



Pengaruh *Self* Terapi Akupresur *Pericardium 6* (PC 6) Oleh Ibu Hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang

Nur Rizka Mardhatillah Halik^{1*}, Tavip Dwi Wahyuni², Asworoningrum Yulindahwati³

^{1,3}Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang, Indonesia

²Program Studi Sarjana Promosi Kesehatan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang, Indonesia

Email : nurrizka.mardhatillah0708@gmail.com^{1*}

Alamat: Jl. Besar Ijen No.77C, Oro-oro Dowo, Kec. Klojen, Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65119

*Penulis Korespondensi

Abstract. *Symptoms of nausea and vomiting (emesis gravidarum) are common complaints in the early trimester. However, if it continues without treatment, this condition can develop into hyperemesis gravidarum which risks causing nutritional deficiencies in the mother and inhibiting fetal growth. (Intrauterine Growth Retardation /IUGR). Treatment can be done non-pharmacologically with acupressure. Neiguan point (pericardium 6) is considered useful to reduce nausea and vomiting. This study aims to determine the effect of self-acupressure therapy pericardium 6 by pregnant women on Nausea and Vomiting of Pregnancy (NVP). The research design used a pre-experiment with a one group pretest-posttest design without control group. The sampling technique used simple random sampling with a sample of 38 pregnant women Trimester I K1 who experienced nausea and vomiting, no history of gastritis. Data collection using the Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE-24) observation sheet The results of statistical tests using the Wilcoxon Signed Rank Test showed the p value was (0.000). The research hypothesis proposed is an alternative hypothesis, where $H_a = p < 0.05$, meaning that there is an effect of self-acupressure therapy pericardium 6 (PC 6) by pregnant women on Nausea and Vomiting of Pregnancy (NVP) at TPMB Yulis Indriana Malang City. Pericardium 6 acupressure is considered effective and safe for pregnant women.*

Keywords: *Acupressure; Nausea and Vomiting; Pregnancy; Self; Treatment.*

Abstrak. Gejala mual dan muntah (*emesis gravidarum*) merupakan keluhan umum pada trimester awal. Namun, jika berlanjut tanpa penanganan, kondisi ini dapat berkembang menjadi *hyperemesis gravidarum* yang berisiko menyebabkan defisiensi nutrisi pada ibu dan menghambat pertumbuhan janin (*Intrauterine Growth Retardation/IUGR*). Pengobatan mual muntah pada ibu hamil dapat dilakukan secara non farmakologi yaitu akupresur. Titik *neiguan* (*pericardium 6*) dinilai bermanfaat untuk mengurangi mual muntah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self terapi akupresur *pericardium 6* oleh ibu hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP). Desain penelitian menggunakan pra eksperimen dengan rancangan *one grup pretest-posttest design without control grup*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan sampel 38 ibu hamil Trimester I K1 di TPMB Yulis Indriana Kota Malang yang mengalami mual muntah, tidak ada riwayat gastritis. Pengambilan data menggunakan lembar observasi *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE-24) Hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai *p* adalah (0,000). Hipotesis penelitian yang diajukan adalah hipotesis alternatif, dimana $H_a = p < 0,05$ artinya ada pengaruh self terapi akupresur *pericardium 6* (PC 6) oleh ibu hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang. Akupresur *Pericardium 6* dinilai aman dan efektif dalam mengurangi mual muntah pada kehamilan.

Kata kunci: Akupresur; Kehamilan; Mual Muntah; Pengobatan; *Self*.

1. LATAR BELAKANG

Mual (*nausea*) dan muntah (*vomiting*) merupakan gejala yang wajar dan sering terjadi pada kehamilan trimester pertama (Putri, 2019). Kejadian mual muntah pada awal kehamilan memang wajar terjadi akan tetapi jika tidak segera ditangani maka menimbulkan komplikasi kehamilan lebih tinggi dan berkembang menjadi *hyperemesis gravidarum* dimana ibu akan kekurangan nutrisi sehingga dapat menyebabkan janin yang dikandungnya mengalami pertumbuhan yang lambat atau pertumbuhan janin terhambat (*Intrauterine Growth Retardation/IUGR*) dan kelahiran premature (Adnyani, 2021).

