

PEMBERIAN MINUMAN FORMULASI KACANG METE, KACANG MERAH DAN JAHE PADA IBU HAMIL DENGAN EMESIS GRAVIDARUM

PREGNANT WOMEN WITH EMESIS GRAVIDARUM FORMULA CASHEW, KIDNEY BEAN AND GINGER

Ade Marlisa Rahmadayanti¹, Ulfatul Zahro²

STIKES Abdurahman Palembang^{1,2}

Email : adejasmine6392@gmail.com¹, ulfaswiss07@gmail.com²

ABSTRAK

Peningkatan hormon estrogen pada ibu hamil Trimester I dapat menyebabkan terjadinya perubahan dan juga gangguan salah satunya adanya perasaan mual dan emesis (muntah) dan menyebabkan ibu hamil tidak mau makan, hal ini dapat menyebabkan dampak buruk bagi ibu maupun janin ibu sendiri, untuk mengurangi gejala-gejala timbulnya mual dan muntah yaitu menghindari bau dan faktor-faktor penyebabnya. Minum air jahe sebelum bangun dari tempat tidur di pagi hari, makan sedikit-sedikit tapi sering. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui dan menganalisa ketepatan penerimaan minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe pada ibu hamil dengan Ibu Hamil Emesis Gravidarum. Desain penelitian ini adalah quasi eksperiment atau eksperimen semu. Subjek penelitian seluruh ibu hamil Trimester I dan II dengan emesis gravidarum dengan jumlah 20 responden. Hasil analisis univariat dari 20 responden yang menerima minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe sebanyak 15 responden (75%) dan yang kurang menyukai sebanyak 5 responden (25%) dengan alasan kurang suka dengan aroma jahe mungkin kedepannya dapat dicarikan alternatif lainnya mulai dari bahan, rasa dan bentuk/pengemasan yang dapat lebih dimodifikasi, agar minuman formulasi ini dapat di terima 100%.

Kata Kunci :Penerimaan Minuman Formulasi Emesis Gravidarum

ABSTRACT

Estrogen hormone increasing of pregnant women on frist three semesters can cause a change and symptom, for example they feel such as queasy, emesis and difficult to eat something. These can cause bad effects for them and their fetus. To decreasethose symptoms, they have to avoid some bad smells and their cause factors. They can drink ginger water before getting up from bed in the morningand having meal many times although a few. The purpose of this research ate to know and to know and to analyse the accuracy of accepting formula drinks of cashew, kidney bean and ginger on pregnant women with emesis gravidarum pregnant women. The research design is quasi experiment. Research subject of all pregnant women on the frist and second three semesters with emesis gravidarum with 20 respondents who accepted formula drinks of ceshew, kidney bean and ginger are 15 respondents (75%) and who didn't accept 5 respondents (25%). The reason of they didn't accept those drinks is ginger aroma. It may be found another alternative things such as matterial, aroma and shape which can be modified more, so this formula drink can be accepted 100%

Keywords :Emesis GravidarumAcceptance of Formula Drink

PENDAHULUAN

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan 10 hari menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester pertama berlangsung selama 12 minggu, trimester kedua berlangsung selama 15 minggu (minggu ke 13 hingga minggu ke 27), dan trimester ketiga berlangsung selama 13 minggu (minggu ke 28 hingga 40).¹ Kehamilan merupakan mata rantai yang berkesinambungan dan terdiri dari ovulasi, migrasi, spermatozoa, ovum, konsepsi, pertumbuhan zigot, nidasi (implantasi) pada uterus, pembentukan plasenta dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm.²

