

**AKUPRESUR UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER I: *LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang



Disusun Oleh :

AGUS SETYAWAN

19.0603.0009

**PRODI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2025**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehamilan merupakan bagian dari kehidupan yang terjadi pada seorang ibu dengan kondisi fisiologis yang mengalami pembuahan sel telur oleh sperma diikuti oleh perkembangan embrio dan janin didalam rahim yang dapat menyebabkan beberapa keluhan dan perubahan sesuai dengan usia kehamilannya. Salah satu keluhan yang dialami oleh ibu hamil yaitu *emesis gravidarum/morning sickness/mual muntah* (Suhartini et al., 2021).

Di Indonesia, Sebanyak 50-90% ibu hamil mengalami mual muntah/*morning sickness* dalam usia kehamilan trimester 1 (1-12 minggu). Mual muntah biasanya terjadi di pagi hari dan bisa timbul kapan saja dan juga di malam hari. Keluhan ini merupakan kejadian fisiologis, apabila tidak segera di tindak lanjuti dapat menyebabkan kondisi patologis yang mengakibatkan komplikasi seperti dehidrasi dan malnutrisi (Fitriana, 2021). Upaya untuk mengatasi keluhan pada ibu hamil yaitu dengan pengobatan non farmakologis yang sebelumnya sudah banyak diterapkan. Alasan memilih pengobatan non farmakologis dibandingkan dengan pengobatan farmakologis antara lain yaitu: harganya lebih murah, sederhana, efektif, mudah dilakukan, dan tidak ada efek samping yang merugikan. Penerapan secara non farmakologis yang dapat diterapkan diantaranya yaitu akupresur, aroma terapi, dan relaksasi nafas dalam (Zaen et al., 2019). Akupresur merupakan salah satu tindakan/terapi non farmakologis yang dilakukan dengan cara melakukan penekanan pada titik-titik tertentu sehingga dapat membantu mengontrol ketidaknyamanan selama masa kehamilan seperti mual muntah (Candra et al., 2020).

Beberapa penelitian terdahulu mengenai pengaruh akupresur yang sudah dilakukan di Yogyakarta tahun 2022 pada ibu hamil trimester 1 dengan keluhan mual muntah, setelah diberikan akupresur pada titik perikardium 6 (*Neiguan*) selam 10 menit pada kedua pergelangan tangan dengan total periode perawatan sekitar 60 menit dengan durasi 7 menit/ hari didapatkan hasil adanya penurunan

frekuensi mual muntah dengan hasil p value 0.001 yang artinya berhasil dalam menurunkan mual muntah (Venny et al., 2022).

Penelitian di Medan tahun 2019 didapatkan hasil bahwa akupresur mempunyai hasil yang cukup baik. Selain itu penelitian tentang akupresur untuk mual muntah dilakukan dengan melakukan uji silang dengan menggunakan akupresur unilateral, bilateral dan plasebo (melakukan akupresur tidak tepat pada titik P6), masing-masing selama tiga hari dan ditemukan pengurangan mual dan muntah kehamilan sebesar 56-69% pada kelompok yang menggunakan akupresur dan pengurangan sebesar 29-31% pada kelompok yang menggunakan plasebo. Masyarakat China beranggapan bahwa terjadi ketidakseimbangan energi dalam tubuh ibu karena tubuhnya beradaptasi dengan perubahan yang terjadi saat kehamilan. Dengan akupresur pada terutama titik perikardium 6 dan titik ST32 maka ketidakseimbangan dalam tubuh ibu dapat di atasi (Zaen et al., 2019). Terdapat 1201 artikel yang membahas tentang akupresur untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil.

Berdasarkan uraian diatas, dapat di simpulkan bahwa penelitian tentang teknik akupresur dengan melakukan penekanan-penekanan yang dilakukan pada titik-titik tertentu menjadi salah satu alternatif pengobatan untuk mengontrol mual muntah pada ibu hamil telah banyak dilakukan. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan *literatur review* terkait topik tersebut. Keuntungan dari teknik akupresur ini adalah mampu dengan mudah mengontrol pada saat mengalami morning sickness/mual muntah selama kehamilan.

Dari latar belakang di atas dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi akupresur berpengaruh terhadap mengatasi intensitas pada mual muntah, sehingga perlu dilakukan *literatur review* untuk mengatasi pengaruh akupresur terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester 1.

B. Rumusan Masalah

Kehamilan merupakan kondisi krisis yang di alami oleh ibu hamil karena ibu hamil akan mengalami perubahan pada fisiknya. Mual muntah yang dirasakan ibu hamil dapat mengganggu aktivitas yang dilakukan ibu hamil. Penanganan mual

muntah pada ibu hamil dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi, salah satunya yaitu terapi akupresur. Alternatif penatalaksanaan terapi akupresur pada ibu hamil sering dilakukan dengan cara penekanan/pemijatan pada titik-titik tertentu.

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, dapat ditarik rumusan masalah *literatur review* adalah: Bagaimana pengaruh tindakan terapi akupresur terhadap mual muntah yang dialami ibu hamil?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum studi *literatur review* ini adalah menganalisis efektivitas akupresur untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus studi *literatur review* adalah:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden diantaranya: usia/umur, pendidikan, pekerjaan, paritas, dan usia kehamilan.
- b. Mengidentifikasi titik dan metode akupresur yang digunakan untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil.
- c. Mengidentifikasi tools yang digunakan untuk menilai mual muntah pada ibu hamil.
- d. Menganalisis pengaruh terapi akupresur terhadap mual muntah pada ibu hamil.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan ilmiah mengenai penatalaksanaan non farmakologi dengan teknik akupresur untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengembangkan desain, teknik dan lain sebagainya untuk penelitian selanjutnya.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan dan metode-metode penatalaksanaan non farmakologi untuk mengurangi mual muntah

dengan teknik akupresur serta dapat menjadi pertimbangan lagi akademisi untuk meneliti lebih jauh penerapan teknik akupresur sebagai pilihan pengobatan.

3. Bagi Ilmu Keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi acuan tentang penerapan teknik akupresur dapat dilakukan ibu hamil untuk mengurangi mual muntah.

4. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang terapi akupresur untuk mengatasi mual muntah selama kehamilan supaya tidak mengganggu kegiatan sehari-hari.

5. Target Luaran

Target luaran dari penelitian ini adalah memberikan pemahaman mengenai akupresur yang dimanfaatkan sebagai penurunan mual muntah pada ibu hamil agar tidak mengganggu kegiatan sehari-hari selama kehamilan. Laporan dari hasil penelitian ini akan dipublikasikan menjadi artikel ilmiah pada Borobudur Nursing Review atau Proceedings Nasional.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kehamilan

1. Definisi Kehamilan

Kehamilan adalah suatu kejadian yang menyebabkan berbagai perubahan antara lain yaitu : perubahan fisik, perubahan emosi, dan perubahan peran. Rata-rata ibu hamil merasakan suatu kebahagiaan tersendiri setelah dinyatakan positif hamil dan adapula yang merasa syok sekaligus menyangkal (Sulistyowati, 2022). Kehamilan merupakan proses fisiologis bagi ibu, berbagai keluhan dapat terjadi dan merupakan hal yang bersifat fisiologis tetapi bila tidak segera di tindak lanjuti dengan baik dapat menimbulkan komplikasi (Retno, 2022). Dalam hal ini juga merupakan masa yang berawal dari proses konsepsi hingga lahirnya janin, yang dimana seiring perkembangan uterus pusat gravitasi akan berpindah kearah depan sehingga memaksa peregangan otot pada bagian pinggang maupun punggung (Indaryani et al., 2022). Adaptasi Fisiologis dan Adaptasi Psikologis Kehamilan trimester 1 yaitu (Pitriawati et al., 2022) :

a. Adaptasi Fisiologis

- 1) Uterus akan membesar pada bulan pertama karena pengaruh hormon estrogen dan progesteron.
- 2) Serviks uteri pada kehamilan juga mengalami perubahan karena hormon estrogen.
- 3) Ovarium pada awal kehamilan masih terdapat korpus luteum gravidarum dengan diameter 3 cm, kemudian mengecil setelah plasenta terbentuk
- 4) Kulit dinding perut akan mengalami perubahan warna menjadi kemerahan, dan kusam.
- 5) Payudara : Payudara akan terasa lebih lunak selama awal kehamilan. Setelah bulan kedua payudara akan bertambah ukuran dan vena dibawah kulit akan lebih terlihat. Putting payudara juga akan bertambah besar tegak dengan warna kehitaman.

2. Adaptasi Psikologis Kehamilan trimester 1 (Pitriawati et al., 2022).

Pada trimester 1 biasanya dianggap sebagai periode penyesuaian. Hal ini karena ibu hamil harus melakukan penyesuaian terhadap kondisi yang sekarang dialami

yaitu mengandung. Kurang lebih 80% mengalami kekecewaan, penolakan, depresi, dan kesedihan. Akan tetapi bagi ibu hamil yang sebelumnya sudah merencanakan kehamilan maka ibu hamil akan merasakan kebahagiaan. Pada trimester ini hasrat seksual pada ibu hamil juga berbeda-beda, kebanyakan hasrat seksual pada ibu hamil pada semester ini akan menurun dikarenakan terjadinya penurunan libido.

3. Perubahan Pada Saat Kehamilan (Aisyah & Lestari, 2021).

a. Perubahan Fisik

- 1) Payudara terasa lebih penuh
- 2) Kulit mengalami *stretch mark* terutama dibagian perut

b. Perubahan Emosi

Perubahan emosional pada ibu hamil biasanya terjadi pada saat usia kehamilan 6-10 minggu.

c. Perubahan Sikap

Perubahan sikap pada ibu hamil seperti lebih mudah menangis, marah, dan cenderung lebih sensitif.

4. Keluhan Pada Saat Kehamilan

Perubahan-perubahan yang dialami oleh ibu hamil dapat menyebabkan rasa ketidaknyamanan pada ibu hamil sehingga seringkali menyebabkan keluhan. Keluhan yang dialami oleh ibu hamil pada trimester 1(1-12 minggu) adalah mual muntah (Sumarni et al., 2023). Mual muntah biasanya terjadi pada saat pagi hari, akan tetapi ada juga yang timbul setiap saat dan malam hari (Suhartini et al., 2021).

B. Mual Muntah Pada Ibu Hamil

1. Definisi Mual Muntah Pada Ibu Hamil

Mual adalah perasaan tidak nyaman diikuti dengan rasa ingin muntah yang sering dirasakan pada perut bagian atas. Hal ini dapat muncul tanpa mengeluarkan isi di dalam lambung dan biasanya disertai dengan pusing, keringat dingin, dan rasa lemah (Sari et al., 2023). Sedangkan muntah merupakan kondisi dimana pengeluaran isi pada lambung melalui mulut yang diakibatkan adanya kontraksi kuat yang terjadi di otot bagian perut dan lambung. Mual muntah sering terjadi

dalam kondisi medis tertentu, misalnya pada saat kehamilan trimester pertama yang sering disebut dengan *morning sickness* (Jannah et al., 2024).

2. Faktor Penyebab Mual Muntah Pada Ibu Hamil

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan mual muntah pada ibu hamil (Risqiana et al., 2022) meliputi:

a. Faktor Predisposisi

1) Riwayat mual muntah pada kehamilan sebelumnya

Memiliki riwayat mual muntah pada kehamilan sebelumnya, sehingga memicu terjadinya mual muntah pada ibu hamil.

2) Riwayat penyakit *gastrointestinal* (gastritis)

Memiliki riwayat asam lambung berlebih sehingga mampu memicu mual muntah pada ibu hamil.

b. Faktor Kehamilan

1) Hyperemesis gravidarum

Merupakan mual muntah berat yang membutuhkan perawatan medis.

2) Kehamilan ganda

Kehamilan ganda dapat menambah tingkat mual muntah pada ibu hamil.

3) Kehamilan dengan komplikasi (preeklamsi)

Kondisi yang mampu memicu tekanan darah sehingga menyebabkan mual muntah pada ibu hamil.

c. Faktor Hormonal

1) Adanya perubahan pada hormon estrogen dan progesteron

Perubahan pada hormon tersebut berpengaruh pada sistem pencernaan yang dapat menyebabkan mual muntah pada ibu hamil.