Menurut *World Health Organization* (2019), sekitar 12,5% ibu hamil mengalami kondisi *emesis gravidarum*. Kementerian Kesehatan Indonesia menemukan bahwa dari 2.203 ibu hamil, 543 diantaranya mengalami kondisi yang disebut *emesis gravidarum* pada awal kehamilannya, sehingga dapat dirata-ratakan angka kejadian mual muntah ibu hamil pada tahun 2019 yakni sebanyak 67,9% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Wanita di Indonesia yang mengalami kehamilan berjumlah 5.212 ibu hamil, dari jumlah ibu hamil yang mengalami *hyperemesis gravidarum* mencapai 14,8% (Astuti, 2021). Angka kejadian *emesis gravidarum* di Provinsi Jawa Timur yang didapatkan ibu hamil sekitar 22,48% mengalami mual muntah (Riskerdas, 2018).

Dampak dari *emesis gravidarum* yang serius mengharuskan dilakukannya penanganan yang memadai. *Emesis gravidarum* dapat diatasi secara farmakologi dan nonfarmakologi, namun tidak semua ibu hamil dapat mengonsumsi obat-obatan oleh karena itu, terapi non-farmakologi menjadi alternatif (Widyastuti et al., 2019). Akupresur merupakan terapi non farmakologi yang paling sering digunakan untuk mual muntah pada kehamilan dan tidak memiliki efek samping, disamping itu akupresur juga dinilai aman bagi ibu maupun calon banyinya (Mariza & Ayuningtias, 2019).

Titik akupresur untuk mengatasi mual muntah pada kehamilan berdasarkan rekomendasi *National Institute of Health Care Excellent* (NICE) dapat dilakukan penekanan pada titik Pericardium 6 (PC6) (Kemenkes, 2021). Ketidaknyamanan mual muntah pada kehamilan perlu diatasi secara mandiri dengan melakukan akupresur yang dimana dengan pemberian terapi akupresur dinilai efektif untuk membantu mengatasi masalah mual muntah pada ibu hamil agar tidak terjadi komplikasi pada kehamilan selanjutnya (Yayat, Nurlatifah, & Hastuti, 2018).

Adapun tujuan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh self terapi akupresur pericardium 6 oleh ibu hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang serta untuk mengidentifikasi frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah diberikan terapi akupresur pericardium 6. Hipotesis pada penelitian ini

yaitu ada pengaruh pengaruh self terapi akupresur pericardium 6 oleh ibu hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah pra-ekperimen dengan design *one group pretest-posttest design without control grup*. Pra-eksperiment merupakan eksperimen yang dilakukan tanpa adanya variable control. Desain penelitian ini mengukur kondisi subjek sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) intervensi diberikan. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi dampak dari terapi akupresur dengan membandingkan hasil kedua pengukuran tersebut Dengan menggunakan rumus Lemeshow dan *simple random sampling* sebagai teknik sampling sehingga didapatkan sampel sebanyak 38 responden. Penelitian dilaksanakan di TPMB Yulis Indriana Kota Malang yang dilaksanakan pada bulan September 2023-Juli 2024. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nause* (PUQE)-24 jam untuk menilai frekuensi mual muntah ibu hamil. Pengumpulan data dilakukan selama 7 hari dengan 3 hari diberikan terapi oleh peneliti dan 4 hari dilanjutkan secara mandiri oleh ibu hamil yang sudah bersedia mengikuti penelitian ini yang di tandai dengan menandatangani informant consent yang telah diberikan sebelumnya. Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dimana analisis univariat menggunakan tabel distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* karena penelitian ini membandingkan pengamatan sebelum dan setelah perlakuan pada satu kelompok dan hasil uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal. Analisa data ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self terapi akupresur pericardium 6 oleh ibu hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik oleh komisi etik Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang dengan nomor surat No.DP.04.03/F.XXI.31/0536/2024

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Data Umum

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden di TPMB Yulis indriana Kota Malang.

