PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TENTANG HIPEREMESIS GRAVIDARUM TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL DALAM MENGATASI HIPEREMESIS GRAVIDARUM

Melda[1], Ayu Wandira[2], Malem[3], Rosmawati Giawa[4], Dwi Pratiwi Kasmara[5]

[1,2,3,4,5]*Pogram Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Senior Medan Sumatera Utara*
Penulis Korespodensi : dwipratiwi.kasmara@gmail.com

Abstrak

Hiperemesis gravidarum merupakan keadaan mual dan muntah berlebih pada kehamilan yang bisa menimbulkan komplikasi serius jika tidak ditangani secara tepat (Agustin, 2022). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan "untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang hiperemesis gravidarum melalui kegiatan penyuluhan kesehatan.". Kegiatan dilaksanakan pada 02 November 2026 di Puskesmas Kampung Besar Kota, Kabupaten Indragiri Hulu, dengan 10 peserta. Metode meliputi penyuluhan selama satu jam serta demonstrasi dan praktik selama satu jam. Hasil evaluasi pre-test sebelum edukasi (Pre-test) seluruh ibu hamil sebanyak 10 orang (100%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Sesudah edukasi (Post-test) seluruh ibu hamil sebanyak 10 orang (100%) mengalami peningkatan pengetahuan menjadi kategori baik. Kategori pengetahuan kurang menurun dari 10 orang (100%) menjadi 0 orang (0%). Kategori pengetahuan baik meningkat dari 0 orang (0%) menjadi 10 orang (100%). Kegiatan ini menjabarkan penyuluhan kesehatan dengan media edukasi sederhana dan mudah dipahami efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait hiperemesis gravidarum. Diproyeksikan kegiatan ini dapat menjadi upaya promotif dan preventif dalam mendukung kesehatan ibu hamil serta mencegah terjadinya komplikasi kehamilan akibat hiperemesis gravidarum.

Kata kunci : Edukasi, hiperemesis gravidarum, ibu hamil, pengetahuan
Kepustakaan : 10 (2020-2025)

Abstract

Hyperemesis gravidarum is a condition of excessive nausea and vomiting during pregnancy that can cause serious complications if not handled properly (Agustin, 2022). This community service activity aims "to increase the knowledge of pregnant women about hyperemesis gravidarum through health education activities." The activity was carried out on November 2, 2026 at the Kampung Besar Kota Health Center, Indragiri Hulu Regency, with 10 participants. The method included one hour of education and one hour of demonstration and practice. The results of the pre-test evaluation before education (Pre-test) all 10 pregnant women (100%) had a poor level of knowledge. After education (Post-test) all 10 pregnant women (100%) experienced an increase in knowledge to the good category. The poor knowledge category decreased from 10 people (100%) to 0 people (0%). The good knowledge category increased from 0 people (0%) to 10 people (100%). This activity describes health education with simple and easy-to-understand educational media that is effective in increasing the knowledge of pregnant women regarding hyperemesis gravidarum. This activity is projected to be a promotional and preventive effort to support the health of pregnant women and prevent pregnancy complications due to hyperemesis gravidarum.

Keywords* : *Education, hyperemesis gravidarum, pregnant women, knowledge
***Refrence* : 10 (2020-2025)**

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intra uteri mulai dari konsepsi dan berakhir pada saat persalinan. Kehamilan dibagi 3 periode (triwulan) untuk memudahkan dalam mengidentifikasi tahap perkembangan janin. Triwulan pertama membawa risiko tertinggi keguguran karena kematian alami embrio atau janin, sedangkan triwulan ke-2 perkembangan janin dapat dimonitor dan didiagnosa. Triwulan ke-3 menandakan awal viabilitas yang berarti janin dapat tetap hidup bila terjadi kelahiran awal alami atau kelahiran dipaksakan atau melalui tindakan operasi saesar, dari peristiwa kehamilan dikenal dengan istilah primigravida dan multigravida (Agustin, 2022)

