

Terapi Komplementer Akupresur Menurunkan Gejala Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil

Complementary Acupressure Therapy Reduces Symptoms of Emesis Gravidarum in Pregnant Women

Samsinar¹, Yusda Seman²

¹ Pendidikan Profesi Bidan Institut Kesehatan dan Bisnis Kurnia Jaya Persada

² D3 Kebidanan Akademi Kebidanan Andi Makkasau

¹ Email: samsinar@ikbkjp.ac.id

ABSTRAK

Selama kehamilan, mual dan muntah menjadi masalah serius, terutama mencapai tingkat ekstrem yang disebut emesis gravidarum. Ibu hamil mencoba mengatasi masalah ini dengan menggunakan obat-obatan atau terapi komplementer seperti akupresur. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas terapi komplementer akupresur dalam mengurangi gejala emesis gravidarum pada ibu hamil. Suatu riset yang melibatkan 40 ibu hamil, dimana 20 di antaranya mengalami gejala yang signifikan, penggunaan teknik akupresur pada titik pericardium 6 untuk meredakan gejala mual dan muntah selama trimester awal kehamilan. penelitian ini menggunakan metode quasi-eksperimental (*pre-test and post-test*) dan mengumpulkan data melalui kuesioner RINVR dan observasi di Posyandu Mattirotappareng 1, Kecamatan Tempe, Kabupaten Wajo, Provinsi Sulawesi Selatan. Hasilnya menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam frekuensi mual dan muntah sebelum dan sesudah penggunaan terapi akupresur. Setelah menjalani terapi, terjadi penurunan yang cukup signifikan dalam rata-rata jumlah kejadian mual dan muntah per hari, menurun dari 9,0 menjadi 5,2 kali. Angka p-value < 0,05 menunjukkan bahwa terapi akupresur memiliki dampak yang bermakna dalam mengurangi frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil. Oleh karena itu, penggunaan terapi akupresur pada titik *pericardium* 6 sebagai opsi pengobatan non-farmakologi yang efektif mengurangi gejala pada ibu hamil selama trimester awal kehamilan.

Kata kunci : Kehamilan, Emesis Gravidarum, Akupresur, Terapi Komplementer

ABSTRACT

During pregnancy, nausea and vomiting become serious problems, especially reaching extreme levels called emesis gravidarum. Pregnant women try to overcome this problem by using medicines or complementary therapies such as acupressure. This research aims to evaluate the effectiveness of complementary acupressure therapy in reducing the symptoms of emesis gravidarum in pregnant women. A study involving 40 pregnant women, of which 20 experienced significant symptoms, used acupressure techniques at pericardium point 6 to relieve symptoms of nausea and vomiting during the early trimester of pregnancy. This research used quasi-experimental methods (pre-test and post-test) and collected data through questionnaires RINVR and observations at Posyandu Mattirotappareng 1, Tempe District, Wajo Regency, South Sulawesi Province. The results showed a significant difference in the frequency of nausea and vomiting before and after acupressure therapy. After undergoing therapy, there was a significant reduction in the average number of nausea and vomiting events per day, decreasing from 9.0 to 5.2 times. The p-value < 0.05 indicates that acupressure therapy has a significant impact in reducing the frequency of nausea and vomiting in pregnant women. Therefore, the use of acupressure therapy at pericardium point 6 as a non-pharmacological treatment option is effective in reducing symptoms in pregnant women during the early trimester of pregnancy.

Keywords: Pregnancy, Emesis Gravidarum, Acupressure, Complementary Therapy

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses alami yang umumnya berlangsung lancar, tetapi sekitar 10-12% kehamilan mengalami masalah atau komplikasi. Salah satu gejala umum Di fase awal kehamilan, gejala yang umum dialami adalah rasa tidak enak dan muntah, dikenal sebagai "morning sickness," Walaupun bisa terjadi pada setiap waktu.