No.	Karakteristik Responden	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	Umur		
	<20 tahun	0	0
	20-35 tahun	35	92,1
	>35 tahun	3	7,9
2	Pendidikan Terakhir		
	SD	0	0
	SMP	2	5,3
	SMA	21	55,3
	Perguruan Tinggi	15	39,5
3	Paritas		
	Primigravida	21	55,3
	Multigravida	17	44,7
4	Pekerjaan		
	Ibu Rumah Tangga	25	65,8
	Wiraswata	11	28,9
	Pegawai Negri Sipil	2	5,3

(Sumber : Data Primer, 2024)

Dari tabel 1. menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (92,1%) responden berumur 20-35 tahun, dengan pendidikan terakhir sebagian besar (55,3%) berpendidikan SMA, paritas responden sebagian besar (55,3%) yaitu primigravida dan pekerjaan responden Sebagian besar (65,8%) sebagai Ibu Rumah Tangga

Data Khusus

Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil di TPMB Yulis Indriana Kota Malang sebelum diberikan terapi Akupresur Pericardium 6

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil di TPMB Yulis Indriana Kota Malang sebelum diberikan terapi Akupresur Pericardium 6.

Kategori	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Ringan	3	7,9
Sedang	35	92,1
Berat	0	00,0
Total	38	100

(Sumber : Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 2 dari 38 responden diketahui frekuensi mual muntah ibu hamil sebelum diberikan terapi akupresur pericardium 6, hampir seluruhnya (92,1%) ibu dalam kategori sedang.

Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil di TPMB Yulis Indriana Kota Malang setelah diberikan terapi Akupresur Pericardium 6

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil di TPMB Yulis Indriana Kota Malang setelah diberikan terapi Akupresur Pericardium 6.

Kategori	Frekuensi (<i>F</i>)	Presentase (%)
Ringan	30	78,9
Sedang	8	21,1
Berat	0	00,0
Total	38	100

(Sumber : Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 3 dari 38 responden diketahui frekuensi mual muntah ibu hamil setelah diberikan terapi akupresur pericardium 6, terjadi penurunan mual muntah yaitu hampir seluruhnya (78,9%) ibu dalam kategori ringan

Analisis Bivariat

Tabel 4. Analisa Pengaruh Self Terapi Akupresur Pericardium 6 oleh Ibu Hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang.

	Frekuensi Mual Muntah						Mean	<i>p</i>
	Ringan		Sedang		Berat			
	N	%	N	%	N	%		
Pre-Test	3	7,9%	35	92,1%	0	0,00%	8,53	
Post-Test	30	78,9%	8	21,1%	0	0,00%	4,55	0,000

Berdasarkan tabel 4 dari hasil uji *Wilcoxon* didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ maka H_1 diterima artinya terdapat pengaruh self terapi akupresur pericardium 6 (PC 6) oleh ibu hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang

Pembahasan

Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Di TPMB Yulis Indriana Sebelum Diberikan Terapi Akupresur Pericardium 6

Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan terapi akupresur pericardium 6 hampir seluruhnya responden mengalami mual muntah kategori sedang. Hal ini dimungkinkan dengan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi mual muntah ibu hamil, yaitu faktor paritas dan pekerjaan.

Menurut Abadiyah (2021) faktor yang dapat mempengaruhi mual muntah pada kehamilan yaitu paritas. Pada hasil penelitian dapat diketahui bahwa paritas responden yaitu Sebagian primigravida. Ibu hamil pada primigravida menunjukkan tingkat pemahaman yang terbatas mengenai informasi ketidaknyamanan pada kehamilan terutama mengenai mual muntah pada awal kehamilan, sedangkan pada multigravida sudah mempunyai pengalaman, informasi, dan pengetahuan tentang gejala mual muntah. Hal ini sejalan dengan Chandra dkk (2019) bahwa pada primigravida menunjukkan kurangnya pengetahuan, informasi, dan komunikasi yang buruk antara wanita dan pemberi asuhannya mempengaruhi persepsi wanita tentang gejala mual dan muntah. Pada sebagian besar primigravida biasanya lebih sering mengalami mual muntah karena tubuhnya belum bisa menyesuaikan diri dengan perubahan hormone *chorionic gonadotropin* (hCG). Berbeda dengan ibu yang multigravida, tubuhnya sudah terbiasa dan lebih siap karena memiliki pengalaman sebelumnya.

