

## PENGARUH TERAPI KOMPLEMENTER AKUPRESUR PADA TITIK P-6 TERHADAP MUAL DAN MUNTAH IBU HAMIL TRIMESTER I DI KLINIK PRATAMA SARI MUTIARA TANDEM

Friska Margareth Parapat<sup>1\*</sup>, Suci Nanda Resti Tarigan<sup>2</sup>, Eva Hotmaria Simanjuntak<sup>3</sup>

Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia<sup>1,2,3</sup>

\*Corresponding Author : chamidwifeparapat@gmail.com

### ABSTRAK

Berbagai keluhan dapat terjadi selama kehamilan, salah satunya adalah mual dan muntah pada awal trimester I. Mual dan muntah merupakan gejala yang wajar dan sering terjadi pada ibu di kehamilan trimester pertama. Kondisi fisiologis ini akan berubah menjadi patologi apabila tidak dilakukan perawatan dengan baik. Salah satu penatalaksanaan non farmakologis untuk mengurangi mual dan muntah yaitu dengan Akupresur pada titik perikardium 6 (P-6) selama 30 detik sampai 2 menit. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi komplementer Akupresur pada titik P-6 terhadap penurunan mual dan muntah ibu hamil trimester 1 di BPM Mariana. Instrumen pengumpulan data adalah kuesioner skor PUQE-24. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Only Design*. Sampel penelitian ini adalah sebanyak 30 orang yaitu 15 orang diberi intervensi dan 15 orang sebagai kontrol dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Berdasarkan hasil penelitian Uji *independent T-test*  $\rho=0,007 < \alpha=0,05$ , yaitu pada kelompok intervensi sebelum dilakukan akupresur rata-rata yaitu 8,20 dan pada kelompok kontrol yaitu 8,53. Setelah dilakukan akupresur, kelompok intervensi rata-rata derajat mual dan muntah yaitu 5,60 dan pada kelompok kontrol yaitu 7,53. Terjadi penurunan pada kelompok intervensi yaitu 2,60 dan pada kelompok kontrol yaitu 1,00. Hasil analisis uji statistik *Paired T-test* nilai  $\rho=0,000 < \alpha=0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak artinya ada pengaruh terapi komplementer Akupresur pada titik P-6 terhadap penurunan mual dan muntah ibu Hamil Trimester I. Ada Pengaruh terapi Akupresur pada titik P-6 terhadap penurunan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I di Klinik Pratama Sari Mutiara Tandem dengan  $p = 0,000$ .

**Kata kunci** : Terapi Komplementer, Mual dan Muntah, Akupresur P-6

### ABSTRACT

Various complaints can occur during pregnancy, one of which is nausea and vomiting at the beginning of the first trimester. Nausea and vomiting are normal symptoms and often occur in women in the first trimester of pregnancy. This physiological condition will turn into a pathology if it is not treated properly. One of the non-pharmacological treatments to reduce nausea and vomiting is by acupressure at the pericardium point 6 (P-6) for 30 seconds to 2 minutes. The purpose of this study was to determine the effect of complementary therapy of acupressure at point P-6 on reducing maternal nausea and vomiting. 1st trimester pregnant at BPM Mariana. The data collection instrument was the PUQE-24 score questionnaire. This type of research is a quantitative research with a quasi-experimental design with the *One Group Pretest-Posttest Only Design* approach. The sample of this research was 30 people, namely 15 people were given intervention and 15 people were controls using purposive sampling method. Based on the results of the independent *T-test*  $\rho=0.007 < \alpha=0.05$ , that is, in the intervention group before acupressure was performed the average was 8.20 and in the control group was 8.53. After acupressure was performed, the average degree of nausea and vomiting in the intervention group was 5.60 and that of the control group was 7.53. There was a decrease in the intervention group, namely 2.60 and in the control group, namely 1.00. The results of the statistical test analysis *Paired T-test* value  $\rho = 0.000 < \alpha = 0.05$ , so  $H_0$  is rejected, meaning that there is an effect of complementary acupressure therapy at point P-6 on reducing nausea and vomiting of pregnant women in the first trimester. There is an effect of acupressure therapy at point P -6 on reducing Nausea and Vomiting in the First Trimester of Pregnant Women at the Sari Mutiara Tandem Primary Clinic with  $p = 0.000$ .

