

## EFEKTIVITAS AIR REBUSAN CENGKEH UNTUK MENGURANGI FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

**Irma Noviana\*, Ira Sanjaya, Ulfa Maqfirah**  
*Akademi Kebidanan Medica Bakti Persada, Indonesia*

\* Corresponding Author: [irmanoviana314@gmail.com](mailto:irmanoviana314@gmail.com)

---

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received: 11-02-2025

Revised: 18-02-2025

Accepted: 25-02-2025

Available online

#### Kata Kunci:

Air rebusan cengkeh, ibu hamil trimester pertama, mual muntah

#### Keywords:

*Clove boiled water, first trimester pregnant women, nausea vomiting*

### ABSTRAK

Ketidaknyamanan yang paling umum terjadi pada ibu hamil adalah mual dan muntah. Mual pada kehamilan merupakan reaksi tubuh ibu terhadap perubahan yang terjadi akibat kehamilan. Sekitar 75% dari seluruh wanita mengalami mual dan muntah pada awal kehamilan. Di Indonesia, data yang diperoleh dari ibu dengan mual dan muntah berlebihan pada tahun 2020 mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan. Keluhan mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Penelitian ini dilakukan di Klinik Dian Utama Lestari, Kota Subulussalam, Kota Subulussalam pada bulan Januari sampai dengan Februari 2025. Jenis penelitian ini adalah

quasi eksperimen dengan menggunakan desain kelompok kontrol. Populasi yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester pertama. Jumlah sampel yang tersedia sebanyak 24 sampel yang diambil secara purposive sampling dari populasi tersebut. Hasil analisis bivariat efektivitas air rebusan cengkeh untuk menurunkan frekuensi mual dan muntah diperoleh nilai p-value (0,000). Dari hasil bivariat p-value < (0,05) dapat disimpulkan bahwa air rebusan cengkeh efektif dalam menurunkan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I di Klinik Dian Utama Lestari Kota Subulussalam tahun 2025. Disarankan kepada ibu hamil trimester I agar memanfaatkan upaya nonfarmakologis untuk menurunkan frekuensi mual muntah seperti rutin mengonsumsi air rebusan cengkeh dan mengurangi penggunaan obat-obatan medis yang dapat menimbulkan efek samping.

### ABSTRACT

*The most common discomfort in pregnant women is nausea and vomiting. Nausea in pregnancy is the mother's body's reaction to the changes that occur as a result of pregnancy. About 75% of all women experience nausea and vomiting in early pregnancy. In Indonesia, data obtained from mothers with excessive nausea and vomiting in 2020 reached 14.8% of all pregnancies. Complaints of nausea and vomiting occur in 60-80% of primigravida and 40-60% of multigravida. This research was conducted at the Dian Utama Lestari Clinic, Subulussalam City, Subulussalam City from January to February 2025. This type of research was a quasi-experimental using a control group design. The population determined in this study were all pregnant women in the first trimester. The number of available samples was 24 samples taken by purposive sampling from the population. The results of the bivariate analysis of the effectiveness of clove boiled water to reduce the frequency of nausea and vomiting obtained p-value (0.000). From the results of the bivariate p-value < (0.05) it can be concluded that clove boiled water is effective in reducing the frequency of nausea and vomiting in first trimester pregnant women at the Dian Utama Lestari Clinic, Subulussalam City in 2025. It is recommended to pregnant women in the first trimester I to take advantage of non-pharmacological*

*efforts to reduce the frequency of nausea and vomiting such as regular consumption of clove boiled water and reduce the use of medical drugs that can cause side effects.*

This is an open access article under the [CC BY-NC](#) license.  
Copyright © 2025 by Author. Published by Akademi Kebidanan Nusantara 2000



## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang didalam rahimnya terdapat embrio atau fetus. Kehamilan dimulai pada saat masa konsepsi hingga lahirnya janin, dan lamanya kehamilan dimulai dari ovulasi hingga partus yang diperkirakan sekitar 40 minggu dan tidak melebihi 43 minggu. kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intra uteri mulai dari sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan (Kuswanti, 2021).

