

Sosialisasi dan Edukasi Pemanfaatan Wedang Jahe pada Ibu Hamil di Deli Serdang Sumatera Utara

Yulina Dwi Hastuty^{1*}, Nadroh Br Sitepu², Yunashyfa Azzura Balqis³, Gelis Putri Afdillah⁴, Yunasya Pradita Shabil⁵

^{1,4}Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan, Indonesia

²Jurusan Farmasi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan, Indonesia

³Prodi Ilmu Kedokteran, Universitas Pattimura, Ambon, Indonesia

⁵Prodi Magister Psikologi, Universitas Medan Area, Medan, Indonesia

Email: yulinadwihastuty@gmail.com^{1*}, nadroh1980@gmail.com², yunashyfaabc@gmail.com³, putriafdillahgelis@gmail.com⁴, yunasyapradita@gmail.com⁵

Informasi Artikel

Article History:

Received : 14 Desember 2024

Revised : 23 Februari 2025

Accepted : 20 Maret 2025

Published : 24 April 2025

*Korespondensi:

yulinadwihastuty@gmail.com

Keywords:

Complementary Therapy, Education, Ginger Tea, Pregnant Women, Socialization

Hak Cipta ©2025 pada Penulis.
Dipublikasikan oleh Universitas
Dinamika



Artikel ini open access di bawah lisensi
[CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

10.37802/society.v5i2.925

**Society : Jurnal Pengabdian dan
Pemberdayaan Masyarakat**

2745-4525 (Online)

2745-4568 (Print)

<https://ejournals.dinamika.ac.id/index.php/society>

Abstract

The purpose of this community service is to increase the knowledge of pregnant women and health workers at the Pratama Tanjung Clinic in Deli Serdang about alternative therapies or complementary therapies that are safe and can be used in overcoming nausea and vomiting in pregnant women, as well as overcoming the limitations of media used for educational activities in pregnant women. The solution to the problem offered is in the form of education with various media that have been prepared in advance related to the use of ginger tea in overcoming nausea and vomiting in pregnant women. The method was through counseling activities and demonstrations on using ginger tea as a complementary therapy in pregnant women and employees at the Pratama Tanjung Clinic, Deli Serdang. The media used are leaflets and pocketbooks that participants can read. The number of participants who participated in the activity was 42 people. The results obtained after community service activities showed an increase in knowledge from participants who were evaluated based on pre and post-test scores, activity participants also could access various sites containing health information. It is hoped that with this community service activity, participants can apply the information obtained to overcome health problems faced both in the family environment and the surrounding community.

PENDAHULUAN

Penanda kesehatan bagi masyarakat disatu daerah dapat dilihat berdasarkan Angka Kematian Ibu (AKI) serta Angka Kematian Bayi (AKB). Semakin tinggi AKI dan AKB di suatu negara, menunjukkan rendahnya tingkat kesehatan pada negara tersebut. Ibu yang hamil dan melahirkan adalah kelompok kategori rentan yang harus diberikan pelayanan maksimal. Meningkatkan kesehatan ibu adalah prioritas utama WHO (2024). Upaya percepatan penurunan Angka Kematian Ibu dapat dilakukan dengan memastikan akses pelayanan kesehatan ibu yang berkualitas bagi setiap ibu (Dinkes, 2019).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia AKI di Indonesia pada tahun 2021 mengalami peningkatan dibanding tahun 2020. Untuk Sumatera Utara, Kota Medan dan Kabupaten Deli Serdang menduduki posisi ketiga tertinggi dengan Kasus kematian ibu yaitu 14 kasus (Kemenkes, 2022). Tindakan pencegahan AKI dan AKB sebaiknya dimulai sejak wanita hamil. Permasalahan yang dialami oleh wanita hamil adalah keluhan mual muntah. Data yang dihimpun dari klinik yang beralamat di kota Medan mendapati bahwa kasus mual muntah pada ibu hamil mencapai 50%. Mual dan muntah merupakan gejala yang sering terjadi dan sering menjadi sumber stress selama kehamilan (Tiran, 2013). Sebagian besar wanita hamil merasakan mual dan muntah selama trimester awal atau pertama kehamilan.