**Keywords** : Complementary Therapy, Nausea and Vomiting, P-6 Acupressure

## PENDAHULUAN

*World Health Organization* (WHO) menjelaskan pengertian dalam kehamilan atau pregnancy adalah proses sembilan bulan atau lebih di mana seorang perempuan membawa embrio dan janin yang sedang berkembang di dalam uterus (Vanya Karunia Mulia Putri, 2020). Kehamilan merupakan proses fisiologis alamiah tetapi namun memiliki resiko, maka dari itu, asuhan kehamilan yang diberikan sebagian besar merupakan asuhan yang bersifat intervensi. Bidan harus memfasilitasi proses alamiah dari kehamilan untuk mencegah timbulnya resiko komplikasi kehamilan.(Hasliani,Haslan, 2020)

Kehamilan menimbulkan keluhan yang akan dialami oleh ibu hamil, salah satunya adalah emesis(mual) dan gravidarum(muntah). Mual dan muntah merupakan akibat dari perubahan sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan karena meningkatnya hormom HCG (*Human Chorionic Gonadotropine*).mual dan muntah merupakan suatu keluhan

yang umum dari hampir 50-80% wanita hamil (Zaen and Ramadani, 2019). Mual dan muntah biasanya dimulai pada minggu pertama kehamilan dan berakhir pada bulan keempat dan apabila tidak ditangani dengan benar maka akan berlangsung lama sepanjang kehamilan (Dhini and Rofika, 2018). dan, sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah yang berkelanjutan sehingga mengganggu aktifitas dan menyebabkan terganggunya keseimbangan elektrolit akibat kekurangan cairan.(Dhini and Rofika, 2018).

Hiperemis Gravidarum terjadi di seluruh dunia dengan angka kejadian beragam mulai dari di Indonesia sebesar 1-3%, di Swedia sebesar 0,3%, di California sebesar 0,5%, di Canada sebesar 0,8%, Di Amerika Serika sebesar 0,5 – 2%., di Norwegia sebesar 0,9%, di Pakistan sebesar 2,2%, di Turki sebesar 1,9%. Dan prevalensi mual dan muntah terbesar yaitu di China sebesar 10,8% (Oktavia, 2016). Kejadian mual dan muntah di Indonesia adalah mulai dari 1-3% dari seluruh kehamilan (Harahap *et al.*, 2020), salah satunya yaitu di Propinsi Jawa Timur pada tahun 2016 sebesar 10-15% dari jumlah ibu hamil yang ada sebanyak 183.645 orang. (Oktavia, 2016), di Surabaya sebesar 24% dan di Jawa Barat sebesar 13%, di Sulawesi Selatan pada tahun 2018 sebanyak 62,99%.dan Provinsi Aceh (9,1%). Sedangkan data mual muntah pada ibu hamil di Provinsi Sumatera Utara, berdasarkan hasil data tingkat pusat, sebanyak 59%.dan untuk Di Kota Medan, angka hiperemesis Gravidarum masih mencapai 35% (Hulu, Nababan and Manurung, 2022). Dari hasil laporan Dinas Kesehatan kota Medan pada tahun 2018 terdapat 206 wanita hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah dari seluruh jumlah ibu hamil trimester pertama yaitu 465 orang (Tanjung and Nasution, 2021) .

Penatalaksanaan mual dan muntah pada kehamilan tergantung pada berat atau ringanya gejala, pengobatannya terdiri atas terapi farmakologi dan nonfarmakologi atau pengobatan komplementer(Tanjung and Nasution, 2021). Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian antimietik, antihistamin, dan kortikosteroid. Terapi non farmakologi dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional,dan terapi koplementer salah satu dari terapi komplementer. Terapi komplementer *Akupresur* adalah pengobatan yang di anjurkan oleh Cina di titik Perikardium atau P6 "*Accupunctur in Clinical Practice*" yang dinyatakan bahwa stimulus pada titik P6 merupakan titik penting yang diberikan akupresur pada klien dengan hiperemesis. Efek stimulasi pada titik tersebut mampu meningkatkan pelepasan *beta-endorphin* di *hipofise* dan *adrenocortikotropik* (ACTH) sepanjang *chemoreceptor trigger zone* (CTZ) yang dapat menghambat pusat muntah. (Rufaida *et al.*, 2018). Akupresur pada perikardium 6 (P6) adalah sebuah tindakan untuk mengurangi atau menurunkan rasa mual dan muntah pada kehamilan yang dilakukan dengan cara penekanan pada titik tubuh diperikardium 6 atau tiga jari di bawah pergelangan tangan..

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di wilayah Kerja Di Praktek Mandiri Bidan Sidoarjo diperoleh bahwa jumlah ibu hamil dengan usia kehamilan trimester I-

II yang mengalami mual dan muntah yaitu sebanyak 22 ibu hamil. Hasil penelitian Nanik Handayani dan Khariyatul Afiyah (2019) menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I-II sebelum intervensi selama 1 hari/24 jam tanpa terapi akupresur dan anti emesis/vitamin derajat mual dan muntah dengan menggunakan skor PUQE yaitu 8.00 pada kelompok intervensi dan 7.00 pada kelompok control dan setelah diperlakukan terapi akupresur pada titik P-6 dan antiemesis/vitamin pada titik P-6 satu kali sehari selama 2 menit selama 7 hari yaitu 5.00 pada kelompok intervensi dan 6.63 pada kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan selisih rata-rata frekuensi mual muntah antara sebelum dan sesudah dilakukan akupresur pada kelompok intervensi yaitu 2,21 dan selisih pada kelompok control 1,18.

