

## Manfaat Air Rebusan Cengkeh Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil

Atika Pohan<sup>1</sup>, Usti Fina Hasanah Hasibuan<sup>2</sup>

STIKes As Syifa Kisaran

(atikapohan7@gmail.com, herfina90@gmail.com)

### ABSTRAK

Kehamilan merupakan hal yang fisiologis dari kehidupan seseorang wanita. Kehamilan biasanya disertai rasa ketidaknyamanan, dimana ketidaknyamanan yang sering dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama adalah mual dan muntah (*emesis gravidarum*). Tujuan penelitian Untuk mengetahui manfaat Pemberian Air Rebusan Cengkeh (*Syzygium aromaticum*) terhadap pengurangan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Awal di Klinik Murniati Tahun 2023. Metode dalam kegiatan ini adalah penyuluhan kepada ibu Hamil Trimester I. Hasil Penelitian ini adalah Pemberian air rebusan cengkeh terbukti efektif dalam menurunkan intensitas mual muntah pada ibu hamil Trimester awal di Klinik Murniati Tahun 2023. Kesimpulan nya adalah Ada manfaat pemberian air rebusan cengkeh terhadap pengurangan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester awal.

**Kata kunci : Mual Muntah, Rebusan Cengkeh, Ibu Hamil**

### ABSTRACT

Pregnancy is a physiological part of a woman's life. Pregnancy is usually accompanied by discomfort, where the discomfort that pregnant women often experience, especially in the first trimester, is nausea and vomiting (*emesis gravidarum*). Research objective To determine the benefits of giving boiled clove water (*Syzygium aromaticum*) to reduce the frequency of nausea and vomiting in early trimester pregnant women at the Murniati Clinic in 2023. Method in this activity is counseling for pregnant women in the first trimester. Result Giving boiled clove water has been proven to be effective in reducing the intensity of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester at the Murniati Clinic in 2023. Conclusio There are benefits of giving boiled clove water in reducing the frequency of nausea and vomiting. vomiting in early trimester pregnant women.

**Keywords : Nausea and vomiting, clove decoction, pregnant women**

### 1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterine mulai sejak pembuahan dan diakhiri dengan permulaan persalinan. Masa kehamilan mulai dari ovulasi sampai melahirkan berkisar antara 280 hari (40 minggu), dan tidak lebih dari 300 hari (43 minggu).

Ibu yang menjalani kehamilan mengalami hampir 50-90% mual muntah yang disebabkan terjadinya peningkatan kadar hormon estrogen dan progesteron yang diproduksi oleh *Human chorionic gonadotropin* (HCG). Mual dan muntah tidak hanya terjadi di pagi hari melainkan bisa siang bahkan malam hari. Perubahan hormon pada setiap perempuan hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual muntah pada kehamilan (Harahap et al, 2020).

Mual dan muntah saat hamil dapat mengurangi nafsu makan, yang berujung pada

perubahan keseimbangan elektrolit seperti kadar natrium, kalium dan kalsium yang berujung pada perubahan metabolisme tubuh. Mual dan muntah yang berlebihan menyebabkan hiperemesis gravidarum (Nurmaliza dkk, 2021).

Trimester pertama kehamilan merupakan masa kritis saat janin berada dalam tahap awal pembentukan organ-organ tubuh. Jika janin mengalami kekurangan gizi tertentu pembentukan organ yang sempurna bisa mengalami kegagalan. Selain itu janin juga bisa berisiko lahir dengan berat badan lahir rendah. Berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual muntah pada masa kehamilan bisa dilakukan secara farmakologis maupun non farmakologis. Terapi secara farmakologis antara lain dengan pemberian Vitamin B6, B Kompleks, dan B12. Berbagai upaya non farmakologis dapat dilakukan, salah satunya dengan menggunakan terapi komplementer dengan bahan yang mudah didapatkan seperti cengkeh, kandungan minyak atsiri pada cengkeh dapat mengatasi

masalah pencernaan seperti mual dan muntah (Somayoni, 2018).

Adapun tujuan kegiatan ini yaitu untuk menambah pengetahuan ibu hamil terhadap manfaat Pemberian Air Rebusan Cengkeh (*Syzygium aromaticum*) Untuk Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Awal di Klinik Murniati Tahun 2023.

## 2. METODE PELAKSANAAN (Times New Roman, Font 12, Bold, spasi 1,5)

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang diadakan di Klinik Murniati menggunakan metode penyuluhan yang dilaksanakan pada tanggal 21 Desember 2023 terhadap ibu hamil trimester I. Dalam kegiatan ini, kami memberikan penyuluhan yang dapat menambah pengetahuan ibu hamil dalam mengurangi masalah mual muntah yang terjadi pada ibu hamil Trimester I dan menganjurkan ibu hamil mengkonsumsi air rebusan cengkeh untuk mengurangi mual muntah yang dirasakan ibu hamil.