Mual dan muntah yang terus-menerus bisa menjadi hiperemesis gravidarum dan berisiko bagi ibu dan janin karena dapat mengganggu kehamilan dan menghambat tumbuh kembang janin (Manuaba, 2014). Karena itu mual muntah harus diatasi sedini mungkin dengan tetap mengedepankan keamanan bagi ibu dan janin.

Klinik Pratama Tanjung merupakan salah satu klinik yang ada di wilayah Deli Serdang yang tidak hanya melayani kesehatan ibu hamil dan ibu bersalin tetapi juga melakukan pelayanan kesehatan lainnya. Permasalahan mitra yang diangkat pada program pengabdian masyarakat ini adalah terbatasnya informasi yang berkaitan dengan terapi alternatif atau terapi komplementer yang aman dan dapat digunakan dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu yang sedang hamil juga kurangnya pengetahuan ibu hamil dan jumlah tenaga pelaksana pelayanan kesehatan di klinik bersalin Tanjung yang dapat secara kontinue memberikan informasi dalam penanggulangan masalah kehamilan yang dialami ibu-ibu yang berkunjung ke klinik. Saat ini pemberi pelayanan yang ada di klinik Tanjung berjumlah 4 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok jaga dalam 24 jam, dengan rata-rata kunjungan pasien untuk keseluruhan pelayanan perhari mencapai ± 20 orang, sehingga memiliki keterbatasan dalam memberikan pelayanan informasi dan edukasi terkait penggunaan terapi komplementer.

Permasalahan lain yang menjadi fokus pada program ini adalah terbatasnya alat bantu atau media yang dapat digunakan untuk memberikan informasi tentang terapi komplementer dan pemanfaatannya. Beberapa faktor bisa menyebabkan hal ini terjadi karena: (1) Pemberian informasi tentang terapi komplementer baik melalui penyuluhan maupun pelatihan bukanlah merupakan suatu hal yang menjadi prioritas atau menjadi pilihan utama dalam menangani masalah kesehatan, (2) Keterbatasan SDM dalam menyediakan media yang bisa digunakan sebagai alat bantu penyuluhan, sehingga masih sedikit media atau alat bantu yang digunakan untuk memberikan informasi yang berkaitan dengan terapi komplementer dan pemanfaatannya, (3) Terapi komplementer belum dikenal secara luas sebagai terapi alternatif yang aman bagi penatalaksanaan kesehatan ibu hamil. Keterbatasan SDM dan media serta banyaknya jumlah pasien yang harus dilayani membuat upaya promosi kesehatan tidak dapat dilakukan secara maksimal. Hal ini yang menjadi alasan mengapa kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat perlu dilaksanakan di Klinik Pratama Tanjung.

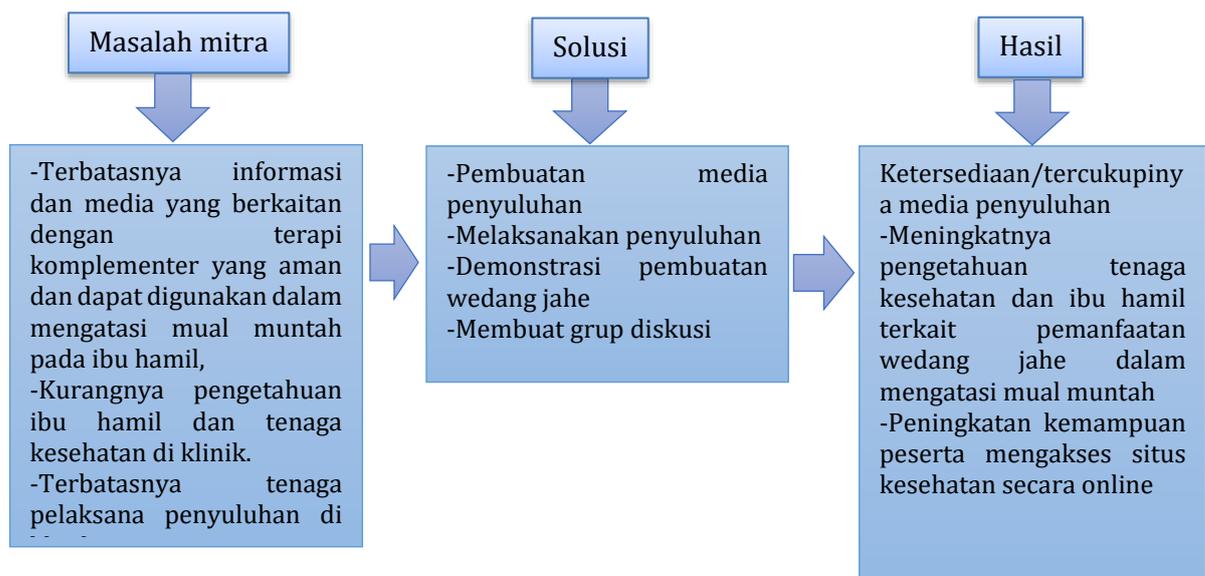
Solusi yang dilaksanakan untuk menangani permasalahan yang terjadi pada mitra adalah dengan melakukan sosialisasi dan penyuluhan dengan menggunakan media audiovisual berupa berupa leaflet dan buku saku serta demonstrasi cara pembuatan wedang jahe. Hal ini dapat membantu mitra sebagai sebuah tempat pelayanan kesehatan meningkatkan pengetahuan bagi klien yang datang juga memperbaharui dan meningkatkan pengetahuan staf dan pegawai yang bekerja di klinik tersebut. Adanya kegiatan sosialisasi dan penyuluhan ini akan membuat kualitas pelayanan mitra sebagai klinik lebih baik. Adapaun penggunaan jahe sebagai terapi alternative bagi ibu hamil dinilai aman karena sudah melalui penelitian sebelumnya (Wirahaarja, 2011); (Alyamaniyah et al., 2014.); (Saswita, 2011); (Tan et al., 2016).

