

Review Articles

Open Access

Efektivitas Pemberian Akupresur terhadap Pengurangan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I : Literature Review*The Effectiveness of Giving Acupressure to Reduce the Frequency of Nausea & Vomiting in First Trimester Pregnant Women : Literature Review*Muliatul Jannah¹, Kiki Hartati^{2*}, Yuli Astuti³^{1,2,3}Program Studi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung Semarang.*Korespondensi Penulis : kikihartati325@gmail.com**Abstrak**

Latar belakang: Kehamilan seringkali disertai dengan banyak masalah, yang paling umum adalah mual muntah, biasanya dimulai antara minggu ke-6 sampai 8 kehamilan dan berakhir sekitar minggu ke-12, namun pada beberapa wanita ada kemungkinan gejala dapat berlanjut hingga minggu ke-20. Mual muntah yang berlebih dapat mengakibatkan bayi memiliki berat badan lahir rendah dan mengalami kelahiran prematur. Akupresur merupakan terapi komplementer yang dapat meredakan mual muntah dan aman digunakan selama kehamilan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menelaah lebih dalam tentang efektivitas pemberian akupresur terhadap pengurangan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil.

Metode: Penelitian ini dilakukan dengan metode *Literatur review* dimulai dengan mengidentifikasi jurnal artikel yang relevan dengan kata kunci (*pregnant women, acupressure, nausea and vomiting, emesis gravidarum*). Penelusuran artikel menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris melalui data base seperti *Google Scholar* dan *PubMed*, yang dibatasi hanya terbitan 2017-2023. Artikel yang digunakan dalam penyusunan yaitu artikel nasional dan internasional berjumlah 10 artikel, yaitu 5 artikel nasional dan 5 artikel internasional.

Hasil: Hasil penyaringan dari 10 artikel terdapat pengaruh secara signifikan pemberian terapi akupresur pada titik Pericardium 6 yang mampu menurunkan mual muntah pada ibu hamil.

Kesimpulan: Mual muntah saat hamil tidak boleh diabaikan bahkan pada kasus ringan, perlu adanya deteksi dan penanganan dini untuk mengatasi mual muntah, jika tidak diobati sejumlah kecil kasus dapat berlanjut hingga persalinan dan berdampak juga pada janin. Hasil telaah dari 10 artikel menunjukkan terdapat pengaruh secara signifikan pemberian akupresur *pericardium 6* terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil.

Kata Kunci: Ibu Hamil; Akupresur; Mual dan Muntah; *Emesis Gravidarum*

Abstract

Introduction: Pregnancy is often accompanied by many problems, the most common of which is nausea vomiting, usually starting between the 6th to 8th week of pregnancy and ending around the 12th week, however in some women it is possible that symptoms may continue until the 20th week. Excessive nausea vomiting can cause the baby to have low birth weight and experience premature birth. Acupressure is a complementary therapy that can relieve nausea, vomiting and is safe to use during pregnancy.

Purpose: This study aims to examine more deeply the effectiveness of acupressure on reducing the frequency of nausea and vomiting in pregnant women.

Method: This study was conducted with the literature review method starting with identifying journal articles that are relevant to keywords (*pregnant women, acupressure, nausea and vomiting, emesis gravidarum*). Article searches use Indonesian and English through data bases such as *Google Scholar* and *PubMed*, which are limited to 2017-2023 publications. The articles used in the preparation are national and international articles totaling 10 articles, namely 5 national articles and 5 international articles.

Results: The screening results of 10 articles showed a significant effect on the administration of acupressure therapy at the point of Pericardium 6 which was able to reduce nausea vomiting in pregnant women.

Conclusion: Nausea vomiting during pregnancy should not be ignored even in mild cases, there is a need for early detection and treatment to overcome nausea vomiting, if left untreated a small number of cases can continue until labor and also have an impact on the fetus. The results of a review of 10 articles showed that there was a significant effect of giving acupressure *pericardium 6* on reducing the frequency of nausea vomiting in pregnant women.

Keywords: Pregnant Women; Acupressure; Nausea and Vomiting; *Emesis Gravidarum*

PENDAHULUAN

Kehamilan seringkali disertai dengan banyak masalah, yang paling umum adalah mual muntah, biasanya dimulai antara minggu ke-6 sampai 8 kehamilan dan berakhir sekitar minggu ke-12, namun pada beberapa wanita ada kemungkinan gejala dapat berlanjut hingga minggu ke-20. Studi melaporkan hampir 70 % ibu hamil di seluruh dunia mengalami mual muntah (1). Mual dan muntah pada kehamilan merupakan kondisi umum dengan tingkat prevalensi mual sebesar 50-80% dan muntah sebesar 50% (2). Menurut Kementerian Kesehatan RI, kejadian mual muntah pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 50% sampai 75% selama trimester pertama atau awal kehamilan (3). Ini adalah kondisi ringan dan bisa disembuhkan dengan sendirinya yang dapat dikendalikan dengan tindakan *konservatif* (4). Gejala mual muntah (*emesis gravidarum*) berkisar dari ringan hingga berat, dengan *hiperemesis gravidarum* pada tingkat yang paling parah (5). Mual dan muntah selama kehamilan dapat mengurangi nafsu makan dan mengubah keseimbangan elektrolit seperti kalium, kalsium, dan natrium, metabolisme tubuh berubah, dimana nutrisi yang memadai pada ibu hamil sangat diperlukan (6). Sedangkan ibu hamil dengan *hiperemesis gravidarum* dapat mengalami penurunan berat badan, dehidrasi, dan ketidakseimbangan elektrolit sehingga perlu dirawat di rumah sakit (7). Selain itu, dampak buruk pada janin dapat mengakibatkan keguguran, berat badan lahir rendah, kelahiran prematur dan cacat lahir. Wanita hamil dengan *hiperemesis gravidarum* memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap kejadian retardasi pertumbuhan *intrauterine (IUGR)* (8).

