


# Pemanfaatan Pemberian Permen Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil di Puskesmas Sidodadi Tahun 2022

<sup>1)</sup>Maidina Putri, <sup>2)</sup>Siti Maimunah, <sup>3)</sup>Eka Vicky Yulivantina

<sup>1,2,3)</sup>Program Studi Magister Kebidanan, STIKes Guna Bangsa, Indonesia  
Email : maidinaputri@ymail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
<b>Kata Kunci:</b> Ibu Hamil Mual Muntah Permen Jahe	<i>Mual dan muntah (Emesis Gravidarum) adalah gejala yang sering muncul pada setiap kehamilan. Mual biasa terjadi di pagi hari, tetapi dapat pula terjadi setiap hari dan malam hari, ini terjadi karena relaksasi pada otot-otot pencernaan antara lain peristaltik dilambung sehingga pencernaan makanan oleh lambung menjadi lebih lama dan mudah terjadi peristaltic balik ke esophagus, selain itu juga karena pengaruh dari hormon HCG. Di wilayah kerja puskesmas Sidodadi terdapat 48 orang ibu hamil dan rata-rata mengalami mual dan muntah dalam masa kehamilannya. Pemberian penyuluhan tentang pemanfaatan pemberian permen jahe pada ibu hamil sangat tepat dilakukan di wilayah Puskesmas Sidodadi ini, hal ini didukung juga dengan wilayahnya yang rata-rata sebagai petani dan setiap rumah tangga memanfaatkan lahannya untuk menanam tanaman rempah-rempah seperti jahe, kunyit, pohon serer, lengkuas dan lainnya. Metode yang akan digunakan dalam pencapaian tujuan tersebut adalah dengan metode pendekatan kepada masyarakat, sosialisasi dan aplikasi langsung dengan masyarakat tentang manfaat permen jahe dalam masa kehamilannya.</i>
<b>Keywords:</b> Pregnant Mother Nauseous Vomit Ginger Candy	<i>Nausea and vomiting (Emesis Gravidarum) are symptoms that often appear in every pregnancy. Nausea usually occurs in the morning, but can also occur every day and night, this occurs due to relaxation of the digestive muscles, including peristalsis in the stomach so that digestion of food by the stomach takes longer and peristalsis easily occurs back into the esophagus, besides that the influence of the HCG hormone. In the working area of the Sidodadi Health Center there are 48 pregnant women and on average they experience nausea and vomiting during their pregnancy. Providing counseling about the use of giving ginger candy to pregnant women is very appropriate to do in the Sidodadi Health Center area, this is also supported by the area where the average is a farmer and every household uses their land to grow spice plants such as ginger, turmeric, serer trees, galangal and others. The method that will be used in achieving this goal is to approach the community, outreach, and direct application with the community about the benefits of ginger candy during pregnancy.</i>
	<p>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY-SA</a> license.</p> 

## I. PENDAHULUAN

Puskesmas Sidodadi beralamatkan di Jln. Ir. Sutami, Sidodadi, Kec. Kota Kisaran Barat, Kabupaten Asahan, Sumatera Utara. Puskesmas Sidodadi terletak dikisaran, Asahan. Perusahaan ini bekerja di industri Klinik Medis. Wilayah Desa Sidodadi ini masih kategori pedesaan yang lumayan jauh dari kota, dimana sebagian besar masyarakatnya bermata pencarian sebagai petani dengan bersawah, tamanaman kelapa sawit serta Sebagian besar masyarakatnya memanfaatkan pekarangan rumahnya untuk bercocok tanam tanaman rempah-rempah. Seperti tanaman Jahe, kunyit, kencur, lengkuas, sereh dan lainnya, namun tanaman tersebut lebih sering digunakan atau dimanfaatkan oleh masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Sidodadi sebagai bahan dasar masakan atau sebagai pelengkap pada bumbu masakan. Sementara itu selain sebagai pelengkap bumbu masakan, tanaman rempah-rempah ini sendiri dapat digunakan sebagai bahan dasar obat herbal yang

1012

enak untuk dikonsumsi. Seperti target pada penyuluhan yang akan dilakukan ini yaitu pemanfaatan jahe menjadi permen yang dapat mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil.