Stimulasi pada P-6 telah banyak dipelajari untuk tujuan mengetahui keefektifan stimulasi titik tersebut dalam menurunkan mual dan muntah. Akupresur aman dilakukan sendiri walaupun belum pernah melakukannya sebelumnya asalkan mengikuti petunjuk yang ada. Tidak ada efek samping, tidak menimbulkan bahaya karena tidak menggunakan bahan kimia sehingga diyakini tidak terdapat efek negatif pada ibu maupun bayinya (Nanik Handayani dan Khariyatul Afiyah, 2019). Dari hasil penjelasan tersebut ada beberapa hasil penelitian lainnya yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh pijat Akupresur pada P-6 terhadap penurunan mual muntah pada Ibu Hamil yaitu penelitian yang dilakukan oleh Zaen and Ramadani (2019). menjelaskan terdapat Penurunan yang signifikan frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah Pijat Akupresur pada ibu hamil trimester I.

Berdasarkan pengamatan peneliti, akupresur belum pernah diaplikasikan untuk mengatasi mual muntah ibu hamil primigravida trimester satu di Klinik Pratama Sari Mutiara Tandem peneliti juga belum pernah menemukan data penelitian yang dilakukan untuk menguji pengaruh akupresur untuk mengatasi mual muntah di BPM Mariana, serta berdasarkan hasil wawancara terhadap ibu hamil mereka belum mengetahui tentang terapi komplementer akupresur pada titik P-6.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Pengaruh terapi komplementer Akupresur pada titik P-6 terhadap penurunan mual dan muntah ibu hamil trimester I di BPM Mariana.

## METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian *Quasy-Experiment* dengan pendekatan *pre post test control group design*. Dimana penelitian ini akan menggunakan dua kelompok intervensi dan control, dimana dalam rancangan ini, kelompok intervensi diberikan perlakuan akupresur pada titik perikardium 6, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Populasinya adalah seluruh ibu hamil yang mengalami mual dan muntah yaitu sebanyak 30 ibu hamil pada trimester I dengan keluhan mual dan muntah di Klinik Pratama Sari Mutiara Tandem sebanyak 30 ibu hamil. Pada kelompok perlakuan dilakukan akupresur dengan menggunakan ibu jari pada titik perikardium 6 yang terletak 3 jari di atas pergelangan tangan yang segaris dengan jari tengah yang dilakukan selama 3 hari setiap pagi dengan durasi 3-5 menit atau sampai mual berkurang, setelah itu diukur kembali tingkat mualnya kedua kelompok diawali dengan *pre-test* dan setelah pemberian perlakuan pada kelompok intervensi, dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) derajat mual muntah dengan menggunakan *Score Pregnancy Unique Quantification of Emesis and or Nausea Scoring System* (PUQE)

**Tabel 1. Pregnancy Unique Quantification of Emesis and or Nausea Scoring System**

Dalam 24 jam terakhir berapa lama(jam) Anda merasa mual atau tidak nyaman pada perut?	Tidak sama Sekali	1jam atau kurang	atau 2-3 jam	4-6 jam	> 6 jam
---	-------------------	------------------	--------------	---------	---------

SCORE	1	2	3	4	5
Dalam 24 jam terakhir apakah Anda muntah - muntah?	Tidak	1-2 kali	3-4 kali	5-6 kali	>7 kali
SCORE	1	2	3	4	5
Dalam 24 jam terakhir, berapa Banyak kali anda merasa ada dorongaan 3 untuk muntah tanpa ada yang dimuntahkan?	Tidak pernah	1-2 kali	3-4 kali	5-6 kali	>7 kali
SCORE	1	2	3	4	5

**Interpretasi Hasil:**

PUQE skor antara 4-6: Derajat ringan

PUQE skor antara 7-12: Derajat sedang

PUQE skor  $\geq$  13: Derajat berat**Tabel 2. Rancang Penelitian *Quasy-Experiment***

Subjek	Pre test	Perlakuan	Post Test
K-I	O	X	O1-I
K-K	O	-	O1-K
	<i>Time 1</i>	<i>Time 2</i>	<i>Time 3</i>

**Keterangan:**

K-1 : Kelompok intervensi

K-K : Kelompok kontrol

O : Observasi mual dan muntah sebelum intervensi

X : Intervensi (Akupresur)

O1-I : Observasi mual dan muntah kelompok intervensi

O1-K : Observasi mual dan muntah kelompok kontrol

**HASIL****Analisis Univariat****Tabel 3 Karakteristik Demografi Responden di BPM Mariana**

Karakteristik	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	F	%	F	%
<b>Umur</b>				
<20 tahun	2	13,3	2	13,3
20-30 tahun	11	73,3	11	73,3
>30 tahun	2	13,3	2	13,3
<b>Pendidikan</b>				
SD	2	13,3	1	6,7
SMP	3	20,0	1	6,7
SMA	8	53,3	10	66,7
SARJANA	2	13,3	3	20,0
<b>Pekerjaan</b>				
IRT	8	53,3	5	33,3
Swasta	2	13,3	2	13,3
PNS	3	20,0	6	40,0
Guru	2	13,3	2	13,3
<b>Paritas</b>				
Primipara	11	73,3	13	86,7
Multipara	4	26,7	12	13,4
Grandmultipara	0	0	0	100,0
<b>Kehamilan Direncanakan</b>				
Iya	15	100,0	15	100,0