2) Peningkatan hormon HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*)

Hormon ini akan diproduksi setelah terjadinya implantasi embrio yang dapat menyebabkan mual muntah pada ibu hamil.

d. Faktor Psikologis

1) Stres/depresi dan kecemasan

Kondisi ini dapat memperburuk gejala mual muntah pada ibu hamil.

2) Ketakutan/kekhawatiran

Hal ini dapat menyebabkan stres sehingga memicu mual muntah pada ibu hamil.

3) Perubahan emosi

Perubahan ini dapat terjadi selama kehamilan dan berpengaruh pada sistem pencernaan ibu hamil.

3. Pengobatan Mual Muntah Pada Ibu Hamil.

a. Pengobatan Farmakologi (Retno, 2022).

1) Antiemetik (obat penahan muntah)

Obat ini berfungsi untuk menghambat pusat yang menyebabkan muntah yaitu otak dan juga mampu mengurangi iritasi pada saluran pencernaan.

2) Obat pengatur asam lambung seperti :

Antasida, omeprazol, famotidin.

Dampak pengobatan ini yaitu mual muntah menurun dengan efek pusing, kelelahan bahkan diare dan resiko dehidrasi berkurang dengan efek ketergantungan obat

b. Pengobatan non Farmakologi (Ritawani Hasibuan & Filliana Martin, 2021).

1) Akupresur

Pemberian teknik akupresur pada titik P6 (*Neiguan*) dan ST32 (*Futu*) mampu mengurangi perasaan mual muntah.

2) Aromaterapi

Pemberian aromaterapi yang tepat mampu meredakan kondisi mual muntah dengan cara menghirup minyak esensial seperti minyak jahe atau lavender.

3) Relaksasi nafas dalam

Relaksasi nafas dalam termasuk teknik dalam mengatasi berbagai keluhan seperti mual muntah, stres, dan kecemasan serta meningkatkan sirkulasi darah (Astuti & Bangsawan, 2019).

4. Tools Penilaian Mual Muntah Pada Ibu Hamil

Terdapat beberapa tools/instrumen untuk melakukan penilaian skala mual muntah pada ibu hamil (Inayati et al., 2024) yaitu:

a. PUQE (*Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea*)

PUQE merupakan suatu alat yang sering digunakan dalam melakukan penilaian skala mual muntah terutama pada ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*. Skala ini terdiri dari 2 bagian yaitu:

1) Frekuensi mual muntah

Dalam waktu 24 jam terakhir seberapa sering ibu hamil mengalami mual muntah, dengan opsi jawaban “tidak pernah” sampai dengan “sepanjang waktu”.

2) Kemampuan untuk berfungsi secara normal

Seberapa pengaruh mual muntah yang dirasakan ibu hamil terhadap kegiatan sehari-hari, dengan opsi jawaban “tidak ada gangguan” sampai dengan “ada gangguan”. Skor PUQE dihitung dengan menjumlahkan jumlah dari 2 bagian diatas untuk menentukan derajat skala mual muntah yang dialami:

- a) Nilai skor 6-12: skala ringan
- b) Nilai skor 13-15: skala sedang
- c) Nilai skor 16-21: skala berat

b. RINVR (*Rhodes Index of Nausea, Vomiting, and Recthing*)

RINVR merupakan alat/intsrumen yang valid dan reliabel untuk melakukan penilaian terhadap intensitas mual muntah dan regurgitasi (recthing) pada ibu hamil.

c. VAS (*Visual Analog Scale*)

VAS merupakan alat atau intrumen penilaian dengan kriteria sederhana dan juga efektif untuk digunakan untuk melakukan penilaian mual muntah. Skala ini cukup dilakukan dengan cara memberikan tanda berupa garis lurus dengan 2 titik ekstrem unutupuk mengetahui tingkat mual muntah yang dirasakan oleh ibu hamil. Dengan opsi jawaban “tidak ada mual” sampai dengan “mual berat”.

d. ESAS (*Edmonton Symptom Assessment Scale*)

ESAS merupakan sebuah alat penilaian yang digunakan untuk mengukur berbagai gejala salah satunya yaitu mengukur derajat mual muntah pada ibu hamil. Skala ESAS dapat ditentukan dari skor 0-10:

- 1) 0 yang artinya tidak terdapat gejala
- 2) 10 yang artinya gejala berat

e. NVP (*Nausea and Vomiting in Pregnancy*)

NVP juga merupakan alat atau instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat keparahan mual muntah pada ibu hamil dengan berdasarkan frekuensi serta dampak terhadap kegiatan sehari-hari. Kategori penilaian NVP meliputi:

- 1) Ringan: mual muntah frekuensi serta dampak yang ringan
- 2) Sedang: mual muntah frekuensi serta dampak yang ringan
- 3) Berat: mual muntah frekuensi serta dampak yang ringan

5. Dampak Mual Muntah Pada Ibu Hamil

Mual muntah yang terjadi pada ibu hamil memiliki dampak terhadap fisik dan dapat mengganggu kegiatan sekaligus kualitas hidup sehari-hari. Berikut beberapa dampak yang sering dialami oleh ibu hamil pada saat mengalami mual muntah (Ritawani Hasibuan & Filliana Martin, 2021):

a. *Hipermesis Gravidarum*

Pada kondisi ini mual muntah yang berlebih dapat menyebabkan malnutrisi, dehidrasi, dan ketidakseimbangan elektrolit sehingga dibutuhkan perawatan medis supaya tidak mengganggu perkembangan janin.

b. Gangguan kualitas hidup

Dalam hal ini ibu hamil sering merasakan kelelahan yang berlebih sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari.

c. Gangguan tidur

Mual muntah pada ibu hamil biasanya terjadi pada pagi hari tetapi sering berlanjut sepanjang waktu sehingga kualitas tidur dapat terganggu dan menyebabkan kelelahan.

