

PEMBERDAYAAN IBU HAMIL MELALUI EDUKASI PENANGANAN EMESIS GRAVIDARUM

^{1*)}Yenny Aulya, ²⁾Siti Amnah, ³⁾Jenny Anna Siauta, ⁴⁾Bunga Tiara Carolin

⁽¹⁾ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

email: yenny.aulya@civitas.unas.ac.id

⁽²⁾ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

email: sitiannah@gmail.com

⁽³⁾ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

email: jennysiauta2017@gmail.com

⁽⁴⁾ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

email: bunga.tiara@civitas.unas.ac.id

ABSTRAK

Emesis gravidarum atau mual muntah pada kehamilan merupakan keluhan umum yang dialami oleh sebagian besar ibu hamil pada trimester pertama. Kondisi ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan asupan nutrisi, dan berdampak pada kesehatan ibu serta janin apabila tidak ditangani dengan baik. Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang cara penanganan yang tepat menjadi salah satu faktor yang memperberat keluhan tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang penanganan emesis gravidarum melalui kegiatan penyuluhan kesehatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan orientasi wilayah, survei mawas diri, dan diskusi kelompok terfokus (Focus Group Discussion/FGD). Kegiatan intervensi meliputi penyuluhan tentang penanganan *emesis gravidarum*. Evaluasi dilakukan setelah kegiatan untuk menilai efektivitas intervensi. Kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa penyuluhan tentang penanganan emesis gravidarum dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai penanganan *emesis gravidarum*.

Kata kunci: Penyuluhan, *Emesis gravidarum*, Ibu hamil, pengetahuan

ABSTRACT

Emesis gravidarum or nausea and vomiting during pregnancy is a common complaint experienced by most pregnant women in the first trimester. This condition can interfere with daily activities, reduce nutritional intake, and impact the health of both mother and fetus if not properly managed. Lack of knowledge among pregnant women about proper management is one of the factors that exacerbate these complaints. This community service activity aims to increase pregnant women's knowledge about managing *emesis gravidarum* through health education activities. The study uses a regional orientation approach, self-awareness survey, and focused group discussion (FGD). The intervention activities include education on managing *emesis gravidarum*. Evaluation is conducted after the activities to assess the effectiveness of the intervention. Community service activities show that counseling on handling *emesis gravidarum* can increase pregnant women's knowledge about managing *emesis gravidarum*.

Keywords: Counseling, *Emesis gravidarum*, Pregnant mother, knowledge

PENDAHULUAN

Emesis gravidarum pada ibu hamil yang terjadi secara terus menerus dapat menyebabkan dehidrasi bahkan berat badan

menurun pada ibu hamil. Apabila tidak ditanganin secara tepat dan cepat maka akan berakibat buruk bagi ibu hamil dan janin bahkan dapat menyebabkan kematian ibu

hamil dan janin. *Emesis gravidarum* pada ibu hamil dapat menimbulkan berbagai dampak salah satunya adalah penurunan nafsu makan yang mengakibatkan perubahan keseimbangan elektrolit yakni kalium, kalsium dan natrium sehingga menyebabkan perubahan metabolisme tubuh. Dampak bagi janin adalah janin akan kekurangan nutrisi dan cairan yang dibutuhkan oleh tubuh, hal ini dapat menyebabkan berat bayi lahir rendah dan proses tumbuh kembangnya terganggu (Wardani, 2019).

