

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Kehamilan suatu peristiwa terpenting dalam kehidupan seseorang perempuan. Proses yang awal mulanya dari kontrasepsi hingga pengeluaran bayi dalam rahim, Kehamilan bagi pasangan suami istri adalah suatu perkembangan dengan kehadiran anggota keluarga baru, perubahan hubungan dan peran dalam keluarga (Hapsari & Sudarmiati, 2011). Kehamilan suatu keadaan dimana seorang wanita yang didalam rahimnya terdapat embrio atau fetus kehamilan dimulai pada saat masa konsepsi hingga lahirnya janin, dan lamanya kehamilan diperkirakan sekitar 40 minggu dan tidak melebihi 43 minggu (Kuswanti, 2014). Pada masa kehamilan terdapat berbagai komplikasi atau masalah yang dialami oleh ibu hamil yaitu salah satu mual dan muntah (Tiran, 2009).

Mual (*nausea*) dan muntah (*morning sicknes*) adalah suatu gejala yang wajar dan sering didapatkan oleh seorang ibu hamil pada trimester 1 . Mual biasanya terjadi pada pagi hari , tetapi dapat terjadi juga pada malam hari . Gejala ini kurang lebih terjadi setelah 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung kurang lebih 10 minggu (Prawirohardjo, 2009). Rasa cemas pada suami ada kalanya termasuk hal yang positif dan penting selama tidak berlebihan bahkan rasa cemas sendiri dapat menciptakan atau timbulnya salah satu bentuk sebagaimana suami harus siap siaga, suami harus selalu memberikan dukungan terhadap sang istri, dan selalu mendampingi istri saat pemeriksaan antenatal dan pada saat istri mengalami *morning sicknes*, sehingga ketika istri bangun dan mengalami *morning sicknes*, diharapkan keluhan yang dirasakannya berkurang atau bahkan bisa langsung hilang, Pentingnya suami bagi istri karena pada saat – saat hamil biasanya istri sangat membutuhkan dukungan dari suami (Lestari, 2013).

Mual dan muntah pada kehamilan disebut *morning sicknes*, dialami oleh sekitar 70-80% wanita hamil dan merupakan fenomena yang terjadi pada umur kehamilan biasanya 5-12 minggu . Mual dan muntah pada kehamilan biasanya

bersifat ringan dan merupakan kondisi yang dapat dikontrol oleh masing-masing individu. Separuh dari wanita hamil mengalami mual dan muntah, bahkan hanya mencium bau makanan tertentu saja, Hampir 50-90% dari wanita hamil mengalami mual muntah pada usia kehamilan trimester pertama. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% pada multigravida (Prawirohardjo, 2002). Meskipun mual dan muntah akan menghilang dengan sendirinya ketika kehamilan memasuki trimester kedua tetapi mual dan muntah harus patut untuk diwaspadai . Trimester pertama merupakan masa kritis saat janin berada dalam tahap awal pembentukan organ tubuh. Jika janin mengalami kekurangan gizi, pembentukan organ yang sempurna akan mengalami kegagalan, atau bahkan bayi akan mengalami berat badan lahir rendah(Triyana. 2013).

Faktor penyebab *morning sicknes* adalah perubahan hormon dalam tubuh selama hamil yaitu meningkatnya estrogen dan *Human Chorionic (HCG)* dan faktor psikologis seperti perasaan cemas, dukungan suami, faktor lingkungan, sosial, budaya, dan kondisi ekonomi juga dapat mempengaruhi terjadinya morning sicknes pada saat kehamilan (Harper, 2008 dalam Khasanah 2008).

Banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi mual dan muntah kehamilan. Tapi cara yang banyak dilakukan pertama kali ialah melakukan diet, diet disini misalnya makan sedikit tetapi sering dan menghindari makanan yang berlemak.

Terdapat berbagai media yang dapat digunakan sebagai solusi dalam menyampaikan informasi tentang edukasi cara penanganan *morning sicknes* pada ibu hamil maka penulis bermaksud untuk menyampaikan informasi tentang edukasi cara menangani *morning sicknes* pada ibu hamil salah satunya bisa menggunakan media *booklet*(buku berisi materi yang didalamnya selain terdapat tulisan juga terdapat gambar yang berwarna sehingga dapat menarik dan mudah dipahami). Selain itu booklet juga dapat disimpan dalam waktu lama dan dapat dibaca kapan saja. Dengan demikian, media booklet dianggap lebih efektif untuk digunakan sumber informasi untuk ibu hamil yang mengalami morning sicknes.

Tujuan dari *booklet* ini untuk memberikan edukasi kepada ibu hamil yang sedang mengalami morning sickness pada masa kehamilan yang akan disajikan dengan media *booklet* yang berisi tentang bagaimana cara penanganan *morning sickness* yang dialami oleh ibu hamil saat ini. Target luaran yang ingin dicapai adalah *booklet* ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, diantaranya bagi ibu hamil yang mengalami morning sickness di masa kehamilan. Kemudian bagi kader kesehatan atau posyandu bisa menyampaikan informasi ini kepada masyarakat, dan bagi masyarakat diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan menambah wawasan pentingnya pencegahan morning sickness selama kehamilan

