

PENGARUH TERAPI ACUPRESSURE PC6 DALAM MENGATASI KEJADIAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PUSKESMAS JONGAYA KOTA MAKASSAR

The Effect of PC6 Acupressure Therapy in Overcoming the Incidence of Nausea and Vomiting in First Trimester Pregnant Women at the Jongaya Health Center Makassar City

Andi Syintha Ida*, Agustina Ningsi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar
Email : *synta_ida@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT

Physiological changes in the digestive system in pregnant women, sometimes cause discomfort in the gut. The hormones HCG, estrogen and progesterone increase, the effect of decreasing the contraction of the digestive muscles. Complications and complications often occur during pregnancy. One of them is the problem of nausea and vomiting. This condition occurs in 50% of pregnant women, mostly in primigravida. This study aims to determine the effect of PC 6 Acupressure Therapy in Overcoming the Incidence of Nausea and Vomiting in First trimester Pregnant Women at Jongaya Health Center Makassar City. The type of research used is quantitative research with Pre Experimental design. The research design used Pre-test and Post-test Group Design. Sampling was done by non-probability sampling method by purposive random sampling. This research was conducted from March to March. September 2021, the study population was all pregnant women with TM I who came to visit the ANC at the Jongaya Health Center Makassar City with complaints of nausea and vomiting during the research period. The sample in this study was part of the population of pregnant women in the first trimester who came to visit and 30 people met the inclusion and exclusion criteria. Statistical analysis used in this study is the Wilcoxon test. Based on the results of statistical tests using the Wilcoxon test, the results obtained are p value: $0.000 < 0.05$, so it can be taken a decision that there is an effect of PC6 acupressure therapy in overcoming the incidence of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester at the Jongaya Public Health Center Makassar City.

Keywords: First Trimester Pregnant Women, PC6 Acupressure Technique

ABSTRAK

Perubahan fisiologi pada system pencernaan pada ibu hamil, terkadang menimbulkan rasa tidak nyaman pada ulu hati. Hormon HCG, estergen dan progesterone yang meningkat, berefek menurunnya kontraksi otot pencernaan. Komplikasi dan penyulit seringkali terjadi pada masa kehamilan. Salah satunya adalah masalah mual dan muntah. Kondisi ini 50 % terjadi pada ibu hamil, paling banyak terjadi pada primigravida. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Acupressure PC6 dalam Mengatasi Kejadian Mual dan Muntah pada Ibu Hamil trimester I di Puskesmas Jongaya Kota Makassar. Terapi Acupressure PC6 ini merupakan terapi non-farmakologi dengan melakukan penekanan menggunakan jari pada titik pericardium 6 yaitu di 3 jari diatas pergelangan tangan bagian dalam yang diukur menggunakan tangan pasien itu sendiri. Teknik ini dilakukan selama 30 kali pemijatan searah jarum jam hingga terasa ngilu. Hal ini dapat dilakukan oleh ibu hamil dalam keadaan rileks dan dimana saja serta tidak membutuhkan waktu khusus untuk melakukan pemijatan. Adapun jenis penelitian yang digunakan yakni penelitian *Kuantitatif* dengan desain *Pre Experimental*. Rancangan penelitian menggunakan *Pre-test and Post-test Group Design*. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *Non Probability sampling* dengan cara *Purposive Random Sampling*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret s.d. September 2021. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil TM I yang datang melakukan kunjungan ANC di Puskesmas Jongaya Kota Makassar dengan keluhan mual dan muntah pada periode penelitian dilaksanakan. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi ibu hamil di trimester I yang datang melakukan kunjungan dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 30 orang. Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji Wilcoxon. Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan Uji Wilcoxon diperoleh hasil yaitu nilai *p value* : $0,000 < \alpha$: $0,05$, sehingga dapat diambil keputusan bahwa terdapat pengaruh terapi acupressure PC6 dalam mengatasi kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di puskesmas jongaya kota Makassar.

