

PENGARUH AKUPRESUR TERHADAP PENURUNAN FREKUENSI EMESIS GRAVIDARUM IBU HAMIL TRIMESTER I

The Effect Of Acupressure On Decreasing The Frequency Of Emesis Gravidarum Pregnant Women In Trimester I

IKA NUR SAPUTRI

INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM
e-mail : ikanursaputri@medistra.ac.id

DOI: 10.35451/jkf.v5i2.1655

Abstrak

Ibu hamil yang trimester 1 (satu) sering merasakan pusing, tubuh lemas dan perut kembung, mual muntah yang durasinya kurang 5 kali sehari disebut dengan emesis gravidarum. Kondisi ini dapat diatasi secara nonfarmakologi dengan terapi komplementer akupresur pada titik p6. Akupresur bisa mengatasi nyeri yang bersifat umum, membantu pengelolaan stress dan meningkatkan relaksasi. Rangsangan menggunakan jari titik P6 dilakukan untuk mengurangi frekuensi mual dan muntah. Desain dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I, dengan keluhan emesis gravidarum. Purposive sampling digunakan sebagai metode pengambilan sampel dan total 18 orang (9 orang intervensi, 9 orang kontrol) termasuk dalam sampel. Hasilnya, kelompok yang diberikan intervensi pre dan post p-value $0,010 < 0,05$ dan hasil untuk kontrol p-value $0,317 > 0,05$. Kesimpulan adalah ada penurunan frekuensi emesis gravidarum pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi akupresur titik P6. Pada kelompok kontrol tidak ada penurunan frekuensi mual muntah.

Kata kunci: Akupresur, Emesis Gravidarum, ibu hamil

Abstract

First trimester pregnant women experience feelings of dizziness, flatulence, weakness and discharge of stomach contents from the mouth with a frequency of less than 5 times a day, which is called emesis gravidarum. This condition can be treated non-pharmacologically with complementary acupressure therapy at the p6 point. Acupressure can treat general pain, help manage stress and promote relaxation. Stimulation using finger point P6 is done to reduce the frequency of nausea and vomiting. This research design with quasi experiment. The population used is pregnant women in the first trimester who experience emesis gravidarum. Purposive sampling was utilized as the sampling method and a total of 18 people (9 intervention people, 9 control people) were include in the sample. The results showed that for the group that was given pre and post interventions the p-value was $0.010 < 0.05$ and the results for the control group were p-value $0.317 > 0.05$. The conclusion is that there is a decrease in the frequency of emesis gravidarum in the intervention group after being given point P6 acupressure therapy. In the control group there was no decrease in the frequency of nausea and vomiting.

Keywords: Acupressure, Emesis Gravidarum, pregnant women

1. PENDAHULUAN

Proses normal yang dapat menyebabkan perubahan pada tubuh ibu hamil dan perubahan mendasar pada tubuh perempuan, seperti perkembangan dan pertumbuhan janin dalam kandungan disebut dengan kehamilan. Masa kehamilan sejak pembuahan hingga minggu ke 12 kehamilan dan gejalanya meliputi mual dan muntah di pagi hari merupakan trimester pertama (Septa, dkk, 2021).

Emesis gravidarum dan *morning sickness* adalah sensasi tidak nyaman di bagian belakang tenggorokan yang dapat menyebabkan muntah dan mual, dengan isi perut keluar dari mulut. Mual muntah merupakan gejala awal dalam kehamilan dan sering dikaitkan menyebabkan stress. Perasaan pusing, kembung, pingsan yang terjadi 5 kali sehari selama trimester pertama kehamilan disebut dengan emesis gravidarum (Kementrian Kesehatan RI, 2013).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mual dan muntah terjadi pada 12,5% kehamilan di seluruh dunia. Tingkat muntah bervariasi di seluruh dunia, termasuk 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% Canada, 10,8% di China, 0,9% Norwegia, Pakistan dan Turki masing-masing 2,2%, 1,9% (WHO, 2016). Berdasarkan Kemenkes pada tahun 2017 kejadian mual muntah ibu hamil trimester 1 dengan persentase 50% - 75%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Medan pada tahun 2018 206 dari 465 ibu hamil mengalami mual muntah.

Pengobatan emesis gravidarum sesuai dengan tingkat keparahan gejala yang dialami. Beberapa cara yang dilakukan untuk menguranginya dengan diet, terapi farmakologi, dan pengobatan komplementer (Ana, 2019). Metode pengobatan komplementer digunakan 87% ibu hamil. Metode komplementer memiliki efek samping rendah dibandingkan obat kimia sehingga banyak digunakan ibu hamil (Ozgoli, 2018).