Dalam penelitian ini sebagian ibu hamil yang menjadi responden pada penelitian ini merupakan ibu rumah tangga (IRT). Menurut Retnowati (2019), salah satu faktor yang mempengaruhi mual muntah pada kehamilan yaitu pekerjaan. Ibu yang tidak bekerja biasanya menghabiskan waktu dirumah untuk mengurus suami, anak dan pekerjaan rumah saja, lebih banyak waktu untuk memikirkan kondisi kehamilannya, lebih banyak waktu mendapat informasi dari teman, tetangga dari pada tenaga Kesehatan atau sumber informasi yang akurat sehingga tidak mendapatkan informasi yang baik dan akan menambah kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian Krisniyawati dkk (2023) yang mengatakan bahwa kesibukan bekerja dapat mengalihkan perhatian ibu hamil dari ketidaknyamanan yang dirasakan, sehingga aktivitas kerja tersebut membantu mengendalikan tingkat kecemasannya.

Berdasarkan penelitian didapatkan bahwa faktor paritas dan pekerjaan merupakan pengaruh terjadinya mual muntah pada kehamilan sebelum diberikan terapi akupresur pericardium 6. Hasil pre-test yang telah diberikan kepada responden menunjukkan hasil mual muntah dengan kategori sedang. Menurut Mastiningsih & Agustina (2019) mual muntah pada kehamilan dipicu oleh multifaktor, yaitu perubahan kadar hormonal, perlambatan peristaltik

saluran cerna, pembesaran uterus, serta faktor psikologis ibu. Pada penelitian Zuraida & Desria (2018), disebutkan bahwa mual muntah yang tidak ditangani secara baik dapat memburuk dan berlangsung terus-menerus di awal kehamilan. Kondisi ini berpotensi menimbulkan komplikasi berupa dehidrasi, gangguan keseimbangan elektrolit, hingga defisiensi nutrisi. Menurut Cyntia (2019) menjelaskan bahwa informasi juga dapat mempengaruhi mual muntah pada ibu hamil. Informasi tentang pengobatan non-farmakologi mual muntah pada ibu hamil masih belum didapatkan oleh responden secara menyeluruh, hal ini berdasarkan dari studi pendahuluan saat peneliti melakukan wawancara pada beberapa responden terkait dengan mual muntah pada kehamilan dan didapatkan dari observasi pada saat penelitian sehingga responden belum cukup mendapat informasi terkait pengobatan mual muntah pada kehamilan.

Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Di TPMB Yulis Indriana Sebelum Diberikan Terapi Akupresur Pericardium 6

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, di dapatkan hasil sesudah diberikan terapi akupresur pericardium 6 menunjukkan hasil adanya penurunan frekuensi mual muntah pada kehamilan dari yang sebelumnya menunjukkan mual muntah kategori sedang menurun menjadi hampir seluruhnya mengalami mual muntah kategori ringan. Pada hasil penelitian terdapat pengaruh terhadap mual muntah pada kehamilan yang terjadi setelah diberikan terapi akupresur pericardium 6 ini dikarenakan terapi yang digunakan mudah, praktis, murah, efektif dan tidak mempunyai efek samping yang merugikan bagi ibu hamil (Rahayu & Sugita, 2020).

Mual dan muntah, adalah gejala umum kehamilan dan merupakan salah satu ketidaknyamanan yang biasanya muncul pada trimester pertama (Sari & Hindratni, 2022). Patofisiologi mual muntah pada kehamilan, seperti dijelaskan (Putri, 2019), diduga kuat dipicu oleh peningkatan hormon estrogen, progesteron, dan hCG. Fluktuasi hormonal ini diduga merangsang peningkatan asam lambung, yang pada akhirnya memicu sensasi mual dan muntah. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi mual muntah adalah pendidikan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat diketahui bahwa karakteristik pendidikan sebagian responden berpendidikan SMA. Pendidikan merupakan suatu upaya untuk membentuk perilaku melalui metode persuasif, seperti bujukan, ajakan, dan pemberian informasi kepada individu maupun kelompok. Melalui proses ini, pendidikan berperan dalam membuka wawasan untuk menerima pengetahuan baru serta mengembangkan pola pikir yang kritis dan alamiah (Natoatmodjo, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian menurut Wardana & Triguno (2022) tingkat pendidikan seseorang memiliki korelasi positif terhadap proses

belajarnya. Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin meningkat kemampuan individu dalam mengakses dan menginternalisasi informasi baru.