Peningkatan hormon *estrogen* pada Ibu hamil Trimester I dapat menyebabkan terjadinya perubahan dan juga gangguan salah satunya adalah adanya perasaan mual dan *emesis* (muntah). Keadaan ini merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi dapat menjadi patologis apabila berlangsung lama dan muntah pada Ibu hamil tersebut lebih dari 10 kali, tentu saja hal ini tidak dapat dibiarkan. Adanya perasaan mual menyebabkan ibu hamil tersebut tidak mau makan, dan apabila ini terjadi, dapat menyebabkan dampak yang buruk bagi ibu maupun janin itu sendiri, karena mempengaruhi asupan yang diterima oleh janin dan dapat terjadi dehidrasi pada ibu serta tidak seimbangannya elektrolit dengan alkalosis hipokloremik.³

Emesis gravidarum adalah gejala yang wajar atau sering terdapat pada kehamilan trimester pertama. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini biasanya terjadi enam minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung

kurang lebih 10 minggu.⁴ Mual (*nausea*) dan muntah (*emesis gravidarum*) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester pertama. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu setelah hari pertamahaid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% terjadi pada multigravida. Secara fisiologis, rasa mual terjadi akibat kadar *estrogen* yang meningkat dalam darah sehingga mempengaruhi sistem pencernaan.⁵

Mual muntah yang berlebihan menyebabkan cairan tubuh berkurang, sehingga darah menjadi kental (hemokonsentrasi) dan sirkulasi darah ke jaringan terlambat. Jika hal itu terjadi, maka konsumsi oksigen dan makanan ke jaringan juga ikut berkurang. Kekurangan oksigen dan makanan ke jaringan akan menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat mengurangi kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya. Pada kasus semacam ini diperlukan penanganan yang serius tentunya. Tanda bahaya yang paling utama pada masalah mual muntah adalah dehidrasi karena beresiko terhadap kesehatan ibu dan janin. Oleh karena itu, diperlukan asupan cairan yang hilang. Menegaskan bahwa ibu hamil yang mengalami mual muntah berat akan mengalami berbagai masalah seperti dehidrasi, gangguan keseimbangan elektrolit, kelelahan, dan gangguan asam basa.⁶

Etiologi dan patogenesis emesis dan hiperemesis gravidarum berkaitan erat dengan etiologi dan patogenesis mual dan muntah pada kehamilan. Penyebab pasti mual dan muntah yang dirasakan ibu hamil belum diketahui, tetapi terdapat beberapa teori yang mengajukan keterlibatan faktor-faktor biologis, sosial dan psikologis. Faktor biologis yang paling berperan adalah perubahan kadar hormon selama kehamilan.

Menurut teori terbaru, peningkatan kadar human chorionic gonadotropin (hCG) akan menginduksi ovarium untuk memproduksi estrogen, yang dapat merangsang mual dan muntah.¹¹ Pada umumnya ibu hamil dapat menyesuaikan diri pada kondisi tersebut, meskipun demikian dapat berlangsung berbulan-bulan. Keluhan ini merupakan hal yang fisiologis akan tetapi apabila tidak segera diatasi akan menjadi hal yang patologis⁴.

Pada kasus *emesis gravidarum* jika tidak segera ditangani akan mengakibatkan penurunan berat badan dikarenakan tidak terpenuhinya asupan nutrisi ibu yang mengakibatkan meningkatnya kejadian gangguan pertumbuhan janin (*IUGR*), perkembangan janin terhambat (*PJT*), berat badan lahir rendah (*BBLR*), dan cacat bawaan pada janin¹.

Emesis Gravidarum jika tidak segera ditangani akan menjadi *Hiperemesis Gravidarum* yang akan berdampak serius pada ibu dan janin. Ibu akan mengalami kekurangan nutrisi dan cairan sehingga keadaan fisik ibu menjadi lemah dan lelah dapat pula mengakibatkan gangguan asam basa, *pneumoniaspirasi*, robekan mukosa pada *gastroesofagi* yang menyebabkan perdarahan *ruptur esofagus*, serta kerusakan hepar dan ginjal yang akan memberikan pengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan janin karena nutrisi yang tidak terpenuhi mengakibatkan peredaran darah ke janin menjadi berkurang⁷.