Mual dan muntah pada ibu trimester pertama dimasyarakat masih terjadi dan penanggulangannya sebagian besar masih menggunakan terapi farmakologis atau ditinggalkan saja. Akan tetapi akan lebih baik jika di masyarakat khususnya ibu hamil mampu mengatasi masalah mual muntah pada awal kehamilan dengan terapi pelengkap non farmakologis terlebih dahulu. Jahe merupakan bahan yang mampu mengeluarkan gas dari perut, hal ini akan meredakan perut kembung. Jahe juga merupakan stimulan aromatik yang kuat, disamping dapat mengendalikan muntah dengan meningkatkan gerakan peristaltic usus. Sekitar enam senyawa dalam jahe telah terbukti memiliki aktifitas antiemetik (anti muntah) yang manjur. Nutrisi yang terkandung dalam jahe adalah potassium 3,4%, magnesium 3,0%, dan vitamin B6 (pyridixnine) 2,5% (Harahap, 2020).

## II. MASALAH

Persoalan yang sedang dihadapi mitra saat ini banyaknya kasus yang dialami masyarakat tentang masalah kesehatan terutama penyebaran covid 19 yang menjadi pandemi saat ini. Kekhawatiran masyarakat akan virus ini sangat tinggi sehingga untuk konsultasi Kesehatan, masyarakat takut walaupun sedang dalam keadaan sakit dan memilih tidak berobat ke pelayanan kesehatan apalagi pada ibu hamil. Akibat hal tersebut kunjungan puskesmas sidodadi juga tampak menurun dari biasanya.

Berdasarkan hasil observasi yang diperoleh langsung dengan mitra didapatkan beberapa masalah diantaranya yaitu: 1). Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan tanaman rempah-rempah yang dapat dijadikan sebagai obat herbal bagi ibu hamil, 2). Masyarakat tidak memiliki pemahaman yang terbaru mengenai manfaat dari tanaman rempah-rempah dan khasiatnya, hanya sebatas pemanfaatan cara tradisional lama seperti wedang jahe menghilangkan masuk angin, kunyit yang dijadikan jamu serta air kencur yang dimanfaatkan menjadi obat batuk, 3). Ibu hamil di wilayah kerja puskesmas sidodadi belum mengetahui manfaat dari olahan permen jahe, 4). Masyarakat tidak mengetahui cara pengolahan dari permen jahe sampai memproduksinya hingga menjadi produk yang bisa dipasarkan atau di jual.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat Di Puskesmas Sidodadi

Menjelaskan dan menggambarkan masalah yang ada pada lokasi pengabdian masyarakat, pada bagian ini diminta menyertakan foto lokasi PkM

### III. METODE PELAKSANAAN

Usaha permen Jahe belum pernah ada diproduksi di Wilayah kerja Puskesmas Sidodadi Kabupaten Asahan, maka perlunya untuk menyusun alur dalam pembuatan permen Jahe mulai dari tahap pemenuhan bahan baku hingga nanti pendistribusian ke masyarakat. Menurut Gabriella (2020) dari segi produksi permen Jahe berikut adalah cara membuatnya:

