

Literature Review : Terapi Komplementer Akupresur Pada Titik Perikardium 6 Dalam Mengatasi Mual Dan Muntah Pada Kehamilan

Anisya Nur Maheswara^{1*}, Endang Sri Wahyuni^{2*}, Istiqomah^{3*}, Sri Kustiyati^{4*}.

¹Diploma III Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

*Email: nisanurmaheswara01@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Akupresur,
Perikardium 6, Mual,
Muntah, Kehamilan.

Pendahuluan: Kehamilan merupakan proses fisiologis bagi wanita, berbagai keluhan dapat terjadi pada masa kehamilan, salah satunya adalah mual dan muntah pada awal kehamilan. Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual pada trimester pertama. Keluhan ini merupakan merupakan hal yang fisiologis akan tetapi bila tidak segerah diatasi akan menjadi hal yang patologis sehingga akan menimbulkan komplikasi, salah satunya adalah dehidrasi serta malnutrisi. Metode yang dapat dilakukan agar tidak terjadi komplikasi tersebut adalah dengan pengobatan secara nonfarmakologis, berupa pemberian terapi akupresur titik perikardium 6 untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil. Tujuan dari literature review ini terhadap beberapa penelitian adalah untuk mengetahui apakah ada efek akupresur perikardium 6 dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil. **Metode:** Metode yang digunakan dalam studi ini adalah metadata analisis dengan menggunakan tinjauan literature (literature view) dengan mencari artikel yang relevan. Sumber tinjauan menggunakan media elektronik dari beberapa database antara lain Sience Direct dan Google Scholar yang dipublishkan kurun waktu tahun 2015 sampai tahun 2020. Dengan keyword, vomiting/ muntah; nausea/ mual; pregnancy/ ibu hami; acupressure/ akupresur; perikardium 6/ neiguan. **Hasil:** Berdasarkan hasil literature review terhadap beberapa penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian teknik akupresur terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil trimester I. **Pembahasan:** Akupresur pada titik perikardium 6 dapat menghasilkan evaluasi yang baik pada ibu yang mengalami mual dan muntah pada kategori ringan dan sedang. Terapi akupresur juga tidak perlu mengkonsumsi obat-obatan sebab dengan terapi akupresur tubuh sudah memiliki kandungan obat. **Kesimpulan:** Penggunaan metode acupressure pericardium 6 pada ibu hamil dalam mengurangi mual muntah menunjukkan keefektifannya.

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses fisiologis bagi wanita yang dimulai dengan proses *fertilisasi* kemudian janin berkembang di

dalam uterus dan berakhir dengan kelahiran. Berbagai keluhan dapat terjadi pada masa kehamilan, salah satunya adalah mual dan muntah pada awal kehamilan. Mual (*nausea*) dan muntah (*morning*

sickness) adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester pertama. Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual pada trimester pertama. Penyebab, mual muntah bermacam-macam antara lain adanya perubahan hormone estrogen, dan dikeluarkannya *human chorionic gonodotrophine* (hCG) dalam serum. Keluhan ini merupakan merupakan hal yang fisiologis akan tetapi bila tidak segerah diatasi akan menjadi hal yang patologis sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilan (Widatiningsih dan Dewi, 2017; Juwita, 2015; Indiarti, 2015).

Mual dan muntah yang tidak teratasi pada ibu hamil akan mengalami komplikasi. Komplikasi yang paling nyata adalah dehidrasi serta malnutrisi. Bila tidak ditangani dengan baik hal ini dapat menyebabkan, hilangnya cairan lambung menyebabkan dehidrasi, *alkalosis metabolik* dan *hipokalemia*. Pasien perlu mendapatkan terapi penggantian cairan untuk memperbaiki dehidrasi. Bila muntah terus berlangsung selama beberapa waktu, akan dijumpai penurunan berat badan ibu, oliguria, *alkalosis hipokalemik* serta konstipasi. Restriksi pertumbuhan janin intrauterin juga dilaporkan turut terjadi. Kadang, muntah hebat dapat juga menimbulkan ruptur pada esofagus akibat tekanan, kerusakan hati, penyakit kuning bahkan kematian (Hollingworth, 2012:182; Hanretty, 2014:102).

Metode yang dapat dilakukan agar tidak terjadi komplikasi tersebut adalah dengan pengobatan secara nonfarmakologis, berupa pemberian gelang akupresur untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil. Terapi akupresur ini dilakukan dengan cara pemberian gelang akupresur elastis dengan kancing yang menekan pada titik perikardium 6 daerah pergelangan tangan antara dua tendon. Hasil *literature review* yang berjudul "terapi komplementer akupresur pada titik perikardium 6 dalam mengatasi mual dan muntah pada kehamilan" membuktikan bahwa akupresur pada titik perikardium 6 dapat menghasilkan evaluasi yang baik pada ibu yang mengalami mual dan muntah pada kategori ringan dan

sedang. Pengobatan akupresur tidak perlu mengkonsumsi obat-obatan, jamu, dan ramuan sebab dengan terapi akupresur tubuh sudah memiliki kandungan obat, yang harus diaktifkan kembali oleh sel-sel syaraf tubuh (Juwita, 2015; Widyaningrum, 2013:213).

