

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Muntah pada Pasien Kanker Pasca Kemoterapi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam

The Effect of Giving Ginger Aromatherapy on Nausea and Vomiting in Cancer Patients Post Chemotherapy at Grandmed Hospital Lubuk Pakam

Syatriawati^{1*}, Dini Anggraini², Pratiwi Christa Simarmata³, Debi dinha octora Sitepu⁴

^{1,2,4} Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

Jln. Sudirman No.38 Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara – Indonesia

³ Universitas Mulawarman

Jl. Krayan, Gn. Kelua, Kec. Samarinda Utara, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75119

Abstrak

Kanker menjadi salah satu penyakit yang menjadi penyebab utama kematian di banyak belahan negara. Dalam menangani penyakit ini, dapat dilakukan melalui jalan kemoterapi, yang mampu menghancurkan sel-sel kanker. Namun ada efek samping yang akan dapat dirasakan oleh pasien yaitu berupa mual dan muntah. Gejala ini dapat mengganggu kualitas hidup pasien sehingga menjadi kurang patuh dalam mengikuti terapi berikutnya. Untuk mengatasi kondisi mual muntah ini, maka dapat dicoba jenis terapi non-farmakologis seperti pemberian aromaterapi jahe yang mana diketahui mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang mampu meredakan gejala tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan bagaimana pengaruh aromaterapi jahe dalam menekan kondisi mual muntah pasien kanker pasca kemoterapi. Penelitian kuantitatif dengan desain *Quasy Experiment* dengan pendekatan *One Group Pretest Posttest* dipilih dalam riset ini. Populasi berjumlah 40 orang, yang mana sampel ditentukan menjadi 23 orang menggunakan metode *purposive sampling*. Analisis dilakukan pada karakteristik responden dan pengaruh aromaterapi jahe terhadap mual muntah diuji menggunakan *sample paired t-test*. Hasil menunjukkan perubahan nilai mean dari 4.52 menjadi 2.48 atau terjadi penurunan sebesar 2.04, dengan nilai *t* sebesar 4.97, dan nilai *p* sebesar 0.000 membuktikan bahwa aromaterapi jahe mampu mengurangi tingkat mual muntah pasien kanker sehingga layak direkomendasikan dalam memberikan rasa nyaman dan menaikkan kualitas hidup pasien.

Kata kunci: Aromaterapi; Kemoterapi; Jahe; Mual Muntah

Abstract

Cancer remains one of the leading causes of mortality across various countries worldwide. One of the primary treatment modalities for cancer is chemotherapy, which is effective in destroying cancer cells. However, chemotherapy is frequently associated with adverse side effects, including nausea and vomiting. These symptoms can significantly impact patients' quality of life, potentially leading to reduced adherence to subsequent treatment cycles. To address these side effects, non-pharmacological interventions such as ginger aromatherapy can be considered. Ginger is known to contain active compounds such as gingerol and shogaol, which have been shown to alleviate nausea and vomiting. This study aims to investigate the effect of ginger aromatherapy on reducing post-chemotherapy nausea and vomiting in cancer patients. A quantitative research design was employed using a quasi-experimental approach with a one-group pretest-posttest design. The population consisted of 40 individuals, from which a sample of 23 participants was selected using purposive sampling. Data analysis was conducted on respondent characteristics, and the effect of ginger aromatherapy on nausea and vomiting was evaluated using a paired sample *t-test*. The results demonstrated a reduction in the mean nausea-vomiting score from 4.52 to 2.48, indicating a decrease of 2.04. The *t-value* was 4.97 with a *p-value* of 0.000, confirming that ginger aromatherapy significantly reduces the severity of nausea and vomiting in cancer patients. These findings support the recommendation of ginger aromatherapy as a complementary intervention to enhance patient comfort and improve quality of life.

