

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan menyebabkan perubahan fisik, psikis dan hormonal pada tubuh ibu, yang dapat menimbulkan berbagai keluhan, salah satunya adalah mual muntah (*morning sickness*) yang umumnya terjadi pada awal kehamilan. Mual muntah merupakan salah satu gejala awal, yang paling sering dialami dan dapat menimbulkan stress pada ibu hamil. Hampir 50-90 % ibu hamil mengalami mual muntah pada trimester pertama yang dipicu oleh peningkatan hormone estrogen. Kehamilan menyebabkan perubahan fisik, psikis dan hormonal pada tubuh ibu, yang dapat menimbulkan berbagai keluhan, salah satunya adalah mual muntah (*morning sickness*) yang umumnya terjadi pada awal kehamilan. Mual muntah merupakan salah satu gejala awal, yang paling sering dialami dan dapat menimbulkan stress pada ibu hamil. Hampir 50-90 % ibu hamil mengalami mual muntah pada trimester pertama yang dipicu oleh peningkatan hormone estrogen dan progesterone akibat produksi Human Chorionic Gonadotropin (HCG) dari plasenta. Keluhan ini tidak hanya muncul di pagi hari, tetapi dapat terjadi sepanjang hari, bahkan dipicu oleh aroma makanan tertentu (Hariadini dkk, 2022).

Mual dan muntah terjadi pada 60–80% primigravida dan 40–60% multigravida, dengan tingkat keparahan yang berbeda-beda pada setiap ibu hamil. Perubahan hormonal dan fisik selama kehamilan juga memengaruhi pola makan, padahal kebutuhan nutrisi ibu sangat penting untuk pertumbuhan dan

perkembangan janin. Kekurangan nutrisi pada ibu hamil dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan janin (Setiyaningsih & Isro'aini, 2023).

Mual muntah bersifat ringan dan dapat dikendalikan serta sering berhenti pada trimester pertama. Namun jika berlebihan (*hyperemesis gravidarum*) kondisi ini dapat menyebabkan gangguan nutrisi, dehidrasi, penurunan berat badan, ketidakseimbangan elektrolit, bahkan membahayakan ibu dan janin. Dampak pada janin meliputi abortus, bayi berat lahir rendah, prematuritas, malformasi, dan peningkatan risiko *Intrauterine Growth Retardation (IUGR)* (Prastika & Pitriani, 2021).

Hiperemesis gravidarum terjadi pada sekitar 12,5% kasus mual muntah kehamilan. Namun hanya 1 dari 1.000 kehamilan yang mengalami gejala berat. Di Indonesia, prevalensi hiperemesis gravidarum pada tahun 2023 berkisar 1–3% dari seluruh kehamilan. Sedangkan kejadian mual muntah pada trimester pertama mencapai 50–75% (SKI, 2023). Penatalaksanaan mual muntah dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis, seperti konsumsi jahe hangat, teknik relaksasi, dan aromaterapi (Ningsih dkk., 2020).

Jahe merupakan tanaman herbal yang telah lama digunakan sebagai bahan pangan dan obat tradisional. Kandungan minyak atsiri dan gingerol pada jahe memiliki efek menyegarkan, menghambat refleks muntah, melancarkan peredaran darah, serta memberikan efek hangat yang dapat menurunkan rasa mual dan muntah (Kholifa dkk., 2023).. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa jahe aman dikonsumsi dalam jumlah moderat dan efektif mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama, baik pada primigravida maupun multigravida. Dari segi

ketersediaan, jahe relatif mudah diperoleh di masyarakat dengan harga yang terjangkau serta dapat diolah dalam berbagai bentuk seperti rebusan, serbuk, permen, maupun kapsul ekstrak. (Putri dkk., 2017).

Puskesmas Karangnunggal merupakan salah satu pusat kesehatan yang berada di Kabupaten Tasikmalaya Jumlah ibu hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal pada tahun 2025 sebanyak 1114 ibu hamil. Jumlah ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah di Puskesmas Karangnunggal tahun 2025 sebanyak 889 dengan persentase (80%).

Peneliti telah melakukan studi pendahuluan di KIA UPTD Puskesmas Karangnunggal pada ibu hamil trimester I terkait upaya penanganan mual muntah menggunakan metode komplementer. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sekitar 80% ibu hamil belum mengetahui efektivitas jahe, serta sebagian besar belum memahami cara mengelola mual muntah melalui terapi komplementer.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh mual muntah pada ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian minuman jahe..