Emesis gravidarum adalah kondisi yang terjadi saat wanita yang sedang hamil mengalami sensasi tidak nyaman dan sering muntah yang sangat intens, bahkan dapat menyebabkan dehidrasi, kekurangan nutrisi, dan tidak seimbang kandungan elektrolit dalam tubuh ibu hamil. Untuk mengatasinya, dibutuhkan perawatan medis yang serius serta manajemen yang teliti. (Alita, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2015, sekitar 14% wanita selama kehamilan mengalami mual dan muntah. Di Indonesia, dari 2.203 kasus kehamilan yang diamati, 534 ibu hamil mengalami gejala ini. Salah satu bentuk yang lebih serius adalah emesis gravidarum. WHO menyatakan sekitar 12,5% kehamilan di dunia mengalami kondisi ini, namun

angka bisa berbeda di negara lain (Masruroh, 2021).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2020, terdapat tingkat kejadian emesis gravidarum yang tinggi di wilayah ini, Di sisi lain, emesis gravidarum, yang merupakan tingkat keparahan yang lebih ekstrem dari kondisi ini, terjadi pada sekitar 10-15% dari total 182.815 ibu hamil di Provinsi Sulawesi Selatan (Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, 2020).

Penanganan cepat terhadap emesis gravidarum sangat penting. Perawatan medis yang tepat, seperti pemberian cairan intravena, menjadi kunci Untuk mempertahankan kesejahteraan ibu yang sedang hamil dan bayi yang sedang dikandungnya (Ani and Machfudloh, 2021). Penggunaan terapi non-medis seperti akupresur adalah pilihan yang bisa dipertimbangkan untuk meredakan sensasi gejala mual dan muntah. Akupresur adalah teknik pijat yang tidak menggunakan jarum seperti dalam akupunktur, namun, prinsipnya serupa dengan akupunktur. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa teknik ini dapat efektif dalam mengurangi gejala.

Akupresur adalah praktik merangsang titik-titik spesifik pada tubuh yang terhubung dengan organ dalam. Ini merupakan metode sederhana dan bisa membantu meredakan gejala tersebut. Namun, perlu diingat bahwa pengalaman tiap individu bisa berbeda. Selain itu, meskipun efektivitasnya teramati pada sebagian orang, belum semua mekanisme kerjanya dipahami dengan sepenuhnya oleh ilmu pengetahuan. (Mariza et al., 2022).

Beberapa penelitian telah menyokong efektivitas terapi akupresur, khususnya pada titik akupresur PC 6 (Nei guan), dalam mengurangi gejala emesis gravidarum pada ibu hamil. Pemijatan pada titik ini diyakini dapat merangsang aliran energi Qi dan meningkatkan peredaran darah dalam tubuh. Terapi ini bekerja melalui beberapa mekanisme potensial, seperti stimulasi saraf dan hormonal yang dapat mengurangi reaksi berlebihan tubuh terhadap mual dan muntah. Meskipun beberapa penelitian mendukung pendekatan ini, perlu diingat bahwa pengalaman individu dapat bervariasi, dan konsultasi dengan profesional kesehatan tetaplah penting, terutama dalam kehamilan, untuk memastikan keselamatan dan kesejahteraan ibu

hamil serta janin yang sedang berkembang (Zainiyah and Susantiyatus, 2022).

Penelitian sebelumnya dilakukan di Posyandu Mattirotappareng 1 Di wilayah Kecamatan Tempe, Kabupaten Wajo, Hasilnya menunjukkan sejumlah besar ibu hamil di wilayah ini mengalami tingkat variasi mual dan muntah yang bervariasi. walaupun tenaga medis telah memberikan obat anti-mual kepada mereka dan memberikan konseling terkait pola makan kepada para ibu hamil, namun belum ada konseling yang diberikan terkait penggunaan akupresur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi jenis quasi eksperimen dengan desain one group pre-test and post-test untuk mengevaluasi efektivitas suatu Intervensi pada ibu hamil yang sedang mengalami emesis gravidarum selama trimester awal kehamilan. Populasi ini melibatkan 40 ibu hamil, dan yang menjadi fokus penelitian terdiri dari 20 ibu hamil yang mengalami gejala mual muntah dan yang aktif mengikuti kegiatan Posyandu Mattirotappareng 1, yang berlokasi di Kecamatan Tempe, Kabupaten Wajo, Provinsi Sulawesi

Selatan. Penelitian dilaksanakan dalam periode waktu dari bulan Maret hingga Agustus tahun 2023.