Berdasarkan uraian tersebut melatarbelakangi penulis tertarik untuk melaksanakan *literature review* terhadap beberapa penelitian dengan tema "Pemberian Akupresur Titik *Perikardium 6* dalam Mengatasi Mual dan Muntah pada Kehamilan". Dengan Tujuan dari *literature review* ini adalah untuk mengetahui apakah ada efek akupresur perikardium 6 dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil. Hal ini juga diharapkan dapat diterapkan secara efektif pada tatanan pelayanan di klinis serta dapat menjadi masukan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dalam meningkatkan asuhan sayang ibu pada ibu hamil, terutama ibu hamil yang mengalami keluhan mual dan muntah

2. METODE

Metode yang digunakan dalam studi ini adalah *mentadata analisis* dengan menggunakan tinjauan *literature (literature view)* dengan mencari artikel yang relevan dengan topik akupresur perikardium 6 untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil. Sumber tinjauan menggunakan media elektronik dari beberapa *database* antara lain *Science Direct* dan *Google Scholar* yang dipublishkan kurun waktu tahun 2017 sampai tahun 2020. Keyword yang digunakan penulis adalah *vomiting/ muntah; nausea/ mual; pregnancy/ ibu hami; acupressure/ akupresur; Perikardium 6/ Neiguan*. Hasil pada pencarian dengan data base *Science Direct* diperoleh 496 artikel, pada *Google Scholar* diperoleh 245 artikel. Artikel *fulltext* dan abstrak yang diperoleh, direview untuk memilih artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi; ibu hamil yang mengalami mual dan muntah kehamilan, akupresur titik p6, mual dan muntah berkurang/hilang. Artikel yang digunakan sebagai sampel selanjutnya diidentifikasi. Sembilan artikel yang sesuai, disajikan dalam bentuk tabel.

Artikel yang di *review* terdiri dari 3 jurnal internasional dan 6 jurnal nasional yang terbagi menjadi: a) 4 artikel menggunakan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol terhadap responden. Pembagian 4 artikel tersebut; 2 dari 4 artikel tersebut menggunakan kelompok kontrol serta placebo terhadap responden. b) 5 artikel tidak menggunakan kelompok kontrol. Artikel yang diperoleh, direview, disusun secara sistematis, dibandingkan dengan satu sama lain dan dibahas dengan *literature* yang lain dikaitkan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Pencarian jurnal yang dilakukan pada data base dengan menggunakan kata kunci; *Vomiting/* muntah; *Nausea/* mual; *Pregnancy/* ibu hamil; *Acupressure/* akupresur. Artikel yang ditemukan dan memenuhi kriteria inklusi sebanyak yang terdiri dari 3 jurnal internasional dan 6 jurnal nasional.

Artikel pertama merupakan penelitian yang dilaksanakan di *Department of Obstetrics and Gynaecology, Faculty of Medicine, University Malaya Medical Centre, Kuala Lumpur, and Department of Obstetrics and Gynaecology, Hospital Raja Permaisuri Bainun, Ipoh, Malaysia*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 120 ibu hamil. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah kehamilan tunggal antara kehamilan 5 sampai 14 minggu yang muncul secara spontan dengan HG sedang sampai berat yang membutuhkan rawat inap. Kelompok perlakuan terdiri dari 60 ibu hamil. Intervensi yang diberikan untuk kelompok perlakuan adalah memberikan gelang pada pasien dalam kelompok perlakuan mengenakan pita dengan manik-manik kecil di bawahnya yang memberikan tekanan pada titik neiguan. Kelompok plasebo mengenakan gelang identik tanpa manik akupresur, diaplikasikan pada area yang sama dengan durasi waktu yang sama per hari, selama tiga hari. Kedua kelompok mengenakan gelang selama 12 jam per hari, dari saat masuk hingga hari ketiga dan kedua kelompok diberikan

secara intravena metoklopramid dan suplemen tiamin secara rutin selama rawat inap. Hasil penelitian pada artikel pertama menunjukkan terapi akupresur pada titik neiguan tidak lebih efektif dibandingkan dengan pengobatan atimetik, penggunaan akupresur pada titik neiguan bisa digunakan sebagai terapi tambahan untuk penanganan mual dan muntah pada ibu hamil (Adlan *et al*, 2017).

Artikel kedua adalah penelitian yang dilakukan di Desa Rawalo Kabupaten Banyumas. Penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol, dengan sampel yang digunakan 3 responden. Kriteria inklusi diantaranya yaitu ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan mual muntah, riwayat kehamilan normal, tidak mempunyai penyakit menyerta, umur 20-35 tahun, tidak ada gangguan pencernaan, dan bersedia menjadi responden. Kepada ketiga responden dilakukan tindakan *acupressure pericardium* 6 selama 3-5 menit dengan penekanan tidak terlalu kuat juga tidak terlalu ringan dan memberikan *aromatherapycitrus* selama kurang lebih 10-20 menit selama 4 hari berturut-turut. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan keefektifan penerapan *acupressure pericardium* titik 6 dandibarengi dengan pemberian inhalasi aromaterapi citrus jika ibu merasa mual dan muntah yang dilakukan selama 4 hari berturut-turut (Sulistiari *et al*, 2018).