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Bagaimanakah Pengaruh Minuman Jahe Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2026 ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh minuman jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendapatkan gambaran tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya sebelum diberikan minuman jahe.
- b. Mendapatkan gambaran tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya setelah diberikan minuman jahe.
- c. Menganalisis pengaruh minuman jahe pada ibu hamil Trimester I pada Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pengembangan wawasan dan pengetahuan mahasiswa sehingga jahe dapat di jadikan obat alternatif untuk menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Bidan

Dapat dijadikan masukan dalam dalam pemberian asuhan kebidanan berbasis evidence-based.

b. Bagi Ibu Hamil

Hasil penelitian ini dapat menjadi alternatif metode nonfarmakologis untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I

- c. Bagi Mahasiswa Program Studi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Menjadi bahan masukan untuk menambah pengetahuan dan informasi serta dan referensi bagi mahasiswa kebidanan dalam pengembangan ilmu terkait penurunan mual muntah pada ibu hamil.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian merupakan bingkai penelitian yang menggambarkan batasan penelitian, mempersempit permasalahan, serta membatasi area penelitian (Riduan, 2011). Ruang lingkup penelitian ini meliputi aspek etik legal dan keselamatan klien, komunikasi efektif, pengembangan diri dan profesionalisme, landasan ilmiah praktik kebidanan, keterampilan klinis, promosi kesehatan dan konseling, serta manajemen dan kepemimpinan dalam pemberian minuman jahe sebagai intervensi nonfarmakologis untuk menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Judul, Nama peneliti	Metode	Hasil	Perbedaan
1.	Efektifitas Pemberian Permen Jahe Terhadap Mual	Dalam penelitian ini desain digunakan adalah	Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan paired t test dapat dilihat bahwa	Penelitian ini menggunakan permen ekstrak jahe

No	Judul, Nama peneliti	Metode	Hasil	Perbedaan
	Muntah Pada Ibu Hamil Di Rumah Sakit Umum Daerah Raja Ahmad Tabib Tanjungpinang Elena dkk	yang Preeksperiment design dengan menggunakan one group pretest posttest design	signifikan efektifitas permen jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu yang mengalami emesi gravidarum, yaitu uji paired t test pada kejadian mual muntah menunjukkan hasil $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai t Hitung = 17,210 serta t table = 2,083 (t hitung > t table).	
2.	Pemberian Minuman Jahe Hangat (Zingiber Iffivinale) Dalam Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Wilayah Kerja Puskesmas Kulisusu ⁸ Herman dkk	Metode penelitian deskriptif observasional dengan menggunakan pendekatan studi kasus dan jumlah sampel sebanyak 3 orang. Intervensi pemberian minuman jahe hangat dilakukan 1 kali sehari pada pagi hari selama 3 hari	Penurunan frekuensi mual muntah sebelum pemberian minuman jahe hangat (pretest) hari pertama mual sebanyak 10-12 kali sehari dan muntah sebanyak 5-7 kali sehari. Sedangkan penurunan frekuensi mual muntah setelah pemberian jahe hangat (posttest hari ke-3) didapatkan mual sebanyak 1-4 kali sehari dan muntah sebanyak 1 kali sehari.	Mengkhususkan objek penelitian dengan intervensi jahe saja

No	Judul, Nama peneliti	Metode	Hasil	Perbedaan
3.	Efektivitas Pemberian Jahe Terhadap Mual Muntah Ibu Hamil Laeli dkk	Penelitian kami merupakan Systematic Literature Review (SLR) dengan menggunakan teknik PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and meta-analyses)	Dari 11 penelitian yang dipilih, hasilnya menunjukkan bahwa jahe dalam berbagai bentuk (minuman, permen, serbuk, air seduhan) efektif mengurangi intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester pertama	Menguji keefektifan jahe terhadap mual
4.	Pengaruh Jahe (Zingiber Officianale) terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Tamara Gusti dkk	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yang dilakukan dengan dilakukan metode narrative Review.	Dari penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa intervensi jahe efektif menurunkan rerata frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil sebesar 11 hingga 135% serta mampu menurunkan tingkat keparahan mual dan muntah menjadi tingkat ringan (mild).	Cara pemberian jahe di bandingkan dengan penelitian lainnya.
5.	Pengaruh Pemberian Jahe Hangat Terhadap Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa	Desain penelitian ini adalah quasi experiment dengan rancangan pre test dan post test.	Hasil penelitian yang telah dilakukan selama empat hari rata-rata frekuensi mual muntah sebelum diberikan jahe hangat rata-rata frekuensi mual muntah sebelum diberikan	Cara pemberian aromaterapi jahe dikombinasikan dengan air hangat

No	Judul, Nama peneliti	Metode	Hasil	Perbedaan
	Tambusai Batang Dui Kecamatan Bathin Solapan Santi Agustina dkk		adalah 6,47 dengan p-value 0,271 >0,05 dan sesudah diberikan jahe hangat 3,67 dengan p-value 0,230 >0,05 diasumsikan frekuensi mual muntah pada ibu hamil terdistribusi normal	