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang ditandai dengan perubahan baik fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan, salah satunya yaitu mual dan muntah atau disebut dengan hiperemesis gravidarum. Hiperemesis gravidarum (HEG) adalah suatu keadaan ibu hamil yang mengalami mual

muntah sebanyak lebih dari 5 kali sehari disertai dengan penurunan berat badan (>50% dari berat badan sebelum hamil). Dampak yang terjadi pada ibu akibat dari mual dan muntah yaitu menurunnya cairan elektrolit didalam tubuh ibu, sehingga terjadi hemokonsentrasi yang dapat memperlambat peredaran darah, nafsu makan menurun yang mempengaruhi tumbuh kembang janin, gangguan nutrisi, dehidrasi, kelemahan, dan penurunan berat badan. Mual dan muntah yang hebat juga dapat mempengaruhi janin mengalami BBLR, IUGR, premature hingga terjadi abortus (Mariana et al, 2025).

Hiperemesis gravidarum (HEG) yang biasa dikenal dengan mual muntah yang berlebihan pada ibu hamil, merupakan suatu keadaan ibu dengan muntah yang persisten saat hamil yang menyebabkan beberapa gangguan keseimbangan tubuh terjadi, seperti gangguan elektrolit, metabolik, dehidrasi, dan defisiensi zat makro maupun mikro dalam tubuh yang berdampak pada kematian. Hiperemsis gravidarum merupakan keadaan patologis dimana mual muntah lebih dari 3 kali per hari(Yuliana et al., 2023).

Menjadi seorang ibu merupakan kodrat seorang perempuan. Hamil, melahirkan, dan mempunyai anak juga hal yang sangat dinanti-nantikan oleh perempuan yang telah hidup berkeluarga. Ibu yang sedang mengalami kehamilan dan ingin melahirkan secara normal, dituntut tidak hanya harus siap secara fisik, tetapi juga harus siap secara mental. Pada masa kehamilan ini terdapat berbagai komplikasi atau masalah-masalah yang terjadi, seperti halnya mual muntah yang sering dialami oleh ibu hamil yang merupakan salah satu gejala awal masa kehamilannya (Evanirwana, 2022)

Tingkat pengetahuan tentang hiperemesis gravidarum akan mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil yang dapat berpengaruh terhadap penerimaan kehamilan itu sendiri. Apabila tingkat pengetahuan tentang hiperemesis gravidarum pada ibu hamil rendah dimungkinkan bisa menjadi stressor, terlebih jika dikombinasikan oleh faktor kurangnya tingkat sosial ekonomi keluarga, anak dikandung tidak diharapkan, ditinggal merantau suami, mempunyai riwayat penyakit menahun dan masih ikut mertua yang akan berimplikasi pada meningkatnya kecemasan pada ibu hamil. Oleh karena itu, calon ibu diharapkan 4 memiliki pengetahuan yang cukup mengenai mual dan muntah agar ibu dapat menetukan sikap untuk mengatasi masalahnya dan kekhawatiran ibu tentang keluhannya dapat dikurangi pada awal kehamilan sehingga tidak terjadi gangguan pada kehamilan selanjutnya (Prihatini et al., 2024).

World Health Organization (WHO) jumlah kejadian hyperemesis gravidarum mencapai 12,5 % dari jumlah seluruh kehamilan di dunia. Angka kejadian hiperemesis gravidarum sudah mendunia dengan angka kejadian yang beragam mulai dari Negara Amerika angka prevalensi mencapai 2%, Turki 1,9%, California 0,5%, Swedia 0,9% dari seluruh jumlah kehamilan angka kejadian hiperemesis gravidarum ini terus meningkat hingga mencapai 15%(WHO, 2021).

Terdapat beberapa faktor yang diduga dapat menyebabkan hiperemisis gravidarum pada ibu hamil yaitu umur, paritas, jarak kehamilan, pengetahuan ibu, sikap dan dukungan suami. Berbagai penelitian yang dilakukan menemukan penyebab hyperemesis gravidum, salahnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Munir & Yusnia, 2022). Hasil penelitian menunjukan hamil diusia muda dapat mengakibatkan terjadinya hyperemesis gravidum dikibatkan karena kehamilan dikatakan beresiko tinggi adalah kurang dari 20 tahun dan diatas 35 tahun.Usia dibawah 20 tahun bukan masa yang baik untuk hamil karena organ-organ reproduksi belum sempurna, sedangkan usia 35 tahun keatas mempunyai resiko untuk mengalami komplikasi dalam kehamilan dan persalinan.