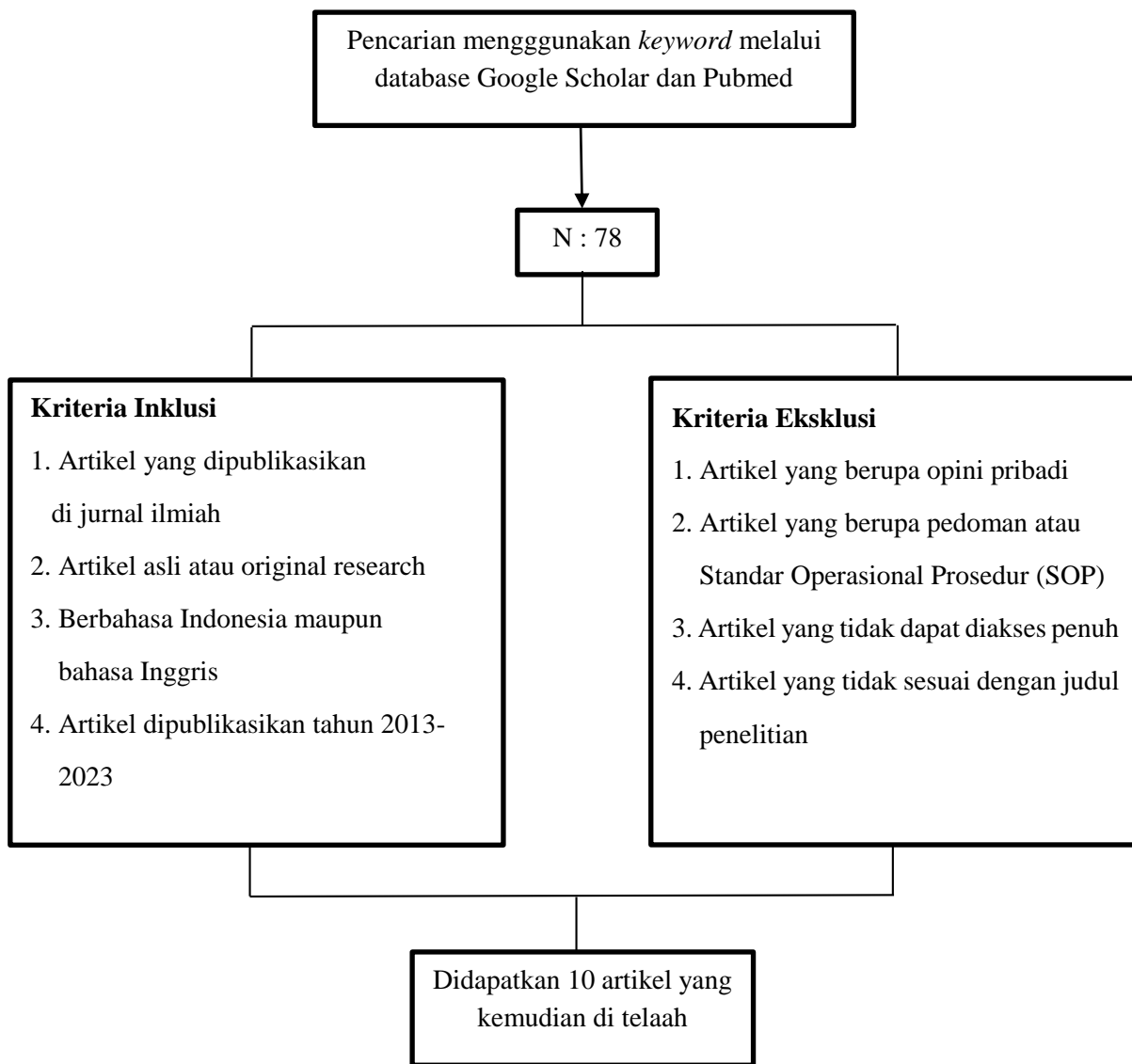
Penyebab utama mual muntah belum diketahui dengan jelas dan mungkin disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya perubahan *hormonal* yang mempunyai peran paling penting (9). Meskipun mual muntah pada kehamilan terbatas pada trimester pertama, sejumlah kecil kasus dapat berlanjut hingga persalinan (5). Mual muntah pada ibu hamil dikaitkan dengan peningkatan risiko stress, kecemasan dan depresi ibu, penurunan kualitas hidup, dan gangguan fungsi fisik dan sosial ibu (10). Sebuah penelitian membagi mual dan muntah pada kehamilan berdasarkan tingkat keparahannya dengan mengevaluasi durasi harian (kurang dari 1 jam pada kasus ringan dan lebih dari 6 jam pada kasus berat) dan untuk jumlah muntah/hari (2-4 kali untuk mual dan muntah ringan dan sedang pada kehamilan dan lebih dari lima kali pada kasus yang parah (11). Pilihan terapi sebagian besar tidak berubah selama beberapa dekade terakhir (12). Pilihannya termasuk obat *antiemetik parenteral*, pengisian *elektrolit*, dan dukungan nutrisi. Intervensi ditentukan dan disesuaikan berdasarkan frekuensi dan tingkat keparahan gejala (12).

