

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mual didefinisikan sebagai kecenderungan untuk memuntahkan sesuatu atau sensasi yang terjadi di kerongkongan atau epigastrium tanpa muntah, sedangkan muntah didefinisikan sebagai pengeluaran isi lambung secara oral.

Mual dan muntah pada kehamilan dapat disebabkan oleh faktor hormonal, psikososial, dan pekerjaan. Dalam keadaan normal, *morning sickness* selama kehamilan tidak menimbulkan banyak efek negatif, namun 0,001% ibu hamil dapat menjadi *hyperemesis gravidarum* akan menimbulkan resiko bagi ibu hamil seperti gangguan nutrisi, kekurangan gizi, dehidrasi, kelelahan, gangguan keseimbangan elektrolit, robeknya lapisan kerongkongan dan lambung apabila muntah terlalu sering. Sedangkan untuk janin, ada risiko keguguran, berat badan lahir rendah, kelahiran prematur, cacat lahir dan kejadian pertumbuhan janin terhambat (*Intrauterine growth retardation/IUGR*)(Gusti Ebtavanny et al, 2022).

Hiperemesis gravidarum terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu 1-3% dari seluruh kehamilan (Helper, 2008). Angka kejadian *morning sickness* di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 543 orang ibu hamil yang mengalami morning sickness (Profil Kemenkes RI 2021).

Beberapa wanita hamil dijumpai harus mengkonsumsi obat-obatan atau tindakan alternatif lain untuk mengatasi mual dan muntah. Obat anti mual yang sering diberikan pada wanita hamil adalah vitamin B6. Namun obat ini dilaporkan memiliki efek samping seperti sakit kepala, diare, dan mengantuk.

Terapi awal pada *morning sickness* sebaiknya konservatif disertai dengan perubahan diet, dukungan emosional, dan terapi alternatif seperti herbal. Ramuan tradisional bisa digunakan dengan meminum secangkir jahe hangat.

Sereh adalah tumbuhan anggota suku rumput-rumputan yang dimanfaatkan sebagai bumbu dapur untuk mengharumkan makanan (Putra W. S., 2017). Sereh wangi mengandung alkaloid, flavonoid, polifenol, dan minyak asiri. Sereh wangi juga bersifat anti piretik, anti demam, dan anti muntah/anti-emetik. Kandungan minyak atsiri dalam sereh dapat bermanfaat untuk mencegah muntah, mencegah masuk angin, dan melancarkan sirkulasi cairan limpa dan darah (Sundari, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Pratiwi Nasution dan Nur Khadijah Daulay menunjukkan bahwa jahe dan sereh merupakan bahan terapi untuk meredakan dan mengurangi rasa mual dan muntah. Selain itu jahe dan sereh juga efektif dalam mengurangi morning sickness pada ibu hamil trimester pertama.

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa buku saku dengan judul “Minuman Jahe Dan Sereh Dalam Mengatasi *Emesis Gravidarum* Pada Trimester I ”. Pembuatan buku saku ini agar dapat dimanfaatkan oleh ibu hamil untuk mengurangi *emesis gravidarum* dengan mengkonsumsi Minuman Jahe Dan Sereh diharapkan mampu menjadi KIE kepada masyarakat secara umum dan khususnya ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*.

Buku saku adalah buku berukuran kecil yang dapat disimpan di dalam saku dan mudah dibawa kemana – mana. Pemilihan media buku saku karena buku saku dapat memuat informasi yang ingin disampaikan dalam jumlah yang banyak, mengandung unsur teks, gambar, foto dan warna, apabila disajikan dengan baik dapat menarik minat dan perhatian serta mempermudah dalam pemahaman materi bagi pembaca.