Berdasarkan hasil post-test yang telah diberikan menunjukkan penurunan dari yang sebelumnya yaitu mual muntah kategori sedang menjadi kategori ringan. Menurut (Lestari, 2019) penanganan mual muntah secara non-farmakologi dapat dilakukan melalui berbagai intervensi, antara lain modifikasi pola makan, manajemen stres, konsumsi air jahe hangat, serta terapi komplementer seperti akupunktur, akupresur, refleksologi, yoga prenatal, hipnoterapi, dan aromaterapi. Salah satu pilihan secara non farmakologi adalah akupresur. Terapi akupresur yang digunakan peneliti cukup efektif dan aman bagi ibu hamil sebagaimana dijelaskan oleh Setyowati (2018) bahwa penanganan mual muntah secara non farmakologi salah satunya yaitu akupresur pericardium 6 dinilai efektif untuk membantu mengatasi masalah mual muntah pada ibu hamil.

Melakukan self terapi akupresur pericardium 6 ini harus diperhatikan dengan baik cara ibu hamil menerapkannya. Jika penerapannya dilakukan dengan baik dan pada titik yang benar maka keefektifannya dalam menurunkan mual muntah juga semakin baik.

Analisa Pengaruh Self Terapi Akupresur *Pericardium 6* (PC 6) Oleh Ibu Hamil Terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP)

Hasil analisa uji statistik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *p-value* 0,000 ($\alpha \leq 0,05$) yang dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara self terapi akupresur pericardium 6 (PC 6) oleh ibu hamil terhadap *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang.

Penelitian ini sejalan dengan Primadika (2022) yang menyebutkan bahwa hasil penelitian menunjukkan *p value* = 0,014 ($<0,05$) yang artinya akupresur pada titik *pericardium 6* dan *zusanli 36* efektif dalam menurunkan mual muntah ibu hamil. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maheswara dan Christian (2022) yang menjelaskan bahwa pemberian terapi akupresur pada titik pericardium 6 efektif dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah pada kehamilan didapatkan dari nilai *p value* = 0,001 ($< 0,05$). Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Ida & Ningsi (2023) bahwa hasil analisa data menggunakan analisis deskriptif menunjukkan hasil penerapan akupresur terjadi penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester satu.

Pada Cholifah & Nuriyanah (2019) disebutkan bahwa mual muntah pada kehamilan dapat diklasifikasikan menjadi tiga tingkat keparahan, yaitu ringan, sedang, dan berat. Assessment terhadap tingkat keparahan tersebut dilakukan dengan menggunakan

instrumen *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE-24), yang secara spesifik dirancang untuk mengukur gejala yang dialami oleh ibu hamil (Sari & Hindratni, 2022). Terapi akupresur memiliki khasiat dalam meredakan hingga mengobati berbagai keluhan penyakit dan nyeri, sekaligus berperan efektif dalam mengurangi ketegangan otot serta rasa Lelah. Proses pengobatan dengan tehnik akupresur menitik beratkan pada titik-titik saraf di tubuh (Setyowati, 2018). Akupresur adalah teknik pengobatan yang merangsang tubuh melalui stimulasi titik-titik tertentu untuk menyembuhkan dirinya sendiri tanpa perlu minum obat. Terapi ini membantu memperbaiki sel-sel yang rusak, memperkuat daya tahan tubuh, dan mengaktifkan sistem saraf untuk memanfaatkan obat alami yang sudah ada di dalam tubuh. (Fengge, 2012). Sebelum melakukan terapi akupresur, terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan, terutama kondisi umum pasien. Terapi ini tidak dianjurkan untuk individu dalam kondisi fisik tertentu, seperti sangat lapar atau sangat kenyang, sedang mengalami gejolak emosi yang tidak stabil (Sari & Hindratni, 2022).