Pengobatan mual muntah dapat dilakukan melalui farmakologi dan non farmakologi. Salah satu alternatif pereda mual muntah dalam kehamilan secara non-farmakologis yaitu menggunakan akupresur (13). Akupresur adalah metode pengobatan *non-invasif* yang melibatkan penerapan tekanan fisik pada titik akupunktur tertentu menggunakan ujung jari (14). Stimulasi tekanan pada titik akupunktur *Neiguan (Pericardium 6)* adalah metode yang sangat kuno dalam akupunktur Tiongkok, yang telah digunakan secara efektif untuk mengendalikan mual (15). Titik akupunktur *Pericardium 6 (P6)* terletak tiga lebar jari di bawah pergelangan tangan pada lengan bawah bagian dalam di antara dua tendon (15). Akupresur memberikan efek *analgesik* dan *antiemetik* melalui pelepasan dan modulasi *neuropeptida opioid* (16). Stimulasi titik akupresur mengaktifkan sumsum tulang belakang, otak tengah, dan *kelenjar pituitari* untuk melepaskan zat kimia saraf seperti *endorfin*, *serotonin*, dan *norepinefrin* yang dapat memblokir sinyal nyeri dan menghambat muntah (17). Banyak ibu hamil lebih memilih pengobatan komplementer karena efek sampingnya yang lebih rendah (18). Selain itu, pengobatan akupresur mudah diterapkan, nyaman, memiliki tingkat penerimaan pasien yang tinggi dan lebih hemat biaya (12). Penelitian yang dilakukan oleh Mady dkk (19) menunjukkan bahwa tingkat keparahan dan frekuensi mual dan muntah berkurang secara signifikan setelah diberikan intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol (*p-value* < 0,001), serta pemberian akupresur pada titik P6 terbukti aman dan tanpa efek samping.

Tujuan dari *literature review* ini untuk menelaah lebih dalam tentang efektivitas pemberian akupresur terhadap pengurangan frekuensi mual dan muntah (*emesis gravidarum*) pada ibu hamil yang terdapat kesesuaian dengan peneliti-peneliti sebelumnya dengan cara mereview beberapa penelitian.

METODE

Artikel ini ditulis dengan metode *literatur review*. *Literatur review* ini adalah serangkaian penelitian dengan metode pengumpulan data pustaka atau penelitian yang obyek penelitiannya dari beragam informasi kepustakaan. Artikel yang direview diperoleh dari database *Google Scholar* dan *PubMed* yang diambil dalam 6 tahun terakhir dari tahun 2017-2023. *Keyword* yang digunakan penulis adalah “*acupressure*” atau “akupresur”, “mual muntah” atau “*nausea vomiting*”, “ibu hamil”, dan “*emesis gravidarum*”. Artikel yang diperoleh dalam melakukan pencarian yaitu 78 artikel, tetapi setelah dilakukan telaah artikel dan disesuaikan dengan judul berjumlah 10 artikel dengan 5 artikel nasional dan 5 artikel internasional.



Gambar 1. PRISMA FlowChart

HASIL

Pemilihan artikel dilakukan untuk mendukung teori mengenai efektivitas terapi akupresur dalam mengurangi mual dan muntah dalam kehamilan. Artikel-artikel tersebut adalah artikel yang dipublikasikan di jurnal ilmiah, *open access*, tersedia *full text*, berbahasa Inggris maupun Indonesia. Artikel yang memenuhi kriteria *inklusi* dan *eksklusi* dianalisis, setelah dilakukan telaah berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan 10 artikel. Berikut merupakan 10 daftar artikel yang diekstraksi dalam bentuk tabel.

Tabel 1. Hasil Penelusuran Literatur tentang Akupresur sebagai Terapi Mual Muntah pada Ibu Hamil

No	Penulis/ Tahun	Judul	Metode	Sampel	Analisis Data	Hasil
1.	Aizura-Syafinaz Adlan, dkk. 2017	<i>Acupressure as adjuvant treatment for the inpatient management of nausea and vomiting in early pregnancy: A double-blind</i>	Penelitian ini menggunakan Uji coba terkontrol acak tersamar ganda	120 ibu hamil	Analisa data menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov, Uji-t Student dengan uji Mann-Whitney	Pemberian akupresur pada titik <i>Neiguan</i> (P6) selama 12 jam setiap hari selama tiga hari untuk pasien dengan <i>hiperemesis gravidarum</i> secara signifikan mengurangi gejala mual, muntah dan muntah dan <i>ketonuria</i> dan