Artikel ketiga adalah penelitian yang dilakukan di *Department of Midwifery and Reproductive Health, Midwifery and Reproductive Health Research Center, School of Nursing and Midwifery, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran* dan *Department of Midwifery, School of Nursing and Midwifery, Ardabil University of Medical Sciences, Ardabil, Iran*. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 75 ibu hamil. Kriteria inklusi penelitian ini terdiri dari mual dan muntah ringan hingga sedang (berdasarkan skala likert tiga hari sebelum dimulainya intervensi), kehamilan terencana dan normal serta usia kehamilan di bawah 20 minggu (USG sebelum 10 minggu dan / atau periode menstruasi

terakhir) dan terpelajar. Kelompok sampel ditentukan secara acak. Kelompok perlakuan berjumlah 25 ibu hamil dengan intervensi dikenakan gelang akupresur ke titik P6. Kelompok kontrol berjumlah 25 ibu hamil yang tidak diberikan intervensi. Kemudian 25 ibu hamil sebagai kelompok placebo menggunakan gelang dengan metode yang sama dengan kelompok akupresur tetapi tanpa tombol tekanan. Rekomendasi tentang diet modifikasi, termasuk makan sejumlah kecil makanan lebih sering, berhenti makan sebelum merasa kenyang dan menghindari makanan goreng, diberikan kepada semua peserta secara lisan dan dalam bentuk tertulis. Hasil dari penelitian ini menjelaskan intervensi akupresur menurunkan frekuensi dan tingkat keparahan mual dalam penelitian ini, tetapi itu tidak lebih efektif daripada placebo dalam mengurangi durasi mual dan frekuensi muntah (Sedigh *et al.*, 2019).

Artikel keempat mengambil penelitian di Puskesmas Sananwetan Blitar. Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 15 ibu hamil dengan wanita hamil trimester I yang mengalami muntah mual sedang. Intervensi yang diberikan yaitu Pada rancangan ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol) tetapi dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan peneliti dapat mengetahui adanya pengurangan mual muntah setelah diberikan akupresur pada titik Nei Guan, selama 9 hari. Penelitian keempat menunjukkan hasil penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian acupressure pada Nei Guan (P6) terhadap pengurangan muntah mual pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Sananwetan Kota Blitar (Renityas, 2019).

Artikel kelima mengambil penelitian di Sidoarjo, Populasinya Ibu hamil usia kehamilan trimester I-II yang mengalami mual dan muntah. Penelitian ini menggunakan penelitian *Quasy-Experiment* dengan pendekatan *pre post test control group design*. Rancangan ini berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok

intervensi dengan besar sampel 22 yaitu 11 orang diberi intervensi dan 11 orang sebagai kontrol. Pada kelompok perlakuan dilakukan akupresur dengan menggunakan ibu jari pada titik perikardium 6 yang terletak 3 jari di atas pergelangan tangan yang segaris dengan jari tengah yang dilakukan 1 kali dalam sehari selama 2 menit. Akupresur ini dilakukan selama 7 hari. Pengujian sebab akibat dilakukan dengan cara membandingkan *pre-test* pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol, serta *post-test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa Berdasarkan uji *Independent T-test* untuk membedakan derajat mual dan muntah dengan menggunakan skor PUQE, dimana setelah dilakukan tindakan akupresur pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan nilai $\rho = 0,010$ dan nilai $\alpha = 0,05$ berarti $\rho < \alpha$, artinya terdapat perbedaan yang bermakna skor PUQE antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan tindakan akupresur. Sehingga dalam penelitian ini disimpulkan bahwa, akupresur efektif untuk menurunkan mual muntah (Handayani *et al.* 2019).

Artikel keenam merupakan penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Gambirsari, Surakarta. Penelitian ini menggunakan populasi seluruh ibu hamil trimester 1 yang mengalami emesis gravidarum di Puskesmas Gambirsari, dengan jumlah sample sebanyak 10 ibu hamil. Intervensi yang diberikan dalam penelitian ini adalah dengan menekan titik P6 atau neiguan yang diyakini sebagai titik utama untuk menghilangkan mual muntah. Titik ini terletak pada aspek volar lengan bawah, yaitu sekitar 3 cm diatas lipatan pergelangan tangan dan diantara dua tendon. Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan *one group pre test and post test design*, menggunakan instrumen berupa kuesioner RINVR dimana Rodhes INVR (*Index of Nausea Vomiting and Retching*). Dari hasil penelitian didapatkan bahwa terapi komplementer akupresur efektif untuk

mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Gambirsari, Surakarta dengan hasil Asymp.sig. (2-tailed) didapatkan nilai sebesar $0.005 < 0.05$, hal ini berarti terdapat perbedaan yang bermakna antara hasil post test dengan hasil pre test. Dimana hal ini berarti tindakan akupresur dapat menurunkan skor total RINVR ibu yang cukup signifikan (Widyastuti *et al.* 2019).