Menurut dr. Suparyanto (2013), penyebab *Emesis gravidarum* tidak diketahui pasti tetapi diduga disebabkan oleh peningkatan hormon kelamin yang diproduksi selama hamil. Penyebabnya hampir dapat dipastikan karena kepekaan terhadap hormon kehamilan. Tetapi, akan berlebihan jika calon ibu terlalu cemas atau mengalami tekanan emosional. Mual di pagi hari lebih umum daripada di saat yang lain, karena perut mengandung kumpulan asam gastrik yang diendapkan semalaman. Penyebab

Emesis gravidarum tampaknya disebabkan oleh *hormone estrogen* dan *progesterone*. Walaupun hal ini tidak diketahui dengan pasti dan hormon hCG juga berperan dalam menimbulkan mual dan muntah tersebut¹.

Faktor psikologis yang mempengaruhi terjadinya *emesis gravidarum* terdiri dari stress, dukungan suami dan keluarga, faktor lingkungan sosial, budaya dan ekonomi. Perubahan bentuk tubuh yang terjadi pada ibu dengan *emesis* yaitu berat badan cenderung turun atau ibu tampak lebih kurus, turgor kulit berkurang serta tidak elastis dan mata terlihat cekung. Apabila ibu hamil yang mengalami hal tersebut tidak ditangani dengan baik maka dapat menimbulkan masalah lain yang lebih berat yakni peningkatan asam lambung dan selanjutnya dapat menjadi *gastritis*. Peningkatan asam lambung ini yang akan semakin memperparah *emesis gravidarum*.⁸

Adapun hal-hal yang harus dilakukan dalam mengatasi *emesis gravidarum* yaitu pemberian Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) tentang kehamilan dengan *emesis gravidarum*, menganjurkan ibu agar tidak terlalu cepat bangun dari tempat tidur, sehingga tercapai adaptasi aliran darah menuju susunan saraf pusat, Nasihat Diet dianjurkan untuk makan dengan porsi kecil tetapi sering, Obat-obatan, pengobatan ringan tanpa masuk rumah sakit pada *emesis gravidarum*, Vitamin yang diperlukan (vitamin B kompleks, B6 sebagai vitamin dan anti muntah), Nasihat pengobatan (banyak minum air, hindari minuman atau makanan yang asam untuk menghindari iritasi lambung), menganjurkan untuk rutin melakukan kontrol antenatal (pemeriksaan hamil lebih sering) serta menganjurkan untuk segera datang ke petugas kesehatan bila mengalami keadaan yang abnormal².

Adapun beberapa tips untuk mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum* disarankan untuk makan malam dalam porsi

kecil saja tetapi sering, serta berhenti makan sebelum merasa kenyang. Kadang-kadang ibu dianjurkan untuk memilih makanannya sendiri agar lebih berselera⁸.

Terdapat beberapa jenis minuman dan makanan yang dapat dikonsumsi ibu hamil pada saat mengalami *emesis gravidarum*. Beberapa makanan dan minuman tersebut dapat dikonsumsi agar kebutuhan ibu tercukupi, sehingga walaupun ibu merasa mual dan muntah makanan dan minuman tersebut tetap dapat ibu diminum dengan baik. Beberapa contoh makanan dan minuman tersebut antara lain minuman jahe, kacang mete kacang merah, roti kering, kentang, ketela atau ubi, dan olahan, ikan, ayam tanpa kulit, telur, buah-buahan dan sayuran⁹.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu bahwa pada penelitian sebelumnya telah dibuat efektifitas rebusan jahe dalam mengurangi *emesis gravidarum* ibu hamil trimester I.¹⁰ Adapun penelitian lain yang dilakukan tahun 2018 menyatakan pemberian antioksidan merupakan salah satu zat gizi yang dapat menurunkan mual dan muntah. Antioksidan ini dapat ditemukan pada bahan makanan seperti jahe, kacang kedelai, kacang mete, kacang merah dan kacang hijau. Bahan makanan tersebut dapat dikonsumsi dalam bentuk minuman fungsional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui aktivitas antioksidan pada minuman fungsional berbasis jahe dan kacang-kacangan yang dapat membantu mengatasi mual dan muntah.¹² Sebuah penelitian juga telah dilakukan oleh kundarti dkk, yang diteliti untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan sebelum dan sesudah diberi serbuk jahe diuji dengan menggunakan Wilcoxon Matched Pairs Test yaitu diperoleh P value $0,33 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Kesimpulannya ada pengaruh pemberian serbuk jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil usia kehamilan 0-16 minggu di Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Kecamatan

