

Pengaruh Akupresure Pada Titik Perikardium 6 Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di TPMB I Tahun 2023

Iis Ismawati

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Medika Suherman

Dewita Rahmatul Amin

²Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Medika Suherman

Alamat: Jalan Raya Industri Pasir Gombang Jababeka Cikarang Utara Bekasi, Jawa Barat – 17530

Korespondensi Penulis: iisismawati960@gmail.com

Abstract. *Nausea and vomiting in pregnancy occur as a result of changes in the endocrine system that occur during pregnancy. According to WHO, pregnancies with excessive nausea and vomiting reach 12.5% of all pregnancies in the world with varying incidence rates. In Bekasi Regency in 2018 there were 206 pregnant women with nausea and vomiting in the first trimester. Therapy to reduce nausea and vomiting can be done by means of acupressure at pericardium point 6 3 times a day with a minimum duration of 10 minutes. The aim of this study was to determine the effect of acupressure at pericardium point 6 on the intensity of nausea and vomiting in pregnant women at TPMB I in 2023. The research method used is the Pre-experimental One Group With Pre-Post Test Design method. Sampling was taken with a total sampling of 30 people. Data analysis used frequency distribution and Wilcoxon test. This research uses primary data from observation values by researchers. The results of the study showed that all respondents experienced a decrease in nausea and vomiting after acupressure was carried out at point P6. The P value is $0.000 < 0.05$ so it can be concluded that H_a is accepted or H_o is rejected, meaning there is a significant influence on administering acupressure at point P6 to pregnant women with nausea and vomiting at TPMB I in 2023. It is hoped that this research can be used as an alternative non-pharmacological technique that is easy to carry out without harmful effects in providing intervention for cases of nausea and vomiting in pregnant women.*

Keywords: *acupressure, nausea, vomiting, pregnant women.*

Abstrak. Mual muntah dalam kehamilan terjadi akibat dari perubahan sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan. Kehamilan dengan mual muntah berlebih menurut WHO mencapai 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia dengan angka kejadian yang beragam. Kabupaten Bekasi pada tahun 2018 terdapat 206 ibu hamil mual muntah di trimester pertama. Terapi untuk mengurangi mual muntah dapat dilakukan dengan cara akupresure pada titik perikardium 6 sebanyak 3 kali sehari dengan durasi minimal 10 menit. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Akupresure titik perikardium 6 terhadap intensitas mual muntah pada ibu hamil di TPMB I Tahun 2023. Metode penelitian yang digunakan adalah metode *Pra eksperimental One Group With Pre-Post Test Design*. Pengambilan sampel dengan total sampling sebanyak 30 orang. Analisa data menggunakan distribusi frekuensi dan uji *Wilcoxon*. Penelitian ini menggunakan data primer dari nilai observasi oleh peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami penurunan mual muntah setelah dilakukan Akupresure titik P6. *P Value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan H_a diterima atau H_o ditolak artinya ada pengaruh yang signifikan pada pemberian Akupresure titik P6 pada ibu hamil dengan mual muntah di TPMB I Tahun 2023. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai alternatif teknik nonfarmakologi yang mudah untuk dilakukan tanpa efek yang membahayakan dalam memberikan intervensi kasus mual muntah pada ibu hamil.

Kata Kunci : Akupresure, mual, muntah, ibu hamil.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan seorang wanita, dimana proses ini akan menyebabkan terjadinya beberapa perubahan seperti perubahan fisik dan mental. Proses kehamilan yang normal terjadi selama 40 minggu, dimana kehamilan biasanya terbagi ke dalam 3 fase atau yang lebih dikenal dengan sebutan trimester. Mual muntah merupakan gangguan yang paling sering ditemui pada kehamilan trimester I, yaitu pada minggu 1 sampai minggu ke 12 selama masa kehamilan. Mual muntah biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari (Alfira & Fira, 2020).

Mual muntah dalam kehamilan terjadi akibat dari perubahan sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan terutama meningkatnya hormon hCG dalam kehamilan dan merupakan suatu keluhan yang umum dari hampir 50-80% wanita hamil. Secara psikologis, mual dan muntah selama kehamilan mempengaruhi lebih dari 80% wanita hamil serta menimbulkan efek yang signifikan terhadap *quality of life*. Sebagian ibu hamil merasakan mual dan muntah merupakan hal yang biasa terjadi selama kehamilan. Sebagian lagi merasakan sebagai sesuatu yang tidak nyaman dan mengganggu aktivitas sehari-hari (Masdinarsyah, 2022).