Akupresure adalah metode pengobatan yang berasal dari tiangkong kuno dimana titik-titik tertentu pada

tubuh dirangsang dengan jarum akupunktur dan ujung jari digunakan untuk akupresur ketika titik-titik tertentu pada tubuh ditekan (Mariza dan Ayuningtias, 2019). Akupresur pada titik pericardium 6 (P6) merupakan terapi komplementer yang digunakan untuk meminimalisasi frekuensi mual dan tidak memiliki efek samping (Sharma, 2017). Akupresur bisa dilakukan dengan tidak membutuhkan waktu yang banyak dan mudah dipelajari. Jika seseorang mengalami gangguan fungsi tubuh sehingga menyebabkan ketidakseimbangan dalam tubuh dan untuk mengatasinya dengan cara menekan sejumlah titik meridian sesuai kebutuhan. Di seluruh tubuh, jaringan meridian yang kompleks menghubungkan titik akupunktur yang dekat dengan permukaan kulit. Selain mengurangi mual dan muntah selama kehamilan dan pasca operasi yang diinduksi kemoterapi, dan memiliki dampak sekresi pada asam lambung, akupresur pada P6 lebih efektif daripada terapi komplementer lainnya.

2. METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini menggunakan quasi eksperiment (eksperimen semu) pretest dan posttest control group dan telah lolos uji etik dengan nomor 004.D/KEP-MLP/I/2023. Penelitian dilakukan di klinik bidan siswani lubuk pakam. Sampel penelitian ini adalah 18 orang dengan keluhan mual muntah yang terdiri dari 9 orang kelompok intervensi dan 9 orang untuk kelompok kontrol, dengan teknik purposive sampling. Uji *Wilcoxon test* ($<0,05$) dan uji *Man-Whitney* ($<0,05$) digunakan untuk analisa data.

Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam dengan nomor etik 004.D/KEP-MLP/I/2023.

3. HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi dan persentase emesis gravidarum pada kelompok intervensi

Score Emesis Gravidarum	Pre-Test		Post-Test	
	F	%	F	%

Ringan (≤ 6)	2	22,2	6	66,6
Sedang(7-12)	7	77,7	3	33,3
berat ≥ 13	0	0	0	0

Tabel diatas menunjukkan bahwa tabel pre-test mayoritas mengalami keluhan sedang sebanyak 7 responden (77,7%), tabel post-test menunjukkan mayoritas mengalami keluhan ringan sebanyak 6 responden (66,6%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi dan persentase emesis gravidarum pada kelompok kontrol

Score Emesis Gravidarum	Pre-Test		Post-Test	
	F	%	F	%
Ringan (≤ 6)	2	22,2	3	33,3
Sedang(7-12)	7	77,7	6	66,6
berat ≥ 13	0	0	0	0

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa pada tabel pre-test mayoritas mengalami keluhan sedang sebanyak 7 responden (77,7%), pada tabel post-test mayoritas mengalami keluhan sedang sebanyak 6 responden (66,6%).

Tabel 3. Data Hasil Uji Wilcoxon Kelompok Intervensi dan Kontrol

No	Kelompok	Mean	SD	P-Value
Intervensi				
1	Sebelum	6,67	1,658	0,010
2	Sesudah	4,33	2,000	
Kontrol				
1	Sebelum	6,44	1,424	0,317
2	Sesudah	6,33	1,414	

Tabel diatas menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi rata-rata frekuensi emesis gravidarum sebelum perlakuan terapi akupresur yaitu sebesar 6,67, sedangkan sesudah perlakuan terapi akupresur sebesar 4,33, nilai p-value 0,010 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi terdapat pengaruh, sementara tidak terdapat pengaruh pada kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan yang rata-ratanya adalah 6,44 dan rata-rata setelah adalah 6,33 dengan p-value 0,317, berarti tidak ada pengaruh pada kelompok kontrol.

Tabel 4. Hasil uji *Man-Whitney* pada kelompok intervensi dan kontrol

Kelompok	Mean	P-Value
Intervensi	6,83	0,024
Kontrol	12,17	

Tabel 4 menunjukkan hasil uji *Man-Whitney* dengan nilai p-value $0,024 < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan nilai PUQE emesis gravidarum pada kelompok intervensi dengan nilai PUQE emesis gravidarum pada kelompok kontrol.

4. PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan selama 4 (empat) hari, dan tidak ada kendala yang dihadapi, semua sampel terkumpul 100% dan tidak ada yang drop out. Berdasarkan hasil penelitian kelompok intervensi terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan sesudah perlakuan akupresur titik P6 dengan nilai p lebih rendah dari nilai alpha (0,01). Hal ini terjadi karena pada kelompok intervensi dilakukan terapi akupresur di pagi hari selama 7 menit secara rutin selama 4 hari, sedangkan untuk kelompok kontrol tidak ada pengaruh sebab tidak ada dilakukan terapi akupresur.