Ngadiluwih Kabupaten Kediri.¹² Penelitian yang sama pun pernah dilakukan Nugrahani yang memberikan seduhan jahe dan jus jeruk bali terhadap 32 responden yang mengalami mual dan muntah didapatkan hasil uji univariat *mean* frekuensi mual muntah sebelum diberikan seduhan jahe sebesar 3,1875 sedangkan frekuensi mual muntah sebelum diberikan jus buah jeruk bali memiliki *mean* 2,8750. Hasil uji bivariate didapatkan hasil p value $<$ dari α yang artinya H_0 ditolak, H_1 diterima. Pemberian seduhan jahe lebih efektif dibandingkan dengan jus buah jeruk bali untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I. Diharapkan untuk ibu hamil Trimester I yang mengalami mual muntah dapat menerapkan pemberian seduhan jahe dan jus jeruk bali sebagai alternatif untuk mengurangi mual muntah pada Trimester I.¹³ Aktifitas antioksidan berbasis jahe dan kacang-kacangan sebagai antiemetik. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa rata-rata nilai IC50 sari jahe, sari kacang hijau, dan sari kedelai adalah 75,15; 197,26; dan 104,55 mg/ml. Hal ini menunjukkan bahwa konsentrasi antioksidan sari jahe sebesar 75,15 mg/ml dapat menangkap 50% radikal bebas DPPH, sedangkan sari kacang kedelai dan kacang hijau membutuhkan konsentrasi antioksidan sebesar 197,26 mg/ml dan 104,55 mg/ml untuk dapat menangkap 50% radikal bebas DPPH.¹⁴

Mengacu pada penelitian terdahulu maka peneliti mencoba untuk membuat inovasi membuat minuman formulasi untuk ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* sebagai asupan nutrisi ataupun penambah gizi pada ibu hamil. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melihat gambaran penerimaan dari minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Mei-Juli 2018 di Klinik Alia Medika Palembang. Metode penelitian yang

digunakan dalam penelitian ini ialah *quasi-eksperiment* (eksperimen semu). Prosedur dan teknik pengambilan sampel yang dilakukan adalah dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Populasi dalam penelitian ini yakni seluruh ibu hamil Trimester I dan II yang mengalami *emesis gravidarum* dan didapatkan 20 responden yang dapat diikuti dalam penelitian

tersebut. Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer dengan instrumen yang digunakan berupa kuisioner yang diberikan langsung pada responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi penerimaan pemberian minuman kacang mete, kacang merah dan jahe pada ibu hamil dengan *Emesis Gravidarum*

Uraian	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	15	75
Cukup	5	25
Buruk	0	0
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa dari 20 responden yg mengalami *emesis gravidarum* didapatkan 15 responden (75%) termasuk dalam kateori baik yaitu menerima atau menyukai minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe. Untuk 5 responden (25%) lainnya masuk kategori cukup menerima minuman

formulasi tersebut. Penelitian yang telah dilakukan dari 20 responden yang di kategorikan menjadi 3 kelompok, yaitu kelompok baik apabila responden menjawab ya >75% dengan benar, cukup jika responden menjawab ya <74%-56%, buruk jika responden menjawab ya <56%.¹⁵

Tabel 2.