Kata Kunci: Ibu Hamil Trimester I, Tehnik Acupressure PC6

PENDAHULUAN

Perubahan fisiologi pada system pencernaan pada ibu hamil, terkadang menimbulkan rasa tidak nyaman pada uluhati. Mual muntah adalah ketidaknyamanan umum yang dialami oleh 50% wanita hamil umumnya terjadi pada trimester pertama. Mual muntah biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari dan terjadi akibat dari perubahan sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan terutama meningkatnya hormom hCG dalam kehamilan. Data di Indonesia 50%

sampai 80% ibu hamil mengalami mual muntah dan kira-kira 5% dari ibu hamil membutuhkan penanganan untuk penggantian cairan dan koreksi ketidakseimbangan elektrolit (Tanjung, Wari, & Antoni, 2020)

Mual merupakan suatu perasaan yang sangat tidak enak di belakang tenggorokan dan epigastrium dan sering menyebabkan gejala muntah. Muntah merupakan suatu refleks yang menyebabkan dorongan ekspirasi isi lambung atau usus atau keduanya ke mulut. Saat produksi hCG mencapai

puncaknya, diduga bahwa hormon plasenta inilah yang memicu mual dan muntah dengan bekerja pada CTZ (Chemoreseptor Trigger Zone). Muntah terjadi akibat perangsangan pada pusat muntah yang terletak di daerah postrema medula oblongatadi dasar ventrikel ke empat. Muntah dapat dirangsang melalui jalur saraf aferen oleh rangsangan nervus vagus dan simpatis atau oleh rangsangan emetik yang menimbulkan muntah dengan aktivasi chemoreceptor trigger zone. Stimulus dalam CTZ dihantarkan ke pusat muntah yang menyebabkan otot dalam saluran gastrointestinal dan pernapasan memulai terjadinya mual dan muntah (Handayani & Afiah, 2019)

Mual dan muntah dapat dikurangi dengan cara melakukan terapi akupresur pada titik PC 6 dan ST 36. Akupresur disebut juga dengan terapi totok/tusuk jari adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu atau acupoint pada tubuh. Akupresur juga diartikan sebagai menekan titik-titik penyembuhan menggunakan jari secara bertahap yang merangsang kemampuan tubuh untuk penyembuhan diri secara alami (Septa, Sari HS, & Dewi, 2021)

Akupresur (titik perikardium 6) yaitu sebuah tindakan untuk mengurangi atau menurunkan rasa mual dan muntah pada kehamilan yang dilakukan dengan cara penekanan pada titik tubuh tertentu (titik perikardium 6 atau tiga jari di bawah pergelangan tangan). Akupresur adalah cara pijat berdasarkan ilmu akupunktur atau bisa juga disebut akupunktur tanpa jarum. Terapi akupresur menjadi salah satu terapi nonfarmakologis berupa terapi pijat pada titik meridian tertentu yang berhubungan dengan organ dalam tubuh untuk mengatasi mual muntah. Terapi ini tidak memasukkan obat-obatan ataupun prosedur invasif melainkan dengan mengaktifkan sel-sel yang ada dalam tubuh, sehingga terapi ini tidak memberikan efek samping seperti obat dan tidak memerlukan biaya mahal (Mariza & Ayuningtias, 2019)

METODE

Desain, Tempat dan Waktu

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Kuantitatif*

dengan desain penelitian *Pre Experimental* dan rancangan penelitian *Pre-test and Post-test Group Design*, penelitian ini dilaksanakan di Ruang KIA Puskesmas Jongaya Kota Makassar Provinsi Sulawesi – Selatan, periode Maret - Oktober 2021.

Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek

Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil TM I yang datang melakukan kunjungan ANC di Puskesmas Jongaya Kota Makassar dengan keluhan mual dan muntah pada periode penelitian dilaksanakan. Responden diambil dengan metode *Non Probability sampling* yakni *Purposive Random Sampling* dengan kriteria *inklusi* yaitu ibu hamil dengan mual muntah dan bersedia diberikan terapi akupresur dan *eksklusi* yaitu ibu hamil dengan penyakit lain serta tidak kooperatif dalam penelitian. Dalam penelitian ini ditetapkan minimal sampel subjek penelitian adalah 30 Responden.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan cara merekam kejadian penelitian dalam instrumen penelitian berupa kuesioner, yang terdiri atas kuesioner untuk wawancara dan kuesioner untuk observasi, kemudian mengolah data tersebut secara statistik. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah hasil wawancara sebelum dan setelah diberi intervensi berupa terapi Akupresur PC 6 dan menggunakan kuesioner.