Akupresur dapat menstimulasi system regulasi serta mengaktifkan mekanisme *endokrin* dan *neurologi*, yang merupakan mekanisme fisiologi dalam muntah pada kategori ringan dan sedang. Titik Pericardium 6 terletak di sepanjang meridian pericardium (selaput jantung). Meridian ini memiliki dua cabang; salah satunya memasuki rongga pericardium dan jantung, kemudian turun menembus diafragma hingga mencapai rongga perut bagian atas dan bawah. Jalur meridian ini juga berhubungan dengan organ lambung dan usus besar (Ismi, 2021). Adanya akupresur pada titik pericardium 6 dapat merangsang keluarnya *hormone kortisol* yang dapat meningkatkan metabolisme tubuh sehingga mual dan muntah yang dirasakan dapat berkurang (Dertiwen, 2019).

Hal yang terpenting adalah bahwa akupresur ini merupakan teknik pemijatan yang aman dilakukan oleh ibu hamil sehingga ibu tidak perlu khawatir terhadap janinnya, terutama pemijatan pada titik pericardium 6 dikenal manfaatnya untuk meredakan mual dan muntah pada kehamilan muda. Proses pemijatan pada titik pericardium 6 sangat sederhana dan mudah sehingga ibu hamil dapat melakukannya kapan saja, dimana saja dan tidak memberikan efek samping serta memberikan rasa rileks saat digunakan sehingga dapat dijadikan sebagai pilihan terbaik dalam mengatasi mual muntah secara non farmakologi.

Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat keterbatasan yang dialami oleh peneliti yaitu: (1) Dalam pelaksanaan penelitian ini peneliti hanya melihat satu variabel saja, sedangkan waktu pelaksanaan terdapat beberapa ibu hamil yang sulit tidur dapat teratasi dengan pemberian terapi

akupresur pericardium 6 ini. Keterbatasan variabel ini memungkinkan untuk peneliti lainnya melakukan penelitian yang lebih kompleks dan lingkup yang lebih luas. (2) Pada saat jadwal monitoring terdapat beberapa ibu yang tidak dapat datang ke tempat yang telah disediakan dengan alasan ibu bekerja, sehingga peneliti melakukan door to door agar perlakuan yang diberikan setiap responden sama.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada ibu hamil trimester 1 di TPMB Yulis Indriana Kota Malang maka dapat disimpulkan bahwa, sebelum diberikan terapi akupresur pericardium 6 menunjukkan hasil hampir seluruhnya masuk dalam frekuensi mual muntah kategori sedang, dan setelah diberikan terapi akupresur pericardium 6 menunjukkan hasil hampir seluruhnya masuk dalam frekuensi mual muntah kategori ringan. Hasil analisis statistik membuktikan bahwa intervensi self terapi akupresur pericardium 6 (PC 6) memberikan pengaruh yang signifikan dalam menurunkan frekuensi dan tingkat keparahan *Nausea and Vomiting of Pregnancy* (NVP) pada ibu hamil di TPMB Yulis Indriana Kota Malang.

Adapun beberapa saran dari hasil penelitian ini yaitu bagi responden diharapkan mendapat wawasan dan pengetahuan mengenai alternatif pengobatan mual muntah dengan non farmakologis terapi akupresur pericardium 6, sehingga dapat memberi informasi kepada para ibu hamil lain yang sedang mengalami mual muntah. Bagi lokasi penelitian diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai alternatif pengobatan non farmakologis untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan serta memberikan edukasi kepada suami, keluarga atau orang terdekat dari ibu hamil agar dapat membantu ibu dalam melakukan terapi akupresur pericardium 6 ini. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat dijadikan sumber informasi penelitian selanjutnya sehingga dapat dikembangkan untuk penelitian yang lebih lanjut dengan metode yang berbeda dan menambahkan variabel lain yang dapat melihat perbandingan keefektifan akupresur pericardium 6 pada ibu hamil.