Tidak	0	0	0	0
-------	---	---	---	---

Berdasarkan tabel 3. Pada usia yang memiliki responden terbanyak yaitu umur ibu hamil trimester I 20-30 tahun (73.3%). Pendidikan terakhir ibu hamil Trimester I lebih banyak pada tingkat SMA 8 orang (53.3%) di bandingkan responden dengan tingkat SD ada 2 orang (13.3 %). Pekerjaan Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebanyak (53.3%) sedangkan responden yang paling sedikit pada pekerjaan sebagai karyawan swasta (13.3%) dan sebagai Guru ( 13.3%). Ibu primipara lebih banyak sejumlah 73.3% dan multipara (26.7%).  
 Mual dan muntah pada kelompok Intervensi dan Kontrol

**Tabel 4 Distribusi frekuensi dan persentase Mual dan Muntah pada kelompok intervensi dan Kelompok Kontrol di BPM Mariana**

Kelompok Intervensi	Pre-test		Post Test	
	f	%	f	%
<b>Ringan</b>	<b>3</b>	<b>20,0</b>	<b>10</b>	<b>66,7</b>
<b>Sedang</b>	<b>11</b>	<b>73,3</b>	<b>5</b>	<b>33.3</b>
<b>Berat</b>	<b>1</b>	<b>100,0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

  

Kelompok Intervensi	Pre-test		Post Test	
	f	%	f	%
<b>Ringan</b>	<b>2</b>	<b>13,3</b>	<b>5</b>	<b>33,3</b>
<b>Sedang</b>	<b>12</b>	<b>80.0</b>	<b>10</b>	<b>66.7</b>
<b>Berat</b>	<b>1</b>	<b>6,7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Berdasarberdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa pada kelompok intervensi, sebelum diberikan terapi akupresur pada titik p-6 didapatkan Score mual dan muntah sedang mayoritas terbanyak yaitu 11 orang (73,3%), dan setelah diberikan terapi akupresur pada titik P-6 didapatkan mayoritas kategori sedang yaitu 5 orang (33,3%). Sedangkan pada kelompok kontrol, sebelum periode intervensi didapatkan mayoritas score mual dan muntah sedang yaitu 12 orang (80,0%), dan setelah periode intervensi didapatkan mayoritas kategori Sedang yaitu 10 orang (66,7%)

**Analisis Bivariat**

**Tabel 5 Distribusi derajat mual dan muntah pada kelompok Intervensi dan kelompok kontrol sebelum dilakukan akupresur di BPM Mariana**

Kelompok	Score Mual dan Muntah					
	N	Mean	Median	MIN	MAX	SD
Intervensi	15	8,20	8,00	5	13	2,077
Kontrol	15	8,53	8,00	5	14	2,167

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan derajat mual dan muntah dengan menggunakan skor PUQE, dimana sebelum dilakukan akupresur pada kelompok intervensi rata-rata didapatkan 8,20 yang merupakan derajat sedang dengan nilai SD 2,077. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata didapatkan 8,53 yang juga merupakan derajat sedang dengan nilai SD 2,167

**Tabel 6 Distribusi derajat mual dan muntah pada kelompok Intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan akupresur di BPM Mariana**

Kelompok	Score Mual dan Muntah					
	N	Mean	Median	MIN	MAX	SD
Intervensi	15	5,60	5,00	3	9	1,765
Kontrol	15	7,53	7,00	5	12	1,885
P value	,007					

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan derajat mual dan muntah dengan menggunakan skor PUQE, dimana setelah dilakukan akupresur pada kelompok intervensi rata-rata didapatkan 5,60 merupakan derajat ringan dengan nilai SD 1,765. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata didapatkan 7,53 yaitu derajat sedang dengan nilai SD 1,885.

Berdasarkan uji *Independent T-test* untuk membedakan derajat mual dan muntah dengan menggunakan skor PUQE, dimana setelah dilakukan tindakan akupresur pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan nilai  $\rho = 0,007$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti  $\rho < \alpha$ , artinya terdapat perbedaan yang bermakna skor PUQE antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan tindakan terapi akupresur pada titik P-6.