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan masalah pada mitra teratasi dimana ibu hamil dan petugas kesehatan yang ada di klinik bersalin yang ada di Deli Serdang mengetahui tentang mual muntah pada kehamilan, penyebab dan penatalaksanaannya dengan terapi yang aman seperti wedang jahe serta dapat menjadi berbagi ilmu yang didapat kepada ibu-ibu lainnya yang ada di lingkungannya sehingga bisa menjadi *agent of change*.

METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan pada pengabdian masyarakat ini diuraikan sebagai berikut:

1. Melaksanakan kegiatan pre-test untuk penilaian awal dan post-test sebagai evaluasi akhir. Pretest dilaksanakan sebelum proses penyuluhan dilakukan. Sedangkan post test dilakukan setelah kegiatan penyuluhan. Jumlah responden untuk kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah seluruh ibu hamil yang datang ke Klinik Pratama Tanjung Kabupaten Deli Serdang sesuai jadwal yang disepakati. Jumlah soal yang diuji sebanyak 10 soal dengan bentuk *multiple choice*.
2. Melakukan sosialisasi dan edukasi. Kegiatan diawali dengan sosialisasi berupa pengenalan produk teh jahe sebagai terapi komplementer yang cukup efektif saat ini dalam mengatasi keluhan mual muntah, kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dimana sebelumnya ditanamkan prinsip bahwa terapi komplementer adalah terapi alternatif yang aman digunakan bagi permasalahan ibu hamil. Penyuluhan yang dilakukan menggunakan media audiovisual diantaranya video, leaflet, buku saku dan gambar terkait terapi komplementer.
3. Melakukan pengenalan/demostrasi cara pembuatan wedang jahe menggunakan video.
4. Membuat grup diskusi untuk forum tanya jawab dan mengajarkan cara membuka situs kesehatan secara online.
5. Evaluasi dilakukan dengan melihat keberlanjutan dari penggunaan terapi komplementer dalam mengatasi masalah kesehatan dan keaktifan dalam mengakses informasi berkaitan dengan kesehatan. Evaluasi dilakukan kepada ibu hamil yang melakukan kunjungan ulang ke Klinik Pratama Tanjung.



Gambar 1. Metode pelaksanaan PKM

HASIL dan PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat mengenai edukasi pemanfaatan terapi komplementer wedang jahe ini dilakukan terhadap 42 ibu hamil di wilayah kerja Desa Mekar Sari Kec. Delitua Kabupaten Deliserdang yang datang ke Klinik Pratama Tanjung. Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan berupa penyuluhan tentang pemanfaatan wedang jahe dalam mengatasi mual muntah dan demonstrasi cara pembuatan wedang jahe, hasil kegiatan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Gambaran karakteristik Ibu Hamil Yang Mengikuti Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Klinik Pratama Tanjung