		<i>randomized controlled trial</i>				menyebabkan pengurangan rawat inap di rumah sakit.
2.	Ana Mariza dan Lia Ayuningtias. 2019	Penerapan Akupresur Pada Titik P6 Terhadap <i>Emesis Gravidarum</i> Pada Ibu Hamil Trimester 1	Metode penelitian menggunakan quasy eksperimental (one group pretest-posttest)	30 Ibu hamil	Analisa data menggunakan uji t-test.	Hasil uji statistik didapatkan nilai <i>P-value</i> = 0.000 artinya terdapat Pengaruh pemberian akupresure titik P6 terhadap mual dan muntah pada ibu hamil TMI di BPM Wirahayu Panjang Tahun 2018.
3.	Maha M. Mady, dkk. 2019	<i>Effect of Acupressure on Nausea and Vomiting during Pregnancy</i>	Penelitian ini menggunakan uji coba kontrol acak sederhana	100 ibu hamil	Analisa data menggunakan Uji chi-square dengan uji-t berpasangan	Hasil penelitian menunjukkan penurunan frekuensi mual dan muntah yang sangat signifikan menurut <i>indeks Rhodes</i> setelah 7 hari pada kelompok penelitian dibandingkan kelompok kontrol (<i>p-value</i> $\leq 0,001$).
4.	Tara, Fatemeh et al. 2020	<i>The Effect of Acupressure on the Severity of Nausea, Vomiting, and Retching in Pregnant Women: A Randomized Controlled Trial</i>	Penelitian ini menggunakan uji coba terkontrol secara acak multi center.	90 Ibu hamil	Analisa data menggunakan . Uji chi-square Pearson, uji Kruskal-Wallis, dan Wilcoxon	Hasil penelitian menunjukkan setelah intervensi, ketiga kelompok berbeda secara signifikan pada hari kelima dalam hal frekuensi muntah, distres dari muntah, distres dari muntah, durasi mual, tekanan mual, jumlah muntah, frekuensi mual, dan frekuensi muntah ($p < 0,001$ untuk setiap sesi).
5.	Nadiah Fadhilah, dkk. 2020	Pengaruh Akupresur Titik <i>Perikardium 6</i> terhadap <i>Emesis Gravidarum</i> Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Berapak In 2020	Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan pre and post control group design.	26 ibu hamil	Analisa data menggunakan uji Mann-Whitney	Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan skor <i>emesis gravidarum</i> yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($p < 0,05$) yang berarti ada pengaruh pemberian akupresur titik <i>perikardium 6</i> berupa penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil yang diberikan intervensi dibandingkan dengan yang tidak diberikan intervensi.
6.	Rahma Kusuma Dewi dan Halimatus Saidah. 2020	<i>Effect Of Complementary Acupressure Therapy On Emesis Gravidarum In Pregnant Women Trimester I</i>	Metode penelitian yang digunakan adalah quasy experiment (one group pretest dan posttest)	16 ibu hamil	Analisa data menggunakan uji <i>Wilcoxon</i>	Hasil menunjukkan bahwa terdapat penurunan intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan nilai <i>P</i> 0,002, sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat pengaruh akupresur terhadap mual muntah pada ibu hamil.
7.	Ratna Dewi dan Noviyanti, 2021	Pengaruh Terapi Komplementer Akupresur Terhadap <i>Emesis Gravidarum</i> pada	Metode penelitian yang digunakan adalah quasy experiment (one	40 Ibu hamil	Analisa data menggunakan uji T Dependent test dan uji T Independent test.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi akupresur dalam menurunkan intensitas mual muntah pada ibu hamil

	Ibu Hamil Trimester 1		group pretest - posttest)			trimester I dengan nilai $p < 0,005$ yaitu nilai p didapat 0,008.
8.	Hastuti Marlina, Sherly Vermita Warlenda. 2022	<i>Pericardium 6 (PC6) Acupressure in Reducing the Frequency of Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women in the Work Area of Community Health Center X</i>	Metode penelitian menggunakan quasy eksperimental (one group pretest-posttest)	30 Ibu hamil	Analisa data menggunakan uji Wilcoxon dan uji Mann-Whitney	<p>Hasil uji analisis statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon diperoleh nilai p-value $0,001 < 0,05$, menunjukkan bahwa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah secara signifikan mengalami penurunan emesis gravidarum dengan pijat akupresur. Hal serupa juga terjadi pada kelompok kontrol.</p> <p>Untuk menilai ada tidaknya perbedaan frekuensi emesis gravidarum pada kelompok eksperimen dan kontrol digunakan uji Mann-Whitney diperoleh p-value sebesar $0,324 > 0,05$ artinya kelompok eksperimen yang diberikan pijat akupresur selama 30 menit dan kelompok kontrol yang diberikan pijat akupresur selama 5 menit tidak terdapat perbedaan. Dalam mengurangi frekuensi emesis gravidarum. Artinya kelompok eksperimen dan kontrol dapat menurunkan frekuensi emesis gravidarum sebelum dan sesudah diberikan pijat akupresur dengan lama yang berbeda.</p>
9.	Nor Azila Mohd Nafiah, dkk. 2022	<i>Effect of Acupressure at P6 on Nausea and Vomiting in Women with Hyperemesis Gravidarum: A Randomized Controlled Trial</i>	Penelitian ini menggunakan uji coba terkontrol secara acak parallel	90 ibu hamil	Analisa data menggunakan Uji Chi-square Pearson atau Independent T-test	<p>Hasil penelitian terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik dalam derajat mual dan muntah antara kelompok pada 8, 16, dan 24 jam pasca masuk ($p_8 \text{ jam} = 0,001$, $p_{16 \text{ jam}} = 0,006$ dan $p_{24 \text{ jam}} = 0,001$). Kebutuhan <i>antiemetik</i> dan laju pembersihan keton urin antara kedua kelompok juga signifikan secara statistik, masing-masing pada $p = 0,001$ dan $p = 0,02$. Tidak ada efek samping pada kedua kelompok. Akupresur P6 berkhasiat dalam mengurangi mual dan muntah pada wanita <i>hiperemesis gravidarum</i>.</p>
10.	Melike Pündük Yılmaz, dkk.	<i>Effect of Acupressure at PC6 on Nausea and Vomiting</i>	Penelitian ini menggunakan Uji coba kontrol secara acak.	74 ibu hamil	Analisa data menggunakan Uji chi-Square, Pearson, Uji	<p>Hasil penelitian didapatkan bahwa gelang akupresur yang digunakan dalam penelitian ini tidak meringankan gejala</p>