**Tabel 5 Perbedaan derajat mual dan muntah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan setelah dilakukan akupresur pada titik P-6 di BPM Mariana**

Hasil	Pre-Test			Post-Test			p value
	N	Mean	SD	N	Mean	SD	
Kelompok Intervensi	15	8,20	2,077	15	5,60	1,765	,000
Kelompok Kontrol	15	8,53	2,167	15	7,53	1,885	,000

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan derajat mual dan muntah dengan menggunakan skor PUQE, dimana dari 15 responden kelompok intervensi didapatkan hasil rata-rata sebelum dilakukan tindakan terapi akupresur yaitu kategori sedang (8,20) dengan nilai SD 2,077. Sedangkan rata-rata setelah dilakukan tindakan akupresur pada kelompok intervensi yaitu kategori derajat ringan(5,60) dengan nilai SD 1,765. Berdasarkan 15 responden kelompok kontrol didapatkan hasil rata-rata pre test yaitu kategori derajat sedang (8,53) dengan nilai SD 2,167. Sedangkan rata-rata post test kategori sedang (7,53) dengan nilai SD 1,885.

Pada kelompok kontrol juga terjadi penurunan tetapi tidak bermakna karena hanya menurun nilai 1,00 yaitu dari 8,53 menjadi 7,53. Sedangkan pada kelompok perlakuan terdapat penurunan yg bermakna yaitu 2,60 dari 8,20 menjadi 5.60.

Berdasarkan uji *Paired T-test* pada kelompok intervensi didapatkan nilai  $\rho = 0,000$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti  $\rho < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak, artinya adanya pengaruh terapi akupresur pada titik P-6 terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Klinik Sari Mutiara Tandem. Sedangkan pada kelompok kontrol juga didapatkan nilai  $\rho = 0,000$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti *juga* ada pengaruh pada mual dan muntah kelompok kontrol karena tidak diberikan tindakan, akan tetapi untuk penurunnya lebih besar dari kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

### Tingkat mual dan muntah sebelum dilakukan tindakan akupresur

Pada saat masa kehamilan ibu hamil dapat mengalami berbagai masalah atau keluhan seperti halnya mual dan muntah yang sering dialaminya, tingkat mual dan muntah pada setiap ibu hamil berbeda-beda, Mual dan muntah pada kehamilan merupakan reaksi tubuh ibu terhadap perubahan yang terjadi akibat kehamilan. Kehamilan mempengaruhi sistem tubuh, baik secara hormonal, fisik, maupun psikologis. Mual dan muntah biasanya timbul sejak usia gestasi 5 minggu, dan mencapai puncak pada gestasi 8-12 minggu serta berakhir pada usia gestasi 16-18 minggu..

Pengukuran derajat mual dan muntah dapat dilakukan dengan menggunakan skor PUQE-24 pada 15 kelompok kontrol dan 15 kelompok intervensi dimana sebelum dilakukan akupresur pada kelompok intervensi rata-rata didapatkan 8,20 dan kelompok kontrol rata-rata didapatkan

8,53. Dilihat dari PUQE pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan derajat mual dan muntah yang dialami ibu hamil trimester I di Klinik Pratama Sari Mutiara Tandem derajat sedang. Derajat sedang mual dan muntah pada ibu hamil ditandai dengan ibu tampak lemah, berat badan turun, keluhan mual dan muntah muncul setiap saat dimana ibu mengeluhkan mual dan muntahnya mengganggu dan ibu hamil akan merasakan dehidrasi ringan (Nanik and Handayani dan Khariyatul Afiyah, 2019).

Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan seorang wanita, dimana proses ini akan menyebabkan terjadinya beberapa perubahan seperti perubahan fisik dan mental. Proses kehamilan yang normal terjadi selama 40 minggu, dimana kehamilan biasanya terbagi ke dalam 3 fase atau yang lebih dikenal dengan sebutan trimester. Mual muntah merupakan gangguan yang paling sering ditemui pada kehamilan trimester I, yaitu pada minggu 1 sampai minggu ke 12 selama masa kehamilan. Mual muntah biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari. (Runiari, 2010; Manuaba, 2014).

Mual muntah yang terjadi pada kehamilan yang disebabkan oleh perubahan dalam sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar Human Chorionic Gonadotropin (hCG), kebanyakan perempuan yang mengalami gejala mual dan muntah pada usia kehamilan 8-12 minggu dan semakin berkurang secara bertahap hingga akhirnya berhenti pada usia kehamilan 16 minggu kehamilan (Tiran, 2009).

Terapi Akupresur merupakan pengobatan tradisional Tiongkok yang diterapkan ke berbagai titik di tubuh untuk meredakan penyakit atau menyebabkan relaksasi. Akupresur terhadap Mual dan Muntah menggunakan titik P-6 akupresur sebagai metode asli dalam pengobatan mual dan muntah kehamilan yang dapat mengurangi risiko obat anti-mual selama Trimester I. Diharapkan terapi akupresur dapat diajarkan kepada ibu Hamil Trimester I yang mengeluh mual dan muntah dalam bentuk pamflet dan majalah kesehatan. Pengobatan untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil dapat dilakukan dengan terapi secara farmakologi dan non farmakologi (Santi, 2013).

