

**PENGARUH PEMBERIAN *INFUSED WATER LEMON*
(Citrus Limon) DAN JAHE MERAH (*Zingiber Officinale Varietas Rubrum*)
UNTUK MENURUNKAN MUAL-MUNTAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER PERTAMA DI KLINIK PRATAMA MARIANA MEDAN
TAHUN 2020**

**Fitri Yana Kaban¹, Bella Vetriyasa², Desy Khairani³, Chrismis Novalinda
Ginting⁴,**

ABSTRAK

Kehamilan menyebabkan perubahan fisik, psikis dan hormonal pada tubuh ibu hamil hal ini menimbulkan beberapa keluhan yang dialami ibu salah satunya mual dan muntah atau sering disebut *Morning sickness* yang biasa terjadi di awal kehamilan atau disebut trimester pertama kehamilan. Mual muntah yang dialami ibu hamil disebabkan karena adanya peningkatan kadar hormon estrogen dan progesterone yang diproduksi oleh *Human Chorionic Gonadotropine* (HCG) dalam serum dari plasenta. *Morning sickness* terjadi tidak hanya di pagi hari melainkan bisa terjadi setiap saat siang bahkan malam hari. Tujuan Umum, untuk mengetahui pengaruh pemberian *infused water Lemon* dan Jahe Merah untuk menurunkan mual-muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Klinik Pratama Mariana Medan Tahun 2020. Rancangan eksperimen semu (*quasy ekspriment*) yaitu dengan pendekatan *one group pretest dan post-tes*. uji *Wilcoxon Signed Rank Test pre dan post* diperoleh hasil dari nilai *Z* sebesar 3,397 dengan nilai *p-value* sebesar 0,001. Dari nilai uji *p-value* $0,001 < 0,005$ (H_0 ditolak). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dilakukan pemberian *Infused Water Lemon* dan sesudah diberikan *Infused Water Lemon*. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *Infused Water Lemon* (*citrus limon*) dan Jahe Merah (*zingiber officinale varietas rubrum*) untuk menurunkan mual-muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Kata Kunci : *Infused Water Lemon*, Mual Muntah, Ibu Hamil

ABSTRACT

Pregnancy causes physical, psychological and hormonal changes in the body of pregnant women, this causes several complaints that are experienced by the mother, one of which is nausea and vomiting or often called morning sickness which usually occurs in early pregnancy or called the first trimester of pregnancy. Nausea and vomiting experienced by pregnant women are caused by increased levels of the hormones estrogen and progesterone produced by Human Chorionic Gonadotropine (HCG) in serum from the placenta. Morning sickness occur not only in the morning but can occur at any time of the day and even night. General objective, to determine the effect of infusion of lime juice and red ginger on reducing nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester of the Polyclinic Pratama Mariana Medan in 2020. The quasy experimental design is a one group pretest and post test approach. The pre and post test Wilcoxon Signed Rank Test results obtained a Z value of 3.397 with a p-value of 0.001. From the p-value test, the value is $0.001 < 0.005$. So it can be interpreted that H_0 is rejected, there is a difference between before being given lemon infused water and after being given lemon infused water. Conclusion There is an effect of giving lime (citrus limon) and red ginger (zingiber officinale rubrum) infused water to reduce nausea and vomiting in first trimester pregnant women.

Keywords: Lemon Infused Water, Nausea and Vomiting, Pregnant Women