Variabel	n	%
Usia Ibu		
< 20	2	4,8
20-35	35	83,3
> 35	5	11,9
Total	42	100
Usia Kehamilan		
Trimester 1	9	21,4
Trimester 2	17	40,5
Trimester 3	16	38,1
Total	42	100
Paritas		
Primipara	18	42,8
Multipara	22	52,4
Grandemultipara	2	4,8
Total	42	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa ibu hamil yang datang berkunjung ke Klinik Pratama Tanjung ada yang berusia diatas 35 tahun dan dibawah 20 tahun. Menurut teori, faktor-faktor yang dapat menyebabkan risiko tinggi pada ibu hamil meliputi usia ibu di bawah 20 tahun dan juga di atas 35 tahun, penyebab lainnya Paritas tinggi, yaitu ibu hamil atau melahirkan anak diatas 4 kali. Jika dilihat dari tabel 1 masih ada hamil dengan paritas grandemultipara yang artinya sudah melahirkan ≥ 5 kali. Salah satu faktor yang memengaruhi terhadap tingginya AKI adalah sikap dan perilaku ibu selama masa kehamilan, didukung oleh pengetahuan ibu tentang kehamilannya. Sehingga ibu perlu untuk diberikan Pendidikan kesehatan yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuannya.

Tabel 2. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel	Sebelum		Sesudah	
	n	%	N	%
Pengetahuan				
Baik	14	33,3	38	90,5
Cukup	23	54,8	4	9,5
Kurang	5	11,9	-	-
Total	42	100	42	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa pengetahuan responden terkait pemanfaatan terapi komplementer dalam hal ini penggunaan wedang jahe untuk mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil mengalami peningkatan sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Dari seluruh peserta kegiatan, sebanyak 33,3 % memiliki pengetahuan baik sebelum diberikan edukasi tetapi setelah diberikan edukasi mengalami peningkatan menjadi 90,5 % . Sedangkan responden dengan pengetahuan yang kurang sebanyak 11, 9 % sebelum dilakukan kegiatan edukasi namun setelah dilakukan kegiatan edukasi tidak ada lagi ditemukan responden yang berpengetahuan kurang. Hal ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan edukasi pada peserta memberikan manfaat terhadap peningkatan pengetahuan responden dalam hal ini ibu hamil dan juga tenaga kesehatan yang ada di Klinik Pratama Tanjung.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan, Demonstrasi dan Diskusi
(Sumber: Penulis, 2024)

Demonstrasi yang diberikan kepada mitra terkait pembuatan wedang jahe yang bertujuan untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil juga memberikan efek yang positif, demonstrasi diperkuat dengan menggunakan video pembuatan sirup wedang jahe yang didapatkan dari youtube, setelah rangkaian kegiatan selesai dilaksanakan dilakukan evaluasi terhadap penggunaan herbal dalam hal ini wedang jahe. Seluruh mitra mengaku merasa lebih nyaman dan rileks saat menggunakan produk terapi herbal. Namun hanya 80,5% dari mitra mengaku akan menerapkan terapi herbal tersebut dalam praktek pengobatan kesehariannya. Kendala yang diakui oleh mitra dalam pelaksanaan terapi ini yaitu butuh waktu khusus untuk mempersiapkan bahan-bahan serta meracik ramuan herbal tersebut.



Gambar 2. Pre test dan Post Test pada Peserta Kegiatan
(Sumber: Penulis, 2024)



Gambar 3. Pemberian Media Penyuluhan
(Sumber: Penulis, 2024)

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang telah dilakukan di Klinik Pratama Tanjung, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan responden mengenai pemanfaatan wedang jahe untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil. Kegiatan Edukasi berupa penyuluhan dapat menambah pengetahuan responden (Ramadhan et al., 2021). Berdasarkan hasil kegiatan terlihat adanya peningkatan pengetahuan “Baik” menjadi 90,5%. Keefektifan metode edukasi dengan berbagai media informasi seperti leaflet, buku saku dan role play/simulasi memperlihatkan adanya perubahan yang cukup signifikan terhadap pengetahuan responden, sesuai dengan hasil penelitian yang memperjelas bahwa edukasi dengan alat bantu E-leaflet efektif dan terbukti mampu menambah pengetahuan responden (Endang Purwati et al., 2023). Informasi yang diberikan dapat membantu ibu hamil untuk mengatasi kondisi mual dan muntah yang dialami dan juga bisa dijadikan pengalaman yang bermanfaat di kemudian hari jika ingin membudidayakan tanaman jahe sebagai upaya tindak lanjut dimasa depan guna meningkatkan perekonomian keluarga, mengingat rata-rata pekerjaan responden adalah ibu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga. Diharapkan kedepannya pemahaman dan pengalaman tentang penggunaan jahe dalam mengatasi mual muntah bisa dijadikan ladang bisnis yang dapat meningkatkan pendapatan keluarga bagi responden.

Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Hajrin (2021) menunjukkan pendampingan perlu dilaksanakan bagi masyarakat dalam mengembangkan tanaman jahe merah yang lebih menyeluruh dan tepat agar bisa berdampak secara langsung terhadap sistem perekonomian masyarakat (Hajrin et al., 2021). Peningkatan pengetahuan dari responden menunjukkan bahwa pemberian informasi melalui strategi edukasi dengan menggunakan media leaflet dan buku saku serta demonstrasi cara membuat wedang jahe berdampak positif terhadap pengetahuan responden. Hal ini sejalan dengan kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilakukan Ayuwardani 2023 yang mengusung tema pengelolaan hasil tanaman obat keluarga (TOGA) jamu instan jahe merah yang dilakukan dengan menggunakan metode penyuluhan juga demonstrasi (Ayuwardani et al., 2023).

Emesis Gravidarum atau mual muntah selama kehamilan adalah suatu ketidaknyamanan yang dominan terjadi selama kehamilan pada trimester I (pertama) (Meti Patimah, 2020). Hal tersebut mampu mempengaruhi kegiatan ibu jika terjadi secara continue/terus menerus atau berkepanjangan hingga trimester II, karena itu deteksi dini adalah hal yang sangat berperan terhadap menurunnya kejadian mual muntah/*hiperemesis gravidarum* (Rudiyanti, 2019). Hasil riset lain secara signifikan dan ilmiah terbukti menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara frekuensi *hiperemesis gravidarum* sebelum dan setelah minum air tebu yang dikombinasikan dengan air jahe (Wardani, 2020). *Emesis Gravidarum* masih disebut normal dan tidak membutuhkan

pengobatan medis sepanjang belum terdiagnosa sebagai *Hiperemesis Gravidarum*. Obat tradisional atau biasa juga disebut terapi komplementer merupakan alternative pilihan yang sangat tepat dalam menurunkan kondisi ketidaknyamanan selama hamil (Alyamaniyah et al., 2014; Tan et al., 2016; Hastuty, et al., 2021; Ayuwardani et al., 2023), hal senada dijelaskan dari hasil penelitian yang menunjukkan jahe merah bisa menjadi obat alami/tradisional untuk meredakan mual dan muntah ibu selama kehamilan, sejalan dengan artikel ilmiah yang menunjukkan bahwa Jahe memiliki kandungan minyak atsiri yang dapat memblokir serotonin dalam saluran pencernaan sehingga dapat memberikan rasa nyaman pada perut dan berperan dalam hal menyegarkan dan memblokir reflek muntah, mekanisme jahe dalam mengurangi mual muntah adalah melalui peningkatan tonus juga motilitas lambung juga melalui aktivitas antikolinergik dan antiserotonergik serta meningkatkan pengosongan lambung (Hu et al., 2011), *gingerol* yang terkandung dalam jahe bermanfaat bagi motilitas gastrointestinal, mendorong pencernaan menjadi lebih efisien sehingga makanan tidak bertahan lama dalam usus, juga memperlancar peredaran darah dan mengakibatkan sistem syaraf bekerja dengan baik, sehingga kondisi yang tegang bisa dicairkan, keadaan tubuh menjadi segar dan mual dan muntah berkurang (Herni et al., 2019a).

Berdasarkan Penelitian lainnya juga mendeskripsikan adanya kaitan minum rebusan air jahe dan kondisi mual dan muntah selama ibu hamil (Hasan et al., 2023; Lazdia et al., 2020.), jahe dipercaya sebagai pemberi rasa nyaman dalam perut. Sifat antiperadangan pada jahe dapat menenangkan perut yang sakit atau tidak nyaman. Memberikan Pendidikan kesehatan atau edukasi kepada responden mengenai penggunaan jahe selama periode kehamilan adalah merupakan satu upaya mengatasi kondisi *emesis gravidarum* pada ibu selama hamil. Hasil kegiatan pengmas lainnya menjelaskan bahwa dengan pemberian minuman air jahe merah sebagai pereda mual dan muntah ibu selama hamil pada trimester I terbukti efektif (Harahap et al., 2021).

