

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan menyebabkan perubahan fisik, psikis dan hormonal pada tubuh ibu, hal tersebut menimbulkan bermacam-macam keluhan, salah satunya adalah mual muntah atau *morning sickness* yang biasa terjadi pada awal kehamilan. Mual muntah merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stress yang dikaitkan dengan kehamilan. Hampir 50-90 % perempuan hamil mengalami mual muntah pada trimester pertama. Mual dan muntah seringkali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi diawal kehamilan, mual muntah yang terjadi pada kehamilan yang disebabkan karena terjadi peningkatan kadar hormon estrogen dan progesterone yang diproduksi oleh *Human Chorionic Gonadotropine* (HCG) dalam serum dari plasenta. Frekuensi terjadinya morning sickness tidak hanya di pagi hari melainkan bisa siang bahkan malam hari. Selain itu karena mencium aroma suatu masakan, setengah dari perempuan hamil pasti akan mengalami mual muntah (Hariadini, dkk 2022)

Mual dan muntah terjadi pada 60-80% *primigravida* dan 40-60% *multigravida*. Perubahan hormon pada setiap perempuan hamil responnya akan berbeda, sehingga tidak semua mengalami mual muntah pada kehamilan. Seorang ibu hamil akan sangat membutuhkan gizi yang banyak untuk perkembangan janin yang dikandung, persalinan dan menyusui. Perubahan hormonal dan fisik perempuan yang terjadi selama hamil akan mempengaruhi pola konsumsi makanannya. Nutrisi ibu hamil juga sangatlah penting bagi kesehatan janin dalam kandungan. Ibu hamil yang

kekurangan nutrisi dapat mengakibatkan perkembangan janin tidak normal, gizi ibu hamil mempengaruhi pertumbuhan janin (Setiyaningsih dan Isro'aini, 2023)

Mual dan muntah pada kehamilan biasanya bersifat ringan dan merupakan kondisi yang dapat dikontrol sesuai dengan kondisi ibu hamil, kondisi tersebut terkadang berhenti pada trimester pertama, namun pengaruhnya dapat menimbulkan gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, penurunan berat badan, serta ketidakseimbangan elektrolit. Mual dan muntah pada kehamilan berlebih atau hiperemesis gravidarum tidak hanya mengancam kehidupan ibu hamil, namun juga dapat menyebabkan efek samping pada janin seperti abortus, bayi lahir rendah, kelahiran prematur, serta malforasi pada bayi baru lahir. Kejadian pertumbuhan janin terhambat (*Intrauterine growth retardation/IUGR*) meningkat pada wanita hamil dengan hiperemesis gravidarum (Prastika dan Pitriani, 2021)

Menurut *World Health Organisation* (WHO) jumlah kejadian hiperemesis gravidarum mencapai 12,5 % dari jumlah seluruh kehamilan mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati yang mengakibatkan terjadinya nekrosis. Sekitar 60 - 80% primigravida dan 40 – 60 % multigravida mengalami mual muntah, namun gejala ini terjadi lebih berat hanya pada 1 di antara 1.000 kehamilan. Prevalensi jumlah ibu hamil dengan kejadian hiperemesis gravidarum di Indonesia pada tahun 2023 berkisar antara 1 sampai 3 persen dari seluruh kehamilan. Rasio kejadian keseluruhan adalah 4: 1000. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, kejadian mual muntah pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 50% sampai 75% selama trimester pertama atau awal kehamilan. Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan non

farmakologi yang biasa disarankan oleh tenaga kesehatan seperti menganjurkan ibu hamil untuk mengkonsumsi jahe dalam bentuk air jahe hangat, teknik relaksasi, dan aromaterapi (Ningsih dkk., 2020).

Jahe adalah tanaman dengan sejuta khasiat yang telah dikenal sejak lama, jahe merupakan salah satu rempah penting. Rimpangnya sangat banyak manfaatnya, antara lain sebagai bumbu masak, minuman, serta permen dan juga digunakan dalam ramuan obat tradisional. Keunggulan pertama jahe adalah kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan memblokir reflek muntah, sedangkan *gingerol* dapat melancarkan darah dan saraf-saraf bekerja dengan baik. Hasilnya ketegangan bias dicairkan, kepala jadi segar, mual muntah pun ditekan. Aroma harum jahe dihasilkan oleh minyak atsiri, sedangkan oleoresinnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat (Kholifa dkk., 2023).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa jahe merupakan bahan terapi untuk meredakan dan mengurangi rasa mual dan muntah. Efektivitas jahe terbukti aman dikonsumsi dalam jumlah moderat, jadi solusi ini cenderung minim risiko bagi ibu dan janin. Selain itu jahe juga efektif dalam mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama kehamilan dan menurunkan mual muntah pada ibu yang multigravida, berdasarkan penelitian (Putri dkk., 2017) survey awal di wilayah Puskesmas Mattiro Bulu data ibu hamil pada bulan Januari–April 2016 sebanyak 424 orang. Dari jumlah tersebut sebanyak 80% ibu mengalami mual muntah pada trimester pertama.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti perbedaan mual muntah pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan air jahe hangat. Dengan

tujuan mengidentifikasi karakteristik ibu hamil, mengetahui mual muntah dan perbedaan mual muntah pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan air jahe hangat. Peneliti juga telah melakukan studi pendahuluan di Praktik Mandiri Bidan Yan Mona Fridayanthi.S.Tr,.Keb pada ibu hamil trimester 1 mengenai cara mengurangi mual muntah dengan metode komplementer. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepala ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan Yan Mona Fridayanthi.S.Tr,.Keb 80% ibu hamil tidak mengetahui efektivitas jahe hangat, sebagian besar ibu hamil belum mengetahui cara mengelola atau mengatasi mual muntah dengan metode komplementer (Jahe Hangat). Perbedaan penelitian ini dengan sebelumnya yaitu ada pada penggunaan air jahe hangat sebagai solusi alami mengurangi ketergantungan pada obat-obatan yang mungkin memiliki efek samping pada kehamilan. Berdasarkan uraian diatas, oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Perbedaan Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Pemberian Air Jahe Hangat Pada Ibu Hamil ”

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah ”Apakah Ada Perbedaan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Sebelum Dan Sesudah Diberikan Air Jahe Hangat ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan mual muntah pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan air jahe hangat.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum pemberian air jahe hangat.

- b. Mengidentifikasi tingkat mual muntah setelah 2x pemberian air jahe hangat selama 3 hari pada ibu hamil.
- c. Menganalisis perbedaan mual muntah sebelum dan sesudah pemberian air jahe hangat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa sebagai referensi ilmiah dalam pengembangan pengetahuan tentang manfaat terapi non-farmakologis, khususnya penggunaan air jahe hangat untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan hasil penelitian dan menjadi acuan bagi peneliti dan terutama yang berkaitan dengan asuhan kebidanan.

- b. Bagi institusi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai panduan dalam memberikan edukasi atau saran kepada ibu hamil mengenai penggunaan air jahe hangat sebagai upaya non-farmakologis untuk menangani mual muntah.

- c. Bagi ibu

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ibu hamil sebagai pengetahuan mengenai manfaat jahe sebagai bahan herbal yang mudah diakses dan efektif untuk mengatasi keluhan dan mengurangi rasa tidak nyaman akibat mual muntah, sehingga mereka dapat menjalani kehamilan dengan lebih baik.