BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang terjadi pada semua wanita. Kehamilan adalah proses penyatuan *spermatozoa* dan ovum dan dilanjutkan dengan implantasi. Kehamilan terbagi dalam tiga trimester, di mana Trimester I berlangsung dalam 12 minggu, Trimester II 20 minggu, dan Trimester III 30 minggu (Prawirohardjo, 2020). Kehamilan pada trimester awal adalah periode kehamilan dari saat terjadinya pembuahan hingga usia kehamilan mencapai dua belas minggu (0-3 bulan). Wanita hamil sering kali merasakan berbagai masalah selama trimester awal. *Emesis gravidarum*, juga disebut sebagai nausea adalah salah satu tanda umum yang sering terjadi (Suryaningrum et al., 2019).

Emesis gravidarum adalah kondisi mual dan muntah yang sering muncul antara usia 20 minggu. Hal ini disebabkan oleh perubahan hormonal yang lebih signifikan, seperti peningkatan produksi hormon yang berhubungan dengan kehamilan. Fungsi hormon *HCG* adalah untuk merangsang ovarium, meningkatkan kadar *hormon estrogen.* Kenaikan kadar *estrogen* selama masa kehamilan dapat meningkatkan sensitivitas terhadap rangsangan mual dan mempengaruhi gerakan saluran pencernaan. Menurut Suryaningrum dkk. (2019), *progesteron* juga berperan dalam meningkatkan aktivitas otot halus di saluran pencernaan, yang dapat mengakibatkan lambung memadatkan makanan dan memicu perasaan mual.

Berdasarkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2021, bahwa prevalensi nausea di seluruh dunia adalah sekitar 12,5% dari semua kasus. Antara 50% dan 75% Ibu Hamil di Indonesia melaporkan mengalami mual dan muntah selama kehamilan, menurut Kemenkes RI (2021). Pada tingkat provinsi, data dinas kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2021 menunjukkan bahwa sekitar 10% hingga 15% kasus *emesis gravidarum* terjadi. Menurut Dinkes Sumut

(2021), prevalensi mual dan muntah lebih tinggi pada *primipara* (56–76%) dibandingkan *multigravida* (45–75%). Selain itu, sekitar 22% kasus melibatkan persalinan, dan 7–9% ibu hamil mengalami dehidrasi parah akibat *emesis gravidarum*. Berdasarkan data kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2023, jumlah ibu hamil tercatat sebanyak 306.185 orang. Dari jumlah tersebut, diperkirakan sekitar 50%–80% mengalami *emesis gravidarum.* Sebaliknya menurut data Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli pada tahun 2024, *prevalensi emesis gravidarum* di Kota Gunungsitoli mencapai 1.374 orang atau hampir 72,35% dari total jumlah penduduk yang terkena (Dinkes Kota Gunungsitoli, 2024).

Emesis gravidarum dalam keadaan normal jarang berdampak negatif pada kehamilan dan janin; hanya ketika sudah berkembang menjadi *hiperemesis gravidarum,* yang dapat meningkatkan risiko gangguan pada kehamilan (Prawirohardjo, S. 2019). Kondisi yang dikenal sebagai *hiperemesis gravidarum* ditandai dengan muntah terus-menerus pada ibu setiap kali ia mengonsumsi makanan atau minuman. Akibatnya, tubuh ibu menjadi sangat lemah, kulitnya pucat, dan terjadi penurunan frekuensi buang air kecil yang signifikan, yang menyebabkan pengurangan cairan tubuh dan pengentalan darah (hemokonsentrasi). Hal ini dapat memperlambat sirkulasi darah, yang pada gilirannya mengurangi pengiriman oksigen dan nutrisi ke jaringan. Kekurangan makanan dan oksigen dapat menyebabkan kerusakan jaringan, yang menimbulkan risiko bagi kesehatan ibu dan perkembangan janin yang dikandungnya (Sari, 2019).