* Corresponding Author: Syatriawati, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Indonesia

E-mail : syatriawati@medistra.ac.id

Doi : 10.35451/jkf.v7i2.2660

Received : Maret 31, 2025. Accepted: April 25, 2025. Published: April 30, 2025

Copyright (c) 2025 Syatriawati. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Keywords: Aromatherapy; Chemotherapy; Ginger; Nausea Vomiting

1. PENDAHULUAN

Kanker merupakan salah satu penyakit dengan tingkat kejadian yang tinggi di seluruh dunia dan menjadi salah satu penyebab utama kematian di berbagai negara. Salah satu metode utama dalam penanganannya adalah kemoterapi, yang bertujuan untuk menghancurkan sel-sel kanker [1]. Namun, prosedur ini sering kali disertai dengan efek samping yang signifikan, salah satunya adalah mual dan muntah. Gejala ini dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup pasien, menyebabkan dehidrasi, gangguan nutrisi, serta berisiko mengurangi kepatuhan terhadap terapi lanjutan [2].

World Health Organization (2020) menunjukkan bahwa angka kanker di dunia berada pada 19,3 juta kasus dengan jumlah kematian berkisar 10 juta jiwa [3]. International Agency for Research on Cancer (IARC) menjelaskan bahwa ada 14,1 juta kasus kanker baru didiagnosis dan sekitar 8,2 juta orang meninggal karena kanker [4]

Pengobatan penyakit kanker dapat disembuhkan melalui proses pembedahan, radioterapi atau radiasi dan kemoterapi [5]. Kemoterapi berperan dalam membunuh sel kanker, yang tentu berbeda dengan proses radiasi atau bedah. Kemoterapi dijalankan dengan proses pengobatan sistemik yang mana obat akan mengalir ke seluruh tubuh hingga ke sel kanker [6].

Kemoterapi punya banyak efek samping, umumnya mual muntah. Biasanya akan diberikan obat antiemetik dalam mengatasi efek tersebut. Namun, efek samping obat tersebut yaitu sakit kepala dan konstipasi [7]. Agar dapat mengatasi kondisi tersebut, maka layak untuk ditawarkan jenis terapi non-farmakologis seperti aromaterapi jahe yang mulai dikembangkan sebagai alternatif. Jahe (*Zingiber officinale*) kaya akan senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang mampu menghambat jalur neurokimia yang memicu refleksi mual dan muntah, sehingga akan meredakan gejala tersebut [8]

Riset Nadiah Darayani (2021) menunjukkan bahwa skor rata-rata mual muntah sebelum pemberian aromaterapi jahe adalah $6,700 \pm 3,027$, dan setelah intervensi menurun menjadi $0,950 \pm 1,986$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang menunjukkan terjadi penurunan signifikan pada mual muntah pasien kanker yang mengikuti kemoterapi [9]. Yauwan Tobing Lukiyono *et al*, (2023) juga membuktikan bahwa aromaterapi jahe mampu mencegah lepasnya serotonin dan kontraksi otot lambung sehingga mampu mengurangi mual dan muntah pada pasien kanker pasca kemoterapi [10]

Atas paparan diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti tentang seberapa jauh pengaruh aromaterapi jahe dalam menurunkan tingkat mual muntah pasien kanker setelah kemoterapi yang mana nantinya akan dapat direkomendasikan kepada pasien dalam mengatasi mual dan muntah yang dialami.

2. METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain *Quasy Experiment* dengan pendekatan *One Group Pretest Posttest* dipilih dalam riset ini, yang mana diadakan tanpa kelompok kontrol. Observasi pertama (*pretest*) dilakukan untuk menguji perubahan yang muncul setelah diteliti [11]. Peneliti menentukan sampel yang merupakan pasien kanker yang sedang mengikuti kemoterapi dengan kondisi mual dan muntah. Populasi berjumlah 40 orang, yang mana sampel ditentukan menjadi 23 orang menggunakan metode *purposive sampling*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis seberapa baik aromaterapi jahe dalam mengatasi mual muntah.

