

## ABSTRAK

Kehamilan merupakan kejadian normal atau fisiologis yang terjadi pada wanita, terjadinya kehamilan menyebabkan perubahan keseimbangan hormonal terutama perubahan hormon *oustrogen* dan *progesteron*. Sehingga pada kehamilan trimester I seringkali muncul keluhan seperti mual, muntah, sakit kepala, sering kencing dan lain-lain. menyikapi hal tersebut ibu hamil kadang menganggap suatu keadaan yang membahayakan bagi kehamilannya. Dari data yang diperoleh didapatkan bahwa dari 30 orang kunjungan ibu hamil trimester I sebagian besar yaitu 21 orang (70 %) memilih datang ke petugas kesehatan untuk berobat guna mengatasi keluhan tersebut.

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang cara mengatasi perubahan fisiologis pada kehamilan trimester I.

Desain penelitian yang digunakan adalah *diskriptif* dengan jenis rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I. Pemilihan sampel dilakukan dengan cara *non probability purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 50 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Hasil penelitian menunjukkan seluruh ibu hamil mengalami perubahan fisiologis kehamilan. Adapun cara mengatasi perubahan fisiologis pada kehamilan trimester I didapatkan : 9 responden (18 %) berpengetahuan baik, 38 responden (76 %) berpengetahuan cukup dan 3 responden (6 %) berpengetahuan kurang.

Saran yang bisa diberikan untuk ibu hamil adalah agar sedini mungkin memeriksakan kehamilannya, segera datang ke petugas kesehatan untuk mendapatkan penanganan yang optimal sehingga kehamilannya dapat berlangsung dengan sehat dan aman.

Kata kunci : Ibu Hamil. Perubahan Fisiologis dan pengetahuan



YAYASAN RS ISLAM SURABAYA