DAFTAR REFERENSI

- Abadiyah, S. (2021). *Hubungan usia dan status gravida ibu hamil trimester I dengan kejadian morning sickness di PMB Siti Azizah Wijaya, S.ST Sukolio Bangkalan*. Sekolah Tinggi Kesehatan Ngudia Husada Madura.
- Adnyani, N. W. (2021). *Karakteristik ibu hamil dengan emesis gravidarum di praktik mandiri bidan "PS" (hlm. 14)*. Poltekkes Denpasar.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Atisanta, A. (2021). *Hubungan antara angka kejadian emesis gravidarum dengan status gizi*

ibu hamil trimester I di Puskesmas Dinoyo Malang. Universitas Brawijaya.

- Cahyanto, E. B. (2020). *Asuhan kebidanan komplementer berbasis bukti*. CV Al Qalam Media Lestari.
- Chandra, K., Titisari, I., & Mediawati, M. (2019). Hubungan antara status gravida dan usia ibu dengan kejadian emesis gravidarum. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/10.32831/jik.v7i2.213>
- Cholifah, S., & Nuriyanah, T. E. (2019). Aromaterapi lemon menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*. <https://doi.org/10.21070/mid.v4i1.1844>
- Dewi, W. S., & Safitri, E. Y. (2018). Pengaruh aromaterapi lemon terhadap emesis gravidarum di praktik mandiri Bidan Wanti Mardiwati. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(3), 4–8. <https://doi.org/10.33221/jikes.v17i3.173>
- Fauziah, N. A., Komalasari, & Sari, D. N. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. *Majalah Kesehatan Indonesia*. <https://doi.org/10.47679/makein.202227>
- Ferlatiyana, A. (2018). *Efektivitas pemberian akupresur di titik P6 dibandingkan aromaterapi lemon terhadap penurunan frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Ngesrep dan Srandol Kota Semarang*. Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Hasibuan, E. R., & Martin, R. F. (2021). Hubungan penatalaksanaan akupresur titik P6 pada ibu hamil dengan mual muntah. *Journal of Midwifery Sempena Negeri*, 1, 10–16.
- Ida, A. S., & Ningsi, A. (2023). Pengaruh terapi acupressure Pc6 dalam mengatasi kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Jongaya Kota Makassar. *Media Kesehatan*, 18(1). <https://doi.org/10.32382/medkes.v18i1.2637>
- Imas, M., & N. A. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. PPSDMK.
- Ismi, N. (2021). *Pengaruh akupresur titik Pc6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Pandanwangi Malang*. ITSK RS dr. Soepraoen.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Profil kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pemanfaatan akupresur*. Kementerian Kesehatan RI.
- Krisniyawati, T., Norhapifah, H., Hadiningsih, E. F., & Wahyuni, R. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian mual muntah. *Jurnal Voice of Midwifery*, 13(1), 19–30. <https://doi.org/10.35325/kebidanan.v13i1.358>
- Maheswara, A. N., & Christiani, N. (2022). *Terapi akupresur komplementer pada titik Perikardium 6 dalam mengatasi mual dan muntah pada kehamilan di Poliklinik Kesehatan Desa Bekonang*. Universitas Ngudi Waluyo.
- Manuaba. (2015). *Ilmu kebidanan, penyakit kandungan dan KB*. EGC.
- Mariza, A., & Ayuningtias, L. (2019). Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 218–224. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i3.1363>
- Martini, Anggraini, Y., Pupung, Cania, Erma, & Aqilla. (2021). Akupresur untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil di Poskeskel Rejomulyo. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian*, 919–922.
- Masdinarsyah, I. (2022). Akupresur dalam mengurangi emesis gravidarum. *Jurnal Asuhan Ibu*

