

BAB I

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses normal yang menyebabkan perubahan fisik, psikis dan hormonal pada tubuh ibu. Hal tersebut menyebabkan timbulnya bermacam-macam keluhan, salah satunya adalah mual muntah atau *morning sickness*. Mual didefinisikan sebagai kecendrungan memuntahkan sesuatu, atau sensasi yang muncul pada daerah kerongkongan tanpa diikuti dengan muntah, sedangkan muntah didefinisikan sebagai pengeluaran isi lambung melalui mulut, dan umumnya disertai dengan dorongan yang kuat yang terjadi pada kehamilan. Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual pada trimester pertama. Penyebab, mual muntah bermacam-macam antara lain adanya perubahan hormone estrogen, dan dikeluarkannya *human chorionic gonodotrophine* (hCG) dalam serum, tonus otot-otot traktus digestivus menurun sehingga kemampuan bergerak seluruh traktus digestivus juga berkurang. Keluhan ini merupakan merupakan hal yang fisiologis akan tetapi bila tidak segera diatasi akan menjadi hal yang patologis sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilan (Iriati, 2014; Setiawan, 2012; Kusmiyati et al., 2015).

Komplikasi mual dan muntah terjadi pada primigravida sekitar 60- 80% dan terjadi pada multigravida sekitar 40- 60%. Pada 1 dari 1.000 gejala ini menjadi lebih berat, tetapi jika tidak segera ditangani hal ini dapat berakibat fatal, menyebabkan cairan tubuh berkurang dan terjadi hemokonsentrasi yang dapat memperlambat peredaran darah sehingga mempengaruhi tumbuh kembang janin. Di Indonesia sebanyak 50%-75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester pertama atau awal-awal kehamilan. Dari total seluruh kehamilan di dunia menurut WHO (World Health Organization) terdapat 12,5% jumlah kejadian hiperemesis gravidarum. Akibat mual dan muntah terjadi ketidakseimbangan cairan yang dapat mengganggu jaringan ginjal dan hati menjadi nekrosis (Manuaba et al, 2015; Wulandari et al., 2019; WHO, 2013).

Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan non farmakologi maupun farmakologi. Tindakan non farmakologi yang sering di sarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk

mengonsumsi jahe dalam bentuk teh jahe, teknik relaksasi, dan aromaterapi (Runiari, 2015).

Jahe adalah tanaman dengan sejuta khasiat yang telah dikenal sejak lama. Jahe merupakan salah satu rempah penting, rempah yang sering digunakan sehari-hari. Memiliki banyak manfaat pada rimpangnya yaitu untuk minuman, bumbu masak, dan permen serta digunakan sebagai ramuan obat tradisional. Keunggulan pertama jahe adalah kandungan gingerol dan minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah. Hasilnya ketegangan bias dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun ditekan. Aroha harum jahe dihasilkan oleh minyak arsiri, sedang oleoresisnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat (Ahmad et al., 2015; Ramadan, 2013; Henarni dan Winarti, 2013).

Penggunaan media video merupakan cara yang paling efektif dan mudah dimengerti oleh ibu hamil untuk menjelaskan bagaimana cara pembuatan minuman jahe. Sebagai media edukasi bagi masyarakat khususnya ibu hamil Trimester 1 terhadap penanganan mual dan muntah salah satunya dengan metode non farmakologi berupa meminum Wedang Jahe. Target luaran yang ingin dicapai adalah terciptanya media edukasi yaitu video yang dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, diantaranya bagi masyarakat khususnya ibu hamil dapat memberikan wawasan pengetahuan dan penanganan keluhan mual dan muntah yang dialami oleh ibu hamil. Kemudian bagi institusi menambah sumber informasi baru dan menjadi sumber pengetahuan bagi penonton serta sebagai informasi ilmiah mengenai penanganan keluhan mual dan muntah.