C. Akupresur Pada Ibu Hamil

1. Definisi Akupresur Pada Ibu Hamil

Akupresur merupakan salah satu terapi non farmakologis yang dapat dilakukan dengan cara menerapkan rangsangan/penekanan-penekanan pada suatu titik tertentu dengan menggunakan satu atau dua jari baik dengan intensitas ringan maupun sedang (Prabandani et al., 2021). Akupresur merupakan pengobatan yang berasal dari cina dan merupakan perkembangan terapi pijat yang memiliki teknik atau prinsip kerja yang sama dengan akupunktur, yaitu dilakukan pada titik-

titik yang sama dengan titik akupuntur namun pemijatan yang dilakukan dengan menggunakan jari tangan yang dapat menstimulasi hormon endorfin dan opioid sehingga mampu mengontrol rasa nyeri (Risqiana et al., 2022). Akupresur merupakan salah satu bentuk dari fisioterapi dengan cara memberikan stimulasi pada titik-titik khusus pada bagian tubuh. Terapi akupresur merupakan tindakan yang sangat sederhana dan efektif dalam mengatasi keluhan seperti mual muntah selama kehamilan yang dirasakan oleh ibu hamil (Rahmawati et al., 2019).

2. Manfaat Akupresur Pada Ibu Hamil (Sunarto, 2021).

- a. Mampu mengurangi mual muntah pada ibu hamil karena tidak memiliki efek samping.
- b. Melancarkan aliran energi vital pada tubuh.
- c. Melancarkan peredaran darah pada tubuh.
- d. Mampu membantu mengeluarkan hormon endorfin yang mampu memberikan efek relaksasi.

3. Kekurangan Akupresur Pada Ibu Hamil

Kekurangan dari terapi tersebut yaitu hanya dapat dilakukan oleh tenaga profesional, apabila bila ingin melakukan sendiri harus diawasi dengan tenaga profesional supaya bisa mengetahui titik akupresur yang tepat sehingga mampu mendapatkan hasil yang diinginkan (Indaryani et al., 2022).

4. Tatalaksana Akupresur Pada Ibu Hamil

Tata laksana akupresur dilakukan dengan pemijatan searah jarum jam sebanyak 30 putaran selama 3-5 menit. Ketika memijat sebaiknya menggunakan kekuatan yang pas sehingga tidak terlalu kuat atau terlalu lemas. Pemijatan yang benar akan menciptakan sensasi rasa nyaman, rileks, pegal, panas, gatal, perih, kesemutan, dan lainnya. Jika sensasi tersebut tercapai di samping sirkulasi energi (*chi*) dan darah (*xue*) lancar, dan mampu merangsang hormon endorfin dan hormon sejenisnya yang menciptakan rasa tenang (Retno, 2023).

5. Titik Meridian

Meridian berasal dari kata *cing luo* yang artinya merupakan suatu sistem saluran yang membujur dan melintang, titik meridian tersebar diseluruh tubuh manusia. Fungsi dari meridian ini yaitu mewadahi *chi*, *jin-ye*, dan *xue* (darah) mengalir dan bersirkulasi. Didalam meridian terdapat titik-titik akupuntur sejumlah 361 titik.

Titik meridian terbagi menjadi 12 meridian utama dan 8 meridian istimewa, diantaranya sebagai berikut (Widyastuti et al., n.d.):

a. Titik Meridian Utama

- | | |
|--|-----------------------------------|
| 1) Meridian LV (<i>Liver</i>) | : berpengaruh pada hati |
| 2) Meridian LU (<i>Lung</i>) | : berpengaruh pada paru-paru |
| 3) Meridian GB (<i>Gall Bladder</i>) | : berpengaruh pada kantong empedu |
| 4) Meridian LI (<i>Large Intestine</i>) | : berpengaruh pada usus besar |
| 5) Meridian TH (<i>Triple Heater</i>) | : berpengaruh pada <i>sanjiao</i> |
| 6) Meridian ST (<i>Stomach</i>) | : berpengaruh pada lambung |
| 7) Meridian PC (<i>Pericardium</i>) | : berpengaruh pada perikardium |
| 8) Meridian SP (<i>Spleen</i>) | : berpengaruh pada limpa |
| 9) Meridian KI (<i>Kidney</i>) | : berpengaruh pada ginjal |
| 10) Meridian HT (<i>Heart</i>) | : berpengaruh pada jantung |
| 11) Meridian BL (<i>Bladder</i>) | : berpengaruh pada kandung kemih |
| 12) Meridian SI (<i>Small Intestine</i>) | : berpengaruh pada usus kecil |

b. Titik Meridian Istimewa

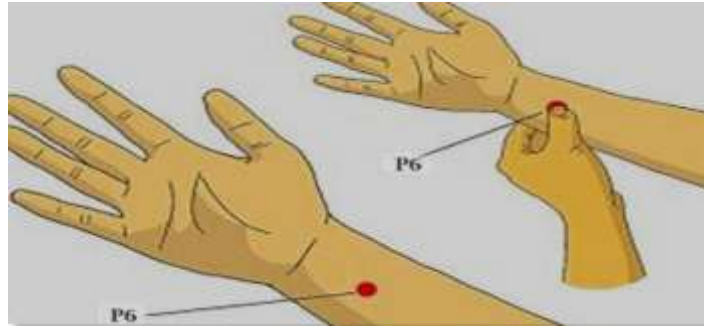
- 1) Meridian SI 3/*Du Mai* (leher, tengkuk, dan mata)
- 2) Meridian LU 7/*Ren Mai* (tenggorokan dan paru-paru)
- 3) Meridian SP 4/*Chong* (jantung)
- 4) Meridian GB 41/*Dai* (mata)
- 5) Meridian BL 62/*Yang-qiao* (kandung kemih, usus kecil, bahu, dan pundak)
- 6) Meridian KI 6/*Yin-qiao* (rongga dada)
- 7) Meridian PC 6/*Yin-wei* (lambung dan dada)
- 8) Meridian SJ 5/*Yang-wei* (pundak, leher, pipi, dan telinga)

6. Titik-Titik Akupresur Untuk Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil

Ada beberapa titik akupresur yang dapat dilakukan pada mual muntah menurut (Rahmah & Alfiyanti, 2021).

a. Titik P6 (*Neiguan*)

Titik P6 ini terletak dibagian dalam pergelangan tangan, sekitar 2 jari dari lebarnya diatas lipatan pergelangan tangan (3 cm diatas pergelangan tangan). Lakukan terapi akupresur menggunakan ibu jari/telunjuk dengan gerakan melingkar selama 1-3 menit.