## 3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Keluhan mual dan muntah dapat diatasi dengan pemberian air rebusan cengkeh. Khasiat cengkeh adalah untuk mengatasi mual dan muntah, sinusitis, kembung, masuk angin, sakit kepala, radang lambung, rematik, diare dll. Sifat Kimiawi cengkeh adalah hangat, mengandung karbohidrat, kalsium, fosfor, zat besi, vitamin B1, lemak protein, dan eugenol. Cengkeh memiliki kandungan minyak atsiri yang memiliki efek farmakologis sebagai anestetik, antimicrobial, antiseptic, dan stimulan (Javed et al., 2012).

Untuk mengatasi mual muntah, ibu hamil di berikan air rebusan cengkeh yang di hangatkan terlebih dahulu sebelum di konsumsi. Jumlah air rebusan cengkeh yang di konsumsi ibu hamil sebanyak 50 ml terbuat dari 5 butir cengkeh, dengan tambahan air dan sedikit gula merah untuk mengurangi rasa pahit dan pedas dari cengkeh yang telah di rebus hingga mendidih. Kandungan atsiri yang bersifat anestetik pada cengkeh akan mengatasi rasa sakit pada perut dan menghentikan muntah.

## 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Intensitas intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester awal sebelum pemberian air rebusan cengkeh (*Syzygium aromaticum*) di Klinik Murniati Tahun 2023 mayoritas memiliki intensitas berat (>6 kali).

Disarankan kepada ibu hamil agar perlu ditingkatkan pemberian informasi kepada ibu hamil yang mengalami mual muntah mengenai jenis terapi pelengkap non farmakologi salah satunya dengan pemberian jeruk purut dan rebusan air jah dan diperdalam lagi tentang intervensi pemberian terapi pelengkap non farmakologi salah satunya rebusan air cengkeh yang bermanfaat mengurangi mual muntah selama kehamilan

## 5. REFERENSI

- Arifin, D.N dan Widya, J. (2022) Jurnal kebidanan terkini. *Asuhan kebidanan pada ibu hamil mual muntah dengan pemberian seduhan jahe emprit di klinik pratama afiyah pekanbaru*, 02(2), pp.236.
- Atiqoh, R.N. (2020) Kupas tuntas hiperemesis gravidarum mual muntah berlebihan dalam kehamilan. Jakarta: One peach media, hlm 10-66.
- Ekawati, H, Diah E.M, dan Aulia R.R. (2023) Jurnal media komunikasi ilmu kesehatan, *Hubungan stress dengan derajat morning sickness pada ibu hamil trimester 1 dan 2 di desa sukobendu kecamatan mantup kabupaten lamongan*.14 (03), pp.100.
- Jannah, M., Alfia, R., DwI, I.L. (2021) *Efektivitas pemberian aromaterapi lemon untuk menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1*:Literatur review. [online] jurnal kesehatan masyarakat. Universitas sultan agung semarang.
- Maesaroh, S., Merah putri. (2019) *Inhalasi aromaterapi lemon menurunkan*

*frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil, Jurnal kesehatan metro sai wawai, 12 (1), pp.30-35*

Mustapa, M.A., (2020) *Penelusuran senyawa tumbuhan cengkeh*. Serang-Banten : Nuha Medika

Nugroho, T, dkk. (2018) Buku ajar askeb 1 kehamilan. Nuha medika, Yogyakarta: P.4-144.

Nurdiana A. (2018) *Efektivitas pemberian permen jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil di klinik khairuninda tunggal*. Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.

Nurmaliza, Yumaharani, dan Rini H.R. (2021) MJ (midwifery jurnal), *Air rebusan cengkeh untuk mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester awal I (2) pp.36-41*.

Somayoni, N.K (2018) *Terapi Komplementer Untuk mengurangi mual muntah pada masa kehamilan*.Jurnal ilmiah kebidanan 8 (1) p.11.

Sugyono, (2019) *Metode Penelitian Kuantitatif*. Nuha Medika, Yogyakarta. P.4-20

Tiran, Denise. (2019) *Seri Asuhan kebidanan Mual dan muntah kehamilan*.EGC medikal publisher, Jakarta.pp.2-5.

Walyani, E.D. (2022) *Asuhan Kebidanan pada kehamilan*. Yogyakarta: PT.Pustaka Baru

Widarti, I.A dan Rina Y. (2021) *Jurnal kebidanan terkini asuhan kebidanan pada ibu hamil mual dan muntah 02 (02), pp.236*.

Wulandari, N. ((2021) *Penanganan emesis gravidarum dengan menggunakan armaterap lemon*. Skirpsi. Universitas Muhammadiyah Magelang.

## 6. DOKUMENTASI KEGIATAN