Jumlah ibu hamil di Indonesia pada tahun 2021 tercatat sekitar 5.256.483 orang. Sedangkan di Aceh, jumlah ibu hamil mencapai 332.810 orang tersebar di 33 kabupaten/kota. Di Subulussalam jumlah ibu hamil tercatat sebanyak 48. 877 orang tertinggi di Aceh kemudian di ikuti Kota Banda Aceh dengan jumlah 42.208 orang. Sementara itu, di Kota Subulussalam memiliki jumlah ibu hamil sebanyak 1654 orang yang tersebar di 1 kelurahan dan 5 desa (Profil Kesehatan Kabupaten/Kota Aceh, 2021).

Morning sickness ini biasanya menghilang sekitar minggu ke 12 sebagaimana tubuh ibu hamil telah terbiasa dengan perubahan yang terjadi saat kehamilan. Mual dan muntah yang berlebihan pada kehamilan disebut dengan hyperemesis gravidarum (Hamilton, 2021).

Terjadinya mual dan muntah tampaknya disebabkan oleh hormon estrogen dan progesteron walaupun tidak diketahui dengan pasti dan hormon human chorionic gonadotropin (HCG) juga berperan dalam menimbulkan mual dan muntah. Mual dan muntah selama kehamilan terjadi akibat dari peningkatan hormon estrogen dan progesteron secara tiba-tiba dalam aliran darah yang dikeluarkannya human chorionic gonadotrophin (hCG). Pada trimester pertama kehamilan, kadar hCG akan menjadi dua kali lebih besar setiap 48 sampai 72 jam. Pada gestasi abnormal, kadar hCG akan meningkat sampai pada titik tertentu kemudian kadar tersebut akan berkurang atau menurun (Prawirohadjo, 2021).

Mual muntah merupakan gejala yang sering terjadi pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Setiap wanita hamil akan memiliki derajat mual yang

berbeda-beda, ada yang tidak terlalu merasakan apa-apa, tetapi ada juga yang merasa mual dan ada yang merasa sangat mual dan ingin muntah setiap saat (Maulana, 2020).

Mual (nausea) dan muntah (emesis gravidarum) adalah gejala yang wajar dan sering terjadi pada kehamilan trimester pertama. Secara fisiologis, rasa mual terjadi akibat kadar estrogen yang meningkat dalam darah sehingga mempengaruhi sistem pencernaan. (Hidayati,2020).

Keluhan mual dan muntah bisa diatasi dengan memberikan air rebusan cengkeh. Khasiat cengkeh adalah untuk mengobati mual dan muntah, sinusitis, kembung, masuk angin, sakit kepala, sakit maag, rematik, diare, dll. Cengkih secara kimiawi ringan dan mengandung karbohidrat, kalsium, fosfor, zat besi, vitamin B1, lemak protein, dan eugenol. Cengkih mengandung minyak atsiri dengan sifat farmakologis yang berperan sebagai anestesi, antimikroba, antiseptik, dan stimulant (Javed, 2020).

Untuk mengatasi mual dan muntah, ibu diberikan air rebusan cengkeh yang dihangatkan sebelum konsumsi. Jumlah air rebusan cengkeh yang dikonsumsi ibu hamil adalah 50 ml dari 5 cengkeh, dengan air ditambahkan sedikit gula merah agar mengurangi rasa pahit dan pedas cengkeh yang sudah direbus. Kandungan atsiri yang bersifat anestetik pada cengkeh akan mengatasi rasa sakit pada perut dan menghentikan muntah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas air rebusan cengkeh untuk mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian menggunakan quasi experiment dengan pendekatan control group design. Rancangan penelitian ini menggunakan satu kelompok subjek eksperimen dan satu kelompok subjek kontrol. Pertama dilakukan pengukuran untuk eksperimen dan kelompok kontrol, lalu diberikan perlakuan untuk jangka waktu tertentu bagi kelompok eksperimen dan tidak diberi perlakuan untuk kelompok kontrol, kemudian dilakukan pengukuran untuk kedua kalinya untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok birthball hampir seluruh responden (93.3%) berusia 20-35 tahun dan pada kelompok berjalan sebagian besar (86.7%) juga berusia 20-35 tahun. Selanjutnya lebih dari setengah responden pada kelompok birthball (53.3%) berstatus primigravida, sedangkan pada kelompok berjalan hampir sebagian responden (46.7%) adalah primi dan multi.