Terapi akupresur ini dilakukan dengan penekanan titik perikardium 6 atau tiga jari di bawah pergelangan tangan secara berkala atau saat ibu merasa mual dan muntah dan kegiatan ini bias dilakukan setiap hari atau pada saat ibu sedang bersantai. Keberhasilan terapi ini dapat dilihat dari frekuensi mual dan ibu yang berkurang atau bahkan sudah tidak mengalami hal tersebut.

Pada penelitian ini penilaian mual muntah dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner yang diberikan. Kuesioner ini dilengkapi dengan beberapa karakteristik gejala mual muntah atau emesis gravidarum yang dikeluhkan oleh subjek penelitian. Selain itu dalam pengumpulan data peneliti menggunakan enumerator yaitu bidan yang bertugas di ruang ANC Puskesmas Jongaya Kota

Makassar serta pemanfaatan mahasiswa dan alumni prodi D4 Profesi Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar sebagai pendamping peneliti.

Pengolahan dan Analisis Data

Penelitian dianalisis menggunakan Analisis univariate dan bivariate yang meliputi karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, kolerasi antara terapi acupressure PC6 dalam mengatasi kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I.

HASIL

Setelah pengumpulan dan pengolahan data secara univariat, peneliti memperoleh hasil bahwa dari hasil pre test kejadian mual muntah dari 30 responden diperoleh hasil seluruh responden masih mengalami mual muntah pada kehamilannya di trimester 1.

Sedangkan dari hasil post test kejadian mual muntah diperoleh hasil bahwa kejadian mual muntah mayoritas responden dapat teratasi, yakni dari 30 responden terdapat sebanyak 23 orang (76,7%) dengan kejadian mual muntah yang teratasi dan sebanyak 7 orang (23,3%) dengan kejadian mual muntah yang tidak teratasi.

Untuk pengumpulan dan pengolahan data secara bivariate menunjukkan dari 30 responden pada pre tes dan post tes terapi acupressure diperoleh hasil bahwa sebelum responden diberikan pemahaman dan diajarkan mengenai terapi acupressure kejadian mual muntah pada ibu di trimester 1 belum dapat teratasi. Sementara itu, setelah responden diberikan pemahaman dan diajarkan mengenai terapi acupressure mayoritas kejadian mual muntah pada ibu di trimester 1 dapat teratasi yaitu sebanyak 23 orang (76,7%) dengan kejadian mual muntah yang teratasi dan 7 orang (23,3%) responden dengan kejadian mual muntah yang tidak teratasi.

Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan Uji Wilcoxon diperoleh hasil yaitu nilai p value : $0,000 < \alpha$: $0,05$, sehingga dapat diambil keputusan bahwa terdapat pengaruh terapi acupressure PC6 dalam mengatasi kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di puskesmas jongaya kota Makassar.

PEMBAHASAN

Hasil analisis kejadian mual muntah setelah dilakukan terapi acupressure PC6 memiliki perbedaan yang signifikan terhadap hasil analisis sebelum dilakukan terapi acupressure PC6. Berdasarkan Hasil uji statistic dengan menggunakan Uji Wilcoxon diperoleh hasil yaitu nilai p value : $0,000 < \alpha$: $0,05$, sehingga didapatkan kesimpulan yaitu terjadi penurunan frekuensi kejadian mual muntah ibu hamil setelah diberikan pemahaman dan diajarkan mengenai terapi acupressure PC6 dibandingkan sebelum dilakukan terapi acupressure PC6. Artinya bahwa terdapat pengaruh terapi acupressure PC6 dalam mengatasi kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Jongaya Kota Makassar.

