

EDUKASI PENANGANAN DINI HIPEREMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

Hadijah¹, Nurmiati², Asrida³, Rahmiyani Saad⁴, Sitti Aminah Ali⁵, Safira⁶

¹Program Studi DIII Kebidanan Universitas Islam Makassar

²Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Megabuana Palopo

³Program Studi DIII Kebidanan Universitas Islam Makassar

⁴Program Studi DIII Kebidanan Universitas Cokro Aminoto Makassar

⁵Program Studi Profesi Ners Universitas Islam Makassar

⁶Mahasiswi DIII Kebidanan, Universitas Islam Makassar

e-mail : hadijah@uim-makassar.ac.id

Abstrak

Hiperemesis gravidarum adalah keadaan mual dan muntah berlebihan selama kehamilan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta memengaruhi kondisi kesehatan ibu secara umum. Kondisi ini ditandai dengan frekuensi muntah yang tinggi, bahkan dapat terjadi lebih dari sepuluh kali dalam sehari hingga menimbulkan dehidrasi. Perubahan dan ketidakseimbangan hormon pada masa kehamilan dapat menstimulasi lambung dan meningkatkan sekresi asam lambung, sehingga memicu mual dan muntah apabila ibu hamil tidak mampu beradaptasi. Mual dan muntah yang berlangsung berat, menghambat aktivitas, dan menyebabkan kekurangan cairan tersebut dikenal sebagai hiperemesis gravidarum. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai penanganan dini hiperemesis gravidarum pada trimester pertama kehamilan. Metode yang diterapkan berupa penyuluhan kesehatan dengan menggunakan desain pre-test dan post-test. Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Tamalanrea, Makassar, pada tanggal 11 Desember 2025 dengan melibatkan sebanyak 10 orang ibu hamil sebagai peserta. Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan, hanya 30% ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan baik. Setelah dilakukan penyuluhan, angka tersebut meningkat menjadi 70%. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait penanganan dini hiperemesis gravidarum pada trimester pertama kehamilan. Pendidikan kesehatan yang dilakukan secara berkesinambungan direkomendasikan sebagai strategi promotif dan preventif guna menurunkan risiko terjadinya hiperemesis gravidarum berat.

Kata Kunci: Hiperemesis Gravidarum, Pengetahuan, Pendidikan Kesehatan, Ibu Hamil

Abstract

Hyperemesis gravidarum is a condition characterized by excessive nausea and vomiting during pregnancy that can interfere with daily activities and affect the mother's overall health. This condition is marked by a high frequency of vomiting, which may occur more than ten times a day and can lead to dehydration. Hormonal changes and imbalances during pregnancy can stimulate the stomach and increase gastric acid secretion, thereby triggering nausea and vomiting when pregnant women are unable to adapt to these changes. Severe and persistent nausea and vomiting that hinder daily activities and result in fluid deficiency are known as hyperemesis gravidarum. This community service activity aimed to improve pregnant women's knowledge regarding the early management of hyperemesis gravidarum during the first trimester of pregnancy. The method employed was health education using a pre-test and post-test design. The activity was conducted at Tamalanrea Public Health Center, Makassar, in 11 December 2025, involving 10 pregnant women as participants. The results showed that prior to the educational intervention, only 30% of pregnant women had a good level of knowledge. After the health education was provided, this figure increased to 70%. These findings indicate that health education is effective in improving pregnant women's knowledge related to the early management of hyperemesis gravidarum in the first trimester of pregnancy. Continuous health education is therefore recommended as a promotive and preventive strategy to reduce the risk of severe hyperemesis gravidarum.

Keywords: Hyperemesis Gravidarum, Knowledge, Health Education, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses alami dan fisiologis yang dapat terjadi pada setiap perempuan yang sehat. Apabila direncanakan dan diharapkan, kehamilan dapat memberikan kebahagiaan serta makna tersendiri, sehingga perempuan terdorong untuk mempersiapkan diri dan beradaptasi terhadap

berbagai perubahan fisik, mental, dan psikologis selama masa kehamilan (Prawirohardjo, S. 2021).

Hiperemesis gravidarum merupakan kondisi mual dan muntah yang berlangsung hingga usia kehamilan 20 minggu. Mual dan muntah yang terjadi bersifat berat sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta memengaruhi kesehatan ibu secara umum. Keadaan ini dapat disertai dengan penurunan berat badan, dehidrasi, serta ditemukannya aseton dalam urin, dan tidak disebabkan oleh kondisi patologis lain seperti apendisitis atau radang panggul (Nursyahraeni, 2023).

