

BAB I

PENDAHULUAN

Kehamilan diartikan sebagai fertilisasi penyatuan spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi sehingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) pada awal kehamilan biasanya ibu hamil mengalami mual, muntah, meriang dan lemas. Pada trimester kedua dan trimester ketiga mengalami pembesaran perut, perubahan anatomis dan perubahan hormonal akan menyebabkan keluhan-keluhan. Keluhan-keluhan tersebut diantaranya adalah nyeri pinggang, sesak napas, varises, hemorroid, konstipasi, gangguan tidur, dll Setiya dkk (2014) dalam Jurnal (Jamila dan Cahaya, 2017).

Emesis gravidarum atau mual muntah biasanya terjadi di pagi hari, umumnya mual dan muntah 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. Penyebab *emesis gravidarum* belum diketahui dengan pasti, namun diduga karena peningkatan hormon *human chorionic gonadotropin (hCG)* (Fathonah 2016).

Sebanyak 70-85% wanita hamil mengalami mual dan muntah Wegrzyniak, dkk, 2012 dalam (Irianti *et al.* 2015) dari hasil penelitian Lacasse (2009) dari 367 wanita hamil, 78,47% mual muntah terjadi pada trimester pertama, dengan derajat mual muntah yaitu 52,2% mengalami mual muntah ringan, 45,3% mengalami mual muntah sedang dan 2,5% mengalami mual muntah berat. Pada trimester kedua, 40,1% wanita masih mengalami mual muntah dengan rincian 63,3% mengalami mual muntah ringan, 35,9% mengalami mual muntah sedang dan 0,8% mengalami mual muntah berat.

Secara psikologis, mual dan muntah selama kehamilan mempengaruhi lebih dari 80% wanita hamil serta menimbulkan efek yang signifikan terhadap *quality of life*. Sebagian ibu hamil merasakan mual dan muntah merupakan

hal yang biasa terjadi selama kehamilan dan sebagian ibu juga merasakan sebagai sesuatu yang tidak nyaman dan mengganggu aktivitas sehari-hari. 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 (Manuaba, 2010). Bahkan banyak wanita hamil yang harus mengkonsumsi obat-obatan. 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 (Rofi'ah, Handayani, Rahmawati 2017).

Mengatasi *emesis gravidarum* selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi dan non farmakologi. Tindakan non farmakologi yang biasa disarankan oleh tenaga kesehatan adalah dengan mengkonsumsi jahe dalam bentuk minuman jahe, tehnik relaksasi dan aromaterapi. Jahe memiliki kandungan minyak *atsiri* yang mempunyai efek menyegarkan dan menghasilkan aroma sehingga memblokir reflek muntah dan dapat mengatasi mual muntah (Putri *et al.* 2017).

Menurut Megawati, (2017) salah satu media yang dapat digunakan dalam memberikan informasi adalah poster, poster merupakan media grafis yang paling tampak kekuatannya sebagai media penyampai pesan.

Tujuan dari poster ini mengenalkan minuman jahe untuk mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama. Target luaran yang ingin dicapai adalah poster yang semoga bisa bermanfaat untuk banyak pihak, diantaranya bagi ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* dapat mengkonsumsi minuman jahe ini. Kemudian bagi institusi pendidikan diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan serta sarana perbandingan yang memperkaya informasi tentang mengurangi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama, kemudian bagi penulis dapat menambah ilmu pengetahuan dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset kebidanan dalam tatanan pelayanan kebidanan melalui pemberian poster tentang pemberian minuman jahe hangat dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik akan melakukan bagaimana cara pemberian minuman jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan menggunakan media poster.