Pemahaman ibu hamil tentang hiperemesis gravidarum dalam mengatasi hiperemesis gravidarum secara baik dan benar sangat diperlukan, hal ini bertujuan untuk mengurangi insidensi hiperemesis gravidarum. Hal ini sesuai dengan penelitian bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam mencegah kejadian hiperemesis gravidarum. Pengetahuan yang baik akan mendorong ibu hamil bersikap mendukung terhadap pencegahan kejadian hiperemesis gravidarum (Setyowati, 2020).

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian pre-experimental design menggunakan pendekatan one group pretest-posttest. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan tentang hiperemesis gravidarum terhadap tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam mengatasi hiperemesis gravidarum di Puskesmas Kampung Besar Kota.

Penelitian ini dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu edukasi kesehatan, demonstrasi dan diskusi, serta bimbingan dan evaluasi. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah diberikan edukasi untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil.

1. Edukasi (penyuluhan)

   Edukasi dilaksanakan selama satu jam dengan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan media leaflet. Kegiatan ini bertujuan memberikan pemahaman kepada ibu hamil mengenai hiperemesis gravidarum.

   a. Memberikan penjelasan mengenai pengertian hiperemesis gravidarum serta perbedaannya dengan mual dan muntah biasa selama kehamilan.
   b. Menjelaskan penyebab dan faktor risiko terjadinya hiperemesis gravidarum pada ibu hamil.
   c. Menjelaskan tanda dan gejala hiperemesis gravidarum, seperti mual dan muntah berlebihan, kesulitan makan dan minum, penurunan berat badan, serta tanda dehidrasi.
   d. Memberikan penjelasan mengenai dampak hiperemesis gravidarum terhadap kesehatan ibu dan perkembangan janin apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat.
   e. Menjelaskan cara mengatasi mual dan muntah selama kehamilan, seperti makan dalam porsi kecil tetapi sering, menghindari makanan yang memicu mual, mencukupi kebutuhan cairan, dan beristirahat yang cukup.
   f. Menjelaskan pentingnya pemeriksaan ke tenaga kesehatan apabila ibu mengalami muntah terus-menerus, tidak mampu mempertahankan asupan cairan, buang air kecil berkurang, atau menunjukkan tanda dehidrasi.

2. Demonstrasi dan Diskusi

   Demonstrasi dan diskusi dilakukan setelah penyampaian materi edukasi kesehatan. Kegiatan ini bertujuan membantu ibu hamil memahami dan menerapkan informasi yang telah diberikan.

   a. Pemateri menjelaskan kembali langkah-langkah sederhana dalam mengatasi keluhan mual dan muntah selama kehamilan.
   b. Pemateri memberikan contoh pengaturan pola makan, seperti mengonsumsi makanan dalam porsi kecil tetapi sering serta menghindari makanan yang dapat memicu mual.
   c. Pemateri memberikan contoh pemilihan makanan dan minuman yang sesuai untuk membantu memenuhi kebutuhan nutrisi dan cairan selama kehamilan.
   d. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan menyampaikan pengalaman mengenai keluhan mual dan muntah yang dialami selama kehamilan.
   e. Pemateri memberikan penjelasan dan meluruskan pemahaman peserta apabila terdapat informasi yang kurang tepat mengenai hiperemesis gravidarum.

3. Bimbingan dan Evaluasi

   Bimbingan diberikan kepada ibu hamil yang masih mengalami kesulitan dalam memahami materi edukasi mengenai hiperemesis gravidarum.

   a. Pemateri memberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pertanyaan mengenai materi yang belum dipahami.
   b. Memberikan penjelasan ulang mengenai cara mengatasi mual dan muntah selama kehamilan.
   c. Memberikan arahan mengenai pentingnya mengenali tanda bahaya hiperemesis gravidarum dan segera mendapatkan pertolongan tenaga kesehatan.
   d. Memberikan motivasi kepada ibu hamil agar menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.
   e. Melakukan evaluasi dengan memberikan kuesioner posttest untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil setelah diberikan edukasi kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode Pelaksanaan Kegiatan

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Kampung Besar Kota pada 02 November 2026 dengan melibatkan ibu hamil sebagai responden penelitian. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 10 ibu hamil. Sampel penelitian ditentukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Apabila seluruh populasi memenuhi kriteria penelitian, pengambilan sampel dapat menggunakan teknik total sampling.