Berdasarkan target *Millenium development Goals* (MDGs) tahun 2020 yaitu AKI 230 per 100.000 kelahiran hidup dan AKB 24 per 1000 kelahiran hidup menunjukkan bahwa AKI dan AKB di Indonesia pada tahun 2020 MGDs kemudian dilanjutkan dengan *Sustainable Development Goals* (SDGs), salah satu target SDGs yaitu menurunkan AKI menjadi kurang dari 102 per 100.000 kelahiran hidup dan AKB 12 per 1000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (WHO, 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO), Angka kejadian *emesis gravidarum* mencapai 14% dari semua wanita hamil di dunia (WHO, 2021). Data Kementerian Kesehatan tahun 2020, jumlah kematian ibu mencapai 4.627 jiwa, angka tersebut meningkat 10,25% dibandingkan dengan tahun sebelumnya hanya 4.197 jiwa. Penyebab kematian ibu pada tahun lalu, antara lain diakibatkan oleh pendarahan (28,29%), hipertensi (23%), dan gangguan sistem peredaran darah (4,94%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Heitmann *et al.*, (2021) menyatakan pada 9113 wanita hamil di 5 negara bagian Eropa, Amerika dan Australia mengemukakan bahwa 73,5% wanita hamil mengalami *emesis gravidarum* selama kehamilan. Di Indonesia sebanyak 50 - 75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester I kehamilan (Kemenkes RI, 2021). Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2021 bahwa untuk prevalensi muntah dan tidak mau makan mencapai 3% dari jumlah ibu hamil. Di Indonesia tahun 2021 terdapat ibu hamil berjumlah 5.324.107 di Indonesia sebanyak

50% - 75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester I (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2021 Jumlah kejadian *hiperemesis gravidarum* mencapai 12,5 % dari jumlah seluruh kehamilan mual dan muntah dapat mengganggu dan membuat ketidakseimbangan cairan pada jaringan ginjal dan hati yang mengakibatkan terjadinya nekrosis. Sekitar 60 - 80% primigravida dan 40 - 60 % multigravida mengalami mual muntah, namun gejala ini terjadi lebih berat hanya pada 1 di antara 1.000 kehamilan. Data kasus *hiperemesis gravidarum* dengan angka kejadian mencapai 3% dari seluruh kehamilan yang terjadi pada ibu hamil terutama terjadi pada ibu hamil trimester I. 1-2% kasus *hiperemesis gravidarum* menyebabkan ibu hamil harus ditatalaksana dengan penanganan rawat inap

Menurut penelitian Retrowati, (2019) yang berjudul faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *emesis gravidarum* pada kehamilan trimester I di Puskesmas Pantai Amal, mengatakan *emesis gravidarum* merupakan keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan muda. Terjadi karena peningkatan hormon estrogen, progesteron, dan dikeluarkannya *Hormon Chorionic Gonadotropine Plasenta*, menyebabkan timbulnya gejala pusing, mual dan muntah terutama pada trimester pertama. Pada umumnya *emesis gravidarum* dapat diatasi dengan cara berobat jalan, tetapi sebagian tidak dapat mengatasi, sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari dan menimbulkan kekurangan cairan.

Menurut penelitian Anita, (2016) yang berjudul hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan tindakan pencegahan emesis gravidarum selama kehamilan di Klinik Junita Kecamatan Tapan Dolok Kabupaten Simalungun Pematang Siantar, mengatakan penyebab *emesis gravidarum* belum dapat diketahui. *Emesis gravidarum* terlihat sebagai kumpulan interaksi dari faktor biologis, psikososial dan sosio kultural. Perubahan hormon dan tekanan sosial serta psikologis

merupakan penyebab *emesis gravidarum*. *Emesis gravidarum* disebabkan oleh banyak faktor antara lain faktor paritas, faktor usia, faktor pekerjaan, faktor gizi, faktor psikologis, faktor dukungan keluarga dan faktor kegemukan. Menurut Anita, (2016) cara penanganan ibu hamil dengan *emesis gravidarum* di rumah antara lain pemberian makan dan minum secara bertahap dalam porsi sedikit tetapi sering dan dalam keadaan hangat, mulai dari makanan cair, makanan semi padat hingga makanan biasa, pemberian obat anti mual perlu dipertimbangkan. Komplikasi yang terjadi *hiperemesis gravidarum* karena dapat mengakibatkan kondisi dehidrasi pada ibu dan kondisi malnutrisi pada janin. Pada ibu primigravida akan menganggap mual dan muntah sebagai suatu hal yang menakutkan karena kelompok ini belum memiliki pengalaman dan pengetahuan yang optimal mengenai perubahan apa saja yang akan terjadi selama masa kehamilan. Maka penanganan lain yang dapat dilakukan dengan cara pemberian promosi kesehatan.