Terapi ini dilakukan saat ibu hamil pertama kali datang memeriksakan diri ke Puskesmas Jongaya dan dilanjutkan oleh ibu saat kembali ke rumah. Sebelum pulang ibu dijelaskan terlebih dahulu bahwa terapi ini bisa dilakukan kapan saja dan dimana saja oleh diri sendiri dengan melakukan penekanan pada titik akupresur PC6 yaitu tiga jari dibawah pergelangan tangan. Terapi ini tidak menimbulkan efek samping dan bahaya terhadap ibu dan bayi.

Dari seluruh responden ibu hamil trimester 1 dalam penelitian ini, mayoritas mual muntah pada ibu dapat teratasi. Adapun beberapa responden dengan mual muntah yang tidak teratasi disebabkan oleh ibu yang tidak berperan aktif dalam melakukan terapi acupressure sesuai yang diajarkan serta tidak memberikan respond aktif terhadap peneliti. Hal tersebut dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan situasi pada ibu hamil.

Pada tingkatan lokal stimulus nosireseptif akan berubah menjadi impuls nosiseptif dengan melibatkan beberapa substansi lokal yang memang dikeluarkan apabila terdapat kerusakan jaringan. Pada tingkatan general, stimulasi pada titik perikardium 6 dapat mengaktifkan sistem modulasi pada sistem opioid, sistem non opioid dan inhibisi pada syaraf simpatik yang diharapkan akan terjadi penurunan frekuensi mual. Terjadinya reaksi inflamasi lokal mampu merangsang nitric oxide dalam tubuh yang dapat meningkatkan motilitas usus sehingga diharapkan dapat menurunkan insiden mual pada ibu hamil dan frekuensi muntah juga dapat dikurangi karena secara fisiologis

muntah dapat terjadi apabila mual tidak dapat ditoleransi, sehingga dengan adanya pemblokkan pada stimulasi mual maka rangsang mual tidak akan diteruskan menjadi respon muntah (Mady, Aly, Aly, & Ayat M.A, 2019)

Akupresur menstimulasi sistem regulasi serta mengaktifkan mekanisme endokrin dan neurologi, yang merupakan mekanisme fisiologi dalam mempertahankan keseimbangan (Homeostasis). Proses dengan teknik akupresur menitik beratkan pada titik-titik saraf tubuh. Terapi akupresur, dimana terapi ini dilakukan dengan cara menekan secara manual pada accupoint. Terapi ini menstimulasi sistem regulasi serta mengaktifkan mekanisme endokrin dan neurologi, yang merupakan mekanisme fisiologi dalam mempertahankan keseimbangan. Akupresur dapat menghasilkan evaluasi yang baik pada ibu yang mengalami mual muntah pada kehamilan bila dilakukan pada ibu hamil dengan keluhan mual dan muntah pada kategori ringan dan sedang (Mariza & Ayuningtias, 2019)

Penurunan frekuensi kejadian mual muntah setelah terapi acupressure PC6 pada penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Niasty dan Dewi tahun 2019 menunjukkan bahwa terapi acupressure titik PC6 efektif dalam menurunkan *morning sickness* pada ibu hamil trimester pertama dengan hasil yang signifikan di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan (Zaen & Ramadani, 2019)

Sementara itu pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Dyah Ayu Mayasari dan Wenny Savitri tahun 2013, juga menunjukkan hasil yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa akupresur salah satu nonfarmakologis efektif dalam mengurangi keluhan mual dan muntah pada ibu hamil. Terapi akupresur di titik neiguan atau P6 untuk mengurangi keluhan mual dan muntah ibu hamil. Terapi ini efektif diberikan dengan menerapkantekanan menggunakan ujung ibu jari. Intensitas penekanan awal dilakukan dengan lembut, kemudian kekuatan tekananmeningkat secara bertahap tetapi tidak menimbulkan rasa sakit pada pasien. Penekanan diberikan dengan memutar

searah jarum jam. DurasiWaktu pemberian terapi akupresur P6 menggunakan ibu jari dilakukan 2-10 menit4 kali sehari yaitu pada pagi hari setelah bangun tidur, siang, sore, dan malam sebelum tidur dalam 3-7 hari. Intervensi ini dapat dilakukan dalam posisi duduk atau posisi berbaring dalam posisi yang nyaman bagi pasien (Lestari, Sadila, Nara, & Putri, 2022)