Metode pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu pengisian kuesioner pretest, pemberian edukasi kesehatan menggunakan metode ceramah dan media leaflet, diskusi serta tanya jawab, kemudian dilanjutkan dengan pengisian kuesioner posttest.

Kuesioner pretest diberikan sebelum edukasi untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap awal ibu hamil mengenai hiperemesis gravidarum. Setelah itu, responden diberikan edukasi kesehatan mengenai pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta cara mengatasi hiperemesis gravidarum.

Setelah seluruh kegiatan edukasi selesai, responden diberikan kuesioner posttest untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan sikap. Hasil pengukuran sebelum dan sesudah edukasi kemudian dibandingkan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat

pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam mengatasi hiperemesis gravidarum.

Rancangan Evaluasi

Evaluasi penelitian meliputi tiga tahap:

- Input: Berupa persiapan materi edukasi kesehatan, media leaflet, kuesioner pretest dan posttest, alat tulis, serta koordinasi dengan pihak Puskesmas Kampung Besar Kota.
- Proses: Meliputi pelaksanaan pengisian kuesioner pretest, pemberian edukasi kesehatan melalui ceramah menggunakan media leaflet, demonstrasi, diskusi, tanya jawab, serta pemberian bimbingan kepada ibu hamil. Setelah edukasi selesai, dilakukan pengisian kuesioner posttest.
- Output: Berupa hasil pengukuran tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan. Hasil tersebut digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam mengatasi hiperemesis gravidarum.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan di Puskesmas Kampung Besar Kota

Identifikasi Hasil

Tabel Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Berdasarkan Hasil Pre-Test dan Post-Test

Kategori Pengetahuan	Pre-Test n (%)	Post-Test n (%)	Keterangan
Kurang	10 orang (100%)	0 (0%)	Menurun
Cukup	0 (0%)	0 (0%)	
Baik	0 (0%)	10 orang (100%)	Meningkat
Total	**10 orang (100%)**	**10 orang (100%)**	

Berdasarkan hasil pre-test, seluruh ibu hamil (100%) berada pada kategori "pengetahuan kurang" terkait hiperemesis gravidarum. Setelah diberikan penyuluhan, hasil post-test mengindikasikan peningkatan signifikan, yakni semua peserta (100%) ada di kategori "pengetahuan baik." Tidak ditemukan lagi peserta dengan kategori "pengetahuan kurang" maupun "pengetahuan baik" setelah intervensi edukasi. Fakta bahwa ibu hamil lebih banyak belajar tentang hiperemesis gravidarum berkat upaya penyuluhan ini sangat menggembirakan.

Monitoring dan Evaluasi

Monitoring (Pemantauan)

Monitoring dilakukan selama kegiatan penyuluhan berlangsung untuk memastikan seluruh peserta mengikuti kegiatan dengan baik.

- Seluruh peserta sebanyak 10 orang (100%) mengikuti kegiatan edukasi kesehatan sampai selesai.
- Peserta mendapatkan materi mengenai pengertian, penyebab, tanda dan gejala, serta cara mengatasi hiperemesis gravidarum.
- Peserta mengikuti kegiatan penyuluhan dan diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang disampaikan.

Evaluasi (Penilaian)

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test sebelum edukasi dan post-test setelah edukasi.

