

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang dicirikan oleh adanya proses tumbuh kembang janin di dalam rongga rahim (intrauterin). Kehamilan dapat mempengaruhi perubahan kondisi fisik dan sistem organ wanita. Wanita hamil mengalami perubahan ini sebagai akibat dari ketidakstabilan cara kerja hormon progesteron dan estrogen. Keluhan yang kerap dialami oleh ibu hamil pada fase awal kehamilan salah satunya adalah *emesis gravidarum* atau kondisi mual dan muntah (Meyer et al., 2023). Pada usia kehamilan trimester awal, gangguan ini familiar dengan sebutan *morning sickness* sebab lazim timbul di pagi hari, meskipun sebenarnya rasa mual tersebut dapat berlanjut hingga siang maupun malam hari. Sebagian besar keluhan terjadi antara minggu ke-6 hingga ke-12. Meskipun demikian, keluhan tersebut juga bisa terus berlangsung sampai minggu ke-20 (Permata & Hindratni, 2022).

Berdasarkan keadaan sekitar yang dijumpai, keluhan mual dan muntah pada kehamilan kerap terjadi di trimester 1 dengan derajat keparahan yang berbeda-beda, umumnya muncul di pagi hari tetapi dapat terjadi hingga sepanjang hari, sehingga bisa mengganggu aktivitas sehari-hari seperti saat makan, bekerja, dan beristirahat. Beberapa ibu juga dapat mengalami perubahan emosional dan kelelahan atau lemas. Namun, kondisi ini sering dianggap sebagai hal yang biasa dalam kehamilan, sehingga ibu tidak

melakukan penanganan khusus. Upaya yang dilakukan umumnya hanya sebatas menghindari makanan tertentu tanpa memahami cara penanganan yang lebih efektif, sehingga keluhan dapat berlangsung lebih lama dan mengganggu kenyamanan selama kehamilan.

Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), sekitar 3% kejadian kehamilan disertai mual dan muntah pada tahun 2021 (SDKI, 2021). Berdasarkan tinjauan pada primigravida di Jawa Timur, 50–90% ibu hamil di Jawa Timur mengalami emesis gravidarum, di mana sebesar 95% di antaranya merasakan keluhan mual muntah sedang hingga berat selama trimester pertama (Agoesta Pralita Sari et al., 2024). Dalam studi penelitian Nurnila & Nislawaty (2024) rata-rata kejadian emesis gravidarum selama kehamilan adalah 67,9%, dengan ibu primigravida mengalami 60–80% dan ibu multigravida mengalami 40–60%. Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Kupang pada bulan Maret terdapat 29 ibu hamil trimester 1, Berdasarkan wawancara yang dilangsungkan pada 14–15 April 2026, teridentifikasi sebanyak 7 ibu hamil trimester I mengeluhkan gejala mual serta muntah.

Gangguan emesis gravidarum kerap melanda perempuan hamil pada kurun waktu trimester awal. Manifestasi klinisnya meliputi rasa lelah, mual, pusing, hingga nyeri abdomen yang diiringi episode muntah dengan frekuensi di bawah 5 kali dalam sehari (Leona, 2024). Penyebab *emesis gravidarum* selama kehamilan adalah kenaikan kadar HCG plasenta (Human Chorionic Gonadotropin) (Susilawati et al., 2024). Faktor risiko yang memperburuk *emesis gravidarum* meliputi multiparitas, usia ibu yang berisiko yakni 35

tahun, tekanan psikologis, konsumsi karbohidrat dan gula, riwayat *Hyperemesis Gravidarum (HG)* pada kehamilan sebelumnya, kemampuan mendeteksi bau pada trimester pertama, serta faktor genetik (Yulyani & Purnama, 2025).

Wanita hamil yang mengalami *emesis gravidarum* cenderung terjadi penurunan selera makan yang bisa mengganggu asupan nutrisi untuk ibu dan janin, akibatnya, terjadi defisiensi nutrisi yang memberikan dampak negatif bagi ibu serta janin yang dikandungnya. Trimester pertama adalah periode kritis di mana pada saat itu janin pada tahap awal perkembangan organ, kegagalan lahir dapat disebabkan oleh kekurangan nutrisi tertentu pada janin (Hidayah & Sulastri, 2025). Apabila tidak ditangani dengan tepat, ibu bisa mengalami berbagai gangguan seperti kesulitan dalam menjalankan pekerjaan atau aktivitas sehari-hari di rumah, dapat memengaruhi kondisi psikologis seperti kecemasan dan depresi, serta berpotensi menghambat interaksi sosial. Dampak yang lebih serius yang mungkin terjadi adalah *hyperemesis gravidarum*. Dampak *emesis gravidarum* pada janin yang mungkin terjadi yaitu bayi baru lahir dengan berat badan rendah yang disebabkan tubuh tidak mendapatkan cukup nutrisi dan cairan (Susilawati et al., 2024).