Mual dan muntah yang terjadi secara berat hingga mengganggu aktivitas sehari-hari serta memengaruhi kondisi kesehatan secara umum, dengan frekuensi muntah lebih dari sepuluh kali dalam sehari hingga menyebabkan dehidrasi, dikenal sebagai hiperemesis gravidarum. Kondisi ini merupakan gangguan pada ibu hamil yang bersifat progresif, ditandai dengan mual dan muntah berlebihan dalam kurun waktu 24 jam, sehingga menimbulkan kekurangan cairan dan menghambat pelaksanaan aktivitas harian (Fauziah Suryani, 2024).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 12,5% kehamilan di seluruh dunia mengalami keluhan mual dan muntah. Hiperemesis gravidarum merupakan bentuk mual dan muntah pada kehamilan dengan derajat yang lebih berat, ditandai oleh rasa mual yang intens dan sering kali disertai muntah. Gejala ini umumnya mulai muncul pada usia kehamilan 4–6 minggu dan cenderung berkurang antara minggu ke-14 hingga ke-20 kehamilan (Praniska, 2023).

Tingkat pengetahuan ibu hamil merupakan faktor yang sangat berperan dalam keberhasilan penanganan dini hiperemesis gravidarum pada kehamilan trimester pertama. Ibu hamil dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih memahami serta mampu beradaptasi terhadap berbagai perubahan selama kehamilan, termasuk keluhan mual dan muntah. Upaya penanganan dini hiperemesis gravidarum meliputi pencegahan dehidrasi dan pemenuhan kebutuhan nutrisi, seperti mengonsumsi makanan dalam porsi kecil namun sering, istirahat yang cukup, menghindari makanan yang memicu mual, serta melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin (Hadijah & Nurmianti, 2025). Namun pada kenyataannya, masih banyak ibu hamil yang belum memiliki pemahaman yang memadai serta belum mampu beradaptasi dengan keluhan mual dan muntah pada kehamilan trimester pertama, sehingga kondisi tersebut dapat berdampak negatif terhadap kesehatan ibu maupun janin.

Puskesmas Tamalanrea merupakan salah satu fasilitas pelayanan kebidanan yang memberikan layanan kepada ibu hamil di wilayah sekitarnya. Berdasarkan hasil observasi awal, masih ditemukan ibu hamil trimester pertama yang mengalami hiperemesis gravidarum dengan keterbatasan pengetahuan terkait penanganan dini keluhan mual dan muntah pada awal kehamilan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan akan intervensi edukatif sebagai upaya promotif dan preventif.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai penanganan dini hiperemesis gravidarum pada trimester pertama melalui pemberian pendidikan kesehatan dengan menggunakan media leaflet dan poster.

METODE

Kegiatan ini merupakan bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dengan pendekatan edukatif. Metode pelaksanaan berupa pendidikan kesehatan melalui kegiatan penyuluhan dengan rancangan pre-test dan post-test. Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Tamalanrea Makassar pada Tanggal 11 Desember 2025. Sasaran kegiatan ini adalah ibu hamil yang melakukan kunjungan antenatal di Puskesmas Tamalanrea Makassar dengan jumlah peserta sebanyak 10 orang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan dilaksanakan melalui kegiatan survei lokasi, pengurusan perizinan, serta penyusunan materi pendidikan kesehatan mengenai penanganan dini hiperemesis gravidarum pada kehamilan trimester pertama. Pada tahap pelaksanaan, dilakukan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal ibu hamil terkait penanganan dini hiperemesis gravidarum pada trimester I. Selanjutnya, dilakukan penyuluhan kesehatan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi interaktif yang didukung oleh media leaflet dan poster. Setelah kegiatan penyuluhan, dilaksanakan post-test untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan ibu hamil. Tahap evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test guna mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan yang telah diberikan. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini berupa kuesioner pengetahuan tentang penanganan dini hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I yang terdiri dari 15 pertanyaan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan persentase hasil pre-test dan post-test.