**Tabel 1.** Distribusi karakteristik responden

<b>Karakteristik</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>		
20-29 Tahun	9	32,1
30-39 Tahun	15	53,6
>=40 Tahun	4	14,3
<b>Paritas</b>		
Primipara	10	35,7
Multipara	18	64,3
<b>Pendidikan</b>		
Pendidikan Menengah (SMP,SMA)	20	71,4
Pendidikan Tinggi (D3,S1,S2)	8	28,6
<b>Pekerjaan</b>		
PNS	2	7,1
Pegawai swasta	6	21,4
Wirausaha	8	28,6
Ibu rumah tangga	12	42,9

Berdasarkan **Tabel 1** karakteristik responden diatas, karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan hasil mayoritas responden adalah usia 30-39 tahun yaitu 15 responden (53,6%). Karakteristik responden berdasarkan paritas didapatkan hasil mayoritas responden adalah paritas multipara yaitu 18 responden (64,3%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan didapatkan hasil mayoritas responden adalah pendidikan menengah (SMP, SMA) yaitu 20 responden (71,4%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan didapatkan hasil mayoritas adalah ibu rumah tangga yaitu 12 orang (42,9%).

**Tabel 2.** Muntah responden

<b>Frekuensi Mual Muntah</b>	<b>Control</b>		<b>Experiment</b>	
	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Mual muntah ringan ( $\leq 6$ )	4	14,3	10	71,4
Mual muntah sedang (7-12)	8	57,1	4	28,6
Mual muntah berat (12-15)	2	14,3	0	0

Berdasarkan distribusi frekuensi analisis univariat diatas, distribusi frekuensi mual muntah pada kelompok responden yang tidak diberi air rebusan cengkeh (kelompok kontrol/control) didapatkan hasil mayoritas responden adalah mual muntah sedang yaitu 8 responden (57,1%). Distribusi frekuensi mual muntah pada kelompok responden yang diberi air rebusan cengkeh (kelompok eksperimen/experiment) didapatkan hasil mayoritas adalah mual muntah ringan yaitu 10 responden (71,4%) (**Tabel 2**).

**Tabel 3.** Hasil uji dengan independent sample t-test

Pengukuran	Mean±SD	Selisih Mean	95% Ci	t	p-value
Control	9,00±2,66				
Eksperimen	5,50±1,78	3,50	1,74-5,26	4,087	0,000

Berdasarkan tabel analisis bivariat dengan Independent sampel T-test diatas, didapatkan hasil rata-rata frekuensi mual muntah pada kelompok responden yang tidak diberi air rebusan cengkeh (kelompok kontrol/control) adalah 9,00 sementara hasil rata-rata frekuensi mual muntah pada kelompok responden yang diberi air rebusan cengkeh (kelompok eksperimen/experiment) adalah 5,50. Selisih rata-rata penurunan frekuensi mual muntah kelompok kontrol (control) dan eksperimen (experiment) adalah 3,50. Dari hasil analisis dengan Independent sample T-test diperoleh p-value (0,000) dan t-hitung (4,087). Dengan p-value (0,000) <  $\alpha$  (0,05) dan t hitung (2,133) > t tabel (2,056) maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I yang tidak diberi air rebusan cengkeh (kelompok kontrol/control) dengan ibu hamil trimester I yang diberi air rebusan cengkeh (kelompok eksperimen) yang artinya air rebusan cengkeh efektif untuk mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di klinik Dian Utama Lestari kota Subulussalam Tahun 2025 (Tabel 3).