- Sebelum edukasi (Pre-test): Seluruh ibu hamil sebanyak 10 orang (100%) memiliki tingkat pengetahuan kurang.
- Sesudah edukasi (Post-test): Seluruh ibu hamil sebanyak 10 orang (100%) mengalami peningkatan pengetahuan menjadi kategori baik.
- Kategori pengetahuan kurang menurun dari 10 orang (100%) menjadi 0 orang (0%).
- Kategori pengetahuan baik meningkat dari 0 orang (0%) menjadi 10 orang (100%).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan edukasi kesehatan mengenai hiperemesis gravidarum pada ibu hamil, dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test sebelum edukasi dan post-test setelah edukasi. Sebelum edukasi (Pre-test) seluruh ibu hamil sebanyak 10 orang (100%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Sesudah edukasi (Post-test)

seluruh ibu hamil sebanyak 10 orang (100%) mengalami peningkatan pengetahuan menjadi kategori baik. Kategori pengetahuan kurang menurun dari 10 orang (100%) menjadi 0 orang (0%). Kategori pengetahuan baik meningkat dari 0 orang (0%) menjadi 10 orang (100%). dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam memahami dan mengatasi hiperemesis gravidarum.

SARAN

Seluruh Ibu hamil diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai hiperemesis gravidarum dengan mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan, membaca informasi dari sumber terpercaya, serta menerapkan anjuran tenaga kesehatan dalam mengatasi keluhan mual dan muntah selama kehamilan. Ibu hamil juga diharapkan segera memeriksakan diri apabila mengalami muntah berlebihan, kesulitan makan dan minum, atau tanda-tanda dehidrasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Puskesmas Kampung Besar Kota, Kecamatan Rengat, Kabupaten Indragiri Hulu, atas dukungan penuh selama proses pelaksanaan penyuluhan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi.

DAFTAR PUSTAKA

Agustin, M. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Emesis Gravidarum Dengan Perilaku Memilih Makanan Pada Ibu Hamil Saat Mengalami Emesis Gravidarum Di Puskesmas Mustikasari Bekasi Timur. *Afiat*, *8*(2), 37–53. https://doi.org/10.34005/afiat.v8i2.2146

Evanirwana, E. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hyperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Brayan. *Center of Knowledge : Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, *2*(1), 227–238. https://doi.org/10.51178/cok.v2i1.785

Herlina, L., Kartika, I., Dahlia, A. H., Tinggi, S., Kesehatan, I., Husada, D., Praktik, T., Mandiri, B., Hendriani, A., Bandung, K., Barat, J., Barat, K. B., & Barat, K. B. (2026). *Peningkatan Tentang*. *6*(1), 75–80.

Julianti, N., Kurnia Sugiharti, R., Studi Sarjana Kebidanan, P., & Penulis Korespondensi, E. (2025). Hubungan Faktor Maternal dengan Hiperemesis Gravidarum Trimester I di RS DKH Sukatani. *Jurnal Media Informatika*, *6*(6), 2826–2833. https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jumin/article/view/7251

Mariana, S., & Safitri, Tita Aulia Dwi Haryanti, H. B. (2025). *PENGARUH EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TRIMESTER I , TENTANG KEJADIAN HIPEREMESIS GRAVIDARUM DI PMB AZIMAH KOTA JAMBI TAHUN 2025*. *10*(2).

Munir, R., & Yusnia, N. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, *7*(3), 326. https://doi.org/10.35842/formil.v7i3.460

Prihatini, S., Noviyani, E. P., & Hardiana, H. (2024). Hubungan Pengetahuan, Kecemasan Ibu Hamil Dan Dukungan Suami Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum Trimester I Di Pmb Bidan Y Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, *3*(1), 399–409. https://doi.org/10.55681/sentri.v3i1.2190

Setyowati, H. dan W. H. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Trimester I Tentang Hiperemesis Gravidarum di Puskesmas Pagar Agung. In *Convention Center Di Kota Tegal*.

WHO. (2021). Jurnal kesehatan ilmiah indonesia (indonesian health scientific journal). *Hubungan Mutu Pelayanan Kesehatan Terhadap Tingkat Kepuasan Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Mangasa Kota Makassar*, *6*(2), 193–204.

Yuliana, Y., Mariana, S., Monica, O. T., & Sulastri, S. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dengan Pencegahan Hiperemesis Gravidarum di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, *3*(7), 1821–1830. https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i7.10565