

# **JAHE DAN MADU UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DENGAN MEDIA BUKU SAKU**

Luluk Pebiyani<sup>1</sup> Rita Riyanti Kusumadewi<sup>2</sup>

[202322135.students@aiska-university.ac.id](mailto:202322135.students@aiska-university.ac.id)

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

## **RINGKASAN**

**Latar Belakang :** Wanita hamil mengalami mual dan muntah terjadi pada primigravida dan multigravida. Hampir 50-90% dari wanita hamil mengalami mual pada trimester pertama sedangkan mual dan muntah terjadi pada primigravida sekitar 60-80% dan terjadi pada multigravida sekitar 40-60%. Pendidikan Kesehatan dengan menggunakan media buku saku merupakan salah satu upaya ibu hamil untuk memberikan edukasi cara mengurangi mual muntah dengan jahe dan madu. **Tujuan :** Komunikasi, Informasi, dan Edukasi ini bertujuan untuk Meningkatkan pengetahuan cara mengurangi mual muntah pada ibu Hamil Trimester Pertama dengan rebusan jahe. **Metode :** Memanfaatkan aplikasi *Canva* untuk memodifikasi pembuatan *lay out* serta gambar pada luaran berupa buku saku jahe dan madu untuk memberikan informasi, edukasi cara mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I. **Hasil :** Media KIE berupa buku saku jahe dan madu untuk memberikan edukasi informasi mual muntah pada ibu hamil Trimester I. **Kesimpulan :** Telah terciptanya Media buku saku untuk mengedukasi masyarakat, khususnya ibu hamil dan dapat digunakan sebagai salah satu alternatif penanganan keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I dengan minuman jahe dan madu.

Kata Kunci : Kehamilan, mual muntah, jahe dan madu