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada perbedaan statistik yang signifikan pada data dasar antara kelompok studi dan kelompok kontrol yang berkaitan dengan usia, pendidikan, pekerjaan, dan status perkawinan yang menunjukkan homogenitas sampel. Namun, mengenai frekuensi mual dan muntah, hasil penelitian menunjukkan penurunan signifikan frekuensi mual dan muntah yang pada penelitian kelompok setelah 7 hari pengobatan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian ini menyimpulkan bahwa akupresur pada titik (P6) efektif dalam mengurangi keparahan dan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil. Hal ini sesuai dengan keunggulan Akupresur sebagai sederhana dan non-invasif teknik tanpa efek samping pada hamil wanita dan janinnya.

### **Derajat mual dan muntah setelah dilakukan tindakan akupresur**

Hasil penelitian pada ibu hamil trimester I di Klinik Pratama Sari Mutiara Tandem yaitu setelah diberikan tindakan akupresur pada titik P-6 yang mengalami rata-rata penurunan mual dan muntah adalah kelompok intervensi. dimana setelah dilakukan akupresur dari 15 responden pada kelompok intervensi rata-rata didapatkan 5,60 yang merupakan kategori derajat ringan. Sedangkan dari 15 responden kelompok kontrol rata-rata didapatkan 7,53 merupakan derajat sedang. Pada ke 2 kelompok yang mengalami penurunan tingkat mual muntah yaitu pada kelompok perlakuan penurunannya bermakna yaitu menurun sebesar 2,6 sedangkan pada kelompok kontrol penurunannya tidak bermakna hanya terjadi skor PUQE 1.0

Berdasarkan Penurunan mual dan muntah yang terjadi pada kelompok intervensi selain di lakukannya pijat akupresur pada titik p-6 ibu hamil juga dianjurkan tetap rileks saat akan atau

sedang di lakukanya pemijatan, melakukan pemijatan ringan agar tidak terjadinya cedera, lakukan akupresur 3-5 menit dijeda selama 30 detik dan lakukan kembali hingga mual dan muntah berkurang dan selanjutnya mengajarkan ibu cara melakukan akupresur dan ibu juga di berikan obat untuk mengurangi mual dan muntah

Sedangkan pada kelompok control hanya saja tidak diberikan akupresur akan tetapi ibu tersebut di berikan Vit B6 dan B Com untuk mengurangin mual dan muntah. Serta setiap kelompok juga di berikan edukasi kesehatan tentang cara mengatasi dan mengurangi mual dan muntah.

### **Pengaruh akupresur pada titik P-6 terhadap penurunan mual dan muntah ibu hamil trimester I di BPM Mariana**

Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% terjadi pada multigravida (Nanik and Handayani dan Khariyatul Afiyah, 2019). Penatalaksanaan mual muntah pada kehamilan terdiri atas farmakologi dan nonfarmakologi atau pengobatan komplementer. Penanganan non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu Herbal contohnya yaitu Air sereh hangat, Aroma terapi contohnya lemon, Aroma trapi blanded peppermint Aroma trapi ginger oil dan lainnya, Akupuntur dan Akupresur (Eka dkk, 2019).

Salah satunya Akupresur pada titik p-6 cara kerjanya menstimulasi system regulasi serta mengaktifkan mekanisme endokrin dan neurologi, yang merupakan mekanisme fisiologi dalam mempertahankan keseimbangan, penekanan secara manual pada P6 pada daerah pergelangan tangan yaitu 3 jari dari derah distal pergelangan tangan atau dua tendon selama 2 menit.(Tanjung and Nasution, 2021). Penatalaksanaan Pengobatan secara marfakologi yaitu pemberian Vitamin B komplek dosis 3x1 dan itamin B6 dengan dosis 3x1 sebagai vitamin dan anti mual (Wulanthari, 2020) . melakukan Konseling Kesehatan Ibu hamil untuk mengurangi mual dan muntah yaitu Cukupi kebutuhan cairan, Mencukupi kebutuhan makanan, Sibukan diri pada hal yang disukai, Istirahat yang cukup dan hindari stres dan tetap menganjurkan ibu untuk melakukan pemeriksaat rutin.

Sejalan dengan beberapa penelitian yang dilakukan terhadap penerapan pengaruh akupresur pada titik p-6 salah satunya penelitian dari Mariza and Ayuningtias, (2019) yang berjudul Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 yang menunjukkan mual dan muntah sebelum diberi intervensi Mean 10.53, sesudah diberi akupresur Mean 7.30 Hasil uji statistik didapatkan nilai P-value = 0.000 artinya terdapat Pengaruh pemberian akupresure titik p6 terhadap mual dan muntah pada ibu hamil TM I di BPM Wirahayu Panjang Tahun 2018. Akupresur menstimulasi system regulasi serta mengaktifkan mekanisme endokrin dan neurologi, dengan cara merangsang kerja hipotalamus untuk mengeluarkan zat endorphin yang memberikan rasa rileks(Mariza and Ayuningtias, 2019)