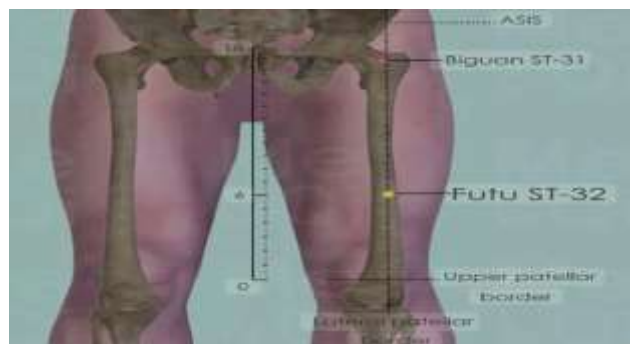


Gambar 2.1 Titik P6

(Rahmah & Alfianti, 2021)

b. Titik ST32 (*Futu*)

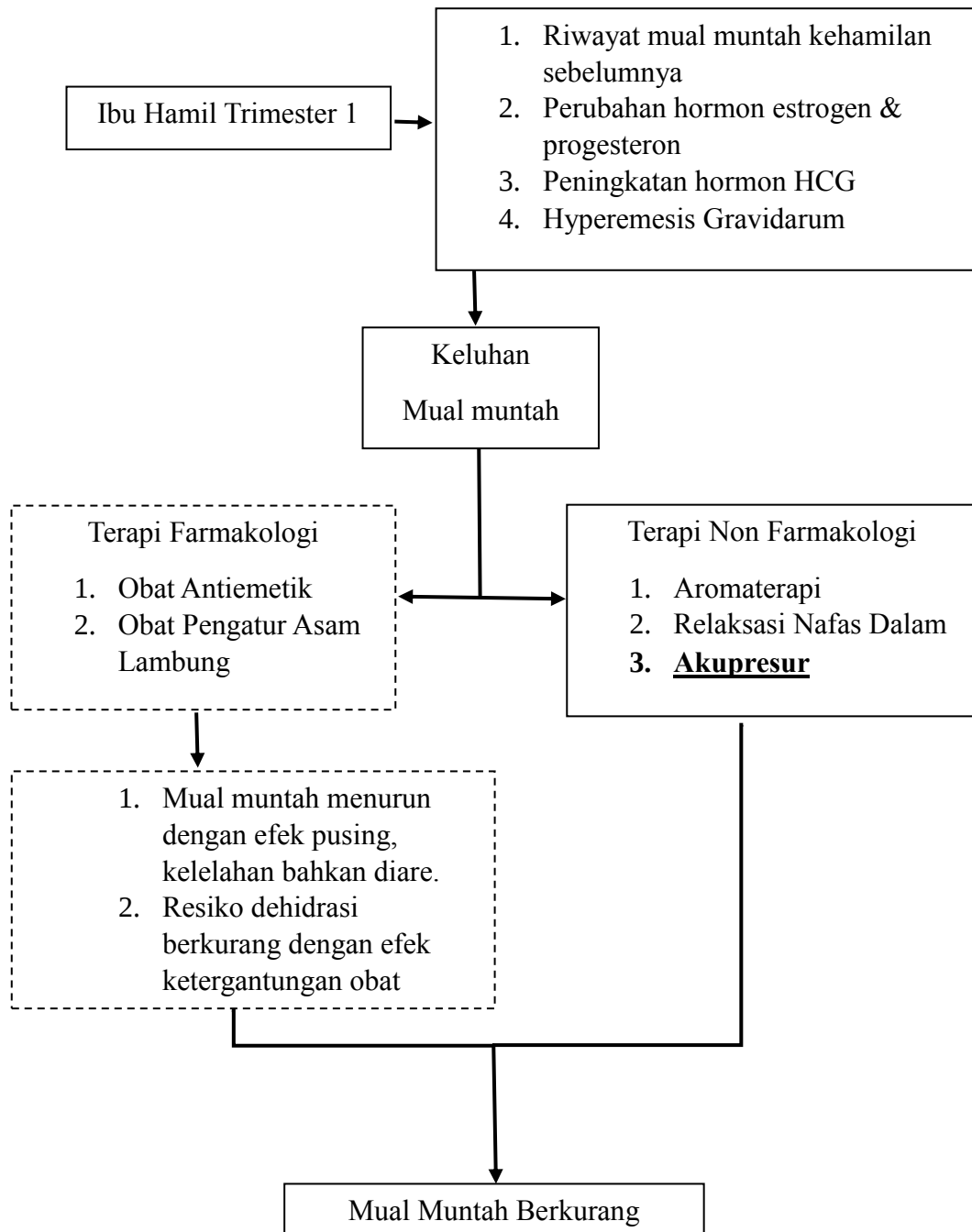
Titik ST36 terletak diatas paha sekitar 2 jari diatas lipatan paha.. Titik ST32 merupakan salah satu titik yang dapat digunakan untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil trimester I karena dengan dilakukan akupresur pada titik ini dapat merangsang sistem pencernaan dan juga sistem endokrin sehingga aliran darah dan keseimbangan hormon. Lakukan terapi akupresur dengan menekan titik ST32 dengan kekuatan yang pas, lakukan gerakan melingkar selama 1-3 menit.



Gambar 2.2 Titik ST32

(Rahmah & Alfianti, 2021)

D. Kerangka Teori



Keterangan: _____ : yang diteliti

----- : yang tidak diteliti

Gambar 2.3 Kerangka Teori

(Zaen & Ramadani, 2019)(Suhartini et al., 2021)(Sari et al., 2023)

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan metode *literatur review*. Studi *literatur review* adalah cara yang dipakai untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan pada sebuah topik tertentu yang bisa didapat dari berbagai sumber seperti jurnal, buku, internet, dan pustaka lain. Rangkuman menyeluruh dalam bentuk *literatur review* mengenai “Akupresur Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil”. Protokol dan evaluasi dari *literatur review* akan menggunakan PRISMA *checklist* untuk menentukan penyelesaian studi yang telah ditemukan dan disesuaikan dengan tujuan dari *literatur review*.