1. Bahan-Bahan:
  - a. Jahe Segar Pilihan 200 gr
  - b. Gula Pasir 300 gr
  - c. Kertas Minyak
2. Cara Pembuatan:
  - a. Bersihkan jahe sebersih mungkin, lalu potong-potong sampai kecil agar mudah untuk membelendernya.
  - b. Masukkan jahe kedalam belender tanpa menambahkan air sedikitpun dan tunggu sampai halus.
  - c. Tuangkan jahe yang sudah di belender kedalam belender kedalam saringan lalu saring dan ambil sarinya tanpa menambahkan air sedikitpun.
  - d. Panaskan kuah diatas kompor dengan api tidak terlalu besar, kemudian masukkan semua gula kedalam kuah.
  - e. Terus aduk gula jangan sampai gosong hingga mengental, setelah itu masukkan sari pati jahe secara merata, setelah tercampur rata dan agak melengket angkat kuah.
  - f. Lalu tuangkan adonan keatas cetakan atau kedalam loyang lalu potong – potong sebelum adonan tersebut mengeras.
  - g. Setelah dingin lalu dikemas dengan rapi menggunakan kertas minyak.

Robiansyah (2021) mengatakan bahwa dari manajemen usaha perlunya kita mempersiapkan bahan bahan dan peralatan yang dibutuhkan untuk memulai usaha yaitu:

1. Planning
  - a. Perencanaan terhadap kebutuhan bahan dasar dalam pembuatan permen Jahe adalah : Jahe, gula pasir dan kertas minyak,
  - b. Perencanaan terhadap peralatan yang digunakan dalam pembuatan permen Jahe : kompor, saringan, teko, gelas, pengaduk, gilingan,
  - c. Perencanaan waktu untuk pembuatan permen Jahe adalah:  $\pm$  45 menit,
  - d. Perencanaan dalam pengemasan permen Jahe untuk di pasarkan adalah : dalam bentuk kemasan permen.



Gambar 2. Produk Permen Jahe, Diberi Label (Permen Rewa)

## 2. Organaizing

Dalam pembuatan permen Jahe perlunya struktur organisasi yang jelas agar produksi usaha permen jahe dapat dilaksanakan, untuk itu dalam pembuatan permen Jahe dibutuhkan :

### a. Ketua:

Bertugas sebagai mensosialisasikan permen Jahe ke masyarakat dan dibantu oleh petugas Kesehatan Puskesmas Sidodadi, menyusun kerja anggota dalam pembuatan permen Jahe, merencanakan jadwal kegiatan.

### b. Anggota 1

Menyiapkan bahan baku, menyiapkan alat, mendistribusikan produk permen Jahe.

### c. Anggota 2

Mengolah bahan baku, mengemas bahan baku, mendistribusikan produk permen Jahe.

## 3. Actuating

Tindakan yang dilakukan dalam pembuatan permen Jahe haruslah sesuai dengan prosedur yang sudah disusun sehingga menjadi SOP dalam pelaksanaannya tidak terjadi kesalahan baik itu takaran jumlah bahan maupun standar peralatan yang digunakan.

## 4. Controlling

Pengawasan pembuatan permen Jahe harus dilakukan secara berkala agar kualitas dan khasiatnya dapat terjaga. Sehingga efektifitas dari permen Jahe dapat bermanfaat bagi ibu hamil dalam mengatasi mual dan muntah

## IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang sudah dicapai dalam pengabdian ini adalah: Ibu hamil yang ada di wilayah kerja Puskesmas Sidodadi Kisaran yang mengalami mual dan muntah sudah memahami bagaimana cara penanggulangannya, sebagian besar sudah menggunakan terapi farmakologis, dari pada menggunakan obat-obatan ataupun yang hanya dibiarkan saja tanpa mencari solusi atau cara lainnya. Yaitu dengan

mengonsumsi permen jahe yang mana permen jahe tersebut mereka produksi sendiri dari olahan bahan dasar yang mereka tanam dipekarangan atau halaman rumahnya masing-masing.