Artikel ketujuh yaitu penelitian yang dilaksanakan di BPM Wirahayu Panjang. Jenis penelitian ini yaitu penelitian *kuantitatif, Pra Eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest – posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu hamil TM 1 dengan emesis gravidarum sebanyak 30 orang ibu hamil dan tidak ada kelompok kontrol. Dengan kriteria inklusi : Usia gestasional 10-16 minggu, usia ibu hamil antara 20-40 tahun dengan keluhan mual dan muntah sedang (emesis) dengan nilai INVR 9-16 nilai sedang. Intervensi yang diberikan pada penelitian ini yaitu dengan melakukan pijatan yang dilakukan pada bagian 3 jari diatas pergelangan tangan dengan cara melingkar, dilakukan selama 7 menit setiap pagi hari. Teknik ini dilakukan selama 4 hari secara sendiri-sendiri oleh pasien. Evaluasi dilakukan pada hari ke 5 di pagi hari dengan menggunakan kuisisioner *indeks Rhode*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata emesis gravidarum ibu hamil TM I sebelum diberi terapi akupresur didapatkan nilai *Mean* 10.53 nilai *Min* 9 nilai *Max* 13 dan nilai Standar Deviasi 1.408 dan nilai Standar Error 0.257, dan sesudah diberi terapi akupresur didapatkan nilai *Mean* 7.30 nilai *Min* 5 nilai *Max* 10 Standar Deviasi 1.317 dan nilai Standar Error 0.240. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* = 0.000 yang artinya terdapat Pengaruh pemberian akupresure titik p6 terhadap emesis gravidarum (Mariza dan Lia. 2019).

didedikasikan untuk fase kontrol, dan intervensi dimulai pada hari kedua, yang berlanjut sampai akhir hari kelima. Pada kelompok akupresur, tekanan ini diterapkan pada acupoint Neiguan (PC6)

Artikel kedelapan mengambil penelitian dari Surabaya, rancangan penelitian yang digunakan adalah *Quasi eksperiment*, yaitu observasi yang dilakukan 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Dengan populasinya adalah seluruh ibu hamil Trimester I di BPM Afah Fahmi A.Md Keb. Surabaya sebanyak 15 orang. Tehnik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria pemilihan sampel Inklusi ; a) Ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah di BPM Afah Fahmi A.Md. Keb. Surabaya. b) Pasien bersedia diberikan teknik akupresur. c) Ibu hamil yang frekuensi mual muntahnya < 5 kali sehari. Intervensi yang diberikan yaitu diberikan akupresur pada titik *Nei Guan, Zu San Li* dan *Gong Sun* selama 9 hari tetapi dilakukan observasi pertama (*pre test*). Hasil analisis data menggunakan *uji Wilcoxon* dalam penelitian ini menunjukkan ($P < 0,05$) ada pengaruh pemberian teknik pengaruh akupresur terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil trimester I di BPM Afah Fahmi A.Md Keb Surabaya (Meiri dan Wiwik. 2019).

Artikel kesembilan mengambil penelitian di Iran. Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 90 ibu hamil. Dengan kriteria inklusi adalah: (1) kehamilan pertama, (2) kehamilan di bawah 12minggu, dan (3) kehamilan tunggal. Pasien dialokasikan ke dalam salah satu dari tiga kelompok (1) tekanan padaPC6 4 kali sehari, selama 10 menit, (2) akupresur palsu, dan (3) vitamin B 6 ditambah pengobatan metoclopramide, menggunakan metode blok acak, dengan ukuran sampel 30 orang untuk setiap kelompok. Para pasien di kedua kelompok akupresur dan akupresur palsu tidak menyadari kelompok mereka. Dalam semua 3 kelompok, hari pertama

4 kali sehari (di pagi hari setelah bangun, pada siang hari, di malam hari, dan pada malam hari sebelum tidur selama 10 menit dengan daya tahan maksimum pasien (dengan tekanan konstan dan tidak

dengan pemijatan). Jika pasien mengalami mual parah selama interval tekanan, mereka hanya bisa sekali menjalani percobaan lebih awal dari empat kali yang ditentukan selama sehari. Pada kelompok akupresur palsu, tekanan diberikan pada Waiguan (TE5), pasangan Neiguan, yang terletak pada aspek punggung lengan bawah. Selama masa studi, semua pasien menerima pelatihan yang sama tentang diet (menggunakan makanan rendah

lemak, makanan padat, sering makan, volume rendah per-makan, dll). Penelitian kelima menunjukkan hasil tekanan acupoint PC6 dapat mengurangi keparahan mual, muntah, dan muntah (Tara *et al*, 2020).