Menurut Lawrence Green, (1984) dalam Notoatmodjo, (2014) mengatakan pendidikan kesehatan adalah segala bentuk kombinasi pendidikan kesehatan dan intervensi yang terkait dengan ekonomi, politik, organisasi, yang dirancang untuk memudahkan perubahan perilaku dan lingkungan yang kondusif bagi kesehatan. Menurut penelitian Janaria *et al*, (2017) yang berjudul hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan kejadian *hiperemesis gravidarum* di Puskesmas Puuwatu Kota Kendari, menyatakan bahwa pengetahuan dapat diperoleh langsung ataupun melalui penyuluhan baik individu maupun kelompok dengan nilai *p value* 0,14. Untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan perlu diberikan penyuluhan yang bertujuan untuk tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga maupun masyarakat dalam membina dan memelihara hidup sehat serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

Menurut penelitian Habibi *et al*, (2018) yang berjudul Hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang *emesis gravidarum* dengan

upaya pencegahan *hiperemesis* di BPS Wahyuningsih Wonosari Gunung Kidul, menyatakan nilai *p value* 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa arah hubungan antara tingkat pengetahuan dengan upaya pencegahan *hiperemesis gravidarum* adalah positif, artinya semakin tinggi tingkat pengetahuan maka akan baik upaya pencegahan dan semakin rendah tingkat pengetahuan maka akan semakin kurang upaya pencegahan *hiperemesis gravidarum* yang dilakukan.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan mengenai penanganan emesis gravidarum pada ibu hamil proses peneraan dan perubahan psikologis di Wilayah Puskesmas Batujaya Kabupaten Karawang menjadi sangat relevan untuk membekali para ibu hamil dengan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana penanganan emesis gravidarum. Kegiatan ini sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang penanganan emesis gravidarum.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah Pendidikan Masyarakat. Metode ini diimplementasikan dalam bentuk penyuluhan dan diskusi interaktif yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran peserta mengenai topik yang diangkat.

a) Mitra dan Sasaran

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui kemitraan dengan Wilayah Puskesmas Batujaya Kabupaten Karawang. Sasaran kegiatan adalah 39 orang ibu hamil .

b) Waktu dan Tempat

Pelaksanaan kegiatan bertempat di . Wilayah Puskesmas Batujaya Kabupaten Karawang Kegiatan ini diselenggarakan pada 25 September 2024.

c) Prosedur Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahapan utama yang sistematis, yaitu:

1. Tahap Persiapan.

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pengurus Wilayah Puskesmas Batujaya Kabupaten

Karawang. Tim juga menyiapkan materi penyuluhan mengenai proses penuaan dan perubahan psikologis lansia dalam bentuk presentasi PowerPoint, *leaflet* edukasi, dan gambar ilustratif agar materi lebih mudah dipahami oleh peserta.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan pengenalan oleh tim pengabdian. Selanjutnya dilakukan pemaparan materi menggunakan proyektor (infocus) sebagai media visual untuk memperjelas penyampaian informasi.

3. Tahap Evaluasi.

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengetahui pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Evaluasi dilakukan secara kualitatif melalui observasi antusiasme peserta, partisipasi dalam diskusi, serta kemampuan peserta memberikan respon terhadap pertanyaan pemantik. Selain itu, diberikan pertanyaan reflektif di akhir sesi untuk mengetahui sejauh mana peserta memahami isi materi dan manfaat kegiatan.

HASIL

1. Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan mengajukan dimulai dengan proposal. Langkah selanjutnya adalah membuat surat izin kegiatan. Sebelum memulai kegiatan, tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat melakukan persiapan yang mencakup berbagai aspek untuk kegiatan pengabdian tersebut. Ini sesuai dengan pedoman pengabdian kepada masyarakat yang menekankan pentingnya perencanaan yang matang sebelum pelaksanaan (Astutik & Pratiwi, 2020).

