

PEMANFAATAN AKUPRESUR UNTUK ATASI EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

IKA PUTRI DAMAYANTI

Prodi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Hang Tuah Pekanbaru
ikaputridamayanti@gmail.com

Abstrak: Emesis gravidarum adalah gejala yang sering terjadi pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula terjadi setiap saat dan malam hari, emesis gravidarum kurang lebih terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Emesis Gravidarum dapat mengganggu pekerjaan sehari-hari ibu hamil dan bahkan keadaan bisa menjadi buruk.

Metode penelitian ini adalah dengan rancangan Quasi eksperimen dengan pendekatan one group pretest posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja BPM Murtinawita yang mengalami Emesis Gravidarum. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 responden dengan menggunakan Purposive sampling. Analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat dan bivariat.

Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya efektifitas akupresur dalam mengatasi Emesis Gravidarum pada ibu hamil TM I di PMB Murtinawita. Luaran penelitian ini adalah artikel jurnal yang dipublikasikan pada jurnal nasional terakreditasi. Penelitian ini ada di TKT 3 dimana membuktikan konsep bahwa akupresure yang dilakukan pada ibu hamil trimester satu mampu mengatasi keluhan emesis gravidarum

Hasil penelitian ini adalah sebelum dilakukan akupresur ada 19 orang ibu yang mengalami emesis gravidarum (63,3%). Lalu setelah dilakukan Akupresur ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum berkurang menjadi 8 orang (26,7%). Hal ini juga menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang tidak mengalami emesis garvidarum setelah dilakukannya akupresur. Dari uji statistik didapatkan hasil p value 0,001, $p < 0,05$ yang artinya akupresur pada ibu hamil efektif untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Direkomendasikan pemanfaatan akupresur pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum agar dapat mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil Trimster satu

Kata kunci : Akupresur, Emesis Gravidarum, Ibu hamil trimester I

A. Pendahuluan

Emesis gravidarum adalah gejala yang sering terjadi pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula terjadi setiap saat dan malam hari, *emesis gravidarum* kurang lebih terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu dan bisa sangat mengganggu aktivitas sehari-hari (Prawirohardjo, 2010).

Jumlah kejadian *emesis gravidarum* mencapai 12,5 % dari seluruh jumlah kehamilan di dunia. Hampir 50% -90% dari wanita hamil mengalami mual pada trimester pertama. Mual dan muntah (*emesis gravidarum*) terjadi pada 60%-80% primi gravida dan 40%-60% pada multi gravida. (Prawirohardjo, 2010). Angka kejadian emesis gravidarum didunia yaitu 70%-80% dari jumlah ibu hamil. Data mengenai kejadian *emesis gravidarum* pada ibu hamil yaitu 50%-90%, sedangkan *hyperemesis gravidarum* 10-15% dari jumlah ibu hamil yang ada yaitu sebanyak 182.815 orang (Wahyuni, 2011)

Penyebab *emesis gravidarum* ini bermacam-macam antara lain karena adanya perubahan hormone dalam tubuh, seperti peningkatan hormone estrogen, dan dikeluarkannya *Human Chorionic Gonodotrofine* dalam serum (Wiknjastro, 2009). HCG merupakan hormone yang diproduksi plasenta selama masa kehamilan dalam tubuh ibu hamil, selain itu factor psikologis seperti perasaan cemas, rasa bersalah, termasuk dukungan yang diberikan suami pada ibu, faktor lingkungan sosial, budaya dan kondisi ekonomi (Tiran, 2009).

Pola makan yang buruk sebelum maupun pada minggu-minggu awal kehamilan, kurang tidur atau kurang istirahat dan stress dapat memperberat rasa mual dan muntah. Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa mual misalnya dengan

mengonsumsi makanan seimbang, cukup bergerak dan cukup istirahat. Oleh karena itu calon ibu diharapkan memiliki pengetahuan yang cukup mengenai mual agar ibu dapat menentukan sikap untuk mengatasi masalahnya pada awal kehamilan (Neil, 2010).

Cara mengatasi *Emisis Gravidarum* ini terdiri atas terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi nonfarmakologi dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional dan akupresur (Runiari dan Imaningrum, 2012). Terapi nonfarmakologi merupakan jenis terapi komplementer yang dapat digunakan sebagai intervensi untuk mengatasi mual diantaranya : akupresur, akupuntur, relaksasi dan terapi (Apriany, 2010).

Akupresur merupakan perkembangan terapi pijat yang berlangsung seiring dengan perkembangan ilmu akupuntur karena teknik pijat akupresur adalah turunan dari ilmu akupuntur. Teknik dalam terapi ini menggunakan jari tangan sebagai pengganti jarum tetapi dilakukan pada titik-titik yang sama seperti yang digunakan pada terapi akupuntur (Hartono, 2012).

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi experimental* (experiment semu). Penelitian ini dilakukan di di Praktik Mandiri Bidan Murtinawita Pekanbaru. Waktu Penelitian mulai dilaksanakan pada tahun 2022. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I di PMB pada bulan April- September 2022. Besar sampel minimum dalam penelitian ini adalah 30 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non random sampling* secara *Purposive sampling*. Analisis data yang digunakan adalah uni variat dan bivariat.