3.2. Sub Bab 2

Tabel 1. Tabel *Literature Review*

Tabel 1. Literature Review

Peneliti & Tahun	Judul	Responden	Perlakuan	Kontrol	Prosedur Penilaian	Temuan
Aizura-Syafinaz Adlan, Kar Yoke Chooi and Noor Azmi Mat Adenan (2017)	<i>Acupressure as adjuvant treatment for the inpatient management of nausea and vomiting in early pregnancy: A double-blind randomized controlled trial</i>	Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 120 ibu hamil. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah kehamilan tunggal antara kehamilan 5 sampai 14 minggu yang muncul secara spontan dengan HG sedang sampai berat yang membutuhkan rawat inap	Kelompok perlakuan terdiri dari 60 ibu hamil. Intervensi yang diberikan untuk kelompok perlakuan adalah memberikan gelang pada pasien dalam kelompok perlakuan mengenakan pita dengan manik-manik kecil di bawahnya yang memberikan tekanan pada titik neiguan. selama 12 jam per hari, dari saat masuk hingga hari ketiga dan diberi suplemen tiamin secara rutin dan intravena metoklopramid selama rawat inap.	Kelompok plasebo terdiri dari 60 ibu hamil mengenakan gelang identik tanpa manik akupresur, diaplikasikan pada area yang sama dengan durasi waktu yang sama per hari, selama tiga hari dan diberi suplemen tiamin secara rutin dan intravena metoklopramid selama rawat inap.	Mual, muntah dan muntah dinilai menggunakan Pregnancy-Unique Quantification of Emesis, Retching and Nausea (PUQE) antara kelompok perlakuan dan kelompok plasebo. Total skor PUQE terdiri dari penjumlahan skor dari setiap kategori.	Terapi akupresur pada titik neiguan tidak lebih efektif dibandingkan dengan pengobatan atimetik, penggunaan akupresur pada titik neiguan bisa digunakan sebagai tambahan untuk penanganan mual dan muntah pada ibu hamil
Uning Sulistiari, Melyana Nurul W, Dyah Lustika Rahayu (2018)	Studi Literatur: <i>Acupressure Pericardium Dan Aromatherapy Citrus</i> Untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil	Jumlah responden sebanyak 3 responden. Kriteria inklusi diantaranya yaitu ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan mual muntah, riwayat kehamilan normal, tidak mempunyai penyakit menyerta, umur 20-35 tahun, tidak ada gangguan penciuman, dan bersedia menjadi responden	Intervensi yang diberikan yaitu Kepada ketiga responden dilakukan tindakan <i>acupressurepericardium</i> 6 selama 3-5 menit dengan penekanan tidak terlalu kuat juga tidak terlalu ringan dan memberikan <i>aromatherapycitrus</i> selama kurang lebih 10-20 menit selama 4 hari berturut-turut.	Tidak ada	Dengan dilakukannya perlakuan akupresur perikardium dan pemberian inhalasi aromaterapi citrus pada saat kunjungan secara statistik, pun responden bisa melakukan secara mandiri saat merasakan mual muntah efektif dalam mengurangi rasa mual muntah tersebut.	penggunaan metode <i>acupressure pericardium</i> dan <i>aromatherapy</i> pada ibu hamil dalam mengurangi mual muntah menunjukkan keefektifannya
Sedigheh Sedigh,	<i>The effect of P6</i>	Jumlah responden	Kelompok perlakuan berjumlah 25 ibu hamil	(-) 25 ibu hamil kontrol	Frekuensi dan keparahan mual	Akupresur pada P6 efektif dalam

<p>Mobarakabadi, Samira Shahbazzadegan, Giti Ozgoli. (2019)</p>	<p><i>acupressure on nausea and vomiting of pregnancy: A randomized, single-blind, placebo-controlled trial.</i></p>	<p>dalam penelitian ini adalah 75 ibu hamil. Kriteria inklusi penelitian ini terdiri dari mual dan muntah ringan hingga sedang (berdasarkan skala likert tiga hari sebelum dimulainya intervensi), kehamilan terencana dan normal serta usia kehamilan di bawah 20 minggu (firmed oleh USG sebelum 10minggu dan / atau periode menstruasi terakhir) dan terpelajar.</p>	<p>dengan intervensi dikenakan gelang akupresur ke titik P6 selama 3 hari dan rekomendasi tentang diet modifikatif, termasuk makan sejumlah kecil makanan lebih sering, berhenti makan sebelum merasa kenyang dan menghindari makanan goreng.</p>	<p>yang tidak diberikan intervensi hanya rekomendasi tentang diet modifikatif, termasuk makan sejumlah kecil makanan lebih sering, berhenti makan sebelum merasa kenyang dan menghindari makanan goreng. (+) 25 ibu hamil sebagai kelompok placebo menggunakan gelang dengan metode yang sama dengan kelompok akupresur tetapi tanpa tombol tekanan dan rekomendasi tentang diet modifikatif, termasuk makan sejumlah kecil makanan lebih sering, berhenti makan sebelum merasa kenyang dan menghindari makanan goreng.</p>	<p>dan muntah dicatat selama enam hari, dua kali sehari, dengan intervensi dimulai pada hari keempat. Data dianalisis menggunakan ANOVA, uji Kruskal-Wallis, uji Chi-square, Fisher Tes yang tepat dan Mann-Whitney U-test.</p>	<p>meredakan mual dan muntah kehamilan. Namun, ini sebagian mungkin disebabkan oleh efek placebo.</p>
<p>Nevy Norma Renityas. (2019)</p>	<p>Pengaruh Titik Nei Guan (P6) Terhadap Pengurangan Keluhan Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Sananwetan Blitar</p>	<p>Jumlah responden 15 ibu hamil dengan wanita hamil trimester I yang mengalami muntah mual sedang.</p>	<p>Responden diberikan akupresur pada titik Nei Guan, selama 9 hari.</p>	<p>Tidak ada</p>	<p>Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi. Teknik yang digunakan untuk menentukan pengaruh variabel dependen dan independen adalah uji Statistik Wilcoxon.</p>	<p>Ada pengaruh pemberian acupressure pada Nei Guan (P6) terhadap pengurangan muntah mual pada ibu hamil trimester I</p>
<p>Nanik Handayani, R. Khairiyatul Afiyah (2019).</p>	<p>Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu</p>	<p>Besar sampel 22 dengan populasinya Ibu hamil usia kehamilan trimester I-II</p>	<p>Pada kelompok intervensi sebanyak 11 orang dengan pemberian akupresur menggunakan ibu jari pada titik perikardium 6</p>	<p>Pada kelompok kontrol sebanyak 11 orang dan tidak diberikan perlakuan</p>	<p>Prosedur penilaiannya yaitu menggunakan <i>Score Pregnancy Unique</i></p>	<p>Akupresur efektif untuk menurunkan mual muntah, antara kelompok intervensi dan kelompok</p>