2023	<i>During Pregnancy: a Randomized Controlled Trial</i>	Kruskal-Wallis, dan Wilcoxon	dengan signifikansi statistik, gelang akupresur tersebut menurunkan skor mual dan muntah pada wanita hamil di kelompok eksperimen namun tidak pada wanita hamil di kelompok kontrol dengan $p\text{-value} < 0,05$.
------	--	------------------------------	--

PEMBAHASAN

Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual dan muntah selama trimester pertama kehamilan (20). Mual dan muntah saat hamil tidak boleh diabaikan bahkan pada kasus yang ringan, perlu adanya deteksi dan penanganan dini untuk mengatasi mual muntah, jika tidak diobati sejumlah kecil kasus dapat berlanjut hingga persalinan (5). Wanita hamil dapat mengalami tekanan fisik, sosial, dan psikologis akibat keluhan tersebut. Mual dan muntah yang berlebihan, bahkan pada kasus yang ringan sekalipun dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup (10). Penyebab utama mual muntah belum diketahui dengan jelas, namun seringkali dikaitkan dengan peningkatan *human chorionic gonadotropin* selama kehamilan (21). Sebagian besar wanita hamil tidak mengetahui bagaimana cara mengatasi keluhan mual muntahnya. Namun, jika mual dan muntah mengganggu aktivitas, klien harus dirawat di rumah sakit atau fasilitas terdekat dan diberi obat *anti-emetik* (22). Penggunaan obat pada ibu hamil harus dipertimbangkan karena banyaknya perubahan *farmakokinetik* dan *farmakodinamik* obat selama kehamilan serta tidak sembarang dosis dikonsumsi karena dapat membahayakan janin. Oleh karena itu, pengobatan mual dan muntah yang lebih aman selama kehamilan sangat dibutuhkan, salah satu pengobatan tersebut adalah pijat akupresur (23). Penerapan akupresur pada titik meridian P6 (*Nei Guan*) merupakan metode yang tepat untuk mengatasi mual dan muntah tanpa efek samping (24).

Dari hasil review yang telah dipaparkan artikel diatas menunjukkan bahwa adanya pengaruh pemberian akupresur yang signifikan terhadap mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Adlan dkk (2017) melakukan penelitian dengan menggunakan *acupressure Wristband* pada responden selama 12 jam perhari dalam waktu 3 hari. Hasil penelitian dibandingkan dengan kelompok kontrol yang diberi plasebo dan menggunakan *wristband* normal. Pengujian menunjukkan bahwa wanita dalam kelompok pengobatan menunjukkan penurunan mual dan muntah yang signifikan, serta skor *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE) skor untuk menilai keparahan dari mual muntah yang lebih rendah setiap hari dibandingkan dengan plasebo. Pasien yang menerima akupresur sebagai pengobatan tambahan memiliki lama rawat inap yang lebih pendek secara signifikan (2,83 hari 0,62) dibandingkan mereka yang tidak menerima akupresur (3,88 hari 0,87; $P < 0,001$). Selain itu, kelompok intervensi juga menunjukkan hasil *ketonuria* yang lebih baik secara signifikan (21).

Mariza dan Ayuningtias (2019) meneliti hal serupa namun dengan memberikan pemijatan yang dilakukan pada bagian 3 jari diatas pergelangan tangan dengan cara melingkar, dilakukan selama 7 menit setiap pagi. Teknik ini dilakukan selama 4 hari secara sendiri-sendiri oleh pasien. Evaluasi dilakukan pada hari ke-5 di pagi hari dengan menggunakan kuisioner *indeks Rhodes*. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,000$ yang artinya terdapat pengaruh pemberian akupresure titik P6 terhadap *emesis gravidarum*. Akupresur menstimulasi sistem regulasi serta mengaktifkan mekanisme *endokrin* dan *neurologi*, dengan cara merangsang kerja *hipotalamus* untuk mengeluarkan zat *endorphin* yang memberikan rasa rileks (14).

Penelitian yang dilakukan oleh Mady (2019) terhadap 100 ibu hamil yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok yang diberi efek terapi akupresur dan kelompok kontrol di rumah sakit bersalin El-Shatby Mesir dengan usia kehamilan kurang dari 15 minggu. Kelompok studi menerima akupresur pada titik *pericardial 6* (P6) secara bilateral selama 60 menit perhari selama 7 hari berturut-turut, sedangkan kelompok kontrol hanya mendapat sentuhan P6 dengan langkah dan periode yang sama. Hasilnya menunjukkan bahwa tingkat keparahan dan frekuensi mual dan muntah berkurang secara signifikan setelah memulai pengobatan dibandingkan dengan kelompok kontrol (24).