Penanganan kondisi ini bisa dilakukan secara non-farmakologis, seperti memanfaatkan tumbuhan herbal atau rempah tradisional yang mudah diperoleh, antara lain jahe, lemon, hingga daun mint (Harismayanti et al., 2025). Jahe merupakan jenis tumbuhan obat yang memiliki banyak kelebihan dibandingkan dengan tumbuhan obat lainnya, terutama bagi wanita hamil

yang mengalami *emesis gravidarum*. Kandungan utama jahe meliputi minyak volatil (minyak atsiri) yang memberikan efek segar sekaligus dapat menekan refleks muntah, serta gingerol yang berperan dalam memperlancar peredaran darah dan membantu fungsi saraf bekerja secara optimal. Aroma wangi jahe dihasilkan dari minyak atsiri, sedangkan oleoresinya yang mengandung gingerol, zingiberen, shogaol, minyak jahe, serta resin memberikan sensasi pedas yang menimbulkan rasa hangat pada tubuh dan merangsang produksi keringat (Supatmi et al., 2017).

Biskuit jahe (*ginger biscuits*) merupakan salah satu produk olahan jahe yang dapat membantu ibu hamil menurunkan mual dan muntah. Biskuit termasuk makanan praktis yang dapat digunakan sebagai sumber energi karena mengandung zat gizi seperti karbohidrat, protein, dan lemak, sehingga membantu mencukupi kebutuhan energi harian. Tekstur biskuit yang kering membuatnya lebih mudah dikonsumsi, ditambah aroma jahe yang memberikan sensasi hangat pada tubuh sehingga lebih nyaman diterima oleh ibu hamil. Penambahan jahe serta bahan pangan bergizi lainnya pada biskuit dapat meningkatkan kandungan zat gizi makro yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi selama masa kehamilan (Nabilla et al., 2022). Temuan dari Supatmi et al. (2017) menunjukkan bahwa intervensi *gingercookies* secara nyata efektif meredakan gejala mual dan muntah pada para wanita hamil usia trimester awal di wilayah Rungkut, Surabaya. Studi oleh Basirat et al., (2016) di Babol, Iran, menunjukkan bahwa konsumsi biskuit jahe dosis 0,5 gram sebanyak lima kali sehari selama empat hari

efektif menurunkan tingkat keparahan mual pada wanita hamil di trimester awal secara signifikan. Berdasarkan bukti empiris mengenai potensi produk jahe dalam meredakan emesis gravidarum secara non-farmakologis, peneliti berinisiatif melaksanakan studi bertajuk "Pengaruh Pemberian *Ginger Biscuits* terhadap Penurunan *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Kupang".

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pemberian *ginger biscuits* terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Kupang Kabupaten Mojokerto?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Membuktikan pengaruh pemberian *ginger biscuits* terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Kupang Kabupaten Mojokerto.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan *ginger biscuits* di Puskesmas Kupang Kabupaten Mojokerto
2. Mengidentifikasi tingkat *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I setelah diberikan *ginger biscuits* di Puskesmas Kupang Kabupaten Mojokerto

3. Menganalisis pengaruh pemberian *ginger biscuits* terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Kupang Kabupaten Mojokerto

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber pengetahuan serta wawasan terutama dalam bidang keperawatan mengenai pemberian *ginger biscuits* sebagai terapi non farmakologi yang bisa digunakan oleh ibu hamil dalam menangani *emesis gravidarum*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan bisa berkontribusi pada kemajuan ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan referensi untuk penelitian lanjutan mengenai penggunaan *ginger biscuits* dalam penanganan *emesis gravidarum*.
2. Penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan terapi nonfarmakologi tentang *ginger biscuits* pada ibu hamil sebagai tatalaksana *emesis gravidarum*.
3. Dapat dijadikan rujukan serta pedoman literatur untuk menambah pemahaman bagi mahasiswa keperawatan guna memperkaya wawasan terkait penanganan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.