<p>Hamil Praktek Mandiri Bidan Sidoarjo</p>	<p>Di yang mengalami mual dan muntah.</p>	<p>yang terletak 3 jari di atas pergelangan tangan yang segaris dengan jari tengah yang dilakukan 1 kali dalam sehari selama 2 menit. Akupresur ini dilakukan selama 7 hari. Diawali dengan <i>pre-test</i> dan setelah pemberian perlakuan pada kelompok intervensi, dilakukan pengukuran kembali (<i>post-test</i>)</p>	<p><i>Quantification of Emesis and or Nausea Scoring System (PUQE)</i> dimana pengukuran dilakukan setelah pemberian perlakuan.</p>	<p>kontrol setelah dilakukan tindakan akupresur.</p>	
<p>Deny Eka Widyastuti, Rumiyati, Desy Widyastutik. (2019)</p>	<p>Terapi Komplemen ter Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Tahun 2018</p>	<p>Jumlah semple sebanyak 10 ibu hamil, Penelitian ini menggunakan populasi seluruh ibu hamil trimester 1 yang mengalami emesis gravidarum di Puskesmas Gambirsari.</p>	<p>Intervensi yang diberikan pada 10 ibu hamil dalam penelitian ini adalah dengan menekan titik P6 atau neiguan yang diyakini sebagai titik utama untuk menghilangkan mual muntah. Titik ini terletak pada aspek volar lengan bawah, yaitu sekitar 3 cm diatas lipatan pergelangan tangan dan diantara dua tendon.</p>	<p>Tidak ada</p> <p>Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan <i>one group pre test and post test design</i>, menggunakan instrumen berupa kuesioner RINVR dimana Rodhes INVR (<i>Index of Nausea Vomiting and Retching</i>).</p>	<p>Tindakan akupresur dapat menurunkan skor total RINVR ibu yang cukup signifikan, sehingga akupresur pada perikardium 6 efektif dalam meurunkan mual dan muntah.</p>
<p>Ana Mariza, Lia Ayuningtias. (2019)</p>	<p>Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1</p>	<p>Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu hamil TM 1 dengan emesis gravidarum sebanyak 30 orang ibu hamil dan tidak ada kelompok kontrol. Dengan kriteria inklusi : Usia gestasional 10-16</p>	<p>Tidak ada</p> <p>Sebanyak 30 orang ibu hamil dengan Intervensi yang diberikan pada penelitian ini yaitu melakukan pemijatan yang dilakukan pada bagian 3 jari diatas pergelangan tangan dengan cara melingkar, dilakukan selama 7 menit setiap pagi hari. Teknik ini dilakukan selama 4 hari secara sendiri-sendiri oleh pasien.</p>	<p>Tidak ada</p> <p>Evaluasi dilakukan pada hari ke 5 di pagi hari dengan menggunakan kuisisioner <i>indeks Rhode</i>.</p>	<p>Terdapat pengaruh pemberian akupresure titik p6 terhadap penurunan emesis gravidarum.</p>

minggu, usia ibu hamil antara 20-40 tahun dengan keluhan mual dan muntah sedang (emesis) dengan nilai INVR 9-16 nilai sedang.

Eka Meiri K, S.ST, M.Kes, Wiwik Sartika. (2019)	Pengaruh Akupresur Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bpm Afah Fahmi A.Md. Keb Surabaya	Populasinya adalah seluruh ibu hamil Trimester I di BPM Afah Fahmi A.Md Keb. Surabaya sebanyak 15 orang. Dengan kriteria Inklusi ; a) Ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah di BPM Afah Fahmi A.Md. Keb. Surabaya. b) Pasien bersedia diberikan teknik akupresur. c) Ibu hamil yang frekuensi mual muntahnya < 5 kali sehari.	Sebanyak 15 orang ibu hamil. Dengan intervensi yang diberikan yaitu akupresur pada titik <i>Nei Guan, Zu San Li</i> dan <i>Gong Sun</i> selama 9 hari.	Tidak ada	Analisis data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan uji <i>test Wilcoxon</i> . sebelum intervensi dilakukan observasi pertama (<i>pre test</i>) untuk mengetahui adanya pengurangan mual muntah setelah diberikan akupresur pada titik <i>Nei Guan, Zu San Li</i> dan <i>Gong Sun</i> selama 9 hari.	Ada pengaruh pemberian teknik pengaruh akupresur terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil trimester I
Fatemeh Tara, Hamidreza Bahrami-Taghanaki, Masoud Amini Ghalandarabad, Ziba Zand-Kargar, Hamideh Azizi, Habibollah Esmaily, Hoda	<i>The Effect of Acupressure on the Severity of Nausea, Vomiting, and Retching in Pregnant Women: A Randomized</i>	Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 90 ibu hamil. Dengan kriteria inklusi adalah: (1) kehamilan	Pada kelompok akupresur dengan 30 responden, tekanan ini diterapkan pada acupoint Neiguan (PC6) 4 kali sehari (di pagi hari setelah bangun, pada siang hari, di malam hari, dan sebelum tidur) selama	(-)Pada kelompok akupresur palsu jumlah responden 30, tekanan diberikan pada pasangan Neiguan, yang terletak pada aspek punggung lengan bawah. Selama masa studi,	Penilaian tingkat keparahan dilakukan berdasarkan Indeks Rhodes pada hari pertama dan kelima (sebelum dan sesudah	Tekanan acupoint PC6 dapat mengurangi keparahan mual, muntah, dan muntah