Titik akupresur PC 6, atau Nei Guan dalam akupunktur dan pengobatan tradisional Tiongkok, terletak di bagian dalam pergelangan tangan. Titik ini sering dimanfaatkan untuk meredakan gejala seperti mual, muntah, dan masalah pencernaan. Proses menemukan titik ini melibatkan langkah-langkah sederhana, seperti menempatkan tangan dengan telapak menghadap ke atas, mengidentifikasi pertemuan pergelangan tangan dengan dasar jari-jari, dan menggunakan jari tengah untuk menekan area di antara tulang pergelangan tangan dan tendon lengan tengah. Penerapan tekanan dilakukan dengan lembut dan konsisten. Intervensi melibatkan tindakan dengan durasi 30 detik hingga 2 menit, dilakukan pada pagi dan sore selama 5 hari dalam seminggu. Teknik ini mencakup baik pijatan kecil maupun gerakan melingkar, yang dijalankan oleh peneliti selama proses perawatan pasien. Namun, penting untuk diingat bahwa praktik akupresur yang efektif memerlukan pelatihan dan pemahaman yang mendalam tentang anatomi serta prinsip-prinsip pengobatan Tiongkok.

Oleh karena itu, sebaiknya dilakukan oleh individu yang terlatih, seperti instruktur tersertifikasi atau tenaga kesehatan yang berpengalaman.

Penelitian ini menggunakan metode proporsional total sampling dalam pengambilan sampel, memperhitungkan proporsi dari setiap kelompok atau subpopulasi dalam populasi secara keseluruhan. Teknik proporsional total sampling dipilih untuk memastikan representasi yang lebih baik dari populasi yang diteliti, dengan menjaga proporsi setiap kelompok atau subpopulasi agar mencerminkan proporsi sebenarnya dalam populasi keseluruhan.

Instrumen utama yang digunakan untuk mengumpulkan data terkait gejala emesis gravidarum adalah kuesioner RINVR (Rhodes INVR). RINVR merupakan singkatan dari Rhodes Index of Nausea, Vomiting, and Retching, dirancang khusus untuk mengukur tingkat keparahan mual, muntah, dan retching pada populasi ibu hamil. Kuesioner ini terdiri dari pertanyaan yang mencakup berbagai aspek gejala, seperti frekuensi mual, intensitas muntah, dan pengaruh retching.

Skor dari responden pada setiap pertanyaan dijumlahkan untuk menghasilkan skor total, dengan rentang skor antara 0 hingga 32, mencerminkan spektrum tingkat keparahan gejala. Penggunaan rentang skor ini memungkinkan analisis kuantitatif terhadap data yang terkumpul. Dengan membandingkan skor sebelum dan sesudah penerapan terapi komplementer akupresur, penelitian bertujuan untuk mengevaluasi dampaknya secara rinci terkait efektivitas terapi tersebut dalam mengurangi gejala emesis gravidarum.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik non-parametrik, yaitu uji Wilcoxon. Keputusan ini diambil karena data yang dikumpulkan tidak memenuhi asumsi distribusi normal, dan skala pengukuran gejala emesis gravidarum bersifat ordinal. Uji Wilcoxon digunakan untuk mengidentifikasi perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test. Penelitian ini menggunakan pendekatan dengan metode statistik yang sesuai untuk menjawab pertanyaan penelitian terkait efektivitas terapi komplementer akupresur dalam mengurangi gejala emesis gravidarum pada ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Angka kejadian rasa mual dan ingin muntah pada ibu hamil sebelum dan sesudah mendapatkan terapi akupresur

| Kejadian Mual Muntah | Mean | SD | Min | Max |
|----------------------|------|-----|-----|-----|
| Sebelum | 9.0 | 1.2 | 7 | 11 |
| Setelah | 5.2 | 1.1 | 4 | 11 |

