

PENYULUHAN TENTANG MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I
EDUCATION ON NAUSEA AND VOMITING ON PREGNANT MOTHERS
TRIMESTER I

¹⁾Rahmaini Fitri Harahap, ²⁾Vety Indah Wulandari, ³⁾Astry Sinambela

^{1,2,3)}Program Studi Pendidikan d3 kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan
Universitas Prima Indonesia Medan
Jl. Danau Singkarak, Gg. Madrasah, Medan

Email: rahmainifitriharahap@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

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. Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda. Sebagian besar mual muntah saat kehamilan dapat diobati dengan pengobatan jalan, serta pemberian obat penenang dan anti muntah. Tetapi, sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah yang berkelanjutan sehingga mengganggu aktifitas dan menyebabkan terganggunya keseimbangan elektrolit akibat kekurangan cairan. Keluhan mual muntah pada emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang berbahaya. Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan non farmakologi maupun farmakologi. Metode yang digunakan dalam kegiatan melalui serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/edukasi, memberikan reward bagi para ibu, memberikan door prize usai kegiatan pelayanan kesehatan ibu, pemberian reward bagi para kader.

ABSTRACT

Emesis gravidarum is a common complaint that occurs in early pregnancy. Most nausea and vomiting during pregnancy can be treated with oral medications, as well as sedatives and anti-emetics. However, a small percentage of pregnant women cannot cope with ongoing nausea and vomiting, which interferes with activities and causes electrolyte imbalance due to lack of fluids. Complaints of nausea and vomiting in emesis gravidarum are physiological, but if this complaint is not addressed immediately it will be a dangerous thing. Overcoming nausea and vomiting during pregnancy can be done through non-pharmacological and pharmacological measures. The method used in the activity goes through a series of stages, including

counseling/education, giving rewards for mothers, giving door prizes after maternal health service activities, giving rewards for cadres.

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang fisiologis dan alamiah. Kehamilan di hitung mulai dari hari pertama pada haid terakhir. Lama kehamilan dari awal konsepsi hingga bayi lahir adalah 40 minggu atau 280 hari. Terdapat tiga bagian dalam kehamilan, trimester I dari konsepsi sampai tiga bulan, trimester II dari empat bulan hingga enam bulan, dan trimester III dimulai dari 7 bulan sampai ke 9 bulan (Runjati & Umar, 2018).

Selama hamil ibu mengalami perubahan fisik, sosial dan emosional di lingkungan keluarga. Setiap kehamilan juga dapat berkembang menjadi masalah atau komplikasi setiap saat. Itu sebabnya mengapa ibu hamil memerlukan pemantauan selama kehamilannya (Maternity et al., 2018). Perubahan hormonal wanita terjadi pada saat kehamilan yaitu terjadinya peningkatan hormon progesteron, dan estrogen, sehingga menghasilkan HCG plasenta atau (Human Chorionic

Gonadotropine). Hal ini dapat menimbulkan keluhan yang akan dialami oleh ibu hamil, salah satunya adalah emesis gravidarum (Manuaba et al., 2015).

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda. Sebagian besar mual muntah saat kehamilan dapat diobati dengan pengobatan jalan, serta pemberian obat penenang dan anti muntah. Tetapi, sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah yang berkelanjutan sehingga mengganggu aktifitas dan menyebabkan terganggunya keseimbangan elektrolit akibat kekurangan cairan. (Manuaba et al., 2015).

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 (WHO, 2013). Total

kejadian hiperemesis gravidarum di seluruh dunia bervariasi yaitu dari semua total kehamilan di Indonesia 1-3%, dari semua total kehamilan di Canada 0,8%, di Swedia sebesar 0,3%, di Norwegia 0,9%, di China 10,8%, di California 0,5%, di Pakistan 2,2% dan di Turki sebesar 1,9%, 0,5-2% merupakan angka prevalensi Hiperemesis Gravidarum Di Amerika Serikat (Oktavia, 2016).

Keluhan mual muntah pada emesis gravidarum merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang berbahaya. Mengatasi mual muntah selama masa kehamilan dapat dilakukan melalui tindakan non farmakologi maupun farmakologi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Yang menjadi sasaran utama dalam penyuluhan ini adalah ibu hamil pada hari Sabtu, 25 Januari 2020 Waktu: 08.00 WIB

sd. Selesai.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja... Kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan lancar dan baik yang diikuti oleh ibu hamil sebanyak 20 orang. Kesan dari peserta, kegiatan ini sangat bermanfaat bagi ibu hamil. Mereka dapat mengetahui penyebab mual dan muntah pada ibu hamil (emesis gravidarum) dan juga cara mengatasinya.

KESIMPULAN

Program ini di mulai dari pendataan, musyawarah dengan tokoh masyarakat untuk menentukan berapa banyak masyarakat yang ingin berperilaku hidup bersih dan sehat. Awalnya Kegiatan Bakti Bidan pada masyarakat dengan Penyuluhan tentang PHBS dikampung nelayan sebrang sempat di tolak beberapa ibu untuk hadir namun dengan adanya kerjasama dengan bidan dan kader di tempat akhirnya penyuluhan ini dapat terlaksana dengan baik. Banyak masyarakat yang datang dalam penyuluhan tersebut bahkan ada yang ikut membawa keluarganya. Mereka di berikan pendidikan kesehatan mengenai PHBS Mereka sangat antusias dengan bertanya-tanya kepada bidan Perilaku hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

Erlinawati, E., Apriza, A., Parmin, J.,

& Efendi, C. M. (2020).
Pengaruh Pemberian Air Jahe
Terhadap Frekuensi Mual
Muntah Pada Ibu Hamil Di
Wilayah Kerja Puskesmas
Kuok. *Jurnal Doppler*, 4(2),
146-152.

Harahap, R. F., Alamanda, L. D. R.,

& Harefa, I. L. (2020).
Pengaruh Pemberian Air
Rebusan Jahe Terhadap
Penurunan Mual Dan Muntah
Pada Ibu Hamil Trimester
I. *Jurnal Ilmu
Keperawatan*, 8(1), 84-95.

Nikmah, Z. (2020). Pengaruh

Pemberian Seduhan Air Jahe
Terhadap Penurunan Mual
Muntah Pada Pasien Emesis
Gravidarum Di Puskesmas
Tawangharjo. *Jurnal Ilmu
Kebidanan*, 5(1).