Azizi. (2020)	<i>Controlled Trial</i>	<p>pertama, (2) 10 menit dengan daya tahan maksimum pasien (dengan tekanan konstan dan tidak dengan pemijatan). Jika (3) pasien mengalami mual parah selama interval tekanan, mereka hanya bisa sekali menjalani percobaan lebih awal dari empat kali yang ditentukan selama sehari. Selama masa studi, semua pasien menerima pelatihan yang sama tentang diet (menggunakan makanan rendah lemak, makanan padat, sering makan, volume rendah per makan, dll</p>	<p>semua pasien menerima pelatihan yang sama tentang diet (menggunakan makanan rendah lemak, makanan padat, sering makan, volume rendah per makan, dll</p> <p>(+)kelompok obat dengan vitamin B 6 (tab 40 mg, oral, Darou Pakhsh Co., Iran) ½ tab setiap 8 jam dan metoclopramide (tab 5 mg, oral, Hakim Co, Iran) 5 mg setiap 8 jam sebelum makan. Selama masa studi, semua pasien menerima pelatihan yang sama tentang diet (menggunakan makanan rendah lemak, makanan padat, sering makan, volume rendah per makan.</p>	<p>intervensi). Uji chi-square Pearson, uji ANOVA satu arah, Kruskal-Wallis, dan Wilcoxon digunakan untuk analisis statistik menggunakan SPSS versi 18.</p>
------------------	-------------------------	---	--	---

Hasil *literature review* terhadap sembilan artikel jurnal, dapat dijelaskan bahwa intervensi terapi akupresur titik *perikardium 6* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil. Akupresur dinilai aman serta mudah di terapkan untuk ibu hamil yang mengalami keluhan mual dan muntah. Berdasarkan hasil *literature review* yang berjudul “terapi komplementer akupresur pada titik *perikardium 6* dalam mengatasi mual dan muntah pada kehamilan” membuktikan bahwa akupresur pada titik *perikardium 6* dapat menghasilkan evaluasi yang baik pada ibu yang mengalami mual dan muntah pada kategori ringan dan sedang. (Juwita, 2015).

Titik *perikardium 6* (*Nei Guan*) berasal dari kata *Nei* berarti medial dan *Guan* berarti melewati. Titik P6 merupakan lokasi penting yang ada di bagian lengan bawah. Stimulasi titik P6 ini dilakukan pada posisi telapak tangan menghadap ke atas. Titik ini berada pada garis tengah lengan bawah, dua

ibu jari menuju siku dari lipatan pergelangan tangan.

Titik P6 berada pada 5 cm dari distal lipatan pergelangan tangan, antara tendon *flexi karpi radialis* dan *palmaris longus*. Efek stimulasi pada titik tersebut mampu meningkatkan pelepasan beta- endorphin di hipofise dan ACTH sepanjang *chemoreceptor trigger zone* (CTZ) menghambat pusat muntah. Saat produksi hCG mencapai puncaknya, diduga bahwa hormon plasenta inilah yang memicu mual dan muntah dengan bekerja pada CTZ (*Chemoreseptor Trigger Zone*) (Widyastuti *et al.*, 2019; Handayani *et al.* 2019).

Muntah terjadi akibat perangsangan pada pusat muntah yang terletak di daerah *postrema medula oblongata* di 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, sehingga dengan menekan titik P6 dapat menurunkan mual muntah. Penerapan terapi akupresur dapat dilakukan secara mandiri dengan menekan titik meridian P6 pada lengan. Cara ini sangat mudah dan praktis diterapkan oleh pasien. Selain dengan menekan secara langsung, akupresur juga dapat dilakukan dengan memakai gelang akupresur pada kedua lengan. Gelang dipakai secara konsisten oleh pasien dan hanya boleh dilepas pada saat pasien mandi atau ada keadaan yang mengharuskan pasien untuk melepaskan gelang tersebut (Juwita, 2015; Handayani *et al.* 2019).

Akupresur akan lebih efektif jika dikombinasikan dengan terapi komplementer lain yang dapat saling mendukung efek antiemetik pada pasien. Karena dalam literature review ini tidak semua artikel yang menjelaskan bahwa akupresur pada titik *perikardium 6* (*Nei Guan*) lebih efektif dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil. Salah satunya yaitu dengan mengombinasikan titik P6 dengan titik *Zu San Li* dan titik *Gong Sun* selama 9 hari, menunjukkan ada pengaruh pemberian teknik akupresur terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil trimester I. Aplikasi dari beberapa titik yang bermanfaat dalam mengurangi suatu gejala penyakit dapat menghasilkan efek yang lebih efektif.