Terapi non farmakologis komplementer penting dilakukan dengan mempertimbangkan aspek budaya lokal guna mempermudah responden atau mitra dalam memperoleh bahan baku pengobatan dan pengalaman empiris (Umami, 2023). Selain itu ibu hamil perlu meningkatkan pengetahuan literasi dengan memahami lebih lanjut tentang pedoman umum kehamilan pada buku KIA termasuk kegiatan-kegiatan pada materi kelas ibu hamil guna mengawasi jika ada efek samping atau hal-hal yang tidak diinginkan. Peningkatan pengetahuan juga dapat diperoleh melalui kegiatan penyuluhan dimana perubahan tingkat pengetahuan yang cukup signifikan bisa dilihat dari sebelumnya 33,3 % menjadi 66,7% (Aditya, 2023). Kegiatan sosialisasi juga dapat meningkatkan pemahaman pada ibu hamil terkait bagaimana beradaptasi selama periode kehamilan (Pitriawati et al., 2022). Kegiatan sosialisasi dan edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku sasaran dimana hasil pengetahuan pre-test dengan hasil rata-rata cukup 75%, meningkat saat post-test menjadi kategori baik 75%. Perilaku positif pada saat pre-test 70% menjadi 92% saat post-test (Nuzula et al., 2023).

KESIMPULAN

Penyuluhan dan demonstrasi tentang pemanfaatan terapi komplementer wedang jahe dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu selama hamil bermanfaat untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil terutama mengenai manfaat jahe juga cara pembuatannya untuk konsumsi sehari-hari, selain itu melalui edukasi yang memanfaatkan situs kesehatan online mempermudah ibu hamil untuk memahami cara mengakses situs kesehatan pada aplikasi online sesuai yang dengan keperluan. Media yang digunakan dapat membantu dan mengatasi keterbatasan tenaga kesehatan dalam memberikan pelayanan preventif dan promotive pada ibu hamil, dengan adanya media berupa leaflet dan buku saku

dapat memberikan informasi pada ibu hamil tanpa harus berkunjung ke klinik atau ke tenaga kesehatan. Forum diskusi yang dibetuk melalui WA grup juga dapat menjadi wadah untuk komunikasi terkait permasalahan kesehatan pada ibu hamil dan keluarga, info yg dishare melalui WA grup dapat dibaca oleh semua anggota sehingga waktu yang dibutuhkan untuk edukasi menjadi lebih efisien. Diharapkan kegiatan ini bisa lebih rutin untuk dilaksanakan dan harapan terbesar pada ibu hamil dalam pengabdian ini dapat menjadi agent of changes tentang informasi yang benar terkait pemanfaatan terapi komplementer dalam kehamilan pada lingkungan sekitarnya. Keberlanjutan program edukasi ini dapat di follow up oleh pihak klinik untuk memantau ibu hamil dalam menerapkan terapi komplementer dalam kehidupan sehari-hari