Tabel 1 menampilkan data statistik mengenai mual muntah dan keinginan untuk muntah sebelum serta setelah perlakuan yang diberikan kepada ibu hamil. Sebelum terapi, rata-rata tingkat rasa mual dan ingin muntah yang tercatat adalah 9,0 menunjukkan angka tengah dari sejumlah pengukuran tersebut. Nilai standar deviasi yang mencapai 1,2 mengindikasikan sejauh mana variasi atau penyebaran data di sekitar rata-rata. Rentang nilai dari 7 hingga 11, dengan nilai minimal terendah adalah 7 dan nilai maksimal tertinggi adalah 11, menggambarkan sebaran data dari nilai terendah hingga tertinggi.

Sementara itu, setelah dilakukan terapi, terjadi penurunan rata-rata tingkat rasa mual dan ingin muntah menjadi 5,2. Penurunan ini menandakan adanya perubahan dalam tingkat rasa mual dan ingin muntah setelah intervensi terapi akupresur. Standar deviasi yang tercatat setelah terapi

adalah 1,1, menunjukkan sedikit penurunan variabilitas atau penyebaran data dibandingkan sebelum terapi. Rentang nilai dari 4 hingga 7, dengan nilai minimal 4 dan maksimal 7, menunjukkan variasi data dalam rentang yang lebih kecil setelah terapi.

Secara keseluruhan, perbedaan antara rata-rata tingkat rasa mual dan ingin muntah sebelum dan sesudah terapi menunjukkan adanya perubahan yang signifikan dalam kondisi ibu hamil setelah menerima terapi akupresur di Posyandu Mattirotappareng 1, Kecamatan Tempe, Kabupaten Wajo, Provinsi Sulawesi Selatan.

Tabel 2. Pengaruh dari penerapan akupresur pada titik pericardium 6 terhadap gejala mual dan muntah pada ibu hamil

| Kejadian Mual muntah | N | Beda Mean | SD | t-test | P-Value |
|--|----|-----------|-------|--------|---------|
| Sebelum dan Sesudah diberikan terapi akupresur | 20 | 3.750 | 1.020 | 16.44 | .0001 |

Berdasarkan hasil uji statistik dalam Tabel 2, ditemukan nilai p-value sebesar 0.000. Ketika nilai p-value lebih kecil dari tingkat signifikansi yang ditetapkan ($\alpha = 0,05$), hal itu menandakan adanya pengaruh yang signifikan dari terapi akupresur terhadap gejala mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Posyandu

Mattirotappareng 1, Kecamatan Tempe, Kabupaten Wajo, Provinsi Sulawesi Selatan.

Dengan kata lain, hasil tersebut menunjukkan bahwa tindakan akupresur pada titik pericardium 6 memiliki efek yang signifikan dalam mengurangi tingkat mual dan muntah pada ibu hamil di wilayah tersebut selama trimester pertama kehamilan. Hasil ini menegaskan bahwa penerapan akupresur pada titik tersebut bisa menjadi opsi yang efektif untuk mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil pada tahap awal kehamilan.

Rerata kejadian Mual dan muntah sebelum dan setelah perlakuan pemberian terapi.

Penelitian yang menilai dampak terapi akupresur pada tingkat mual dan muntah pada ibu hamil menghasilkan temuan menarik. Berdasarkan penelitian Mariza (2019), sebelum intervensi akupresur, rata-rata tingkat mual dan muntah pada ibu hamil adalah 10,53, dengan variasi antara 9 hingga 13. Namun, setelah penerapan terapi akupresur, terjadi penurunan yang signifikan, dengan rata-rata turun menjadi 7,30, dan rentangnya berkisar antara 5 hingga 10.

Temuan ini menunjukkan bahwa terapi akupresur memiliki potensi besar untuk mengurangi intensitas dan Jumlah kejadian mual dan muntah yang dialami oleh ibu hamil. Perbedaan yang signifikan antara nilai rata-rata sebelum dan sesudahnya intervensi menandakan bahwa akupresur, khususnya pada kasus ini dengan titik pericardium 6, menjadi pilihan yang efektif dalam mengatasi masalah tersebut pada masa awal kehamilan.