Prosedur penelitian meliputi Peneliti menyiapkan surat izin penelitian dan *informed consent*; Peneliti menyiapkan aromaterapi jahe dan instrumen penilaian; Melakukan observasi terhadap nilai mual muntah sebelum diberikan tindakan (observasi *pre-test*); Kemudian pasien diberikan aromaterapi jahe dan setelah itu dapat diamati perubahan mual dan muntah pasien; dan Analisis data dilakukan terhadap karakteristik responden dan pengaruh aromaterapi jahe dalam menekan kondisi mual muntah pasien menggunakan uji *sample paired t-test*. Penelitian ini juga sudah lolos kajian etik dengan nomor 015.D/KEP-MLP/III/2025 [12].

3. HASIL

Karakteristik responden ditentukan berdasarkan jenis kelamin, umur, dan pendidikan dari total responden sebanyak 23 peserta. Karakteristik ditentukan berdasarkan frekuensi dan persentase responden sesuai kategorinya seperti yang ditampilkan pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	10	43.5
Perempuan	13	56.5
Umur		
20-45 Tahun	19	82.6
> 45 Tahun	4	17.4
Pendidikan		
SMP	4	17.4
SMA	9	39.1
DIII	3	13.0
S1	7	30.4
Total	23	100

Tabel menjelaskan bahwa responden laki-laki sebanyak 10 peserta (43.5%) yang lebih kecil dibandingkan responden perempuan berjumlah 13 peserta (56.5%). Responden berumur 20-45 tahun mendominasi dengan jumlah 19 peserta (82.6%) dibandingkan yang berumur diatas 45 tahun sebanyak 4 peserta (17.4%). Sementara Pendidikan responden terbanyak merupakan lulusan SMA sebanyak 9 orang (39.1%), diikuti S1 sebanyak 7 orang (30.4%), dan yang terkecil adalah DIII sebanyak 3 orang (13.0%). Hasil *pre-test* dan *post-test* yang dikaitkan dengan mean, standar deviasi, standar error mean, dan nilai signifikansi seperti tabel 2.

Tabel 2 Data *Pre-test* dan *Post-test*

Hasil Pengamatan	Rerata	n	Std. Deviation	Std. Error Mean	Nilai t	Signifikansi
Mual muntah (<i>Pre-test</i>)	4.52	23	1.201	.250	4.97	0.000
Mual muntah (<i>Post-test</i>)	2.48	23	1.563	.326		

Data hasil pengamatan menunjukkan rerata mual muntah sebelum (*Pre-test*) pemberian aromaterapi jahe pada ke-23 sampel pasien kanker pasca kemoterapi adalah 4.52 dengan *Standar Deviation* 1.201 dan *Standar Error Mean* .250. Sementara sesudah diintervensi memiliki nilai rerata mual dan muntah (*Post-test*) sebesar 2.48, *Standar Deviation* 1.563 dan *Standar Error Mean* .326. Sementara nilai t sebesar 4.97 dan signifikansi value sebesar 0.000 yang berarti aromaterapi jahe mampu menurunkan tingkat mual muntah pasien kanker pasca kemoterapi.

4. PEMBAHASAN

Mual dan muntah merupakan efek samping yang biasa dirasakan oleh pasien kanker setelah mengikuti proses kemoterapi. Keadaan ini dapat mengganggu kualitas hidup pasien sehingga proses pemulihan berjalan lebih lambat. Melalui pendekatan non-farmakologis akan dapat bermanfaat dalam mengatasi mual dan muntah dengan menerapkan aromaterapi jahe [13].

Senyawa aktif yang terdapat dalam jahe, seperti gingerol dan shogaol, memiliki efek antiemetik dengan cara menghambat reseptor serotonin (5-HT₃) yang terdapat pada saluran pencernaan dan sistem saraf pusat. Mekanisme ini membantu menormalkan gerakan peristaltik lambung dan meredakan rasa mual. Di samping itu, kedua senyawa ini juga bersifat antiinflamasi dan antioksidan, sehingga dapat berkontribusi dalam proses pemulihan pasien setelah menjalani kemoterapi [14,15].