Memberikan pembelajaran dan pendampingan dalam meningkatkan manajemen wirausaha home industri di wilayah kerja Puskesmas Sidodadi Kisaran Kabupaten Asahan. Memberikan sosialisasi kepada seluruh ibu hamil yang berkunjung melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Sidodadi tentang manfaat dan cara pengelolaan dari permen jahe. Sehingga harapannya seluruh ibu hamil nantinya dapat mengatasi mual dan muntahnya dengan menggunakan produk alami dengan memanfaatkan tanaman herbal yang tumbuh di lingkungan sekitar pekarangan rumahnya masing-masing



Gambar 3. Kegiatan Sosialisasi Tentang Manfaat dan Cara Pengelolaan Permen Jahe

## V. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang telah dilakukan berupa bentuk penyuluhan atau Edukasi Pemanfaatan Khasiat Permen Jahe Pada Ibu Hamil dan berupa manajemen wirausaha yang meliputi penyuluhan, promosi dan pemasaran. Dimana dalam pengabdian ini memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan pada ibu hamil dan masyarakat yang ada di wilayah kerja puskesmas Sidodadi dalam pemanfaatan dan pengelolaan bahan dasar alam yang berbasis tanaman rempah-rempah untuk mengolah dan membuat produk yang lebih bermanfaat. Salah satunya adalah pemanfaatan jahe dalam pembuatan permen yang berfungsi untuk meredakan rasa mual dan muntah pada ibu hamil.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terima Kasih kepada seluruh masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Sidodadi, dimana antusias dan semangatnya yang positif dalam menerima informasi yang diberikan tentang manfaat dan cara pengolahan dari permen jahe, serta mau menerapkannya di kehidupan sehari-hari. Terutama pada ibu hamil dengan keluhan mual dan muntah pada masa kehamilannya, merasa nyaman dengan solusi telah yang diberikan, yaitu dengan pengolahan permen jahe yang praktis serta dapat dikonsumsi oleh ibu hamil kapanpun dan dimanapun..

## DAFTAR PUSTAKA

- Aryanta, I. W. R. (2019). Manfaat jahe untuk kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43.  
Dartiwen, S. S. T. M. K., & Yati Nurhayati, S. S. T. M. K. (n.d.). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Penerbit Andi. <https://books.google.co.id/books?id=zoX-DwAAQBAJ>

- 
- Febriyeni, F., & Delfina, V. (2021). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Dan Daun Pandan Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), 49–57.
- Harahap, R. F., Alamanda, L. D. R., & Harefa, I. L. (2020). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 84–95.
- Hj. Saminem, S. K. M. (n.d.). Kehamilan normal Seri asuhan kebidanan. Egc. [https://books.google.co.id/books?id=p\\_Nqdyogdo8C](https://books.google.co.id/books?id=p_Nqdyogdo8C)
- Indrayani, I. M., Burhan, R., & Widiyanti, D. (2018). Efektifitas Pemberian Wedang Jahe Terhadap Frekuensi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 201–211.
- Kanisius. (1989). Jahe. Anggota IKAPI. Yogyakarta
- Kurniasih, H., Zuhriyatun, F., & Faizah, S. N. (2019). Efektivitas Kombinasi Ekstrak Jahe Dan Piridoksin Untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Sains Kebidanan*, 1(1), 1–6.
- Machmud, R. (2008). Manajemen mutu pelayanan kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 2(2), 186–190.
- Parwitasari, C. D. (2009). Perbandingan efektivitas pemberian rebusan jahe dan daun mint terhadap mual muntah pada ibu hamil. Riau University.
- Permata, H. (2017). Tanaman Obat Tradisional. Titian Ilmu.
- Robiansyah. (2021). Manajemen Organisasi Kesehatan Masyarakat. Moeka Publishing.
- Sudirman. (2020). Buku Ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat. Zahir Publishing.
- Tiran, D. (2008). Mual Dan Muntah Kehamilan Seri Asuhan Kebidanan.
- Widani, N. L. (2019). Penyuluhan Pentingnya Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di Sos Desataruna Jakarta. *Patria: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 57–68.
- Yulaikhah, L. (2009). Kehamilan: seri asuhan kebidanan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Yustikasari, Y., Anissa, R., & Dewi, R. (2021). Pelatihan Promosi Kesehatan pada Tenaga Kesehatan di Jawa Barat. *Journal of Servite*, 3(2), 57–67.