Dalam penelitian lain oleh Handayani (2019) dalam (Rudiyanti, Nurchairina and Octaviana, 2021), terapi akupresur juga terbukti memberikan manfaat yang serupa. Sebelum terapi, kelompok yang menerima intervensi memiliki rata-rata tingkat mual dan muntah sebesar 8,00. Namun, setelah dilakukan sesi akupresur, rata-rata ini menurun menjadi 5.00. Hasil ini menegaskan bahwa terapi akupresur Tidak hanya meredakan intensitas mual dan muntah, tetapi juga secara signifikan mengurangi tingkat ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu hamil.

Penelitian Meiri (2017) menggambarkan efek positif terapi akupresur dalam mengelola gejala mual dan muntah pada ibu hamil dengan

tingkat keparahan yang berbeda-beda. Sebelum terapi, sebagian ibu hamil mengalami gejala mual dan muntah yang sedang, sementara yang lain mengalami tingkat yang lebih ringan. Namun, setelah menerima terapi akupresur, sebagian besar ibu hamil yang sebelumnya mengalami gejala tersebut menjadi bebas dari mual dan muntah, sementara yang lain hanya mengalami gejala dalam tingkat yang lebih ringan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi akupresur dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam mengurangi serta mengontrol mual dan muntah pada ibu hamil, terlepas dari tingkat keparahan gejala yang awalnya dialami.

Mual dan muntah selama kehamilan, yang dikenal sebagai Nausea Vomiting in Pregnancy (NVP), merupakan masalah umum yang dirasakan oleh sebagian besar wanita hamil, mempengaruhi sekitar 50 hingga 80% dari mereka, seperti yang dijelaskan oleh (Rizki Primadika and Putriningrum, 2022).

Ketidaknyamanan ini bisa menjadi sangat berat dalam kondisi tertentu yang disebut emesis gravidarum. Emesis gravidarum dicirikan oleh muntah berlebihan yang

menyebabkan penurunan berat badan, turgor kulit yang buruk, dan munculnya aseton dalam urin. Tingkat mual dapat bervariasi antara satu ibu hamil dan yang lainnya, biasanya disebabkan oleh perubahan hormonal, kekurangan vitamin B, dan faktor-faktor psikologis seperti kecemasan terhadap proses kehamilan dan kelahiran. Untuk mengurangi frekuensi muntah pada awal kehamilan, terdapat beberapa tindakan yang dapat diambil, salah satunya adalah dengan menggunakan obat-obatan atau terapi komplementer, seperti akupresur. Akupresur merupakan suatu teknik pijat yang merangsang titik-titik tertentu pada tubuh tanpa menggunakan jarum, seperti yang digunakan dalam akupunktur. Metode ini melibatkan pijatan pada titik-titik meridian tubuh, dengan fokus pada Titik Pericardium 6 (Neiguan) yang terletak di pergelangan tangan. Titik ini secara khusus digunakan untuk mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil. Keunggulan dari teknik akupresur ini meliputi kemudahan pelaksanaan, ketersediaan yang terjangkau, minim risiko efek samping seperti pada penggunaan obat-obatan, dan dapat dipelajari oleh ibu hamil untuk

dilakukan sendiri setelah mendapatkan pelatihan dari tenaga kesehatan.

Melalui proses akupresur, titik-titik spesifik pada tubuh dipijat dengan tujuan merangsang sistem saraf dan mengurangi ketidaknyamanan yang terkait dengan mual dan muntah selama kehamilan. Pendekatan ini merupakan salah satu alternatif yang relatif aman dan dapat memberikan bantuan bagi ibu hamil yang mengalami masalah mual dan muntah, tanpa harus bergantung pada penggunaan obat-obatan yang berpotensi menimbulkan efek samping.

Analisa Bivariat

Penelitian Mariza (2019) dan hasil penelitian oleh Tanjung (2020) menyoroti pentingnya penggunaan Akupresur pada titik P6 terbukti efektif dalam mengurangi tingkat mual dan muntah pada ibu hamil pada Trimester I. Dalam penelitian Mariza, Sebuah nilai P-value sebesar 0.000 menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari terapi akupresur terhadap tingkat mual dan muntah pada ibu hamil (Ahmad, Pramono and Suryani, 2023).