Gambar 1. Bagan Alur Kegiatan PKM



Gambar 2. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) telah dilaksanakan dalam bentuk pendidikan kesehatan mengenai penanganan dini hiperemesis gravidarum pada kehamilan trimester pertama. Kegiatan ini dilaksanakan melalui metode penyuluhan dan diikuti oleh 10 orang ibu hamil yang melakukan kunjungan antenatal di Puskesmas Tamalanrea Makassar. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah, diskusi interaktif, serta pemanfaatan media leaflet dan poster. Seluruh rangkaian kegiatan berlangsung dengan baik dan lancar, serta seluruh peserta berpartisipasi aktif dengan mengikuti pre-test dan post-test melalui pengisian kuesioner.

Hasil pre-test menunjukkan bahwa dari 10 ibu hamil, sebanyak 3 orang (30%) memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai penanganan dini hiperemesis gravidarum pada kehamilan trimester pertama, 6 orang (60%) berada pada kategori pengetahuan cukup, dan 1 orang (10%) memiliki pengetahuan kurang. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan, yaitu 8 orang (70%) berada pada kategori pengetahuan baik dan 2 orang (30%) pada kategori pengetahuan cukup, serta tidak ditemukan lagi ibu hamil dengan tingkat pengetahuan kurang. Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai penanganan dini hiperemesis gravidarum pada kehamilan trimester I.

Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan melalui metode ceramah dan diskusi interaktif dengan dukungan media leaflet dan poster efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Penyampaian materi yang sederhana dan komunikatif memudahkan peserta dalam memahami penanganan dini hiperemesis gravidarum pada kehamilan trimester pertama.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hadijah & Nurmia (2025), yang menyatakan bahwa mual dan muntah pada kehamilan merupakan kondisi yang perlu diwaspadai apabila ibu hamil tidak memiliki informasi yang memadai untuk mengatasinya. Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kondisi kehamilannya dapat menyebabkan keterbatasan dalam memahami berbagai aspek kehamilan, mengenali masalah yang muncul, serta melakukan upaya pencegahan terhadap terjadinya hiperemesis gravidarum yang lebih berat.

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat berkontribusi terhadap perubahan perilaku ibu hamil, seperti kemampuan untuk beradaptasi dan melakukan penanganan dini hiperemesis

gravidarum pada trimester pertama, pemenuhan kebutuhan nutrisi dan istirahat yang adekuat, serta peningkatan kepatuhan terhadap kunjungan antenatal. Dengan demikian, pendidikan kesehatan mengenai penanganan dini hiperemesis gravidarum dapat menjadi salah satu strategi promotif dan preventif yang efektif dalam mencegah terjadinya hiperemesis gravidarum yang lebih berat.

SIMPULAN

Pendidikan kesehatan mengenai penanganan dini hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama yang dilaksanakan di Puskesmas Tamalanrea Makassar terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan ibu hamil. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan persentase pengetahuan baik dari 30% sebelum diberikan penyuluhan menjadi 70% setelah pelaksanaan penyuluhan.

SARAN

Kegiatan pendidikan kesehatan terkait penanganan dini hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama perlu dilaksanakan secara berkesinambungan dengan penerapan metode dan media edukasi yang lebih bervariasi. Selain itu, diperlukan kerja sama dengan pihak puskesmas serta tenaga kesehatan lainnya guna memperluas jangkauan edukasi dan meningkatkan upaya pencegahan terhadap terjadinya hiperemesis gravidarum yang lebih berat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak Puskesmas Tamalanrea Makassar atas dukungan dan fasilitas yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, serta kepada seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Fauziah Suryani. (2024). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di 3 TPMB wilayah kerja Puskesmas Waluya tahun 2023*. Jurnal Ilmiah Obsgin, 16(1).
- Hadijah & Nurmiati (2025) *Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil*. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/52035>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Nursyahraeni. (2023). *Edukasi ibu hamil tentang hiperemesis gravidarum menggunakan video edukasi di Desa Bijawang Kabupaten Bulukumba*. Journal of Community Services, 5(1).
- Praniska, et al. (2023). *Determinan kehamilan usia muda dengan hiperemesis gravidarum terhadap kejadian stunting di Puskesmas Somba Opu Kabupaten Gowa*. Journal of Muslim Community Health (JMCH), 4(3), 93–107
- Prawirohardjo, S. (2021). *Ilmu Kebidanan (Edisi ke-5)*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.