B. Database

Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel atau artikel yang relevan dengan topik dilakukan dengan database melalui *google scholar*. Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan PICOS *framework*, yaitu :

1. Population/problem

Populasi atau masalah yang ada dihasil analisis literatur review dengan menggunakan acuan artikel nasional maupun internasional yang membahas mengenai pemberian akupresur terhadap mual muntah ibu hamil trimester 1.

2. Intervention

Tindakan penatalaksanaan penelitian ini yaitu pemberian terapi akupresur pada ibu hamil yang digunakan untuk mengatasi mual muntah.

3. Comparison

Ada kelompok pembandingan dalam rancangan penelitian.

4. Outcome

Adanya penurunan mual muntah yang dirasakan ibu hamil setelah diberikan terapi akupresur.

5. *Study Design*

Artikel dengan desain penelitian eksperimental yaitu *quasy experiment*. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap hal lain dalam kondisi yang terkendalikan. Kemudian hasil penelitian akan dikonversikan ke dalam angka-angka, untuk analisis yang digunakan yaitu dengan analisis statistik.

C. Kata Kunci

Peneliti hanya menggunakan satu database dalam pencarian artikel, *Keyword* yang digunakan di situs *Google Scholar* yaitu “Akupresure pada ibu hamil dengan mual muntah”.

D. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

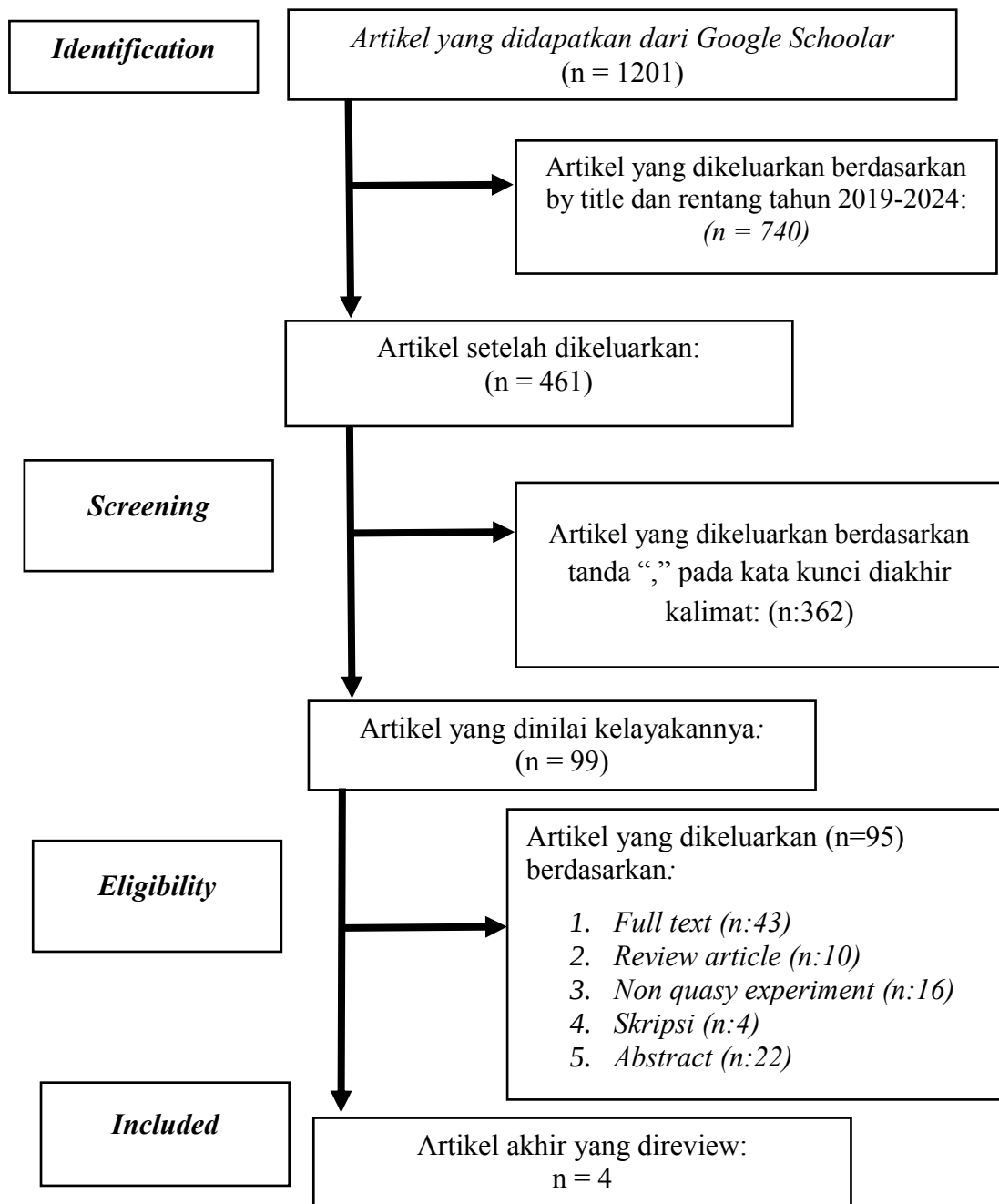
Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population / problem</i>	Ibu hamil dengan mual muntah.	Selain ibu hamil dengan mual muntah.
<i>Intervention</i>	Memberikan tindakan akupresur sesuai dengan mual muntah yang dialami oleh ibu hamil.	Memberikan tindakan selain akupresur seperti aroma terapi, relaksasi nafas dalam pada ibu hamil.
<i>Comparison</i>	Terdapat kelompok pembanding.	Tidak ada kelompok pembanding
<i>Outcome</i>	Adanya pengaruh tindakan akupresur terhadap penurunan mual muntah yang dialami ibu hamil.	Tidak ada pengaruh tindakan akupresur terhadap penurunan mual muntah yang dialami ibu hamil.
<i>Study design</i>	Quasy eksperimental	Non quasy eksperimental
Tahun terbit	Artikel yang terbit sejak 2019-2024	Artikel yang terbit sebelum tahun 2019 dan setelah 2024
Bahasa	Bahasa Indonesia	Selain bahasa Indonesia