Temuan yang serupa didukung oleh hasil penelitian Tanjung yang juga menunjukkan pengaruh signifikan dari Penerapan akupresur pada titik Perikardium 6 pada ibu hamil pada

Trimester I memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat keparahan mual dan muntah, dengan nilai p yang sangat rendah, yaitu 0.000 ($p < 0,05$).

Mual dan muntah yang timbul selama masa kehamilan., juga dikenal sebagai Nausea Vomiting in Pregnancy (NVP) Setiawati riswana dan Annisa Syafitri (2020), mempengaruhi sebagian besar wanita hamil, terjadi pada sekitar 50-80% dari populasi ibu hamil. Ketika rasa mual dan ingin muntah pada ibu hamil menjadi berlebihan, dapat menyebabkan kondisi yang lebih serius kondisi yang dikenal dengan istilah emesis gravidarum. (Sulistiari, Widyawati dan Rahayu, 2018).

Tanda dari emesis gravidarum mencakup muntah yang berlangsung secara terus-menerus, penurunan berat badan yang signifikan, serta tanda-tanda dehidrasi dan ketosis yang perlu mendapat perhatian medis yang lebih serius. Oleh karena itu, penemuan bahwa terapi akupresur pada titik P6 memiliki dampak signifikan dalam mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil menjadi hal yang penting dalam manajemen kesehatan kehamilan.

Terapi akupresur pada titik Pericardium 6 (P6) telah menjadi

pilihan yang populer Untuk meredakan gejala mual dan muntah yang dialami oleh ibu yang sedang hamil, terutama pada trimester pertama kehamilan. Teknik ini melibatkan tekanan pada titik spesifik pada pergelangan tangan tanpa menggunakan jarum, berdasarkan prinsip akupunktur (Tanjung, ; Wari and Antoni, 2020).

Berbagai penelitian menunjukkan menerapkan akupresur pada titik P6 terbukti efektif dalam mengurangi frekuensi dan tingkat keparahan mual serta muntah pada ibu yang sedang hamil. Salah satu teori terkait efektivitas akupresur adalah pelepasan hormon endorfin yang terjadi selama proses stimulasi. Hormon ini dapat memberikan efek positif terhadap perasaan senang dan relaksasi, membantu ibu hamil merasa lebih baik secara keseluruhan. (Solichatin et al., 2023).

Meskipun terapi akupresur ini menunjukkan manfaat yang signifikan, selalu bijaksana untuk berkonsultasi dengan profesional kesehatan sebelum mencoba teknik ini, terutama bagi ibu hamil. Mengingat setiap kehamilan memiliki kondisi yang unik, konsultasi dengan dokter dapat memberikan panduan yang lebih spesifik dan aman

dalam mengelola mual dan muntah selama kehamilan (Ani and M. Machfudloh, 2021).

Teknik akupresur pada titik P6, yang terletak di pergelangan tangan, diyakini memiliki dampak positif dalam mengurangi tingkat mual dan muntah pada ibu hamil, terutama selama trimester pertama kehamilan. Penelitian oleh Mariza (2019) dan Tanjung (2020) menyoroti hasil yang signifikan dari terapi akupresur pada titik P6 terhadap gejala mual dan muntah pada ibu hamil. Salah satu mekanisme yang mungkin terlibat adalah pelepasan endorfin, hormon alami yang dapat memberikan efek analgesik dan meredakan stres. Stimulasi titik P6 melalui akupresur dapat merangsang produksi endorfin, memberikan rasa senang dan relaksasi yang dapat membantu mengurangi ketidaknyamanan yang terkait dengan mual dan muntah selama kehamilan.