Dari hasil 15 responden kelompok intervensi didapatkan setelah diberikan tindakan akupresur mengalami penurunan hasil rata-rata derajat mual dan muntah yang signifikan yaitu yang mulanya 8,20 merupakan derajat sedang menjadi 5,60 merupakan derajat ringan dengan selisih 2,60 nilai SD 0,312. sedangkan dari hasil 15 responden kelompok kontrol didapatkan hasil rata-rata sebelum intervensi yaitu 8,53 merupakan derajat sedang setelah intervensi yaitu 7,53 merupakan derajat sedang dengan selisih sebelum dan setelah tindakan akupresur yaitu 1,00; nilai SD 0,282. Dapat disimpulkan terdapat perbedaan derajat mual dan muntah sesudah perlakuan yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang dilihat dari penurunan derajat sedang ke ringan untuk kelompok intervensi dan derajat sedang ke sedang dari kelompok control. Berdasarkan uji *Independent T-test* untuk melihat adanya selisih skor PUQE sebelum dan setelah dilakukan tindakan akupresur pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan nilai  $\rho = 0,000$  dan nilai  $\alpha = 0,007$  berarti  $\rho < \alpha$ , artinya terdapat



selisih yang bermakna skor PUQE antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan setelah dilakukan tindakan akupresur.

Berdasarkan uji *Paired T-test* pada kelompok intervensi didapatkan nilai  $\rho = 0,000$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti  $\rho < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak, artinya adanya pengaruh akupresur pada titik p-6 terhadap penurunan mual dan muntah ibu hamil trimester I di Klinik Pratama Sari Mutiara Tandem. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai  $\rho = 0,000$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti juga ada pengaruh. Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Nanik Handayani, dan Khairiyatul Afiyah dengan judul Pengaruh akupresur terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil di praktek mandiri bidan sidoarjo. Dalam penelitian ini didapatkan hasil akupresur perikardium 6 dapat menurunkan mual muntah pada kehamilan

Berdasarkan Penurunan mual dan muntah yang terjadi pada kelompok intervensi selain di lakukannya pijat akupresur pada titik p-6 ibu hamil juga dianjurkan tetap rileks saat, akan atau sedang di lakukannya pemijatan, melakukan pemijatan ringan agar tidak terjadinya cedera, lakukan akupresur 3-5 menit dijeda selama 30 detik dan lakukan kembali hingga mual dan muntah berkurang dan selanjutnya mengajarkan responden cara melakukan akupresur agar responden bisa mengaplikasikannya sendiri dirumah pada saat mengalami mual dan muntah dan ibu juga di berikan obat untuk mengurangi mual dan muntah, Sedangkan pada kelompok control hanya saja tidak diberikan akupresur akan tetapi ibu tersebut di berikan anti mual untuk mengurangin mual dan muntah.

Serta semua responden juga diberikan edukasi kesehatan tentang cara mengatasi dan mengurangi mual dan muntah pada kehamilan yaitu dengan cara menganjurkan makan dengan jumlah kecil tetapi lebih sering, anjurkan minum teh hangat dan biskuit, roti kering, selain itu ibu juga diharapkan untuk tidak mengkonsumsi susu secara berlebih ataupun makanan yang mengandung lemak, karena akan meningkatkan rangasangan muntah. Selain itu penanganan dengan memberikan pijatan akupresur pada titik P6 sangat efektif, ibu hanya perlu menekan bagian 3 jari dibawah pergelangan tangan, dengan cara ibu dianjurkan untuk duduk, atau berbaring dengan posisi senyaman mungkin, ibu dapat mengulang kembali jika ibu merasa nyaman dan rileks(Wiwi dkk, 2020) Akupresur menstimulasi system regulasi serta mengaktifkan mekanisme endokrin dan neurologi, dengan cara merangsang kerja hipotalamus untuk mengeluarkan zat endorphin yang memberikan rasa rileks(Mariza and Ayuningtias, 2019)

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian akupresure pada titik P-6 dapat dikategorikan sebagai intervensi yang aman dan cukup efektif dalam mengurangi mual muntah pada masa kehamilan., maka berdasarkan hal tersebut hasil penelitian mengenai Pengaruh terapi Akupresur pada titik P-6 terhadap penurunan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I di Klinik Pratama Sari Mutiara Tandem maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Dari hasil analisis diperoleh nilai derajat mual dan muntah ibu hamil trimester I pada kelompok intervensi sebagian besar nilainya sebelum intervensi derajat sedang yaitu 8,20, sedangkan sesudah intervensi dengan kategori derajat ringan yaitu 5,60 dengan selisih 2,60 dengan nilai SD yaitu 0,312. Dari hasil analisis diperoleh nilai derajat mual dan muntah pada kelompok kontrol sebagian besar derajat mual dan muntah ssbelum intervensi yaitu sedang dengan nilai 8,53, sedangkan intervensi dengan kategori sedang dengan nilai 7,53 dengan selisih 1,00; dengan nilai SD yaitu 0,282. Berdasarkan uji *Independent T-test* terdapat perbedaan derajat mual dan muntah dengan menggunakan skor PUQE, dimana setelah dilakukan tindakan akupresur pada kelompok intervensi dan kelompok control didapatkan nilai  $\rho = 0,007$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti  $\rho < \alpha$ , artinya terdapat perbedaan yang bermakna skor PUQE antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan tindakan terapi akupresur pada titik P-6. Ada Pengaruh

