2	5.7
Ringan	17	48.6
Sedang	15	42.9
Berat	1	2.9

Tabel 4.1 diatas adalah data karakteristik ibu hamil dengan gejala mual muntah di RS PKU Muhammadiyah Mayong. Jika dilihat dari berdasarkan usia, paling banyak responden usia antara 26-35 tahun sebesar 17 orang (48,6 %). Responden paling banyak berpendidikan SMA dengan frekuensi sebanyak 18 orang (51,4 %). Berdasarkan data tersebut, kebanyakan responden tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga sebanyak 13 (37,1 %). Sedangkan usia kehamilan responden paling banyak banyak lebih dari 5 minggu sebesar 28 (80 %) responden.

Sebelum menyeduh jahe, responden paling banyak mengalami emesis gravidarum dengan frekuensi sedang sebanyak 30 (85,7 %) responden dan responden yang mual muntah berat sebanyak 5 (14,3%) responden. Namun, setelah menyeduh jahe, ada perubahan tingkat

mual muntah, responden paling banyak mengalami emesis gravidarum dengan frekuensi ringan sebanyak 17 (48,6 %) responden dan responden yang mual muntah sedang sebanyak 15 (42,9%) responden.

2. Analisa bivariat

Analisa bivariat untuk menganalisa ada tidaknya pengaruh variabel yang satu dengan variabel yang lain. Analisa bivariat menggunakan uji statistik *wilcoxon* di SPSS.

Sebelum melakukan analisa bivariat, diperlukan uji prasyarat sebuah data yaitu uji normalitas terhadap data yang sudah dikumpulkan oleh peneliti dengan menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* pada SPSS. Berdasarkan uji normalitas diatas

didapatkan hasil bahwa data yang dikumpulkan peneliti berdistribusi tidak normal karena data memiliki nilai P sebesar $0,000 < 0,05$. Oleh karena itu, peneliti menggunakan uji statistik *wilcoxon test* untuk mengetahui pengaruh dari pemberian seduhan jahe terhadap mual muntah ibu hamil

Hasil uji *Wilcoxon Test* menunjukkan nilai p value $0,000 < 0,05$, maka artinya ada pengaruh seduhan jahe terhadap hiperemesis gravidarum. Selain itu, tabel diatas juga menyebutkan bahwa ada 23 responden yang mengalami penurunan mual muntah dan 12 responden tidak mengalami penurunan atau tetap setelah minum seduhan jahe.

Tabel 2. hasil Analisa bivariat (n = 35)

Frekuensi emesis gravidarum	Pre-test		Post-test		Positive rank	Ties	p value
	n	%	n	%			
Tidak emesis	0	0	2	5.7	23	12	0,000
Ringan	0	0	17	48.6			
Sedang	30	85.7	15	42.9			
Berat	5	14.3	1	2.9			
Total	35	100	35	100			

Hasil penelitian ini menunjukkan setelah menyeduh jahe, ada perubahan tingkat mual muntah, responden paling banyak mengalami emesis gravidarum dengan frekuensi ringan sebanyak 17 (48,6 %) responden dan responden yang mual muntah sedang sebanyak 15 (42,9%) responden. Serupa dengan temuan dari (Marlina et al., 2023), Setelah diberikan intervensi seduhan jahe sebagian besar responden atau 66,7% (10 responden) mengalami emesis gravidarum ringan.

Kandungan minyak atsiri dalam jahe memiliki efek antiinflamasi, sehingga membantu mengurangi frekuensi mual dan muntah akibat peradangan, termasuk yang disebabkan oleh infeksi *Helicobacter pylori*. Takaran aman konsumsi jahe yang disarankan adalah 1 gram per hari, dibagi dalam empat kali penyajian (250 mg per penyajian), tanpa menimbulkan efek samping berat (Oktaviani, 2022)

Dikemukakan (Ariyanti & Sari, 2020) juga menunjukkan bahwa kombinasi ekstrak jahe dengan piridoksin lebih efektif dalam mengurangi mual dan muntah dibandingkan penggunaan piridoksin saja. Penelitian (Fitra, 2023) menegaskan efektivitas ekstrak jahe dibandingkan *placebo*, serta menyatakan bahwa kombinasi ekstrak jahe dan piridoksin lebih unggul daripada *placebo* dalam meredakan *emesis gravidarum*. Jahe bekerja dengan menghambat aktivitas serotonin, senyawa kimia yang menyebabkan kontraksi lambung dan menimbulkan rasa mual.

Marlina et al., (2023), juga mencatat bahwa sebelum intervensi, mayoritas responden (53,3%) mengalami *emesis gravidarum* sedang dan 46,7% mengalami tingkat berat. Setelah intervensi dengan seduhan jahe, mayoritas responden (66,7%) menunjukkan gejala ringan dan hanya 33,3% masih berada pada tingkat sedang.

Namun, hasil berbeda ditunjukkan oleh Arfeen dalam penelitian (Ningsih et al.,

2020), yang tidak menemukan perbedaan signifikan antara kelompok yang menerima jahe oral (0,5 dan 1 gram) dan kelompok kontrol yang diberi *placebo*.