Tara et al melakukan penelitian pada hal serupa di Iran tahun 2019. Peneliti membagi responden secara acak menjadi tiga kelompok yaitu (1) akupresur pada titik *Pericardium 6* (4 kali sehari, selama 10 menit), (2) akupresur palsu, dan (3) pengobatan dengan vitamin B6 dan *metoklopramid*. Penilaian keparahan mual dan muntah dilakukan berdasarkan *Rhodes Index* pada hari pertama dan kelima (sebelum dan sesudah intervensi). Sebanyak 90 pasien dengan usia rata-rata $26,40 \pm 4,73$ tahun dipelajari dalam 3 kelompok. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara 3 kelompok dalam hal hasil keparahan sebelum intervensi. Sedangkan intervensi terdapat perbedaan yang signifikan pada hari kelima dalam hal frekuensi muntah, distress karena muntah, durasi mual, distress karena mual, jumlah muntah, frekuensi mual, dan frekuensi muntah ($p\text{ value} 0,001$ untuk masing-masing hasil). Berdasarkan analisis statistik yang dilakukan dalam penelitian, hasil uji *Kruskal-Wallis* menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara ketiga kelompok

berdasarkan frekuensi muntah ($p = 0,165$), distress dari muntah-muntah ($p = 0,548$), distress karena muntah ($p = 0,27$), durasi mual ($p = 0,923$), gangguan mual ($p = 0,489$), jumlah muntah ($p = 0,075$), frekuensi mual ($p = 0,663$) dan frekuensi muntah ($p = 0,224$) sebelum intervensi, sedangkan setelah intervensi, ketiga kelompok berbeda secara signifikan pada hari kelima dalam hal hasil keparahan (*koefisien beta* = 0,252) dan keparahan mual (*koefisien beta* = -0,213) signifikan secara statistik (25).

Nadhilah dkk (2020) melakukan penelitian dengan menggunakan metode pendekatan *pre and post control group design*. Peneliti melakukan pijat akupresur pada kelompok eksperimen selama 4 hari pada titik *pericardium 6* selama 1 menit dengan 40 putaran searah jarum jam pada pagi dan sore hari, sedangkan pada kelompok kontrol dikunjungi setiap hari untuk menilai derajat *emesis gravidarum* tetapi tidak dilakukan akupresur. Hasil penelitian menunjukkan rerata skor *emesis gravidarum* sebelum akupresur pada kelompok eksperimen adalah $8,69 \pm 0,48$ dan pada kelompok kontrol adalah $7,62 \pm 1,19$. Rerata skor *emesis gravidarum* setelah akupresur pada kelompok eksperimen adalah $3,31 \pm 0,48$ dan pada kelompok kontrol adalah $5,69 \pm 1,75$. Rerata penurunan skor *emesis gravidarum* kelompok eksperimen sebesar $5,38 \pm 0,50$ dan kelompok kontrol sebesar $1,92 \pm 1,80$. Terdapat perbedaan skor *emesis gravidarum* yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($p < 0,05$) (26).

Dewi dan Saidah (2020) juga meneliti hal ini dengan *pre-post test design*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner *RINVR* dimana *Rhodes INVR* merupakan kuisisioner yang dapat memberikan informasi tentang mual muntah. Namun tidak dijelaskan berapa lama terapi ini diberikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 16 ibu hamil trimester I di PMB Fatimatu Zahrok, S.ST di Tondowongso-Gayam-Gurah, Kediri pada saat sebelum diberikan (*pre test*), sebanyak 3 orang yang mengalami mual muntah ringan, 10 orang mengalami mual muntah sedang, sedangkan 3 orang ibu hamil lainnya mengalami mual muntah berat. Pada saat setelah diberikan terapi komplementer (*post test*), menunjukkan sedikit penurunan jumlah ibu yang mengalami muntah sedang dan berat, dimana terdapat sebanyak 10 ibu yang mengalami mual muntah ringan, sedangkan 6 ibu hamil lainnya mengalami mual muntah sedang dan tidak ada ibu hamil yang mengalami mual muntah hebat. Berdasarkan hasil *uji statistic Wilcoxon* menunjukkan nilai signifikan atau *p value* 0,002 yang lebih kecil dari *alpha* 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian terapi komplementer akupresur dalam mengurangi mual muntah (*Emesis Gravidarum*) pada ibu hamil trimester I di PMB Fatimatu Zahrok, S.ST di Tondowongso-Gayam-Gurah, Kediri (27).

Dewi dan Noviyanti (2021) memberikan pemijatan dengan minyak baby oil pada titik P6 selama 10 kali tekanan dan diulangi setiap 8 jam selama 6 hari pada 20 orang kelompok intervensi. Hasil penelitian dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan menggunakan *uji Wilcoxon* menunjukkan *p-value* 0,008 maka hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi akupresur terhadap *emesis gravidarum* yang dialami oleh ibu hamil trimester I (28).

Marlina dan Warlenda (2022) meneliti dengan cara memberikan akupresur pada titik PC6 selama 30 menit pada kelompok intervensi dan 5 menit pada kelompok kontrol. Hasil uji analisis statistik dengan menggunakan *uji Wilcoxon* diperoleh nilai *p-value* $0,001 < 0,05$, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan intensitas mual muntah pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. *Uji Mann-Whitney* pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai *p-value* $0,324 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan pada kelompok yang diberikan pijat akupresur selama 30 menit dan 5 menit. Hal ini menunjukkan bahwa pijat akupresur dapat menurunkan mual muntah pada kehamilan jika diberikan dalam waktu berapa lama pun (29).

