

# MINUMAN JAHE UNTUK MENGURANGI *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1

Aprilia Indah Kusumawati  
Program Studi Diploma III Kebidanan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta  
Rita Riyanti K, SST.,M.Kes, Endang Sri Wahyuni, SST,M.Kes

## RANGKUMAN

**Latar Belakang :** *Emesis gravidarum* umumnya terjadi pada kehamilan pertama pada minggu ke-4 sampai minggu ke-6. Kondisi ini dapat berlangsung sebentar, tetapi ada yang mengalaminya sampai berminggu-minggu, bahkan hingga trimester kedua. Mual muntah jika tidak segera ditangani akan mengakibatkan ibu hamil mengalami dehidrasi, lemas, BB menurun dan itu akan mempengaruhi kepada janin karena janin tidak mendapat asupan nutrisi yang baik. Tindakan farmakologi yang sering diberikan pada wanita hamil adalah vitamin B6. Namun obat ini memiliki efek samping seperti sakit kepala, diare, dan mengantuk. Sehingga diperlukan tindakan non farmakologi dengan mengkonsumsi jahe dalam bentuk minuman jahe. Media yang digunakan adalah poster. **Tujuan :** untuk bahan bacaan dan menambah pengetahuan mahasiswa terhadap pemberian minuman jahe pada ibu trimester pertama dengan *emesis gravidarum*. **Metode :** Metode yang dihasilkan berupa poster dengan di promosikan di Pusat Pelayanan Kesehatan Masyarakat. **Kesimpulan :** Telah tercipta media edukasi berupa poster Minuman Jahe Untuk Mengurangi *Emesis Gravidarum* pada ibu hamil Trimester Pertama.

**Kata Kunci :** *Jahe, Emesis Gravidarum*