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan menyiapkan materi edukasi yang terdiri dari lembar informasi (*liflet*). Setelah materi edukasi disampaikan, ibu hamil diberi informasi tentang cara penanganan emesis gravidarum. Tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat akan melakukan observasi setiap hari untuk memantau

perkembangan peserta.



Gambar 1 Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kesehatan Pada Masyarakat

PEMBAHASAN

Rata-rata skor pengetahuan ibu hamil, sebelum penyuluhan adalah 21,23 sedangkan rata-rata skor pengetahuan sesudah edukasi adalah 27,56. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2014)

Menurut hasil penelitian penelitian yang dilakukan oleh Witari & Dewianti (2019) yang berjudul pengaruh pemberian modul self management terhadap peningkatan pengetahuan untuk mengurangi mual muntah, hasil penelitiannya menggambarkan peningkatan pengetahuan ibu hamil dari sebelum pemberian dan sesudah pemberian modul. Rerata peningkatan sebesar 14,5 poin yaitu sebesar 59,1 dengan standar deviasi 10,85 sebelum perlakuan, dan 73,6 dengan standar deviasi 13,87 setelah perlakuan. Hasil analisis statistik dengan uji Wilcoxon menunjukkan sejumlah 34 responden (85%) mengalami peningkatan pengetahuan dengan nilai $p=0,000$. Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian self management module dalam peningkatan pengetahuan ibu hamil mengurangi mual muntah. Pemberian modul pada ibu hamil trimester I yang tentang kehamilan, tanda-tanda perubahan kehamilan, morning sickness dan self manajemen

mengurangi mual muntah merupakan salah satu informasi yang sangat penting bagi ibu hamil untuk menghadapi mual muntah pada kehamilannya. Dengan informasi ini diharapkan ibu hamil mampu meningkatkan pengetahuan ibu tentang perubahan kehamilannya, mengurangi mual muntah, mengatasi mual muntah dan mengatur aktivitasnya menjalani kehamilan dengan baik.

Informasi yang berkaitan dengan *emesis gravidarum* sudah diberikan oleh tenaga kesehatan, baik melalui media cetak maupun berkonsultasi langsung. Informasi yang diterima oleh ibu hamil merupakan stimulus bagi ibu hamil untuk terjadinya perilaku. Informasi yang adekuat menjadikan ibu hamil lebih waspada terhadap komplikasi *emesis gravidarum* oleh pengetahuan atau informasi yang diterima, untuk mengetahui bahwa informasi tersebut dapat dipahami oleh ibu hamil dapat dilakukan dengan cara mengukur pengetahuan apakah ibu hamil tersebut sudah paham dengan cara mencegah kejadian emesis gravidarum (Notoadmojo, 2014).

Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik, selalu bersikap baik karena dalam sikap juga di pengaruhi oleh pengetahuan, pendidikan, kepercayaan dan norma. Sebaliknya seseorang yang memiliki pengetahuan yang rendah. Sebagian besar tidak bersikap dengan baik, upaya pencegahan emesis dapat diwujudkan dengan cara mengurangi keluhan emesis yang sering dialami ibu hamil pada trimester I agar tidak bertambah parah dan menjadi *hyperemesis*. Salah satu cara untuk meningkatkan upaya pencegahan emesis adalah dengan meningkatkan pengetahuan melalui Leaflet, konseling terfokus pada ibu hamil trimester I (Mudikah, 2019).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa penyuluhan yang diberikan dengan menggunakan media leaflet dapat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan pada ibu hami