Mohd Nafiah, dkk (2022) memberikan akupresur dengan menggunakan gelang pada titik PC6 (Nei Guan) yang dipasang di kedua pergelangan tangan pada kelompok intervensi. Penggunaan gelang dilakukan sebanyak 3 kali selama sehari dengan durasi minimal 10 menit sebelum sarapan, makan siang, dan makan malam. Hasil penelitian dibandingkan dengan kelompok kontrol yang diberi cairan *intravena* sesuai dengan protokol rumah sakit, dan *metoklopramid intravena regular* dengan dosis 10 mg. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik dalam derajat mual dan muntah antara kelompok pada 8, 16, dan 24 jam pasca masuk ($p_8 \text{ jam} = 0,001$, $p_{16 \text{ jam}} = 0,006$ dan $p_{24 \text{ jam}} = 0,001$). Kebutuhan *antiemetik* dan laju pembersihan *keton urin* antara kedua kelompok juga signifikan secara statistik, masing-masing pada $p = 0,001$ dan $p = 0,02$. Tidak ada efek samping pada kedua kelompok. Akupresur P6 berkhasiat dalam mengurangi mual dan muntah pada wanita *hiperemesis gravidarum* (30).

Melike Pündük Yılmaz, dkk, (2023) melakukan penelitian serupa menggunakan gelang dengan pin khusus pada karet gelang dan ditempatkan pada titik PC6. Gelang digunakan di kedua pergelangan tangan pada kelompok intervensi selama seminggu. Mereka diberitahu bahwa dapat melepas gelang tersebut ketika diperlukan untuk mencuci tangan, mandi, atau mengistirahatkan pergelangan tangan selama sepuluh menit setiap delapan jam tetapi mereka harus memakainya kembali sesegera mungkin. Hasil penelitian didapatkan bahwa gelang akupresur yang digunakan dalam penelitian secara signifikan dapat menurunkan skor mual dan muntah pada wanita hamil di kelompok eksperimen namun tidak pada wanita hamil di kelompok kontrol dengan *p-value* $< 0,05$. Meskipun perbedaannya tidak signifikan secara statistik. Pada penelitian ini dipaparkan keterbatasan dalam penelitian yaitu terkadang ibu hamil menolak penggunaan gelang karena adanya prasangka buruk terhadap penggunaan gelang dan gelang akupresur tidak banyak digunakan di masyarakat (31).

Lamanya waktu yang dibutuhkan untuk menerapkan tekanan mungkin juga menjadi faktor penting dalam mempengaruhi hasil, selain itu akurasi tekanan juga perlu diperhatikan. Menurut Adlan gelang akupresur atau *wristband* kurang invasif jika kebutuhan waktu penggunaannya lebih lama sehingga dapat mengurangi kepatuhan, dan akurasi aplikasi tekanan juga dipertanyakan terutama di malam hari. Oleh karena itu, Adlan berhipotesis bahwa mengenakan *wristband* hanya selama 12 jam setiap hari dapat mencapai hasil yang diinginkan, memastikan aplikasi yang tepat, mengurangi ketidakpatuhan (21).

KESIMPULAN

Berdasarkan dari beberapa literatur yang telah dianalisa oleh penulis tentang pengaruh akupresur terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I ditemukan bahwa ada pengaruh dari pemberian akupresur *pericardium* 6 terhadap mual dan muntah ibu hamil trimester I. Metode akupresur diberikan dengan penekanan pada titik P6 baik menggunakan tangan maupun *wristband*. Menurut penelitian Mady M.M, dkk (19) bahwa akupresur pada titik *Neiguan* (P6) berpengaruh dalam meminimalisir keparahan dan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil. Metode akupresur ini merupakan pengobatan dengan teknik sederhana dan mudah dilakukan, bersifat *non-invasif* serta tidak menyebabkan bahaya karena tidak menggunakan bahan kimia sehingga dipercaya tidak terdapat efek negatif pada ibu maupun janinnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Einarson TR, Piwko C, Koren G. Quantifying the global rates of nausea and vomiting of pregnancy: A meta-analysis. *J Popul Ther Clin Pharmacol*. 2013;20(2):171–83.
2. Matthews A, Haas DM, O'Mathúna DP, Dowswell T. Interventions for nausea and vomiting in early pregnancy. *Cochrane Database Syst Rev*. 2015;2015(9).
3. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2019 [Internet]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. 487 p. Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
4. Fejzo, M.S.; Trovik, J.; Grooten, I.J.; Sridharan, K.; Roseboom, T.J.; Vikanes, Å.; Painter, R.C.; Mullin MP. Nausea and Vomiting of Pregnancy and hyperemesis gravidarum. *Nat Rev Dis Prim*. 2019;5(2):62.
5. Lee NM, Saha S. Nausea and Vomiting of Pregnancy. *Gastroenterol Clin North Am*. 2014;19(2):199–202.
6. Fitrianiingsih N. The Relationship Between Knowledge Through Hazard Pregnancy In Pregnant Mother On The Third Trimester At Puskesmas Sindang Barang: Hubungan Pengetahuan Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Dengan Perilaku Perawatan Kehamilan Pada Ibu Hamil Trimester III di Pusk. *J Ilm Wijaya*. 2020 Jun 23;11:26–34.
7. Miao J, Liu X, Wu C, Kong H, Xie W, Liu K. Effects of acupressure on chemotherapy-induced nausea and vomiting-a systematic review with meta-analyses and trial sequential analysis of randomized controlled trials. *Int J Nurs Stud*. 2017;70:27–37.
8. Nurmi M, Rautava P, Gissler M, Vahlberg T, Polo-Kantola P. Incidence and risk factors of hyperemesis gravidarum: A national register-based study in Finland, 2005–2017. *Acta Obstet Gynecol Scand*. 2020;99(8):1003–13.
9. Taylor T. MotherSafe NSW Statewide Medicines in Pregnancy and Lactation Advisory Service Royal Hospital for Women Randwick New South Wales Treatment of nausea and vomiting in pregnancy. *Aust Prescr*. 2014;37(2):42–5.
10. Kramer J, Bowen A, Stewart N, Muhajarine N. Nausea and vomiting of pregnancy: Prevalence, severity and relation to psychosocial health. *MCN Am J Matern Nurs*. 2013;38(1):21–7.
11. Committee on Practice Bulletins-Gynecology and American Urogynecologic Society. Clinical Management Guidelines for Obstetrician – Gynecologists. *Obstet Gynecol* [Internet]. 2018;133(76):168–86. Available from: <https://www.acog.org/clinical/clinical-guidance/practice-bulletin/articles/2020/07/diagnosis-and-management-of-vulvar-skin-disorders>
12. Boelig, R.C.; Barton, S.J.; Saccone, G.; Kelly, A.J.; Edwards, S.J.; Berghella V. . Interventions for treating hyperemesis gravidarum: A Cochrane systematic review and meta-analysis. *J Matern Fetal Neonatal Med*. 2018;31:2492–2505.
13. Pratama E. Evidance-Based dalam Kebidanan. Jakarta: EGC; 2016.
14. Mariza A, Ayuningtias L. Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. *Holistik J Kesehat*. 2019;13(3):218–24.
15. Balai kesehatan tradisional masyarakat Makassar. Efektivitas Akupresur Terhadap Keluhan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester Pertama di Kota Makassar tahun 2013. Makassar: BKTMM; 2013.
16. Stoicea N, Gan TJ, Joseph N, Uribe A, Pandya J, Dalal R, et al. Alternative therapies for the prevention of postoperative nausea and vomiting. *Front Med*. 2015;2(DEC):1–5.