Selama kehamilan akan mengalami reaksi yang berkaitan dengan perubahan fisik seperti mual dan muntah. Hal ini biasanya terjadi pada minggu ke-5 kehamilan dan memuncak pada minggu ke-8 hingga ke-12 kehamilan dan berakhir pada minggu ke-16 hingga ke-18 kehamilan (Handayani, 2022). Penurunan frekuensi mual muntah setelah terapi akupresur P6 pada penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Ana Mariza, Lia Ayuningtias (2019) yang menyatakan bahwa adanya penurunan frekuensi mual muntah setelah diberikan pengobatan akupresur P6 yang terletak 3 jari dibawah pergelangan tangan 7 menit setiap pagi dilaksanakan selama 4 hari. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Renityas (2019) yang menemukan bahwa ibu hamil mengalami penurunan emesis gravidarum pada trimester pertama setelah akupresur. Hasil uji p-value di Puskesmas Sanawentan Blitar sebesar $0,000 < \alpha$ (0,005) menunjukkan

pengaruh akupresur pada P6 dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I. Penelitian Eka Meiri (2018) menunjukkan 10 responden mengalami mual muntah ringan sebelum dilakukan intervensi dan 5 responden mengalami mual muntah ringan. Setelah dilakukan intervensi, 12 responden tidak mengalami mual muntah dan 3 responden mengalami mual muntah ringan.

Penurunan mual muntah pada ibu hamil setelah mendapat terapi akupresur dapat disimpulkan dari nilai p-value Uji Wilcoxon sebesar $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Menurut hasil penelitian Handayani (2022) rata-rata sebelum perawatan akupresur adalah 15,00 (kategori sedang) dan rerata setelah perawatan akupresur sebesar 8,43 (kategori ringan). Disimpulkan bahwa akupresur dapat mengurangi mual muntah pada ibu hamil di PMB Suparsih Amd.Keb. Kecamatan Masaran, Kabupaten Sragen dan dengan uji Wilcoxon signed rank test diperoleh p-value $0,000 < 0,05$.

Menurut asumsi peneliti, pengobatan akupresur pada titik p6 dapat mengurangi frekuensi muntah. Akupresur ini dilakukan selama 4 hari, ternyata mampu mengurangi frekuensi emesis gravidarum. Yang awalnya ditemukan masih ada ibu yang kategorinya mual muntah sedang menjadi kategori mual muntah ringan. Beberapa responden menyatakan bahwa setelah dilakukan pijat akupresur P6, responden merasa lebih rileks dan mual muntah berkurang. Dan pijat akupresur ini dapat dilakukan kembali oleh responden disaat keluhan mual muntah datang, dikarenakan responden sudah diajarkan untuk melakukan pijat akupresur sendiri dengan prosedur dan indikasi dari tindakan.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terapi dengan akupresur trimester 1 dapat menurunkan mual muntah pada ibu hamil. Hasil penelitian membuktikan bahwa pemberian terapi akupresur titik p6 dapat mengurangi keluhan emesis

gravidarum sehingga ibu hamil dapat melakukan aktivitas dengan nyaman dan janin mendapatkan nutrisi yang cukup dan baik. Selain itu ada harapan bahwa petugas kesehatan lainnya dapat menggunakan akupresure titik p6 pada pasien dengan gejala muntah.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes, M. (2018). Profil Kesehatan Kota Medan Tahun 2018. Medan.
- Eka Meiri, N. K. (2018). Pengaruh Akupresur Pada Titik Nei Guan, Zu Sanli dan Gongsun Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Afah Fahmi A.Md.Keb Surabaya. *Jurnal Medika Respati*, 7-12.
- Handayani, W. (2022). Pengaruh Tindakan Akupresur Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil di PMB Suparsih Amd.Keb Masaran. *Jurnal Kebidanan*.
<https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/2703/1/ARTIKEL%20WAHYU%20HANDAYANI.pdf>.
- Kemenkes, RI. (2017). Profil Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2017.
- Mariza, A. Ayuningtyas, Lia. (2019). Penerapan Akupresur pada Titik P6 Terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 3, No. 1. 218-224.
- Ozgoli, g. &. (2018). Effects of Complementary Medicine on Nausea and Vomiting and Pregnancy: a Systematic Review. *International Journal of Preventive Medicine*, 1-10.
- Renityas, N. (2019). Pengaruh Titik Nei Guan (P6) Terhadap Pengurangan Keluhan Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Sanawetan Blitar. *Juke Vol.3 No.1*.
- Septa, Adelia Fera. HS Sari, SA. Dewi, Nia Risa. (2021). Penerapan Akupresure pada Ibu Hamil Trimester I untuk Mengatasi Mual dan Muntah di Wilayah Kerja Puskesmas Metro. *Jurnal Cendekia Muda*. Vol. 1 No.4.
- Sharma, N. (2017). Nausea and Vomiting in Pregnancy. *International Journal of Research and Review Vol 4 No 4* , 48-51.

Handayani, Wahyu. (2022). Pengaruh Tindakan Akupresure Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil di PMB Suparsih. <https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/2703/1/ARTIKEL%20WAHYU%20HANDAYANI.pdf>.