E. Proses Seleksi Artikel

Proses pencarian artikel pada tanggal 24 Desember 2024 menggunakan *search engine Google Scholar* dengan *keyword* bahasa Indonesia “akupresur pada ibu hamil dengan mual muntah” ditemukan sebanyak 1201 artikel. Selanjutnya dilakukan identifikasi berdasarkan *by title* dan rentang tahun penerbitan artikel sejak 2019 sampai dengan tahun 2024 tersisa 461 artikel, selanjutnya dispesifikan lagi dengan menggunakan tanda “,” pada kata kunci di akhir kalimat diperoleh 99 artikel. Dari 99 artikel tersebut diperiksa *full text* (n=43) sehingga tersisa 57 artikel. Penulis kembali menyeleksi artikel berdasarkan *review article* (n=10), *non quasy eksperimen* (n=16) *skripsi* (n=4) dan *abstract* (n=22) sehingga tersisa 4 artikel. Seleksi yang telah penulis lakukan menghasilkan 4 artikel yang dapat digunakan dalam analisis literatur review ini yang akan di sajikan pada gambar diagram PRISMA berikut ini:

F. Diagram Prisma



Gambar 3.1 Diagram Prisma

(Candra et al., 2020)(Zaen & Ramadani, 2019)

G. Penilaian Kualitas

Analisis kualitas metodologi dalam setiap artikel ($n=4$) dengan *checklist* penilaian dengan beberapa pertanyaan untuk menilai kualitas dari artikel. Penilaian kriteria diberi nilai ‘ya’, ‘tidak’, ‘tidak jelas’/‘tidak berlaku’ dan setiap kriteria dengan skor ‘ya’ diberi satu poin dan nilai yang lainnya diberi poin nol, setiap skor artikel dijumlah kemudian dikalikan seratus dan dibagi sembilan. *Critical appraisal* untuk menilai artikel yang memenuhi syarat dilakukan oleh peneliti. Jika skor penelitian setidaknya 50% memenuhi kriteria *critical appraisal* dengan titik *cut-off* yang telah disepakati oleh peneliti, artikel dimasukkan kedalam kriteria inklusi. Pada skrining terakhir 4 artikel mencapai lebih dari 50% dengan nilai tertinggi adalah 89% sebanyak 3 artikel dan nilai terendah 78% sebanyak 1 artikel.

Assesment yang digunakan dalam menilai risiko bias *literatur review* pada metode penelitian masing-masing artikel terdiri dari;

1. Teori: Teori tidak sesuai, sudah kedaluwarsa dan kredibilitas yang kurang
2. Desain: Desain kurang sesuai dengan tujuan penelitian
3. Sampel: Ada 4 hal yang harus diperhatikan yaitu populasi, sampel, sampling, dan besar sampel yang tidak sesuai dengan kaidah pengambilan sampel.
4. Variabel: Variabel yang ditetapkan kurang sesuai dari segi jumlah, pengontrolan variabel perancu dan variabel reabilitas.
5. Instrumen: Instrumen yang digunakan tidak memiliki sensitivitas, spesifikasi, dan validitas reabilitas.
6. Analisis data: Analisis tidak sesuai dengan kaidah analisis yang sesuai dengan standar.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil literatur review yang dilakukan terhadap 4 artikel tentang akupresur untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester 1, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden pada 4 artikel adalah sebagai berikut: rata-rata usia ibu hamil adalah “21-35 tahun”, rata-rata pendidikan adalah “menengah”, rata-rata status pekerjaan adalah “tidak bekerja”, rata-rata paritas adalah “multigravida”.
2. Titik akupresur yang digunakan dari 4 artikel untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 yaitu titik P6 dan titik ST32. Titik akupresur yang paling dominan digunakan untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester 1 yaitu titik P6. Metode pemberian akupresur yang digunakan dari seluruh artikel yaitu dengan durasi 30 detik dan diulang selama 4 kali dengan total waktu 2 menit memutar searah jarum jam menggunakan ibu jari.
3. Tools yang digunakan pada keseluruhan artikel yaitu menggunakan PUQE (*Pregnancy Unique Quantification of Emesis*).
4. Terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberikan akupresur terhadap penurunan intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester 1 dibuktikan dengan *p-value* antara 0,000 sampai 0,025 dan nilai α 0,05 yang artinya $p < \alpha$.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti Lain:

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan desain penelitian dan teknik analisis yang lebih canggih mengenai penatalaksanaan non farmakologi dengan teknik akupresur untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I pada penelitian selanjutnya.

2. Bagi Instansi Pendidikan:

Bagi instansi pendidikan diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan dan metode-metode penatalaksanaan non farmakologi untuk mengurangi mual muntah dengan teknik akupresur serta dapat menjadi pertimbangan bagi akademisi untuk meneliti lebih jauh penerapan teknik akupresur sebagai pilihan pengobatan.

3. Bagi Ilmu Keperawatan:

Bagi ilmu keperawatan diharapkan mampu mengembangkan tentang penerapan teknik akupresur yang dapat dilakukan oleh ibu hamil trimester I dalam mengatasi mual muntah.