Meskipun demikian, terapi alternatif menggunakan jahe tetap dianggap bermanfaat dan aman bagi ibu hamil, asalkan dikonsumsi dalam takaran yang tepat. Selain itu, jahe dapat memberikan rasa nyaman dan membantu mengurangi kecemasan pada ibu hamil. Dengan tertanganinya gejala mual dan muntah, diharapkan ibu dapat menjalani kehamilan dengan lebih tenang dan janin tumbuh secara optimal (Ramadhani & Ayudia, 2020)

Secara fisiologis, peningkatan hormon progesteron saat kehamilan menurunkan tonus dan motilitas otot polos, memperlambat pengosongan lambung, dan meningkatkan peristaltik balik. Jahe berperan dalam menstimulasi motilitas saluran gastrointestinal dan meningkatkan sekresi saliva serta empedu (Lestari Nurul Aulia et al., 2022)

Selain itu, jahe memiliki efek antispasmodik dan antikolinergik yang membantu merelaksasi otot saluran cerna, serta efek antikarminatif yang mencegah pembentukan gas dalam lambung. Jahe juga memiliki mekanisme kerja yang mirip dengan *dimenhydrinate*, yaitu memblokir aktivasi sistem vestibular yang berperan dalam regulasi keseimbangan dan mual (Rachmawati Siswoyo & Susanti, 2023)

Berdasarkan temuan-temuan tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa intervensi non-farmakologis seperti seduhan jahe dapat menjadi terapi pendamping yang efektif untuk meredakan gejala *emesis gravidarum*, sekaligus meningkatkan kenyamanan ibu hamil.

IV. KESIMPULAN

Penelitian di RS PKU Muhammadiyah Mayong Jepara menunjukkan hasil *pre-test* pada ibu paling banyak mengalami hiperemesis gravidarum dengan frekuensi sedang sebanyak 30 (85,7 %) responden sebelum minum seduhan jahe. Setelah menyeduh jahe, responden paling banyak

mengalami hiperemesis gravidarum dengan frekuensi ringan sebanyak 17 (48,6 %) responden. Sehingga, ada pengaruh seduhan jahe terhadap hiperemesis gravidarum dengan nilai *p value* $0,000 < 0,05$.

V. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti berikan kepada bapak direktur rumah sakit PKU Muhammadiyah Mayong yang telah memberikan dukungan berupa ijin penelitian dan sarana penunjang penelitian lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, S. N., Anggraini, F. D., Nisa, F., & Hasina, S. N. (2022). The Effect of Ginger Herbal Drink on Hyperemesis Gravidarum in the First Trimester Pregnant Women. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 64–68. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.7955>
- Ariendha, S. R., Setyawati, I., & Nurlieha Itsna Devitasari, A. (2023). Efektivitas jahe untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil. *Jurnal of Midwifery and Reproduction Science (FUNDUS)*, 3(2), 2808–1080. www.journal.stikesyarsimataram.ac.id
- Ariyanti, L., & Sari, R. F. (2020). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe Dengan Kejadian Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukarame Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 2(2), 326–335.
- Armardini, R., & Rishel, R. A. (2022). Efektifitas Pemberian Jahe Hangat dalam Mengurangi Frekwensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 Di BPM Yenita S.Tr.Keb Talago Sariak Tahun 2021. *Nan Tongga Health And Nursing*, 17(2), 74–81. <https://doi.org/10.59963/nthn.v17i2.115>
- Betriani, U. (2023). Efektifitas Air Seduhan Zingiber Officinale (Jahe) terhadap Ibu Hamil yang mengalami Emesis Gravidarum. *Open Access Jakarta*

- Journal of Health Sciences*, 2(6), 746–753.
<https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i6.154>
- Chaerina, L., Nurmallasari, H., Amelia, L., Sutaryo, D. A., Sugandi, T. K., Ridwan, H., & Setiadi, D. K. (2024). Literature Review : Efektivitas Pemberian Jahe Terhadap Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 8(1), 1–9.
<https://doi.org/10.36341/jka.v8i1.4171>
- Fitra, Y. N. (2023). Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Merah Terhadap hiperemesis gravidarum ibu hamil trimester I. *Maternal Child Health Care*, 5, 813–819.
- Lestari Nurul Aulia, D., Dwi Anjani, A., Utami, R., & Prima Lydia, B. (2022). Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 11(1), 43–51.
<https://doi.org/10.35328/kebidanan.v11i1.2130>
- Marlina, D., Rosyeni, Y., & Sani, A. I. (2023). Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe (Zingiber Officinale Var. Amarum) Terhadap Tingkat Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Atmirah Purwantini Kota Bogor. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6088–6096.
<https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.18918>
- Ningsih, D. A., Fahriani, M., Azhari, M., & Oktarina, M. (2020). Efektivitas pemberian seduhan jahe terhadap frekuensi emesis gravidarum trimester I. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 1–8.
- Oktaviani, P. (2022). Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe Dan Daun Mint Terhadap Rasa Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Kabupaten Bogor Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 104–109.
<https://doi.org/10.35890/jkdh.v11i2.200>
- Pangesti, N. A., Naila, S., & Riyanti, E. (2022). Literature Review : Efektifitas Jahe Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 3(1), 57–65.
<https://doi.org/10.53510/nsj.v3i1.107>
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rachmawati Siswoyo, P., & Susanti, D. (2023). Minuman jahe hangat untuk mengatasi mual dan muntah ibu hamil trimester I. *MEDIA ILMU KESEHATAN*, 12(1), 87–93.
<https://doi.org/10.30989/mik.v12i1.825>
- Ramadhani, I. P., & Ayudia, F. (2020). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Trimester Pertama. *JIK*, 3(2), 97–102.
- Widatiningsih, S., & Dewi, C. H. T. (2017). *Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan*. Trans Medika.