terapi Akupresur pada titik P-6 terhadap penurunan Mual dan Muntah Ibu Hamil Trimester I Klinik Pratama Sari Mutiara Tandem dengan  $p = 0,000$ .

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada kedua orang tua atas dukungan dan kasih sayang yang selalu diberikan selama proses penulisan jurnal ini. Dengan dukungan dari orang tua, saya tidak akan bisa mencapai pencapaian ini. Terima kasih atas semua pengorbanan, doa, dan semangat yang kalian berikan. Harapan saya dari hasil dari penulisan ini dapat membanggakan kalian dan membawa kebahagiaan bagi kita semua.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggi, P. (2020) 'Efektivitas Akupresur Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Kelurahan Jati Karya Kecamatan Binjai Utara Kota Binjai'.
- Ani, I. P., & Machfudloh, M. (2021). Literature Review: Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 12(2), 20-26.
- Dhini and Rofika (2018) 'Pengaruh Pemberian Terapi Aroma Jeruk Terhadap Intensitas Rasa Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Dhini', 2(1), pp. 58–65.
- Education, J. (2020) 'Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil', 8(4), pp. 265–270.
- Eka, D., Rumiati, E. and Widyastutik, D. (2019) 'Terapi Komplementer Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Tahun 2018', *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), p. 96. doi: 10.36419/jkebin.v10i1.248. journal.ipts.ac.id pertama kali diindeks oleh Google pada January 2018.
- Harahap, R. F. et al. (2020) 'Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Terhadap Penurunan Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I The Effect of Ginger Stewing Water on Decreasing Nausea and Vomiting in First Trimester Pregnant Women'.
- Haslan, H. (2020) *Asuhan Kebidanan Kehamilan Terintegrasi*. Edited by R. Aminah. Solok: CV Insan Cendekia Mandiri
- Hidayah, N. and Nisak, R. (2018) *Buku Ajar Terapi Komplementer untuk Mahasiswa Keperawatan (Evidence Based Practice)*, Samudera Biru.
- Hulu, M., Nababan, D. and Manurung, J. (2022) 'Factors That Influence Hyperemesis Gravidarum', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 8(2), pp. 297–315. doi: 10.33024/jkm.v8i2.5734. sss
- Mariza, A. and Ayuningtias, L. (2019) 'Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1', 13(3), pp. 218–224.
- Mudlikah, S. and Ningrum, N. I. (2019) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Mual Muntah Kehamilan dengan Waktu Mual', *Jurnal Kebidanan*, 5(April), pp. 1–6.
- Nanik and Handayani dan Khariyatul Afiyah (2019) 'PENGARUH', XI(2).
- Nasution, N. S. (2019) 'Pengaruh akuprsur dalam penurunan frekuensi emesis gravidarum pada primigravida trimester I', *Skripsi*, pp. 7–37. Available at: <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/24177>.
- Oktavia, L. (2016) 'Kejadian Hiperemesis Gravidarum Ditinjau dari Jarak Kehamilan dan Paritas', *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), pp. 41–46. doi: 10.30604/jika.v1i2.19
- Rufaida, Z. et al. (2018) *Terapi Komplementer*. sss
- Somoyani, N. K. (2018) 'Literature Review: Terapi Komplementer untuk Mengurangi Mual Muntah pada Masa Kehamilan', *Jurnal Ilmiah kebidanan*, 8(1), pp. 10–17.

- Tanjung, W. W. and Nasution, E. Y. (2021) 'Akupresur Titik Perikardium 6 pada Ibu Hamil Trimester I', 3(1), pp. 100–103. sss
- Vanya Karunia Mulia Putri (2020) *Pengertian Kehamilan dan Tanda Kehamilan yang Sehat*, *Compas.com*. Available at:  
<https://www.kompas.com/skola/read/2020/11/10/120000569/pengertian-kehamilan-dan-tanda-kehamilan-yang-sehat?page=all>. Sss.
- Wiwidkk (2020) 'Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil', 8(4), pp. 265–270. sss
- Wulanthari (2020) *Mual dan Muntah pada Ibu Hamil*, *Hermna Suka Bumi*. Available at:  
<https://www.herminahospitals.com/id/articles/mual-dan-muntah-pada-ibu-hamil.html>  
(Accessed: 24 September 2022)
- Zaen, N. L. and Ramadani, D. (2019) 'Pengaruh Pijat Akupresur terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019', pp. 414–42 sss