Dalam penelitian ini, dilakukan evaluasi tingkat mual muntah pra dan pasca pemberian aromaterapi jahe menggunakan uji statistik *sample paired t-test*. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa sebelum intervensi, tingkat mual muntah pasien memiliki mean sebesar 4.52, dengan standar deviasi 1.201 dan standar error mean 0.250. Hasil *post-test* menunjukkan adanya penurunan tingkat mual muntah dengan mean sebesar 2.48, standar deviasi 1.563, dan standar error mean 0.326 [16]

Hasil riset ini sejalan dengan Nurul Khafifah *et al*, (2024) yang membuktikan bahwa pemberian aromaterapi jahe terbukti mampu menurunkan skala mual secara efektif pada pasien kanker pasca kemoterapi sebanyak 32 responden (*p-value* = 0,001) [17]. Selain itu, riset I Nyoman Rimawan (2021) menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan dari *treatment* aromaterapi jahe dalam menurunkan keluhan mual dan muntah pada pasien sebanyak 18 orang dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 [18].

Sebuah penelitian yang dilaksanakan di RSUP Dr. Kariadi Semarang menemukan bahwa penggunaan aromaterapi jahe melalui humidifier selama 20 menit sebanyak tiga kali sehari efektif dalam menurunkan tingkat mual pada pasien kanker setelah menjalani kemoterapi. Hasil pengukuran menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS) menunjukkan penurunan tingkat mual yang signifikan pada ketiga pasien yang menjadi subjek penelitian [19]. Berdasarkan temuan ini, penelitian merekomendasikan agar aromaterapi jahe dijadikan bagian dari standar operasional prosedur (SOP) dalam penanganan mual pada pasien pasca kemoterapi di ruang kemoterapi rumah sakit tersebut [20].

Untuk menganalisis perbedaan signifikan antara kondisi tingkat mual muntah, maka dilakukan uji *sample paired t-test*. Hasil menjelaskan bahwa nilai *t* sebesar 4.97 dengan *p-value* sebesar 0.000 yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara tingkat mual muntah sebelum dan setelah pemberian aromaterapi jahe. Maka terbuktilah bahwa aromaterapi jahe efektif dalam menurunkan tingkat mual muntah pada pasien kanker pasca kemoterapi. Terapi ini menjadi suatu metode komplementer dalam menekan gejala mual muntah, yang dapat memberikan kenyamanan dan menaikkan kualitas hidup pasien.

5. KESIMPULAN

1. Responden berjumlah 23 orang sebagai penderita kanker yang menjalani terapi kemoterapi didominasi oleh perempuan sebanyak 13 orang, yang kebanyakan berusia pada rentang umur 20-45 tahun, dengan lulusan terbanyak adalah SMA (sebanyak 9 orang) dan Sarjana sebanyak 7 orang.
2. Aromaterapi jahe terbukti mampu menurunkan tingkat mual muntah pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan penurunan nilai mean sebesar 2.04, nilai *t* sebesar 4.97, dan *p-value* sebesar 0.000.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ahmad, M. (2020). Perilaku Pencegahan Kanker Serviks. Media Sains Indonesia, Bandung.
- [2] Zhang, Y., et al. (2022). The Antiemetic Mechanisms of Gingerols against Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting: A Review. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2022, 1753430.
- [3] Infodatin Kanker (2019). Pusat Data dan Teknologi Informasi : Kanker . Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- [4] Gupta, K., Walton, R., & Kataria, S. P. (2021). Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting: Pathogenesis, Recommendations, and New Trends. Cancer Treatment and Research Communications, 26(December 2020), 100278. <https://doi.org/10.1016/j.ctarc.2020.100278>
- [5] Amalia, R., Marwansyah, M., & Ningsih, E. S. P. (2021). Literature Review Pengaruh Ekstrak Jahe Terhadap Mual Muntah Pasien Kanker Paska Kemoterapi. Jurnal Citra Keperawatan, 9(2), 61–72.
- [6] Rasjidi, I. (2021). Kemoterapi kanker ginekologi dalam praktik sehari-hari. Jakarta: Sagung Seto.
- [7] Gustini. (2021). Pengaruh essential oil jahe untuk mengurangi mual muntah, kenyamanan, anoreksia pada pasien kanker pasca kemoterapi di makassar. Pustaka Katulistiwa, 2, 50–57.
- [8] Plutzer, M. B. B. and E. (2021). Pengembangan Standar Operasional (Sop) Pengaruh Aromaterapi Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Pasca Kemoterapi Pada Pasien Kanker Serviks.6.