C. Pembahasan dan Hasil

1. Analisis Univariat

Distribusi Frekuensi ibu hamil trimester I yang mengalami emisis gravidarum sebelum dan sesudah dilakukan akupresur

No	Faktor-faktor	Frekuensi	Persen (%)
1.	Sebelum Akupresur		
	Emisis Gravidarum	19	63,3
	Tidak emisis Gravidarum	11	36,7
	Jumlah	30	100
2.	Sesudah Akupresur		
	Emisis Gravidarum	8	26,7
	Tidak emisis Gravidarum	22	73,3
	Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel hasil penelitian diatas diketahui bahwa ada 30 orang yang memenuhi syarat sebagai responden yaitu ibu hamil trimester I dan ditemukan bahwa sebelum dilakukan akupresur ada 19 orang ibu yang mengalami emisis gravidarum (63,3%). Lalu setelah dilakukan Akupresur ibu hamil yang mengalami emisis gravidarum berkurang menjadi 8 orang (26,7%). Hal ini juga menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang tidak mengalami emisis garvidarum setelah dilakukannya akupresur.

2. Analisis Bivariat

Tabel Pengukuran Accupresure terhadap emisis Gravidarum pada ibu hamil Trimester I (N=30)

No	Variabel	Pengukuran	Rata-rata	SD	pvalue
1	Emisis Gravidarum	Sebelum Akupresur – Sesudah Akupresur	0,367	0,556	0,001

Berdasarkan tabel 2 diketahui dari hasil uji statistik menunjukkan p value 0,001 yang artinya < 0,05 yang berarti bahwa dengan dilakukannya akupresur pada ibu hamil trimester I mampu mengatasi emisis gravidarum yang dialami ibu hamil trimester I di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa sebelum dilakukan akupresur ada 19 orang ibu yang mengalami emesis gravidarum (63,3%) dan setelah dilakukan Akupresur berkurang menjadi 8 orang (26,7%). Hal ini juga menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang tidak mengalami emesis gravidarum setelah dilakukannya akupresur. Hasil uji statistik menunjukkan p value 0,001 yang artinya $< 0,05$ yang berarti bahwa dengan dilakukannya akupresur pada ibu hamil trimester I mampu mengatasi emesis gravidarum yang dialami ibu hamil trimester I.

Akupresur dapat menstimulasi saraf perifer di otak untuk mengirimkan impuls ke sistem saraf pusat disertai aktivitas medula spinalis, hipotalamus dan hipofise diaktifkan untuk melaksanakan endorphin. Menurut teori 5 unsur emesis gravidarum terjadi akibat ketidak seimbangan Qi ibu karena tubuhnya berupaya beradaptasi dengan perubahan yang terjadi saat pertumbuhan janin, Qi dalam kehamilan dapat dipengaruhi oleh tidak harmonis dalam tiga organ yang penting yaitu limpa, lambung, dan jantung (Tiran, 2009).

Hal ini sejalan dengan penelitian Mariza 2019 dimana didapatkan hasil P-value = 0.000 artinya terdapat Pengaruh pemberian akupresur titik p6 terhadap mual dan muntah pada ibu hamil TM I di BPM Wirahayu Panjang Tahun 2018 yaitu akupresur menstimulasi system regulasi serta mengaktifkan mekanisme endokrin dan neurologi dengan cara merangsang kerja hipotalamus untuk mengeluarkan zat endorphin yang memberikan rasa rileks. Sehingga emesis gravidarum dapat teratasi.

Menurut Widyastuti 2019 dalam jurnal yang berjudul Terapi Komplementer Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester didapatkan hasil perhitungan skor mual didapatkan hasil penelitian didapatkan bahwa terapi komplementer akupresur efektif untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Gambirsari, Surakarta tahun 2018.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Rahmanindar dengan judul Akupresur Dalam Mengurangi Hiperemesis Kehamilan didapatkan hasil yaitu hasil analisis ibu hamil yang mengalami hiperemesis memiliki nilai yang lebih rendah dibandingkan sebelum dilakukan terapi pijat akupresur Hasil uji analisis menggunakan Man Whitney menunjukkan nilai p value 0.000, artinya ada pengaruh pijat akupresur dalam mengurangi hiperemesis pada kehamilan. (Rahmanindar, 2021)

D. Penutup

Pemanfaatan akupresur pada ibu hamil efektif untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I ($p = 0,001$; $p < 0,05$).

Daftar Pustaka

- Hartono, Widia Iwan Radyanto, 2012. *Akupresur Untuk Berbagai Penyakit*. Repha; Yogyakarta,
- Manuaba, Ida Ayu; Manuaba Bagus; Manuaba, Ida Gde Fajar, 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. EGC; Jakarta,
- Mariza, A. and Ayuningtias, L., 2019. Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), pp.218-224.
- Neil. (2010). *Panduan Lengkap : Perawatan Kehamilan*. Jakarta : Dian Rakyat
- Prawirohardjo, S. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: bina pustaka sarwono prawirohardjo.
- Runiari, N. 2010. Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Hiperemesis Gravidarum : Penerapan Konsep Dan Teori Keperawatan. Jakarta : Salemba Madika.
- Tiran. (2009). *Mual & Muntah Kehamilan*. Jakarta: buku kedokteran Egc.
- Wahyuni, T. (2011). *Penanganan Mandiri Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil*.
- Widyastuti, D.E., Rumiati, E. and Widyastuti, D., 2019. Terapi Komplementer Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Tahun 2018. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), pp.96-104.
- Wiknjastro, H. (2009). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.