Akupresur juga dapat dikombinasikan dengan terapi Aromaterapi yang bisa merelaksasi sehingga memberikan kenyamanan. Walaupun akupresur pada titik *perikardium 6* bisa dikombinasikan dengan terapi komplementer lainnya namun kedua terapi terbukti mampu menurunkan intensitas mual muntah sehingga dapat dijadikan sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi gejala mual muntah. Terdapat beberapa penelitian yang mengombinasikan dengan obat yang diberikan secara oral maupun intravena padahal pengobatan akupresur tidak perlu mengonsumsi obat-obatan, sebab dengan terapi akupresur tubuh sudah memiliki kandungan obat, yang harus

diaktifkan kembali oleh sel-sel syaraf tubuh (Juwita, 2015; Sulistiarini, 2018; Meiri dan Wiwik. 2019).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan dari beberapa *literature review* yang telah dianalisa oleh penulis, dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode *acupressure pericardium 6* pada ibu hamil dalam mengurangi mual muntah menunjukkan keefektifannya. Akan tetapi lebih efektif dalam mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil bila akupresur dapat dikombinasikan dengan terapi komplementer lain yang dapat saling mendukung efek antiemetik pada pasien. Serta dalam pengobatan akupresur tidak perlu mengonsumsi obat-obatan, sebab dengan terapi akupresur tubuh sudah memiliki kandungan obat, yang harus diaktifkan kembali oleh sel-sel syaraf tubuh.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, membimbing dan mengarahkan sehingga dapat menyelesaikan artikel ilmiah ini dengan baik, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Rektorat Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
2. Endang Sri Wahyuni, SST, M. Keb selaku ketua Program Studi Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta dan pembimbing 1, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengetahuan, pengarahan, serta koreksi selama penyusunan artikel ilmiah.
3. Istiqomah Risa Wahyuningsih, SST, M.Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengetahuan, pengarahan, serta koreksi selama penyusunan artikel ilmiah.
4. Semua pihak yang terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan artikel ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan pada artikel ilmiah

ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik yang membangun dan saran dari pembaca. Penulis berharap artikel ilmiah ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan referensi bagi pembaca.

REFERENSI

- [1] Adlan, S., A., *et al.*, 2017. Acupressure As Adjuvant Treatment For The Inpatient Management Of Nausea And Vomiting In Early Pregnancy: A Double-Blind Randomized Controlled Trial. *Journal Obstetrics And Gynaecology*, 43(04):
- [2] Alfira, N. 2017. Efek Akupresur Pada Titik P6 Dan ST36 Untuk Mencegah Post Operative Nausea And Vomiting Pada Pasien Laparatomi Dengan Spinal Anestesi. *Tesis Universitas Hasanuddin*. Makassar.
- [3] Hanretty. 2014. *Ilustrasi Obstetri*. CV Pentasada Media Edukasi: Indonesia.
- [4] Handayani, N., dan Afiyah, K., R. 2019. Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Di Praktek Mandiri Bidan Sidoarjo. *Jurnal Kebidanan*, 11(02).
- [5] Hollingworth. 2012. *Diagnosis Banding dalam Obstetri Dan Ginekologi*. Penerbit Buku Kedokteran: Jakarta.
- [6] Indiarti, M. T., 2015. *Panduan Terbaik A-Z Kehamilan, Persalinan, Dan Perawatan Bayi Update Dan Terlengkap*. Indoliterasi: Yogyakarta.
- [7] Juwita, L., 2015. *Literature Review: Terapi Komplementer Akupresur pada Titik Perikardium 6 dalam Mengatasi Mual dan Muntah Pada Kehamilan*. *Jurnal Ners Lentera*, 3(01).
- [8] Meiri, E. K., dan Sartika, W. 2019. Pengaruh akupresure terhadap pengurangan mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1. *Jurnal kebidanan*.
- [9] Mariza, A., dan Ayuningtyas, L. 2019. Penerapan Akupresur Pada Titik P6 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1. *Jurnal Kesehatan*, 13(03): 218-224.
- [10] Renityas, N. N., 2019. Pengaruh Titik Nei Guan (P6) Terhadap Pengurangan Keluhan Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Sananwetan Blitar. *Jurnal Kebidanan*, 3(01).
- [11] Sedigh, S., *et al.*, 2019. The Effect Of P6 Acupressure On Nausea And Vomiting Of Pregnancy: A Randomized, Single-Blind, Placebo-Controlled Trial. *Elsevier*. Diakses 27 Juli 2019.
- [12] Sulistiari, U., *et al.*, 2018. Studi Literatur: Acupressure Pericardium Dan Aromatherapy Citrus Untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal kebidanan*, 8(02): 2621-2870.
- [13] Tara, F., *et al.*, 2020. The Effect of Acupressure on the Severity of Nausea, Vomiting, and Retching in Pregnant Women: A Randomized Controlled Trial. *Complementary medicine research*. Diakses 4 Februari 2020.
- [14] Widatiningsih, S., dan Dwi, C. 2017. *Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan*. Transmedika: Yogyakarta.
- [15] Widyastuti, K, D., 2018. Terapi komplementer akupresur untuk mengatasi esis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. *Jurnal kebidanan* 662-668. 10(01): 96-100.