

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG**  
**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANANA TANJUNG KARANG**  
Laporan Tugas Akhir, Maret 2025

Kayla Rona Azzahra  
2215401085

**PENERAPAN PEMBERIAN COOKIES JAHE KEPADA IBU HAMIL TRIMESTER 1  
UNTUK MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM PADA NY.J G1P0A0 DI PMB  
EMALIA LAMPUNG SELATAN 2025**

xvii + 69 halaman, 3 tabel, 5 gambar, 7 lampiran

**RINGKASAN**

Emesis gravidarum merupakan hal yang wajar yang dialami ibu hamil pada ibu trimester satu akan mengalami emesis gravidarum pada minggu ke 6 setelah hari pertama haid terakhir. Emesis Gravidarum juga dikenal sebagai morning sickness dimana ibu mengalami mual muntah pada pagi hari. Emesis gravidarum merupakan yang biasa dialami oleh ibu hamil tetapi ibu merasa tidak nyaman dengan mual muntah yang dihadapinya. Penatalaksanaan non farmakologis yang lebih aman dan praktis, yaitu dengan pemberian cookies jahe , diharapkan dapat mengurangi keluhan mual muntah tersebut.

Tujuan Pemberian asuhan ini adalah mampu melakukan asuhan kebidanan kepada Ny.j dengan pemberian cookies jahe untuk mengurangi emesis gravidarum. Penerapan ini tertuju kepada ibu hamil G1P0A0 Dengan usia kehamilan 7 minggu 6 hari yang sedang mengalami emesis gravidarum dengan memberikan cookies jahe selama 21 hari dengan 4 kali kunjungan.

Metode penelitian yang digunakan dalam penulisan laporan tugas akhir yaitu penerapan proses asuhan kebidanan 7 langkah varney, dengan teknik pengumpulan data, menggunakan data primer dan skunder. Pada analisa data penulis menggunakan prinsip asuhan kebidanan dengan metode pendokumentasian SOAP.

Hasil asuhan yang diberlakukan yaitu pemberian cookies jahe selama 21 hari dengan 4 kali kunjungan. Setelah diberi cookies jahe, terjadi penurunan frekuensi mual dan muntah yang di ukur dengan instrumen PUQE. Dengan demikian, penerapan cookies jahe dapat membantu mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1. Saran yang diberikan yaitu bidan dapat memberikan yaitu bidan dapat memberikan edukasi mengenai penggunaan cookies jahe sebagai Upaya non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan untuk mengurangi emesis gravidarum.

Kata kunci : Cookies jahe, emesis gravidarum, ibu hamil  
Daftar Bacaan : 15 ( 2017-2023)

**TANJUNG KARANG HEALTH POLYTECHNIC**  
**D-III MIDWIFERY STUDY PROGRAM TANJUNG KARANG**  
*Final Project Report, March 2025*

*Kayla Rona Azzahra*  
*2215401085*

**IMPLEMENTATION OF GIVING GINGER COOKIES TO PREGNANT WOMEN IN THE 1ST TRIMESTER TO REDUCE EMESIS GRAVIDARUM IN Ny. J G1P0A0 IN PM5B EMALIA SOUTH LAMPUNG 2025**  
*xvii + 69 pages, 3 tables, 5 figures, 7 appendices*

**ABSTRAK**

Emesis gravidarum is a normal thing experienced by pregnant women in the first trimester, mothers will experience emesis gravidarum in the 6th week after the first day of the last menstruation. Emesis Gravidarum is also known as morning sickness where the mother experiences nausea and vomiting in the morning. Emesis gravidarum is commonly experienced by pregnant women but the mother feels uncomfortable with the nausea and vomiting she faces. Safer and more practical non-pharmacological management, namely by giving ginger cookies, is expected to reduce complaints of nausea and vomiting.

The purpose of providing this care is to be able to provide midwifery care to Mrs. J by providing ginger cookies to reduce emesis gravidarum. This application is aimed at pregnant women G1P0A0 with a gestational age of 7 weeks 6 days who are experiencing emesis gravidarum by providing ginger cookies for 21 days with 4 visits.

The research method used in writing the final assignment report is the application of the Varney 7-step midwifery care process, with data collection techniques, using primary and secondary data. In data analysis, the author uses the principle of midwifery care with the SOAP documentation method.

The results of the care that was implemented were the provision of ginger cookies for 21 days with 4 visits. After being given ginger cookies, there was a decrease in the frequency of nausea and vomiting as measured by the PUQE instrument. Thus, the application of ginger cookies can help reduce nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester. The advice given is that midwives can provide education on the use of ginger cookies as a safe and easy-to-implement non-pharmacological effort to reduce emesis gravidarum.

**Keywords** : *Gingerbread, emesis gravidarum, pregnant women*  
**Reading list** : *15 (2017-2023)*