Penerimaan minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe dari pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum*

No	Pertanyaan	Presentase		Ket
		Ya (%)	Tidak (%)	
1	Apakah ibu menyukai aroma minuman yang saya berikan	75	25	Baik
2	Apakah ibu menyukai minuman yang saya berikan	90	10	Baik
3	Apakah ibu tidak merasa mual pada saat mengkonsumsi minuman tersebut	75	25	Baik
4	Apakah ibu merasa tidak ada keluhan selama mengkonsumsi minuman tersebut	65	35	Cukup
5	Apakah ibu merasakan ada pengurangan rasa mual setelah mengkonsumsi minuman tersebut	85	15	Baik
6	Apakah ibu merasa ada manfaat minuman tersebut dalam mengatasi mual	85	15	Baik
7	Apakah ibu mau apabila saya memberikan minuman tersebut dan ibu mengkonsumsi secara rutin	85	15	Baik
8	Apakah ibu merasa lebih baik setelah mengkonsumsi minuman	85	15	Baik

	tersebut			
9	Apakah ibu bisa menghabiskan minuman tersebut 2 botol pada pagi dan malam hari.	85	15	Baik
10	Apakah ibu berniat untuk memberikan kepada ibu yang mengalami mual muntah juga.	100	0	Baik

Berdasarkan analisa kuisioner diatas diketahui 15 responden (75%) suka dengan aromanya dan 5 responden (25%) tidak terlalu menyukai aroma minuman tersebut karena terdapat kandungan jahe yang mempunyai aroma khas sedikit pedas. Didapatkan 18 responden (90%) menyukai minuman tersebut, dikarenakan pada minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe memiliki cita rasa yang gurih yang disukai oleh responden. Hal ini sesuai dengan kandungan kadar lemak total pada 100 gram kacang mete mentah, tingginya kadar lemak pada kacang mete yang menyebabkan cita rasa yang nikmat hal ini suai dengan kandungan pada kacang mete kadar lemak total pada 100 gram. Tingginya kadar lemak pada biji mete sangat berperan penting dalam peningkatan kadar energi dan cita rasa. kacang mete juga merupakan sumber protein yang baik. Kadar protein pada 100 gram kacang mete mentah adalah 566 kkal¹⁶serta 2 responden (10%) dikarenakan responden tidak menyukai jahe yang sedikit pedas karena terdapat kandungan minyak *atsiri* pada jahe.

Pada pertanyaan nomor 3 didapatkan 15 responden (75%) tidak merasakan mual, hal ini dikarenakan minuman tersebut mengandung jahe. Jahe mampu memblok *serotonin* yaitu senyawa kimia yang dapat menyebabkan perut berkontraksi, sehingga timbul rasa mual. Disamping itu jahe juga membuat lambung menjadi nyaman, meringankan kram perut dan 5 responden (25%) tidak teratasi mual muntahnya. Pada pertanyaan nomor 4 diketahui 13 responden (65%) tidak mengalami adanya keluhan apapun selama mengkonsumsi minuman formulasi tersebut dan 7 responden (35%) merasa agak pusing dengan aroma jahe. Terdapat 17 responden (85%) merasakan pengurangan mual setelah mengkonsumsi