Rasa mual merupakan salah satu tantangan keperawatan yang sering dihadapi oleh wanita hamil yang mengalami *emesis gravidarum* (Nugrawati, 2021). Situasi ini biasanya terjadi pada trimester pertama kehamilan sebagai akibat dari perubahan fisiologis yang terjadi selama trimester pertama kehamilan, sehingga menjadikannya salah satu masalah keperawatan yang membutuhkan intervensi yang tepat. Gejala ini biasanya muncul di pagi hari setelah seseorang bangun tidur (mual

pagi), tetapi juga dapat terjadi pada siang atau malam hari (Nasution & Daulay, 2023). Mual dan muntah yang dialami wanita selama kehamilan adalah keluhan umum, terutama pada tahap awal kehamilan, dan umumnya ringan serta dapat diatasi tergantung pada keadaan spesifik masing-masing ibu hamil. Meskipun kesehatan fisik ibu biasanya membaik selama trimester pertama kehamilan, gejalanya masih berpotensi menyebabkan masalah seperti kekurangan nutrisi, ketidakseimbangan cairan dan elektrolit, serta kelelahan (Ariyanti & Sari, 2020). Jika kondisi ini terus berlanjut dapat menyebabkan pertumbuhan janin menjadi tidak optimal dan meningkatkan risiko kelahiran prematur atau keguguran (Novelia et al., 2023).

Penanganan mual pada wanita hamil dapat dilakukan dengan menggunakan cara-cara farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi yang bersifat farmakologis ditujukan untuk mengurangi keluhan berupa mual dan muntah melalui pemberian sejumlah obat, termasuk *vitamin B6, antiemetik, antihistamin, fenotiazin, metoklopramid, ondansetron,* dan *kortikosteroid* yang disesuaikan dengan kebutuhan dan keadaan pasien. Meskipun pengobatan ini telah terbukti efektif, penggunaan obat-obatan ini dapat menimbulkan efek samping seperti sakit kepala, diare, dan sensasi kesemutan, yang dapat berdampak pada kesehatan ibu dan anak (Yuliana, 2019). Jadi, penting untuk mencari metode alternatif yang lebih aman yang dapat melakukan terapi nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis, juga dikenal sebagai terapi pelengkap, memiliki kelemahan karena kurang efektif dibandingkan terapi farmakologis. Konsumsi minuman jahe adalah salah satu jenis terapi pelengkap yang aman dan dapat diterapkan pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah. Jahe mudah didapatkan, tidak memiliki efek negatif, dan telah direkomendasikan sebagai terapi tambahan untuk mengobati mual dan muntah pada ibu hamil (Wirda dkk., 2020).

Jahe adalah tanaman klasik yang mudah diakses oleh masyarakat dan telah banyak digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Contohnya, jahe putih sering dijadikan bumbu masakan, memberi cita rasa dan