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Kholid, (2015), *Promosi Kesehatan*. Rajagrafindo. Jakarta. 22-26
- Anita, (2016.), Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dengan Tindakan Pencegahan Emesis Gravidarum Selama Kehamilan di Klinik Junita Kecamatan Tapian Dolok Kabupaten Simalungun Pematang Siantar Tahun 2016. *Jurnal Maternal Dan Neonatal*. 2(1). 1-7
- Annisa Revo Ramaninda, Asfeni, Vella Yovinna Tobing, (2021), Hubungan Dukungan Suami, Pengetahuan, dan Sikap Ibu Hamil Trimester I Terhadap Upaya Pencegahan Hyperemesis Gravidarum. *Jurnal Ilmu Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)* 2(1), 63-76.
- Atiqoh, Rasida Ning, (2020), *Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebihan dalam Kehamilan)*. Jakarta: One Peach Media. 2020
- Astuti, Hutari Puji, (2012), *Buku ajar Asuhan Kebidanan Ibu I (Kehamilan)*, Rohima Pres, Yogyakarta, 2012, 268.
- Budiman, & Riyanto, A, (2013), *Kapita Selekta Kuesioner : Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika. Jakarta. 4-8
- Cintika Yorinda Sebtalesey, (2017), Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Suami Dalam Upaya Penanganan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I . *Karya Tulis Ilmiah*. Program Studi Keperawatan. Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Effendi, F & Makhfudli, (2018), *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktek Dalam Keperawatan*. Salemba medika. Jakarta. 23- 24.
- Elsa, & Pertiwi, (20118), Hubungan Paritas Ibu Hamil Trimester I Dengan Kejadian Emesis Gravidarum Di Puskesmas Teras. *Jurnal Kebidanan*. 4(2), 35–48.

[Farid Husin, \(2015\), *Asuhan Kebidanan Berbasis Bukti*. Sagung Seto. 10-16.](#)

Fijri, B, (2021), *Pengantar Asuhan Kebidanan*. Cetakan 1. Bintang Pustaka Madani. Yogyakarta. 8-12.

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

Hidayati, R. & Hasibuan, E. R, (2020), Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu dengan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Payung Sekaki. *Jurnal Bidan Komunitas*, 3(1). 36.

Janaria R, Sultina Sarita, Heyrani, (2017), Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Hiperemesis Gravidarum Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum Di Puskesmas Puuwatu Kota Kendari Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 1(4). 12- 18

Kemendes, RI, (2021), *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.

Lestari, D., Dewi, P, and Tangkas, (2022) ‘Efektivitas Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Kesehatan Ibu dan Anak di Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng I’, *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 5(2), 156–169.

Lubis, Evita, Siregar, (2016), Pemberian Aromaterapi Minyak Peppermint Secara Inhalasi Berpengaruh Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil di BPM Linda Silalahi Pancur Batu Tahun 2019. *Colostrum Jurnal Kebidanan*, 1(1), 1-10.

Lutfatul Latifah, Nina Setiawati, Eti Dwi hapsari, (2017), Efektifitas Self Management Module dalam Mengatasi Morning Sickness di wilayah kerja Puskesmas Kembaran, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas. *Jurnal Ilmu Keperawatan Padjadjaran*. 5(1), 8-16

Luthfi, A. H., Khairunnas, Siregar, M. F., & Zakiyuddin, (2021), Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Covid-19 pada Siswa SDN PeunagaKec. Meureubo Kab. Aceh Barat. *Jurnal Jurnakemas*, 1(2) 97–109.

Madjunkova, S., Maltepe, C., Koren, G. J. O. & International, (2013), The leading concerns of American women with nausea and vomiting of pregnancy calling Motherisk NVP Helpline. *Obstetrics gynecology international Journal*. Volume 2013, Article ID 752980, 7 pages.

Manuaba, I. B, (2010), *Ilmu Kebidanan dan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. EGC. Jakarta. 980-110.

Marcellina Senda., (2023), Gambaran Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Pantai Amal Kota Tarakan. *Laporan Tugas Akhir*, Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Borneo, Tarakan.

Martini, Sri, Rosmala Kurnia Dewi, Mingle A. Pistanty, (2023), *Buku Ajar Aplikasi Asuhan Kehamilan*. Penerbit NEM. Pekalongan. 44 – 48.