minuman tersebut dan 3 responden (15%) masih mengalami mual muntah. Hal ini dikarenakan kandungan dalam minuman ini mempunyai khasiat sebagai *antiemetic* (anti muntah) dan sangat berguna pada ibu hamil untuk mengurangi *morning sickness*. Suatu penelitian melaporkan bahwa jahe sangat efektif menurunkan *metoklopramide* senyawa penginduksi *nusea* (mual) muntah. Menurut komisi E (*Germa Federal Health Agency*) jahe efektif mengobati gangguan pencernaan dan gejala pencegahan *morning sickness*. Hal tersebut sesuai dengan teori Tiran¹⁷ bahwa jahe mengandung 19 komponen bio-aktif yang berguna bagi seluruh tubuh. Senyawa kimia pada jahe adalah antara lain minyak *atsiri* yang terdiri dari senyawa-senyawa *seskuiterpen*, *zingiberen*, *bisabolena*, *sineol*, *sitral*, *zingiberal*, *felandren*. Disamping itu, terdapat juga *sagaol*, *gingerol*, *pati*, *dammar*, *asam-asam organik* seperti *asam malat dan asam oksalat*, Vitamin A dan B, Jahe di ketahui berkhasiat merangsang kelenjar pencernaan sehingga baik untuk membangkitkan nafsu makan.

Pada pertanyaan nomor 6 didapatkan 17 responden (85%) merasakan adanya manfaat mengkonsumsi minuman formulasi kacang-kacangan tersebut dan 3 responden (15%) tidak merasakan adanya manfaat pada minuman tersebut. Kandungan pada kacang mete memiliki kadar lemak total pada 100 gram. Tingginya kadar lemak pada biji mete sangat berperan penting dalam peningkatan kadar energi dan cita rasa. kacang mete juga merupakan sumber protein yang baik. Kadar protein pada 100 gram kacang mete mentah adalah 566 kkal.¹⁷

Kacang merah adalah sumber karbohidrat kompleks, serat makanan (*fiber*), vitamin B

(terutama asam folat dan vitamin B6), fosfor, mangan, besi, thiamin, dan protein.¹⁸ Minyak jahe yang berisi *gingerol*, berkhasiat mencegah dan mengobati mual dan muntah yang menyebabkan dominan rasa pedas, manfaatnya bagi ibu hamil antara lain obat alami untuk mengatasi *morning sickness*. Salah satu khasiat air jahe untuk ibu hamil yaitu sebagai obat alami dalam mengatasi mual dan muntah pada awal kehamilan. Jahe memiliki kemampuan dalam mengontrol dan mencegah produksi *hormone serotonin* secara berlebihan yang menjadi penyebab *morning sickness*. Manfaat lainnya dapat mencegah hipertensi dalam kehamilan. Jahe memiliki kemampuan untuk menstimulasi pelepasan hormon adrenalin sehingga memperlebar pembuluh darah dengan begitu aliran darah akan berlangsung lancar sehingga kinerja jantung tidak terlalu berat. Dan 3 responden (15%) masih merasa mual.

Didapatkan 17 responden (85%) yang menyatakan mau mengonsumsi minuman tersebut secara rutin karena merasa teratasi dalam mengatasi mual muntah dan 3 responden (15%) tidak bersedia karena masih tidak teratasi rasa mualnya. Pada pertanyaan nomor 8 diketahui 17 responden (85%) teratasi mual muntah dan 3 responden (15%) tidak teratasi mual muntah. Didapatkan 17 responden (85%) mau menghabiskan minuman tersebut dan 3 responden (15%) tidak mau menghabiskan minuman tersebut. Didapatkan 20 responden (100%) mau memberikan juga pada ibu yang mengalami mual dan muntah karena ingin membantu ibu yang mual muntah.

Minuman formulasi salah satunya kacang mete, kacang merah dan jahe baik diminum pada pagi hari atau malam hari ketika merasa mual dan istirahat yang cukup dan segera makan apabila timbul rasa lapar⁶. Bahan-bahan untuk membuat minuman formulasi ini mudah didapatkan dan dapat dibuat sendiri dirumah. Hal di atas tentunya

sangat baik, apalagi setelah dilakukan analisis secara mendalam diketahui bahwasannya sebagian besar ibu menyukai minuman ini. Mulai dari rasa, tekstur dan aroma. Oleh sebab itu ibu merasa tidak bosan dan tidak mual pada saat mengonsumsi minuman yang diberikan dan ini bisa membantu para ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* asupan nutrisinya tetap baik dan berat badannya akan tetap stabil walaupun mengalami mual dan tidak mau makan. Untuk penyimpanan dalam jangka waktu yang lama sebaiknya minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe sebaiknya di simpan lemari es dengan suhu 12°C minuman dapat bertahan selama 7 hari, sedangkan pada suhu ruangan minuman tersebut tahan 6 jam.