aroma pada berbagai hidangan serta minuman. Selain itu, tanaman ini juga telah banyak dipakai sebagai obat herbal. Jahe kaya akan beraneka ragam senyawa bioaktif, seperti minyak *esensial, zingiberene (zingirona), zingiberol, bisabolena, kurkumen, gingerol,* dan *felandrena.* Kandungan tersebut diketahui memiliki efek antiemetik melalui mekanisme penghambatan kerja *serotonin*, yaitu *neurotransmitter* yang diproduksi oleh neuron serotonergik pada sistem saraf pusat dan *enterochromaffin* pada saluran pencernaan. Menurut Ningsih dkk. (2020), penghambatan *serotonin* dapat menyebabkan relaksasi otot-otot saluran cerna, sehingga dapat mengurangi rangsangan mual, memberikan rasa nyaman pada lambung, dan membantu mengurangi frekuensi mual pada ibu hamil. Salah satu bentuk pemanfaatan jahe sebagai terapi nonfarmakologis adalah pemberian seduhan jahe. Seduhan tersebut dibuat menggunakan 250 mg jahe putih yang diiris tipis, kemudian diseduh dengan 250 ml air panas dan ditambahkan 10 gram gula pasir. Seduhan jahe dianjurkan untuk dikonsumsi 2x sehari dilakukan pagi dan sore hari, atau sewaktu ibu hamil merasakan mual selama empat hari berturut-turut (Titin Artini, 2023). Seduhan jahe merupakan solusi terapi nonfarmakologis dalam penanganan nausea pada masa kehamilan karena berasal dari bahan alami dan relatif aman untuk dikonsumsi. Kandungan zat aktif pada jahe yang hangat memiliki fungsi untuk mengurangi jumlah mual dan muntah. Di samping itu, meminum seduhan jahe juga dapat memberikan rasa tenang, meningkatkan kenyamanan, serta membantu meredakan kecemasan yang sering dirasakan selama masa hamil. Dengan berkurangnya keluhan nausea, selama masa kehamilan diupayakan untuk menjalani kehamilan dengan lebih nyaman, agar fisik kesehatan ibu dan janin tetap sehat serta mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan janin secara optimal (Anita, Sartini, & Alam, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2019), seduhan jahe terbukti berhasil dalam mengurangi jumlah mual dan muntah pada wanita hamil di trimester awal di Puskesmas Nalumsari Jepara. Penelitian ini mengindikasikan bahwa jahe bermanfaat bagi wanita hamil untuk meredakan rasa mual, karena jahe secara langsung dapat mengurangi dorongan muntah dan aromanya juga berperan dalam mencegah rasa mual pada ibu hamil (Wulandari et al, 2019).

Menurut penelitian Oktaviani (2022), minuman jahe dapat membantu menurunkan mual tingkat selama trimester pertama kehamilan. Dari lima belas responden yang mengonsumsi seduhan jahe, empat responden (26,7%) mengalami mual ringan, sembilan responden (60%) mengalami mual sedang, dan dua responden (13,3%) mengalami mual berat. Setelah intervensi ini, 10 responden (66,7%) melaporkan mual ringan, 2 responden (13,7%) melaporkan mual sedang, tidak ada responden yang melaporkan mual berat, dan 3 responden (20%) melaporkan bahwa mereka tidak mengalami mual ringan lagi.

Menurut sebuah studi yang dilakukan pada tahun 2020 oleh Harahap dan rekan-rekannya, sebelum menerima intervensi seduhan jahe, banyak wanita pada trimester pertama mengalami mual dan muntah dengan tingkat keparahan mulai dari sedang hingga parah. Setelah intervensi seduhan jahe secara teratur, terjadi penurunan yang signifikan dalam tingkat keparahan mual dan muntah, yang dibuktikan dengan penurunan frekuensi dan intensitas gejala selama kehamilan dini.

Lazdia (2020) menyatakan bahwa mengkonsumsi seduhan jahe selama 4 hari mampu menurunkan frekuensi mual muntah yang sebelumnya lebih dari 7 kali sehari. Setelah pemberian seduhan jahe, frekuensi mual muntah menurun menjadi sekitar 3-4 kali sehari. Secara umum, tingkat mual dan muntah responden mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan sebelum diberikan minuman seduhan jahe (Lazdia, 2020).

