

ABSTRAK

Sebagian besar ibu hamil beranggapan morning sickness merupakan suatu hal yang wajar dan tidak perlu ditangani. padahal jika tidak mendapati penanganan awal yang baik akan mengakibatkan ibu menjadi lemas terjadi *hiperemesis gravidarum* dan bahkan BBLR. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan penanganan *morning sickness* pada ibu hamil di Rumah Sakit Islam Surabaya.

Desain penelitian deskriptif. Populasi wanita hamil trimester I yang mengalami *morning sickness* di Rumah Sakit Islam Surabaya. Sampel 48 responden dipilih dengan menggunakan teknik *total sampling*. Variable penelitian penanganan *morning sickness* pada ibu hamil. Kuesiner digunakan untuk mengumpulkan data yang dideskripsikan dalam tabel distribusi frekuensi.

Hasil penelitian dari 48 responden, hampir seluruhnya (77,0%) melakukan penanganan dengan makan sedikit tapi sering; sebagian besar (72,9%) menghindari makanan mengandung lemak tinggi, terlalu asam dan pedas (62,5%) memperbanyak minum air putih, susu rendah lemak dan jus (54,1%) istirahat dan tidur untuk mengurangi kelelahan; hampir setengah (41,6%) saat bangun tidur, tidak langsung berdiri tetapi duduk sebentar (29,1%) memperbanyak makanan mengandung vitamin b6 (29,1%) melakukan hal yang disukai, berlibur atau relaksasi; sebagian kecil (25,0%) berusaha makan ketika perut tidak enak (22,9%) meminum segelas teh hangat untuk mengurangi mual (18,7%) mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung karbohidrat dan protein.

Hampir setiap responden melakukan lebih dari satu penanganan *morning sickness*. Perawat diharapkan memberikan edukasi kepada responden mengenai penanganan *morning sickness*.

Kata kunci : Penanganan *morning sickness*