KESIMPULAN

Hasil Penelitian yang didapati mengenai penerimaan minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe pada ibu hamil dengan *emesis gravidarum* adalah sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi penerimaan minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe pada ibu dengan *emesis gravidarum* yang menerima sebanyak 15 responden (75%)
2. Distribusi frekuensi penolakan minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe pada ibu dengan *emesis gravidarum* yang menolak sebanyak 5 responden (25%)
3. Setelah dilakukan pemberian minuman formulasi kacang mete, kacang merah dan jahe efek yang ditimbulkan berkurangnya rasa mual / *emesis gravidarum* pada ibu hamil.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut tentang pengaplikasian kacang mete,

kacang merah dan jahe terhadap ibu hamil dengan *emesis gravidarum* dengan jenis sediaan, atau digantikan dengan rasa yang berbeda supaya dapat diterima oleh ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*.

DAFTAR PUSTAKA

- 1 Prawirohardjo, Sarwono. 2012. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- 2 Manuaba.2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.
- 3 Soejoenoe. 2015. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- 4 Wiknjosastro, H.2009. *Ilmu Kebidanan* .Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- 5 Saifuddin. 2009. *Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan neonatal*. Jakarta: EGC.
- 6 Hidayati, R.2009. *Asuhan Keperawatan pada Kehamilan Fisiologis dan Patologis*. Jakarta: Salemba Medika.
- 7 Rukiyah, dkk. 2014. *Asuhan Kebidanan 1*. Jakarta: Trans Info Medika.
- 8 Maulana, M. 2008. *Panduan Lengkap Kehamilan*. Yogyakarta: Kata Hati.
- 9 Tiran.2007. *Mengatasi Mual Muntah dan Gangguan Lain Selama Kehamilan*. Jakarta: Doglossia.
- 10 Novita L .2016.Efektifitas rebusan jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I .*Jurnal Kesehatan Kebidanan*.3 (2); 10-15
- 11 Niebyl JR. Nausea and vomiting in pregnancy. *N Engl J Med*. 2014;363:1544-50.
12. Kundarti,FI dkk.2015.Efektifitas Pemberian Serbuk Jahe (Zingiber Officinale) Terhadap Tingkatan Mual Muntah Pada Ibu Hamil.*Jurnal Ilmu Kesehatan*.4 (1) : 18-30.
- 13 Nugrahani,RR.2015.Prosiding Seminar Nasional Kesehatan jilid 1.12 Maret 2016. Jakarta.Hal.27-37.
- 14 Harti, LB dkk.2018.Aktifitas antioksidan pada minuman fungsional berbasis jahe dan kacang-kacangan sebagai antiemetik.*Indonesian Jurnal of Human Nutrition*. 5 (1) ; 11-17.
- 15 Wawan,Dewi.2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. Jakarta: Rineka Cipta.
- 16 Harjana,D.2016.Kandungan gizi kacang mete. [.https://manfaatnyasehat.blogspot.co.id/2013/08/manfaatkacangalmond.html](https://manfaatnyasehat.blogspot.co.id/2013/08/manfaatkacangalmond.html).(diakses pada tanggal 14 februari)
- 17 Tiran.2007. *Mengatasi Mual Muntah dan Gangguan Lain Selama Kehamilan*. Jakarta: Doglossia.
- 18 Nuraidah.2013. *Studi Pembuatan Daging Tiruan dari kacang merah (phaseolus vulgaris)*. Skripsi. Program Studi Ilmu dan Teknologi pangan UNHAS.