4. Bagi Masyarakat:

Bagi masyarakat diharapkan mampu meningkatkan tentang terapi akupresur untuk mengatasi mual muntah selama kehamilan supaya tidak mengganggu kegiatan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, P., & Lestari, N. C. A. (2021). Zona kebidanan – Vol. 11 No. 1 Desember 2020. *Hubungan Anemia Pada Ibu Melahirkan Dengan Kejadian Ketuban Pecah Dini*, 12(1), 1–7.
- Astuti, T., & Bangsawan, M. (2019). Aplikasi Relaksasi Nafas dalam terhadap Nyeri dan Lamanya Persalinan Kala I Ibu Bersalin di Rumah Bersalin Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 59. <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1359>
- Candra et al., (2020). Pengaruh Akupresur Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 56–61.
- Fitriana, A. (2021). *Pengaruh Akupresur Terhadap Hiperemesis Gravidarum dan Nyeri Persalinan pada Ibu Hamil dan Bersalin: Meta-Analisis*. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/89309/>
- Handayani, N., & Khairiyatul, R. K. A. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Di Praktek Mandiri Bidan Sidoarjo. *Embrio*, 11(2), 102–109. <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no2.a2046>
- Inayati, H. et al. (2024). *Copyright @ Nafatimah Gresik Pustaka Homepage : https://nafatimahpustaka.org/osadhawedyah Pengaruh Akupresur Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil The Effects Of Acupressure On Nausea And Vomiting In Pregnant Copyright @ Nafatimah Gresik Pustaka Homepage : . 2(2), 114–120.*
- Indaryani, I. et al. (2022). Efektivitas Akupresur dalam Mengurangi Rasa Nyeri Pinggang pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 5(1), 1–5. <https://doi.org/10.51851/jrmk.v5i1.324>
- Jannah, M. et al. (2024). Efektivitas Pemberian Akupresur terhadap Pengurangan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(3), 531–539. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4590>
- Masdinarsah, I. (2022). Akupresur Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 7(1), 45–51. <https://doi.org/10.33867/jaia.v7i1.302>
- Pitriawati et al., (2022). Adaptasi Fisiologis dan Psikologis Ibu Hamil untuk Tetap Sehat di Masa Pandemi Covid-19. *Society: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 9–14. <https://doi.org/10.37802/society.v3i1.214>
- Prabandani et al., (2021). Efektifitas Kompres Hangat Dan Akupresur Terhadap Nyeri Punggung Bagian Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Literature Review. *Jurnal.Poltekkes-Kemenkes*. Retrieved July 18, 2023, from <http://www.jurnal.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id/index.php/jmk/article/view/713>

- Prabandani, K. D. et al. (2021). Efektifitas Kompres Hangat Dan Akupresur Terhadap Nyeri Punggung Bagian Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Literature Review. *Jurnal Media Kesehatan*, 14(2), 155–165. <https://doi.org/10.33088/jmk.v14i2.713>
- Putria, E. et al. (2022). *Jurnal Health Reproductive Pengaruh Pemberian Terapi Komplementer Akupresur Di Titik P-6 Terhadap Kejadian Mual Dan Muntah Pada*. 7(1), 32–37.
- Rahmah, S., & Alfiyanti, D. (2021). Penurunan Mual Muntah Pasien Acute Limfoblastik Leukimia yang Menjalani Kemoterapi dengan Terapi Akupresur Pada Titik P6 (Neiguan) dan Titik ST36 (Zusanli). *Ners Muda*, 2(2), 37. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6262>
- Rahmawati et al., (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Dysmenorhea Diyah Tepi Rahmawati 1 ,Ronalen Br. Situmorang 2 , Syami Yulianti 3. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 4(2), 115–119. <https://jurnalbidankestrad.com/index.php/jkk/article/download/123/101>
- Retno. (2022). *Pengaruh Tindakan Akupresur Terhadap Mual Muntah Di Titik Pericardium 6 Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Penawar Jaya Kec . Banjar Margo*. 1, 1–8.
- Retno, (2023). Pelatihan Akupresur Dengan Aromaterapi Lavender Untuk Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Pencegahan Kek (Kekurangan Energi Kronis). *Jurnal Penamas Adi Buana*, 6(02), 139–146. <https://doi.org/10.36456/penamas.vol6.no02.a6133>
- Risqiana, A. et al. (2022). Literatur Review : Efektivitas Pijat Akupresur Terhadap Kejadian Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *VISIQUES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 21(2). <https://doi.org/10.33633/visikes.v21i2supp.5466>
- Ritawani Hasibuan, E., & Filliana Martin, R. (2021). Hubungan Penatalaksanaan Akupresur Titik P6. *Jurnal of Midwefery Sempena Negeri*, 1(1), 10–16.
- Safa'ati, Y. et al. (2023). Implementasi Relaksasi Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Di UPT Pkm Rawat Inap Alabio. *Health Research Journal of Indonesia (HRJI)*, 1(6), 280–284.
- Sari, I. D. et al. (2023). Pengaruh Akupresur terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Klinik Pratama Aisyiyah Medan Amplas Tahun 2022. *Malahayati Nursing Journal*, 5(4), 1253–1263. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i4.8879>
- Suhartini et al., (2021). Pengaruh Therapi Akupresur Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Satria Kota. *E-Journal.Sari-Mutiara.Ac.Id*. Retrieved July 18, 2023, from <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JRH/article/view/2475>
- Suhartini, S. et al. (2021). Pengaruh Therapi Akupresur Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Satria Kota Tebing Tinggi Tahun 2021. *Jurnal Health Reproductive*, 6(2), 49–59.

<https://doi.org/10.51544/jrh.v6i2.2475>

- Sulistyowati, D. I. D. (2022). Healing Acupressure Lr-3 on Blood Pressure and Anxiety Levels in Pregnant Women with Hypertension. *Eduvest - Journal of Universal Studies*, 2(7), 397–405. <https://doi.org/10.59188/eduvest.v2i7.487>
- Sumarni et al., (2023). Efektifitas Akupresur Titik Neiguan (PC6) Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di BPM Dwi Eni Kecamatan Sumbang Banyumas. *Jurnal.Stikesbch.Ac.Id*. Retrieved July 18, 2023, from <http://jurnal.stikesbch.ac.id/index.php/jurnal/article/view/86>
- Sunarto, C. E. A. (2021). Terapi Akupresur terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Ners Lentera*, 7(2), 18–26.
- Tanjung, W. W., & Nasution, E. Y. (2021). Akupresur Titik Perikardium 6 pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(1), 100–103. <https://jurnal.unar.ac.id/index.php/jamunar/article/view/359>
- Venny et al., (2022). *Pengaruh Terapi Akupresur dan Jahe Terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil : Systematic Literature Review*. 1(3), 216–225.
- Widyastuti, D. et al. (2019). Terapi Komplementer Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Tahun 2018. *Jurnal.Stikesmus.Ac.Id*. Retrieved July 18, 2023, from <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/view/248>
- Zaen et al., (2019). Pengaruh Pijat Akupresur terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019. *Jurnal.Uimedan.Ac.Id*. Retrieved July 18, 2023, from <https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/sintaks/article/view/921>
- Zaen, N. L., & Ramadani, D. (2019). Pengaruh Pijat Akupresur terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019. *Sintaks*, 1, 414–420. <https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/sintaks/article/view/921>