Hal ini juga dimuat dalam Buku Saku Petunjuk Praktis Toga & Akupresur bahwa akupresur untuk mengatasi mual dan muntah dapat dilakukan pemijatan pada lokasi yang letaknya 3 jari di alas pertengahan pergelangan tangan bagian dalam (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh Pengaruh Terapi Acupressure PC6 Dalam Mengatasi Kejadian Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Jongaya Kota Makassar Tahun 2021, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi acupressure PC6 dalam mengatasi kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I di puskesmas jongaya kota Makassar.

SARAN

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian, maka dapat disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Bagi petugas pemberi pelayanan kesehatan agar senantiasa memberikan informasi dan pelatihan cara melakukan terapi acupressure PC6 kepada ibu hamil untuk menurunkan keluhan mual muntah pada ibu hamil trimester I.
2. Bagi ibu hamil agar dapat senantiasa melaksanakan atau melakukan terapi acupressure PC6 yang telah diajarkan untuk mengurangi mual muntah yang dialami.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan metode dan uji statistik lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya Penelitian ini, perkenankan Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Direktur Poltekkes Kemenkes

Makassar yang telah memberikan kesempatan kepada Kami untuk mengikuti penelitian calon dosen pada pengembangan penelitian Poltekkes Kemenkes Makassar Tahun 2021.

2. Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar yang telah memberi kesempatan dan izin melaksanakan penelitian.
3. Seluruh dewan pakar yang telah memberi masukan, saran dana perbaikan pada proposal penelitian yang Kami ajukan.
4. Bagian UP2M Poltekkes Kemenkes Makassar yang telah mengkoordinir dan melaksanakan manajemen penelitian dengan baik.
5. Kepala Puskesmas Jongaya dan staf yang turut berpartisipasi, atas izin dan fasilitas yang mendukung pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, N., & Afiyah, R. (2019). PENGARUH AKUPRESUR TERHADAP PENURUNAN MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL DI PRAKTEK MANDIRI BIDAN SIDOARJO. *Embrio, Jurnal Kebidanan*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Buku Saku 1 PETUNJUK PRAKTIS TOGA & AKUPRESUR*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lestari, A. D., Sadila, A. S., Nara, A. D., & Putri, A. A. (2022). AKUPRESUR MENGURANGI MUAL MUNTAH DALAM KEHAMILAN: Literature Review. *JMSWH Journal of Midwifery Science and Women's Health* Volume 3, Nomor 1 Tahun 2022.
- Mady, M. M., Aly, S. G., Aly, I. K., & Ayat M.A. (2019). Effect of Acupressure on Nausea and Vomiting during Pregnancy. *Med. J. Cairo Univ.*, Vol. 87, No. 3, June: 1531-1537.
- Mariza, A., & Ayuningtias, L. (2019). Penerapan aku presur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. *Holistik Jurnal Kesehatan*.
- Septa, A. F., Sari HS, S. A., & Dewi, N. R. (2021). PENERAPAN AKUPRESUR PADA IBU HAMIL TRIMESTER I UNTUK MENGATASI MUAL DAN MUNTAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS METRO. *Jurnal Cendikia Muda*.
- Tanjung, W. W., Wari, Y., & Antoni, A. (2020). PENGARUH AKUPRESUR PADA TITIK PERIKARDIUM 6 TERHADAP INTENSITAS MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I. *Jurnal Education and development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*.
- 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. *Prosiding Seminar Nasional Teknologi Informasi Komputer dan Sains 2019 Aula AMIK Imelda, 3 Agustus 2019, AMIK IMELDA, Medan – Indonesia* <http://sintaks.kitamenuulis.id/index.php/Sintaks>.