Sistem saraf autonom, yang mengendalikan fungsi tubuh yang tidak sadar, juga dapat terpengaruh oleh akupresur pada titik P6. Regulasi aktivitas saraf ini dapat mengurangi respons berlebihan terhadap stimulus yang memicu mual dan muntah. Selain itu, lokasi titik P6 yang berhubungan dengan saluran energi atau meridian

tubuh dalam tradisi akupunktur dianggap dapat mempengaruhi aliran energi dalam tubuh.

SIMPULAN

Penelitian menunjukkan bahwa tindakan akupresur pada titik pericardium 6 efektif dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama di Posyandu Mattirotappareng 1, Kecamatan Tempe, Kabupaten Wajo, Provinsi Sulawesi Selatan. Dapat dilihat dari penurunan yang signifikan dalam frekuensi kejadian mual dan muntah setelah terapi, dengan rata-rata menurun dari 9,0 menjadi 5,2 kali per hari. Dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$, terapi akupresur dinilai memiliki dampak yang bermakna. Oleh karena itu, bahwa penggunaan terapi akupresur pada titik pericardium 6 dapat dijadikan sebagai opsi pengobatan non-farmakologi yang efektif untuk mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil selama trimester awal kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, N., Pramono, J.S. and Suryani, H. (2023) 'Pengaruh Akupresur Titik Neigaun (P6) dan Inhalasi Aroma Terapi Citrus Lemon Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I', *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(2), pp. 145–156. Available at: <https://doi.org/10.33023/jikeb.v9i2.1686>.
- Ani, I.P. and Machfudloh (2021) 'Bhamada Mual Muntah Treatment for Pregnant Mothers To Relieve Nausea ', *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 12(2), pp. 20–26.
- Dinkes Sulsel. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2020.
- Mariza, A. *et al.* (2022) 'Pengaruh Akupressur terhadap Intensitas Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I', *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), pp. 2687–2696. Available at: <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i10.6514>.
- Masrurroh, R.I. (2016). Hubungan Antara Umur Ibu dan Gravida dengan Kejadian Emesis Gravidarum di RSUD Ambarawa Kabupaten Semarang. MUSWIL IPEMI Jateng, 204-211.
- Rizki Primadika, M. and Putriningrum, R. (2022) 'Perbandingan Efektifitas Akupressur Titik Pericardium 6 Dan Akupressur Titik Zusanli 36 Terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Bidan Nila Resti A, S.Tr.Keb', *Universitas Kusuma Husada Surakarta*, 2(2), pp. 1–11.
- Rudiyanti, N., Nurchairina, N. and Octaviana, A. (2021) 'Penerapan Terapi Komplementer Akupresur Oleh Kader Kesehatan Dalam Upaya Menurunkan Emesis Gravidarum', *Jurnal Pengabdian Kesehatan Beguai Jejama*, 2(3), pp. 86–90. Available at: <https://doi.org/10.26630/jpk.v2i3.112>.
- Solichatin *et al.* (2023) 'Pelatihan Akupresur Dengan Aromaterapi Lavender Untuk Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Pencegahan Kek (Kekurangan Energi Kronis)', *Jurnal Penamas Adi Buana*, 6(02), pp. 139–146. Available at: <https://doi.org/10.36456/penamas.vol6.no02.a6133>.
- Sulistiari, U., Widyawati, M.N. and Rahayu, D.L. (2018) 'Studi Literatur: Acupressure Pericardium Dan Aromatherapy Citrus Untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil', *Jurnal Kebidanan*, 8(2), p. 146. Available at: <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3744>.
- Tanjung, W.W., ; Wari, Y. and Antoni, A. (2020) 'Pengaruh Akupresur pada Titik Pericardium 6 terhadap Intensitas Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I', *Jurnal Education and development*, 8(4), pp. 265–270.

Zainiyah, Z. and Susantiyatus, E. (2022)
'Massage Counter Pressure Dan
Aroma Terapi Pappermint
Menurunkan Emesis
Gravidarum Di Poned
Puskkesmas Tanah Merah',
*JURNAL ILMIAH OBGIN:
Jurnal Ilmiah Ilmu ...* [Preprint].
Available at: [https://stikes-
nhm.e-
journal.id/JOB/article/view/751](https://stikes-nhm.e-journal.id/JOB/article/view/751).