17. Unulul dkk. Pengaruh Akupresur Titik Neiguan (P6) Dengan Gelang Terhadap Tingkat Mual, Muntah, dan Kenyamanan Pasca Operasi: Studi Terkontrol Secara Acak. 2017;
18. Abedzadeh-Kalahroudi M. Complementary and alternative medicine in psychiatry. *J Clin Psychiatry*. 2014;3(June):73.
19. Mady MM, Aly SG, Inass K. Aly and AMAEA. Effect of acupressure on nausea and vomiting during pregnancy. *Complement Ther Clin Pract*. 2019;14(1):46–52.
20. Madjunkova S, Maltepe C, Koren G. The Leading Concerns of American Women with Nausea and Vomiting of Pregnancy Calling Motherisk NVP Helpline. *Obstet Gynecol Int*. 2013;2013:1–7.
21. Adlan AS, Chooi KY, Mat Adenan NA. Acupressure as adjuvant treatment for the inpatient management of nausea and vomiting in early pregnancy: A double-blind randomized controlled trial. *J Obstet Gynaecol Res*. 2017;43(4):662–8.
22. Depkes R. Riset Kesehatan Dasar. Vol. 7. 2013.
23. Maulana JA, Fatimah J. Physiological Changes in Mother During Pregnancy that Impact on the Pharmacokinetics and Pharmacodynamic of Drug: Literature Review. *Formosa J Sci Technol*. 2023;2(7):1887–900.
24. Mady MM, Ph D, Aly SG, Aly IK, El-abd AMA, Si M. Pengaruh Akupresur Terhadap Mual dan Muntah Saat Hamil. 2019;87(3):1531–7.
25. Tara F, Bahrami-Taghanakib H, Ghalandarabadc MA, Azizid ZZKH, Azizib HEH. The Effect of Acupressure on the Severity of Nausea , Vomiting , and Retching in Pregnant Women : A Randomized Controlled Trial. 2020;9135913556.
26. Fadhilah N, Mayetti, Rasyid R. Effect of Pericardium Point Acupressure 6 on Gravidarum Emesis Trimester I Pregnant Women at the Working Area Public Health Center Koto Berapak In 2020. *Sci Midwifery [Internet]*. 2021;10(1):367–78. Available from: <https://midwifery.iocspublisher.org/index.php/midwifery/article/view/221>
27. Dewi RK, Saidah H. Effect Of Complementary Acupressure Therapy On Emesis Gravidarum In Pregnant Women Trimester I. *Str J Ilm Kesehat*. 2020;9(2):1065–71.
28. Dewi, Ratna N. Pengaruh Terapi Komplementer Akupresur Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I. *Holistik J Kesehat*. 2021;15:89–94.
29. Hastuti Marlina, Sherly Vermita Warlenda. Pericardium 6 (PC6) Acupressure in Reducing the Frequency of Emesis Gravidarum in First Trimester Pregnant Women in the Work Area of Community Health Center X. *J Multidisiplin Madani*. 2022;2(6):2815–26.
30. Mohd Nafiah NA, Chieng WK, Zainuddin AA, Chew KT, Kalok A, Abu MA, et al. Effect of Acupressure at P6 on Nausea and Vomiting in Women with Hyperemesis Gravidarum: A Randomized Controlled Trial. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(17).
31. Yılmaz MP, Yazıcı S, Yılmaz İ. Effect of Acupressure at PC6 on Nausea and Vomiting During Pregnancy: a Randomized Controlled Trial. *JAMS J Acupunct Meridian Stud*. 2023;16(3):89–94.