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada pimpinan klinik yang telah memberikan ijin untuk melaksanakan kegiatan di klinik Pratama Tanjung Deli Serdang, pada Poltekkes Kemenkes Medan yang telah memberikan kami kesempatan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R. J. & Hakim Stanley, K (2023). penyuluhan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kemampuan literasi kesehatan ibu hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 7(4), 2338–2342. Retrieved from <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/19648>.
- Alyamaniah, U.H. dan Mahmudah, M., (2014). Efektivitas Pemberian Wedang Jahe (Zingiber Officinale Var. Rubrum) Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Trimester Pertama. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 3(1). 81-87
- Ayuwardani, N., Raising, R., Dewi Hermawatiningsih, O., Hariningsih, Y., Maritha, V., & Indrasari, T. (2023). Pengelolaan Hasil Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Jamu Instan Jahe Merah (Zingiber officinale var. rubrum). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 6–9. <https://doi.org/10.29303/indra.v4i1.176>
- Dinkes. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. In D. K. Sumatera Utara. Medan.
- Hajrin, W., Juliantoni, Y., & Subaidah, W. A. (2021). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat melalui Pelatihan Pengolahan Jahe Merah menjadi Chew Gummy di Desa Senggigi. Agrokreatif: *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.29244/agrokreatif.7.1.1-65>
- Harahap, R. F. dkk (2021). Melaksanakan Pemberdayaan Masyarakat Melalui Kader Tentang Pemanfaatan Air Jahe Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Helvetia 2020. *Jurnal Mitra Keperawatan Dan Kebidanan Prima* 3(1). <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukeprima/article/view/18736>
- Hasan, T. T., Mustagfiroh, L., & Hartotok. (2023). Efektifitas Konsumsi Jahe ntuk Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), 863–870. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i3.976>
- Hastuty Y.D, (2021), Aromaterapi Lemon Dan Wedang Jahe Dapat Menurunkan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Di Kota Medan, *Jurnal Ilmiah PANNMED*, Vol. 16 No.2, pp 382-390
- Herni, K. (2019). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan, Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 44–51. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v11i1.617>
- Hu, M.-L. et al. (2011) 'Effect of ginger on gastric motility and symptoms of functional dyspepsia', *World journal of gastroenterology: WJG*, 17(1), p. 105-110 doi:10.3748/wjg.v17.i1.105

- Kemenkes. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lazdia, W & Putri, NE. (2020). Pengaruh Jahe Hangat Dalam Mengurangi Mual, Muntah Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum; *REAL in Nursing Journal (RNJ)*. 3(1) : 30 – 39 <http://dx.doi.org/10.32883/rnj.v3i1.489.g234>
- Manuaba. (2014). Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan in Ilmu Kebidanan..
- Nuzula F & Maulida N.O. (2023), Sosialisasi dan Edukasi Pencegahan Covid-19 Pada Mahasiswa Baru Keperawatan; *SOCIETY Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*; Vol. 3, No. 2, pp. 85 – 92, <https://doi.org/10.37802/society.v3i2.231>
- Patimah M, Tatu S.N, Dewi N. (2020). Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester I dan Penatalaksanaannya. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 570–578. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i3.3790>
- Pitriawati D & Rosa P, (2022); Adaptasi Fisiologis dan Psikologis Ibu Hamil untuk Tetap Sehat di Masa Pandemi Covid-19; *SOCIETY Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*; Vol. 3, No. 1, pp. 9 – 14, <https://doi.org/10.37802/society.v3i1.214>
- Purwati A.E, Sri Utami Asmarani, Sandriani, (2023), Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Jahe Merah untuk Mengurangi Emesis Gravidarum dengan Media Informasi Leaflet, *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 03No. 04PP. 245-252, <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i4.301>
- Ramadhan, K, Maradindo, Y. E., Nurfatimah, N., & Hafid, F. (2021). Kuliah Kader sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(4), 1751–1759. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/5091>
- Rudiyanti, N. & Rosmadewi, R. (2019). Hubungan Usia, Paritas, Pekerjaan dan Stress dengan Emesis Gravidarum di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*.
- Saswita, Dewi, Yulia Irvani, Bayhakki (2011). Efektifitas Minum Jahe dalam Mengurangi Emesis Gravidarum pada ibu hamil Trisemester 1. *Jurnal Ners Indonesia* Vol.1.
- Tan A; Therese Foran, Amanda Henry, (2016). Managing Nausea And Vomiting In Pregnancy In A Primary Care Setting, *CLINICAL*, Vol.45,(8). 564-568
- Tiran, D. (2013). *Mual dan Muntah Kehamilan*. Jakarta: EGC.
- Umami, N., Ariyanti, R., Yulianti, I., Citra, N., Ratnanengsih, R., Noviani, D., Lestary, T. T. (2023). Sosialisasi Edukasi Tentang Asuhan Kebidanan Berbasis Budaya Guna Meningkatkan Pengetahuan Pada Kelompok Ibu Hamil. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(3), 1688. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i3.16484>
- Wardani, R. K. (2020). Efektivitas Kombinasi Air Tebu dengan Air Jahe Terhadap Hiperemesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery*.
- World Health Organization. Maternal mortality key fact [online] (2024). Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>
- Wirahaarja, R. S. Heidy, H., Rustam, S. dan Iskandar, M. (2011). Kegunaan Jahe Untuk Mengatasi Gejala Mual dalam Kehamilan. *Damianus Journal of Medicine*, 10(3) 161-170.