

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Nausea* (mual) dan muntah adalah kondisi umum yang sering dialami oleh sebagian besar wanita hamil, terutama pada trimester pertama kehamilan. Gejala ini umumnya terjadi pada pagi hari setelah bangun tidur (*morning sickness*), namun dapat muncul pada siang atau malam hari (Nasution & Daulay, 2023). Kondisi ini terjadi akibat perubahan hormon, termasuk peningkatan kadar *human chorionic gonadotropin (hCG)* dan *estrogen* yang memengaruhi pusat muntah di otak (Riyanti et al., 2022). Menurut Ida & Ningsi, (2023) kondisi ini paling banyak terjadi pada ibu *primigravida*. Hal ini dikarenakan mereka tidak terbiasa menghadapi perubahan hormon yang signifikan selama kehamilan, sehingga lebih rentan mengalami mual dan muntah. Dampak mual dan muntah yang tidak tertangani dengan baik dapat memengaruhi kemampuan ibu untuk mencukupi kebutuhan nutrisi selama kehamilan, selain itu dapat memicu dehidrasi, dan penurunan berat badan (Armalini & Rishel, 2022). Jika kondisi ini terus berlanjut dapat berisiko pada pertumbuhan janin dan kelahiran prematur hingga abortus (Novelia et al., 2023). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang efektif dan aman untuk membantu ibu hamil dalam mengatasi mual dan muntah selama masa kehamilan.

*World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa prevalensi mual dan muntah pada masa kehamilan meningkat dari 148.435 ibu hamil pada tahun 2021 menjadi 152.376 ibu hamil pada tahun 2022 (WHO, 2023). Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) mencatat peningkatan jumlah kasus mual dan

muntah pada ibu hamil dari 2.149 pada tahun 2020 menjadi 2.265 pada tahun 2021 (Kemenkes, 2021). Data di Jawa Timur menunjukkan bahwa 95% ibu hamil mengalami mual dan muntah dengan tingkat keparahan sedang hingga berat pada trimester pertama (Nanda, 2022). Setelah dilakukan studi pendahuluan pada periode praktik tanggal 10 sampai dengan 29 maret 2025 didapatkan data dari 62 ibu hamil 13 diantaranya memiliki keluhan mual muntah. Berdasarkan data 2 bulan terakhir yaitu bulan januari sebanyak 6 ibu hamil dan februari sebanyak 11 ibu hamil dengan keluhan mual muntah. Tingginya angka kejadian ini menunjukkan adanya urgensi untuk memberikan solusi praktis yang mudah diakses dan diterapkan oleh ibu hamil, termasuk intervensi berbasis edukasi seperti penyuluhan kesehatan yang dikombinasikan dengan terapi non-farmakologis seperti konsumsi jahe.

Intervensi untuk mengatasi mual dan muntah pada masa kehamilan telah berkembang dari waktu ke waktu mulai dari penggunaan obat-obatan hingga pendekatan alami. Penelitian oleh Harahap et al., (2020) menunjukkan bahwa pemberian air rebusan jahe dapat mengurangi frekuensi dan tingkat keparahan mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama dengan *p-value*  $0,000 < 0,05$ . Penelitian lain oleh Susanti et al., (2023) menemukan bahwa jahe mempunyai efektifitas yang signifikan dalam menurunkan gejala mual pada ibu hamil dengan risiko rendah komplikasi kehamilan. Selain itu, Afrida et al., (2024) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa konsumsi permen jahe terbukti efektif mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil, sehingga dapat menjadi pilihan alternatif non farmakologis yang aman. Jahe diketahui mengandung *gingerol* dan *shogaol* yang memiliki efek *antiemetik* dengan cara menekan aktivitas saraf vagus (Indrayani et al., 2023). Namun, pemberian jahe dalam berbagai bentuk, seperti

permen dan teh belum dieksplorasi secara mendalam. Pembinaan kesehatan yang berfokus pada pemberdayaan individu dan pendidikan dapat memberikan hasil yang lebih baik jika diimplementasikan bersama dengan intervensi berbasis jahe. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya menggabungkan kedua pendekatan tersebut untuk memberikan solusi yang lebih komprehensif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kombinasi penyuluhan kesehatan dengan permen jahe dan konsumsi teh jahe dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil *primigravida*. Di sisi lain, penyuluhan kesehatan dapat membantu ibu hamil memahami dan menerapkan perilaku yang mendukung kesehatan, sehingga memperkuat pemberian terapi jahe. Dengan metode ini, ibu hamil diharapkan dapat mengelola gejala mual dan muntah secara mandiri dan meningkatkan kualitas hidup selama kehamilan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk mendalami penerapan *health coaching* dengan pemberian permen jahe dan teh jahe untuk mengatasi masalah keperawatan berupa mual dan muntah pada ibu hamil *primigravida* dengan judul “Pemberian *Health Coaching* Permen Jahe dan Teh Jahe untuk Mengurangi Mual Muntah pada Ibu Hamil *Primigravida*”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana asuhan keperawatan pada ibu hamil *primigravida* dengan masalah keperawatan *nausea* di Poli Obgyn RSUD Kanjuruhan Malang dengan intervensi pemberian *health coaching* permen jahe dan teh jahe?.

### **1.3 Tujuan Penulisan**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menilai asuhan keperawatan pada ibu hamil *primigravida* dengan masalah keperawatan *nausea* melalui pemberian *health coaching* menggunakan permen jahe dan teh jahe.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Melaksanakan pengkajian asuhan keperawatan pada ibu hamil *primigravida* dengan masalah *nausea* melalui *health coaching* menggunakan permen jahe dan teh jahe.
2. Melaksanakan penegakan diagnosa keperawatan berdasarkan hasil pengkajian pada ibu hamil *primigravida* dengan masalah *nausea*.
3. Melaksanakan penyusunan rencana asuhan keperawatan melalui *health coaching* dengan pemberian permen jahe dan teh jahe.
4. Melaksanakan tindakan keperawatan sesuai rencana yang telah disusun melalui pendekatan *health coaching* menggunakan permen jahe dan teh jahe.
5. Melaksanakan evaluasi keperawatan terhadap respons klien setelah diberikan *health coaching* dengan permen jahe dan teh jahe.

### **1.4 Manfaat Penulisan**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah wawasan dan referensi keilmuan dalam bidang keperawatan, khususnya mengenai penerapan *health coaching* sebagai intervensi nonfarmakologis untuk mengatasi *nausea* pada ibu hamil *primigravida*. Selain itu, hasil penulisan ini juga dapat menjadi acuan

dalam pengembangan ilmu keperawatan maternitas yang berbasis *evidence-based practice*.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **1. Bagi Mahasiswa**

Sebagai pengalaman pembelajaran dalam menerapkan proses asuhan keperawatan secara komprehensif, mulai dari pengkajian hingga evaluasi, khususnya dalam mengatasi *nausea* pada ibu hamil dengan pendekatan edukatif.

##### **2. Bagi Tenaga Keperawatan**

Memberikan gambaran mengenai alternatif intervensi nonfarmakologis seperti *health coaching* dengan media permen jahe dan teh jahe yang dapat diterapkan dalam praktik klinis keperawatan maternitas.

##### **3. Bagi Pasien**

Memberikan informasi dan keterampilan untuk mengelola keluhan *nausea* secara mandiri melalui bahan alami yang mudah diakses dan aman digunakan selama kehamilan.