Meti Patimah, (2020), Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester I dan Penatalaksanaannya. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 570–578.

Mudlikah S, (2019), Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Mual Muntah kehamilan dengan waktu mual, *Midwifery Jurnal Kebidanan*. 5(1), 1 – 6.

Ningsih, Dewi Aprilia, Metha Fahriani, Melly Azhari, dan Mika Oktarina (2020), Efektivitas Pemberian Seduhan Jahe Terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Trimester I.” *Jurnal SMART Kebidanan* 7(1). 1-10.

Ni Nyoman Deni Witari, Ni Made Dewianti, (2019), Perbedaan Pengetahuan Ibu

- Hamil Trimester I Setelah Diberikan Self Management Education Menghadapi Emesis Gravidarum di BPM Wilayah Kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan. *Bali Medika Jurnal*, 6 (2): 198-204.
- Notoatmodjo, S, (2014), *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta. 23-29.
- Notoatmodjo, S, (2018), *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta. 1-26.
- Noor Azizah,Ika Diah Yumiati, (2016), Pendidikan kesehatan pemenuhan kebutuhan nutrisi pada Primigravida dengan Morning Sickness di Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan. *Laporan Hasil Penelitian. University Research Colloquium (URECOL)*. LPPM STIKes Muhammadiyah Pekajangan.
- Nursalam & Efendi, F, (2012), *Pendidikan Dalam Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta. 18-28.
- Nur Ismi Wahyuni, (2020), Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Hiperemesis Gravidarum Pada Trimester awal. *Jurnal Antara Kebidanan*, 3(3), 3-5
- Prawirohardjo, (2016), *Ilmu kebidanan edisi keempat*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta. 88-96
- Prihati, D. R., Wirawati, M. K., & Supriyanti, (2020), Analisis Pengetahuan Dan Perilaku Masyarakat Di Kelurahan Baru Kotawaringin Barat Tentang Covid 19. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 780-790.
- Putri, A. D., Andiani, D., Haniarti, & Usman, (2017), Efektifitas Pemberian Jahe Hangat Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1. *Jurnal Ilmu Keperawatan* 1(4). 978–979.
- Siregar, (2020), Edukasi Tentang Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Masyarakat di Pasar Sukaramai Kecamatan Medan Area Tahun 2020. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 191–198.
- Sugiyono, (2017), *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung. 12-28.
- Suryati, Nurlatifah, Hastuti, (2018), Pengaruh Aromatherapy Lemon Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Prosiding Pin-Litamas*, 1 (1), 1 -9.
- Titik Wijayanti, A.S, (2018), Effectiveness Of Pregnant Women Class On Improvement, *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 61–68.
- Tumurung, M. N, (2018), *Promosi Kesehatan (pertama)*. Indomedia Pustaka. Sidoarjo. 19
- Wayan Widya Wati, Nia Risa Dewi, Tri Kesuma Dewi, (2021), Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Penanganan Emesis Gravidarum Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Metro, *Jurnal Cendikia Muda*, 1(1), 129-135
- Wiknjosastro H, (2016), *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta. 88-96
- Witari, N. N. D., & Dewianti, N. M, (2019), Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester 1 Setelah diberikan Edukasi Menghadapi Emesis Gravidarum Di BPM Wilayah Kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan. *Bali medika jurnal*, 6(2). 198-204.
- Yuliani, Ulfah Musdalifah dan Suparmi, (2021), *Buku Ajar Aplikasi Asuhan Kehamilan Ter-Update*. Trans Info Media. Jakarta. 34-38.
- Zainiyah, Z, (2019), Effect of the Aroma of Sweet Orange Peel (Citrus Aurantium) on Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan*, 11(2), 2 -11
- Zuraida, & Sari, E. D, (2018), Perbedaan Efektivitas Pemberian Essensial Oil Peppermint dan Aroma Terapi Lavender terhadap Intensitas Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Baso Kabupaten Agam. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*. 12(4), 142–151.