Frekuensi mual muntah responden pada saat kehamilan trimester I berbeda-beda, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti keadaan umum ibu, kondisi fisik dan psikologis ibu pada saat kehamilan. Pengukuran frekuensi mual muntah responden di lihat dari hasil pengukuran sesudah (posttest) tanpa intervensi menggunakan lembar kuesioner Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea (PUQE).

Mual dan muntah dapat diatasi dengan pemberian air rebusan cengkeh. Air rebusan cengkeh diambil dari 5 butir cengkeh yang direbus dengan air 50 ml. Kemudian, air rebusan cengkeh diberikan kepada sampel selama 4 hari berturut-turut pada pagi dan sore hari setelah makan. Setelah diberi air rebusan cengkeh, frekuensi mual muntah responden diukur kembali dengan menggunakan alat ukur yang sama yaitu lembar kuesioner Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea (PUQE).

Hasil analisis pada tabel 4 menunjukkan rata-rata frekuensi mual muntah pada responden yang tidak diberi air rebusan cengkeh (kelompok kontrol/control) adalah 9,00 dan rata-rata frekuensi mual muntah pada responden yang diberi air rebusan cengkeh (kelompok eksperimen/experiment) adalah 5,50. Hasil ini menunjukkan adanya perbedaan frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I yang tidak diberi air rebusan cengkeh (kelompok kontrol/control) dengan ibu hamil trimester I yang diberi air rebusan cengkeh (kelompok eksperimen/experiment) dimana frekuensi mual muntah kelompok

kontrol lebih tinggi dibandingkan dengan frekuensi mual muntah kelompok eksperimen dengan selisih rata-rata frekuensi mual muntah sebesar 3,50.

## SIMPULAN DAN SARAN

Mayoritas frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I yang tidak diberi air rebusan cengkeh di Klinik Utama Dian Lestari Kota Subulussalam Tahun 2025 adalah mual muntah sedang yaitu 8 responden (57,1%) dengan rata-rata frekuensi mual muntah 9,00. Mayoritas frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I yang diberi air rebusan cengkeh di Klinik Kasih Ibu Kecamatan Deli Tua Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022 adalah mual muntah ringan yaitu 10 responden (71,4%) dengan rata-rata frekuensi mual muntah 5,50. Air rebusan cengkeh efektif untuk mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Klinik Dian Utama Lestari Tahun 2025 dengan p-value  $(0,000) < \alpha (0,05)$  dan  $(4,087) > t$  tabel  $(2,056)$ .

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar. (2020). Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Ibu Primigravida Trimester I Dengan Nausea di UPT Puskesmas Klungkung I. Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents.
- Arisman. (2017). *Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Daur Kehidupan*. EGC.
- Balikova, M. (2018). Quality Of Women'S Life With Nausea And Vomiting During Pregnancy. *Central European Journal Of Nursing and Midwifery*, 5(1), 29–35.
- Chan, R., & Andrew, F. (2021). Maternal Influences on Nausea and Vomiting in Early Pregnancy. *Matern Child Health J*. <https://doi.org/10.24014/jp.v12i2.3235>
- Ebrahimi, N. (2020). Optimal management of nausea and vomiting of pregnancy. *International Journal of Women's Health*, 2, 241–248. <https://doi.org/10.52395/jkjims.v9i02.159>
- Elshabrina. (2019a). Dahsyatnya Daun Obat Sepanjang Masa. Cemerlang Publishing. <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3745>
- Elshabrina. (2019b). *Manfaat Minyak Atsiri pada Cengkeh*. Cemerlang Publishing.
- Hamilton, P. (2021). *Mual dan Muntah Kehamilan*. EGC.
- Herrel. (2021). Penyuluhan dan Pemberian Air Rebusan Cengkeh pada Ibu hamil Trimester I dengan Emesis Gravidarium. *Journal of Community Engagement in Health*. <https://doi.org/10.1007/bf0305811>