- [9] Darayani, N. (2021). Pengaruh aromaterapi jahe terhadap mual muntah pasien kanker yang sedang menjalani program kemoterapi. Skripsi, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Diakses dari <https://repository.ukwms.ac.id/id/eprint/25906/>
- [10] Tobing, Y. L., Nidianti, E., & Zain, S. S. (2023). Pengaruh Aromaterapi Jahe (*Zingiber officinale*) terhadap Mual Muntah Pasien Kanker Pasca Kemoterapi. *Journal of Pharmacy Science and Technology*, 4(1), 5–8. <https://doi.org/10.30649/pst.v4i1.56>
- [11] Hananto, B. A., & Melini, E. (2022). Mengukur Tingkat Pemahaman Pelatihan Desain Karakter dengan Quasi-Experiment One Group Pretest-Posttest. *Jurnal Titik Imaji*, 6(2). Diakses dari <https://journal.ubm.ac.id/index.php/titik-imaji/article/view/5024>
- [12] Crossman, A. (2020). Understanding Purposive Sampling: An Overview of the Method and Its Applications.
- [13] Sagita, D. M., Neherta, M., & Huriani, E. (2021). Penurunan Rerata Kejadian Mual Muntah Melalui Pemberian Aromaterapi Jahe Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11 No 3(Juli), 1–8.
- [14] Trisnaputri, A. P., Adhistry, K., & Purwanto, S. (2023). Efektivitas Kombinasi Aromaterapi Jahe dan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Mual dan Muntah Pasien Kanker Serviks Pasca Kemoterapi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JUKMAS)*, 6(2), 123–130. <https://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas/article/view/1977>
- [15] Singh, A., et al. (2024). Protective and Therapeutic Effects of Ginger, 6-Gingerol and 6-Shogaol: A Review. *Naunyn-Schmiedeberg's Archives of Pharmacology*.
- [16] Wang, X., et al. (2024). Phytoconstituents Targeting the Serotonin 5-HT₃ Receptor: A Review. *ACS Pharmacology & Translational Science*, 7(3), 456–468.
- [17] Khafifah, N., et al. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Skala Mual pada Pasien Kanker Pasca Kemoterapi. *Jurnal Kesehatan dan Terapi Komplementer*, 12(1), 45-52.
- [18] Rimawan, I. N. (2021). Pengaruh Aroma Terapi Jahe Terhadap Keluhan Mual Muntah Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Bima RSUD Sanjiwani Gianyar. *Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan*, 6(1). <https://doi.org/10.35728/jmkik.v6i1.107>.
- [19] Pawestri, P., & Wahyurini, D. E. (2023). Pengaruh Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Pada Pasien Kanker Pasca Kemoterapi. *Research Gate*. https://www.researchgate.net/publication/374791898_Pengaruh_Aromaterapi_Jahe_Terhadap_Mual_Pada_Pasien_Kanker_Pasca_Kemoterapi
- [20] Faradhia, G. U. (2024). Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Relaksasi Otot Progresif terhadap Mual dan Muntah pada Pasien Kanker Ovarium yang Menjalani Kemoterapi di RSUP Dr. Kariadi Semarang (Skripsi, Universitas Islam Sultan Agung). https://repository.unissula.ac.id/34080/2/30902000104_fullpdf.