- dan Anak, 7(1). <https://doi.org/10.33867/jaia.v7i1.302>
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan* (Edisi ke-4). Salemba Medika.
- Nuryanti, R. (2019). Penggunaan model pembelajaran kooperatif dengan strategi team games tournament (TGT) untuk meningkatkan hasil belajar matematika pada materi bilangan Romawi bagi siswa tunarungu kelas IV SDLB. *Jurnal Asesmen dan Intervensi Anak Berkebutuhan Khusus*, 20(1), 40–51. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JET/article/view/21734>
- Pitriani, P., Patimah, S., & Kurnia, H. (2019). Pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya tahun 2019. *Midwife Journal*, 5, 51–60.
- Pratami, E. (2018). *Evidence-based dalam kebidanan: Kehamilan, persalinan & nifas*. EGC.
- Prawirohardjo, S. (2018). *Ilmu kebidanan*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Primadika, M. R. (2022). *Perbandingan efektivitas akupresur titik Pericardium 6 dan akupresur titik Zusanli 36 terhadap penurunan mual muntah ibu hamil*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Putri, A. (2019). *Buku harian ibu hamil*. Saufa.
- Rahayu, R., & Sugita. (2020). Efektivitas pemberian aromaterapi lavender dan jahe terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 3(1). <https://doi.org/10.37341/jkkt.v3i1.62>
- Rahmanindar, N., Zulfiana, E., & Harnawati, R. A. (2021). Akupresur dalam mengurangi hiperemesis kehamilan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1). <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v8i1.672>
- Rahmawati, M. N. (2021). Pengaruh model pembelajaran meaningful learning terhadap keterampilan siswa di SMK BIM PPMU Mojosari. *Repository STIKes PPNI*.
- Retnowati, Y. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya emesis gravidarum pada kehamilan trimester I di Puskesmas Pantai Amal. *Journal of Borneo Holistic*, 2(1). <https://doi.org/10.35334/borticalth.v2i1.586>
- Rinata, E., & Ardillah, F. R. (2017). Penanganan emesis gravidarum pada ibu hamil di BPM Nunik Kustantina Tulangan–Sidoarjo. *Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo*.
- Riskesdas, Tim. (2018). *Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Sukini, T. (2019). Efektivitas aromaterapi lemon untuk mengatasi emesis gravidarum. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 9–16. <https://doi.org/10.31983/jkb.v9i1.3814>
- Sari, S. I., & Hindratni, F. (2022). *Emesis gravidarum dengan akupresur*. Taman Karya.
- Setyowati, H. (2018). *Akupresur untuk kesehatan wanita berbasis hasil penelitian*. UNIMMA Press.
- Sobari, H. L. (2020). *Teknik dasar terapi akupresur*. Academia.
- Somoyani, N. K. (2018). Literature review: Terapi komplementer untuk mengurangi mual muntah pada masa kehamilan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1), 11–17.

- Sugiyono. (2021). *Statistika untuk penelitian* (Edisi ke-2). Alfabeta.
- Tara, F., Taghanaki, H. B., Ghalandarabad, M. A., Kargar, Z. Z., Azizi, H., Esmaily, H., & Azizi, H. (2020). The effect of acupressure on the severity of nausea, vomiting, and retching in pregnant women. *Complementary Medicine Research*. <https://doi.org/10.1159/000505637>
- Wahyuni, C. (2018). *Farmakologi kebidanan*. STarda Press.
- Wardana, K., & Triguno, Y. (2022). Pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan triple elimination pada ibu hamil di Puskesmas Seririt II. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 4(1). <https://doi.org/10.47859/wuj.v4i1.225>
- Wiknjastro, H. (2017). *Ilmu kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- World Health Organization. (2019). *Maternal mortality*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>
- Yayat, S., Nurlatifah, R., & Hastuti, D. (2018). Pengaruh aromatherapy lemon terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. *Journal PINLITASAM*, 208–215.
- Yuwinten, Tajmiati, A., & Nurvita, N. (2018). Pengaruh komunikasi afirmasi terhadap durasi dan frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I Kecamatan Cibeureum Kota Tasikmalaya tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi*, 18(2). <https://doi.org/10.36465/jkbth.v18i2.408>
- Zaen, N. L., & Ramadani, D. (2019). Pengaruh pijat akupresur terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Sukaramai Medan tahun 2019. *Sintaks*, 1(1), 414–420.
- Zuraida, & Sari, E. D. (2018). Perbedaan efektivitas pemberian essential oil peppermint dan aromaterapi lavender terhadap intensitas mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. *Menara Ilmu LPPM UMSB*, 12(3), 142–151.