

Pengaruh Terapi Akupresure Terhadap *Hyperemesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Kuala Bangka Kab. Labuhan Baru Utara Tahun 2022

Nilan Sari^{1*}, Nur Azizah², Lidya Natalia Sinuhaji³, Rosmani Sinaga⁴, Junida Laia⁵

¹⁻⁵ STIKes Mitra Husada Medan, Indonesia

Korespondensi penulis : azizahlubis243@gmail.com

Abstract. *Pregnancy is a physiological process that is accompanied by various changes, including hormonal changes that can cause nausea and vomiting (emesis gravidarum). One of the non-pharmacological interventions that can be used to manage these symptoms is acupressure therapy. This study aims to determine the effect of acupressure therapy on reducing symptoms of hyperemesis gravidarum in pregnant women in the first trimester at the Kuala Bangka Health Center, North Labuhan Batu Regency in 2022. This study uses a pre-experimental design with a pre-post one group design approach. The sample consisted of 20 pregnant women in the first trimester who experienced symptoms of hyperemesis gravidarum. The acupressure intervention was carried out for 3 days at PC6 and ST36 points. Measurements of nausea and vomiting levels were carried out before and after the intervention using a standard measurement scale. The results of the analysis showed that there was a decrease in the average rate of nausea and vomiting by 0.90000 after acupressure therapy was performed. The paired t-test showed a p-value of 0.000 (<0.05) and a calculated t-value of 7.285 > table 1.729, which means that there is a significant effect of acupressure therapy on reducing the symptoms of hyperemesis gravidarum. Acupressure therapy is effective in reducing the rate of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester.*

Keywords: *Hyperemesis gravidarum, acupressure, pregnancy, nausea.*

Abstrak. Kehamilan merupakan proses fisiologis yang disertai dengan berbagai perubahan, termasuk perubahan hormonal yang dapat menyebabkan mual dan muntah (emesis gravidarum). Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi gejala ini adalah terapi akupresur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan gejala hyperemesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Kuala Bangka Kabupaten Labuhan Batu Utara tahun 2022. Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *pre-post one group design*. Sampel terdiri dari 20 ibu hamil trimester I yang mengalami gejala hyperemesis gravidarum. Intervensi akupresur dilakukan selama 3 hari pada titik PC6 dan ST36. Pengukuran tingkat mual dan muntah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan skala pengukuran standar. Hasil analisis menunjukkan terdapat penurunan rata-rata tingkat mual dan muntah sebesar 0,90000 setelah dilakukan terapi akupresur. Uji *paired t-test* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 (<0,05) dan nilai t hitung sebesar 7,285 > t tabel 1,729, yang berarti terdapat pengaruh signifikan terapi akupresur terhadap penurunan gejala hyperemesis gravidarum. Terapi akupresur efektif dalam menurunkan tingkat mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Intervensi ini dapat menjadi salah satu alternatif non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan dalam manajemen hyperemesis gravidarum.

Kata kunci: Hyperemesis gravidarum, akupresur, kehamilan, mual.

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dimulai sejak hari pertama haid terakhir dan berlangsung sekitar 280 hari atau 40 minggu. Masa kehamilan dibagi menjadi tiga trimester: trimester pertama (minggu 1–12), trimester kedua (minggu 13–28), dan trimester ketiga (minggu 29–40) (Yanti, 2020). Selama masa kehamilan, wanita mengalami perubahan fisik, sosial, dan emosional yang kompleks. Perubahan hormonal yang signifikan seperti peningkatan kadar estrogen, progesteron, dan hormon hCG (Human Chorionic Gonadotropin) dapat menyebabkan keluhan seperti mual dan muntah, yang dikenal sebagai emesis gravidarum.

Oleh karena itu, pemantauan kehamilan menjadi penting untuk mencegah komplikasi (Notoatmodjo, 2020).

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang terjadi terutama pada trimester pertama kehamilan. Meskipun umumnya bersifat ringan, pada sebagian wanita kondisi ini bisa menjadi berat hingga memerlukan perawatan khusus karena mengganggu aktivitas dan menyebabkan gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit (Permatasari & Widodo, 2019).

Mual dan muntah saat kehamilan disebabkan oleh pengaruh peningkatan kadar hCG yang memengaruhi sistem pencernaan, termasuk penurunan tonus otot saluran cerna. Komplikasi mual muntah lebih sering terjadi pada primigravida (60–80%) dibandingkan dengan multigravida (40–60%) (Widyastuti & Astuti, 2020). Menurut WHO, prevalensi hiperemesis gravidarum secara global mencapai sekitar 12,5%. Kondisi ini menyebabkan ketidakseimbangan cairan dan dapat berujung pada kerusakan organ seperti ginjal dan hati jika tidak ditangani secara tepat (WHO, 2020). Secara epidemiologis, kejadian hiperemesis gravidarum di berbagai negara bervariasi, seperti di Indonesia 1–3%, di Kanada 0,8%, di China 10,8%, dan di Turki 1,9%. Meskipun jarang menyebabkan kematian, prevalensinya cukup tinggi dan perlu perhatian khusus dalam manajemen kehamilan (Kemenkes RI, 2020).