Berdasarkan temuan dari survei awal yang dilaksanakan oleh peneliti pada tanggal 2 Januari 2026 di area kerja UPTD Puskesmas Kauko Gunungsitoli di Kota Gunungsitoli, tercatat sebanyak 258 ibu hamil yang berada dalam trimester I untuk periode Januari hingga Desember 2025. Menurut informasi yang diperoleh dari tenaga medis di Puskesmas tersebut, gejala yang sering dirasakan oleh ibu hamil, khususnya pada trimester I, adalah rasa mual dan muntah. Berdasarkan hasil wawancara mengenai lima ibu hamil trimester I mengatakan bahwa mereka mengalami keluhan nausea dengan gejala seperti tubuh terasa lemas, penurunan nafsu makan, serta pusing yang disertai mual dan muntah dengan frekuensi sekitar 2 kali dalam 24 jam. Hasil wawancara mengungkapkan bahwa semua ibu hamil yang disurvei memiliki pengetahuan yang terbatas tentang cara mengatasi mual dan muntah menggunakan metode non-obat, serta belum pernah mencoba terapi alternatif, khususnya seduhan jahe, yang seharusnya digunakan untuk meringankan gejala mual dan muntah yang dirasakan selama kehamilan. Pengelolaan nausea pada wanita hamil biasanya masih lebih banyak mengandalkan pengobatan obat, seperti administrasi vitamin B6 serta *metoklopramid*. Meskipun terapi tersebut terbukti efektif dalam membantu mengurangi gejala, penggunaan obat selama masa kehamilan memerlukan pertimbangan yang cermat untuk meminimalkan potensi risiko terhadap ibu maupun janin. Oleh karena itu, diperlukan alternatif penanganan yang tidak menimbulkan risiko, mudah diterapkan, dengan kemungkinan terjadinya efek samping yang rendah. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya pelaksanaan intervensi nonfarmakologi sebagai salah satu upaya dalam membantu mengatasi nausea pada ibu hamil trimester I.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis memiliki minat untuk melakukan penelitian dengan judul implementasi penyajian seduhan jahe dalam menangani mual pada wanita hamil trimester pertama dengan *emesis gravidarum* di UPTD Puskesmas Kauko Kota Gunungsitoli.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah penerapan pemberian seduhan jahe dalam mengatasi Nausea pada ibu hamil trimester I dengan *emesis gravidarum* di UPTD Puskesmas Kauko Gunungsitoli Kota Gunungsitoli pada tahun 2026 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

   Menggambarkan penerapan pemberian seduhan jahe dalam mengatasi Nausea pada ibu hamil trimester I dengan *emesis gravidarum* di UPTD Puskesmas Kauko Gunungsitoli Kota Gunungsitoli pada tahun 2026.

2. Tujuan Khusus :
   a. Menerangkan hasil pemeriksaan keperawatan bagi ibu hamil periode pertama dengan *emesis gravidarum* selama pelaksanaan intervensi pemberian seduhan jahe untuk mengatasi rasa mual di UPTD Puskesmas Kauko Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli.
   b. Menjelaskan diagnosa keperawatan untuk ibu hamil trimester pertama yang mengalami *emesis gravidarum* selama pelaksanaan intervensi seduhan jahe untuk meredakan mual di UPTD Puskesmas Kauko Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli.
   c. Menerangkan intervensi keperawatan pada pasien yang sedang hamil periode pertama dengan kondisi *emesis gravidarum* saat pelaksanaan pemberian seduhan jahe untuk mengatasi rasa mual di UPTD Puskesmas Kauko Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli.

d. Menerangkan pelaksanaan keperawatan bagi ibu hamil periode pertama dengan *emesis gravidarum* saat pelaksanaan pemberian seduhan jahe dalam mengatasi rasa mual di UPTD Puskesmas Kauko Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli.
e. Menerangkan Penilaian keperawatan pada pasien hamil trimester pertama yang mengalami *emesis gravidarum* selama pemberian seduhan jahe untuk meredakan mual di UPTD Puskesmas Kauko Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli.

D. Manfaat

Manfaat penelitian ini adalah bagi :

1. Bagi Responden

Studi kasus dapat menambah pengetahuan responden, tentang manfaat jahe dalam mengatasi nausea pada ibu hamil trimester I dengan *emesis gravidarum.*

2. Bagi Tempat Peneliti

Penelitian Studi kasus ini dapat menjadi masukan dalam mengatasi nausea pada ibu hamil trimester I dengan *emesis gravidarum.*

3. Bagi Institusi

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan di ruang baca Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Kemenkes Poltekkes Medan, dan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dengan ruang lingkup yang sama.