

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses alamiah yang terjadi pada wanita sebagai bagian dari siklus reproduksi. Kehamilan bisa terjadi ketika sel telur dibuahi oleh sperma. Usia kehamilan dihitung dari hari pertama haid terakhir hingga waktu melahirkan, umumnya berlangsung selama 40 minggu dan terbagi menjadi tiga trimester. Trimester pertama (minggu 1–13), trimester kedua (minggu 14–27), dan trimester ketiga (minggu 28–40) merupakan fase penting yang dilalui ibu hamil, di mana terjadi berbagai perubahan fisik maupun pada trimester pertama, salah satu keluhan umum yang dialami sebagian besar ibu hamil adalah mual dan muntah atau yang dikenal dengan istilah *Emesis Gravidarum*. Kondisi ini dialami sekitar 50–90% ibu hamil dan umumnya mulai muncul pada minggu ke-5 hingga minggu ke-12 kehamilan (Muarifah and Ambarwati 2021).

Human Chorionic Gonadotropin (HCG) dalam serum dari plasenta Mual muntah atau *Emesis gravidarum* yang biasa terjadi pada awal kehamilan disebabkan karena terjadi peningkatan kadar hormon estrogen dan progesterone yang diproduksi. Frekuensi terjadinya morning sickness tidak hanya di pagi hari melainkan bisa siang bahkan malam hari. Hormonal *estrogen* dan *progesterone* yang diproduksi oleh *HGG (Human Chorionic Gonadotropin)* dalam serum dari plasenta akan mengalami peningkatan sehingga menyebabkan mual muntah pada ibu hamil di awal kehamilan yang biasa disebut dengan *emesis gravidarum*. Selain karena hormon, separuh dari ibu hamil akan mengalami mual ketika mencium aroma makanan tertentu. *Emesis gravidarum* perlahan akan berkurang seiring bertambahnya usia kehamilan, biasanya keluhan akan berakhir pada usia kehamilan 12 minggu (Muarifah and Ambarwati 2021).

Menurut penelitian (Muarifah and Ambarwati 2021). Bahwa pemberian minuman rebusan air jahe pada ibu hamil trimester pertama untuk mengurangi rasa mual muntah dengan awalnya sebelum diberikan minuman

air jahe mengalami mual muntah sedang. Setelah diberikan minuman jahe diminum dalam kondisi hangat secara rutin pagi dan sore dengan dosis 2,5 gram jahe, 250 ml air dan 10 gram gula yang diminum secara rutin dalam kondisi hangat secara rutin selama 3 hari berturut-turut terjadi penurunan keluhan mual dan muntah menjadi mual muntah ringan.

Meskipun kondisi yang normal, mual dan muntah berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan janin. Pada kasus yang lebih berat, dikenal sebagai *hiperemesis gravidarum*, gejalanya bisa menyebabkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, gangguan nutrisi, bahkan penurunan berat badan secara signifikan. Kondisi ini tidak hanya berisiko terhadap kesehatan ibu, tetapi juga dapat meningkatkan risiko keguguran, kelahiran prematur, bayi lahir dengan berat badan rendah, serta kelainan bawaan (Ningsih et al. 2020).

Berbagai upaya dilakukan untuk mengurangi keluhan mual muntah pada ibu hamil, baik dengan pendekatan *farmakologis* maupun *non-farmakologis*. Namun, intervensi *non-farmakologis* menjadi pilihan yang lebih aman karena minim efek samping. Salah satu metode yang mulai banyak dikembangkan adalah media edukasi berupa booklet. Booklet merupakan salah satu bentuk inovasi media pembelajaran dalam bentuk media cetak. Booklet mempunyai kelebihan memuat materi pelajaran dalam bentuk fisik yang unik, menarik, dan fleksibel unik karena bentuk fisik yang kecil lengkap dengan desain full colour yang akan menumbuhkan rasa ketertarikan untuk menggunakannya. Sebagai sarana informasi edukatif diharapkan mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang cara makan sehat, relaksasi, hingga konsumsi bahan herbal yang aman.

Penyusunan booklet ini menjadi penting sebagai media edukasi berbasis literasi kesehatan, mengingat tidak semua ibu hamil memiliki akses atau pemahaman yang cukup terhadap informasi medis. Melalui booklet yang disusun secara sistematis dan berbasis bukti ilmiah, ibu hamil dapat memperoleh pengetahuan yang aplikatif untuk diterapkan dalam kehidupan

sehari-hari, terutama dalam mengurangi mual dan muntah selama trimester pertama kehamilan.

Penyusunan booklet edukasi ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif solusi dalam menurunkan angka keluhan *emesis gravidarum* dan mendukung kehamilan yang sehat bagi ibu dan janin (Harahap, Alamanda, and Harefa 2020). Pembuatan media Komunikasi, Informasi, Edukasi (KIE) tentang pengaruh pemberian rebusan air jahe pada ibu hamil trimester 1 untuk mengurangi rasa mual muntah, sebagai media promotif pada ibu hamil dan menjalankan peran bidan menjaga kesehatan pada ibu hamil. Manfaat booklet antara lain bagi tenaga kesehatan khususnya untuk bidan yaitu, dapat digunakan sebagai media promosi kesehatan dan KIE. Adapun manfaat bagi masyarakat khususnya pada ibu hamil yaitu dapat memberikan informasi. Pengetahuan dan menambah wawasan bagi masyarakat mengenai rebusan air jahe untuk mengurangi rasa mual muntah.