Mual dan muntah dianggap sebagai kondisi fisiologis, tetapi apabila tidak ditangani dapat memengaruhi tumbuh kembang janin karena penurunan asupan nutrisi dan dehidrasi. Di Indonesia, sebanyak 50–75% ibu hamil mengalami mual muntah, terutama pada trimester pertama (Haryani & Sari, 2020). Penatalaksanaan mual muntah selama kehamilan dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Salah satu intervensi non-farmakologis yang disarankan adalah penggunaan jahe dalam bentuk teh atau makanan, yang memiliki efek antiemetik alami (Febrianti & Ramadhani, 2020).

Jahe telah lama dikenal sebagai tanaman herbal yang bermanfaat dalam mengurangi mual dan muntah. Rimpangnya mengandung senyawa aktif seperti gingerol yang dapat meredakan gejala emesis gravidarum secara alami jika digunakan dalam dosis yang sesuai (Astuti & Maulida, 2019). Berdasarkan hasil prasarvei di wilayah kerja Puskesmas Pujokerto, ditemukan tiga kasus ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum dalam tiga bulan terakhir, dan satu kasus bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR) dari ibu yang mengalami hiperemesis. Hal ini menunjukkan pentingnya pengelolaan dini terhadap gejala mual dan muntah (Data Puskesmas Pujokerto, 2020).

Selain jahe, metode lain yang dapat digunakan untuk mengurangi emesis gravidarum adalah akupresur pada titik PC6 (pericardium) dan ST36 (stomach). Akupresur merupakan bagian dari pengobatan komplementer yang memberikan tekanan pada titik-titik akupunktur tertentu untuk menyeimbangkan aliran energi tubuh (Wulandari & Dewi, 2020). Akupresur bekerja dengan menstimulasi aliran chi dalam tubuh, khususnya meridian ren dan chong yang mendukung perkembangan janin. Dengan menekan titik-titik tersebut, gejala mual dapat berkurang dan ibu hamil merasa lebih nyaman. Terapi ini juga membantu menyeimbangkan emosi ibu (Wijayanti, 2020).

Penelitian oleh Putri (2020) menunjukkan bahwa akupresur pada titik PC6 secara signifikan menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil. Teknik ini efektif sebagai intervensi non-farmakologis dan dapat diterapkan secara mandiri atau dengan bantuan tenaga kesehatan.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Akupresure Terhadap *Hyperemesis Gravidarum* pada Ibu Hamil trimester I di Puskesmas Kuala Bangka Kab. Labuhan Batu Utara Tahun 2022.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre Experimental Designs* dengan jenis *Pre post one control* pada desain ini terdapat satu kelompok yang masing – masing dipilih secara random (R), kelompok pertama diberi perlakuan disebut kelompok eksperimen. Pengaruh adanya perlakuan (treatment) adalah (O₁:O₂). sampel dalam penelitian ini adalah 20 orang ibu hamil

3. HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. *Hyperemesis Gravidarum* pada Ibu hamil trimester I sebelum dilakukan terapi akupresure di Puskesmas Kuala Bangka Tahun 2022

Mual dan muntah	Frekuensi	Persentase
Ringan	1	5
Sedang	11	55
Berat	8	40
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 1. Berdasarkan dari hasil penelitian yang diperoleh bahwa mayoritas *hyperemesis gravidarum* sedang berjumlah 11 responden (55%).

Tabel 2. *Hyperemesis Gravidarum* pada Ibu hamil trimester I setelah dilakukan terapi akupresure di Puskesmas Kuala Bangka Tahun 2022

Mual dan muntah	Frekuensi	Persentase
Ringan	11	55
Sedang	9	45
Berat	0	40
Total	20	100

Berdasarkan table 2 Berdasarkan dari hasil penelitian yang diperoleh bahwa mayoritas *hyperemesis gravidarum* tingkat sedang berjumlah 11 responden (55%).

Analisis Bivariat

Tabel. 3 Pengaruh Terapi Akupresure Terhadap *Hyperemesis Gravidarum* pada Ibu hamil trimester I di Puskesmas Kuala Bangka Tahun 2022

Mual dan Muntah	Mean	Std. deviation	Std. error Mean	t	Signifikan (2 tailed)
Pretest-Posttest	0,90000	0,55251	0,12345	7,285	0,000

Berdasarkan data di atas maka yang menjadi sampel penelitian adalah ibu hamil. Diperoleh hasil rata-rata sebelum dan setelah akupresure selama 3 hari adalah hasil rata-rata 0.90000 didapat nilai *signifikan (2 tailed)* sebesar 0,000 yang berarti nilai signifikan 2 tailed \leq 0,05 yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak, maka hasil uji dinyatakan signifikan dan didapat nilai t hitung sebesar 7,285 dan didapat nilai t table sebesar 1,729 yang dilihat dalam table statistic pada signifikan 0,05 dengan df N-1 yaitu 19 sehingga t hitung $>$ t tabel, yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak, maka hasil uji dinyatakan ada pengaruh antara Akupresure Terhadap Penurunan Mual muntah pada ibu hamil setelah dilakukan terapi *akupresure* di Puskesmas Kuala Bangka Tahun 2022 dengan perubahan mean 0.90000.

4. PEMBAHASAN

Pengaruh Terapi Akupresure Terhadap *Hyperemesis Gravidarum* pada Ibu hamil trimester I di Puskesmas Kuala Bangka Tahun 2022

Berdasarkan data di atas maka yang menjadi sampel penelitian adalah ibu hamil. Diperoleh hasil rata-rata sebelum dan setelah akupresure selama 3 hari adalah hasil rata-rata 0.90000 didapat nilai *signifikan (2 tailed)* sebesar 0,000 yang berarti nilai signifikan 2 tailed \leq 0,05 yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak, maka hasil uji dinyatakan signifikan dan didapat nilai t hitung sebesar 7,285 dan didapat nilai t table sebesar 1,729 yang dilihat dalam table statistic pada signifikan 0,05 dengan df N-1 yaitu 19 sehingga t hitung $>$ t tabel, yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak, maka hasil uji dinyatakan ada pengaruh antara Akupresure Terhadap Penurunan Mual muntah pada ibu hamil setelah dilakukan terapi *akupresure* di Praktek Puskesmas Kuala Bangka Tahun 2022 dengan perubahan mean 0.90000.

Akupresur merupakan penekanan pada titik tertentu (yang dikenal dengan nama *acupoint*) dengan menggunakan telunjuk maupun ibu jari untuk menstimulasi aliran energi di meridian, yang penggunaannya sangat aman dan efektif, mudah dipelajari, dan juga membutuhkan waktu yang sedikit untuk menerapkannya (Turana, 2017).

Akupresur adalah salah satu metode pengobatan atau penyehatan dengan melakukan pemijatan atau penekanan jari dipermukaan kulit, pemijat akan mengurangi ketegangan, meningkatkan sirkulasi darah dan merangsang kekuatan energi tubuh untuk menyehatkan atau menyembuhkan (Dewi, dkk, 2017).

Tujuan akupresure menekan titik tertentu dapat dilakukan untuk mengurangi ketidaknyamanan selama menyusui. Akupresur seperti halnya akupuntur merupakan terapi yang menekankan titik-titik tertentu pada tubuh yang diyakini dapat mengatasi rasa tak nyaman selama menyusui, akupresur bisa meningkatkan oksitosin membuat lancar pada ASI (Turana, 2017).

Manfaat akupresure untuk promotif, pencegahan penyakit, penyembuhan penyakit, dan rehabilitasi. Dalam tindakan promotif, akupresur bermanfaat untuk meningkatkan daya tahan tubuh walaupun tidak sedang sakit. Manfaat akupresur dalam pencegahan penyakit dipraktikkan secara teratur pada saat-saat tertentu menurut aturan yang sudah ada, yaitu sebelum sakit. Tujuannya adalah untuk mencegah masuknya sumber penyakit dan mempertahankan kondisi tubuh. Bermanfaat juga untuk menyembuhkan sakit dan dipraktikkan ketika dalam keadaan sakit (Turana, 2017).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dan data Terdapat pengaruh terapi akupresure terhadap *hyperemesis gravidarum* pada Ibu hamil trimester I di Puskesmas Kuala Bangka Tahun 2022

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih Kepada Puskesmas Kuala Bangka Tahun 2022 yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, R., & Maulida, H. (2019). Efektivitas jahe dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 5(1), 22–27.
- Astuti, W., & Maulida, H. (2019). Efektivitas jahe dalam mengurangi emesis gravidarum pada trimester pertama kehamilan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 3(2), 45–50.
- Febrianti, L., & Ramadhani, M. (2020). Terapi jahe dalam mengurangi emesis gravidarum. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 3(2), 45–50.
- Febrianti, R., & Ramadhani, N. (2020). Terapi herbal pada ibu hamil: Studi penggunaan jahe sebagai antiemetik alami. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 5(1), 22–28.
- Haryani, E., & Sari, D. (2020). Prevalensi emesis gravidarum dan faktor-faktor yang mempengaruhi. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 8(1), 12–17.
- Haryani, T., & Sari, M. (2020). Tingkat keparahan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(1), 12–18.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2019*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan (Ed. revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Permatasari, D., & Widodo, A. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan hiperemesis gravidarum pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 67–74.
- Putri, E. D. (2020). Pengaruh akupresur titik PC6 terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 6(1), 29–35.

- Widyastuti, T., & Astuti, M. (2020). Prevalensi dan penanganan emesis gravidarum pada ibu hamil primigravida. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(1), 14–21.
- Wijayanti, N. (2020). Terapi akupresur dalam penatalaksanaan mual muntah kehamilan: Studi literatur. *Jurnal Pengobatan Tradisional*, 5(2), 50–56.
- World Health Organization. (2020). *Global health estimates: Hyperemesis gravidarum prevalence and burden*. Geneva: WHO Press.
- Wulandari, A., & Dewi, Y. (2020). Pengaruh terapi akupresur titik PC6 dan ST36 terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. *Jurnal Komplementer Kebidanan*, 3(2), 43–48.