Angka kejadian mual muntah dalam kehamilan berdasarkan data World Health Organization (WHO, 2015) memperkirakan bahwa sedikitnya 14% dari semua wanita hamil yang mengalami mual muntah, angka kejadian mual muntah dalam kehamilan di Indonesia yang didapatkan dari 2.203 kehamilan yang dapat diobservasi secara lengkap adalah 534 orang ibu hamil yang mengalami mual muntah. Kehamilan dengan hiperemesis gravidarum menurut WHO mencapai 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki (Septa et al., 2021).

Data di Indonesia, perbandingan insidensi mual muntah yang mengarah pada patologis atau yang disebut hiperemesis gravidarum 4:1000 kehamilan. Diduga 50% sampai 80% ibu hamil mengalami mual muntah dan kira-kira 5% dari ibu hamil membutuhkan penanganan untuk penggantian cairan dan koreksi ketidakseimbangan elektrolit (Kartikasari, 2017).

Laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi pada tahun 2018 terdapat 206 wanita hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah dari seluruh jumlah ibu hamil trimester pertama yaitu 465 orang (Dinkes Kabupaten Bekasi, 2018). Hasil studi pendahuluan

di TPMB I pada bulan Januari – Juli dengan ibu hamil mengalami mual muntah sebanyak 30 orang.

Penatalaksanaan mual muntah pada kehamilan terdiri dari terapi farmakologi yaitu pemberian obat indansentron, vometa, domperidon sedangkan terapi nonfarmakologi atau pengobatan komplementer dengan melakukan Akupresure pada titik Perikardium 6 (P6). Salah satu pengobatan yang dianjurkan adalah pengobatan Cina titik Perikardium 6 selanjutnya ditulis titik P6. Pada "*Accupunctur in Clinical Practice*" dinyatakan bahwa stimulus pada titik P6 merupakan titik penting yang diberikan Akupresure pada klien dengan hyperemesis. Efek stimulasi pada titik tersebut mampu meningkatkan pelepasan beta-endorphin di hipofise dan *Adrenocortikotropic* (ACTH) sepanjang *Chemoreceptor Tringger Zone* (CTZ) yang dapat menghambat pusat muntah (Rohmayanti et al., 2022).

Hasil penelitian Herrell mengatakan sekitar 80% dari wanita hamil melaporkan gejala mual muntah mereka berlangsung sepanjang hari, dimana hanya 1,8% melaporkan gejala terjadi di pagi hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Hasil penelitian Markose et al menemukan bahwa Akupresure titik perikardium 6 berguna untuk mengurangi mual dan muntah. Responden diminta untuk melakukan tekanan pada titik Perikardium 6 sebanyak 3 kali sehari dengan durasi minimal 10 menit sebelum sarapan, makan siang, dan makan malam. hasilnya signifikan secara statistik pada titik P6 dalam mengurangi derajat mual dan muntah pada wanita dengan hiperemial muntah pada ibu hamil (Nafiah et al., 2022).

Sekitar 80% dari wanita hamil melaporkan gejala mual muntah mereka berlangsung sepanjang hari, dimana hanya 1,8% melaporkan gejala terjadi di pagi hari. Gejala-gejala ini kurang lebih terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Hasil penelitian Markose et al pada tahun 2004 menemukan bahwa Akupresure titik perikardium 6 berguna untuk mengurangi mual dan muntah. Responden diminta untuk melakukan tekanan pada titik Perikardium 6 sebanyak 3 kali yaitu pada jam 8, jam 16 dan jam 24 saat dirawat di RS dengan durasi minimal 10 menit sebelum makan dan hasilnya signifikan secara statistik dalam mengurangi derajat mual dan muntah pada wanita dengan hiperemial muntah pada ibu hamil (Nafiah et al., 2022).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Renityas (2019) dengan judul pengaruh titik Neiguan (P6) terhadap pengurangan keluhan morning sickness pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Sananwetan Blitar setelah diberikan Akupresure selama 7 menit setiap pagi. Rohmayanti et al (2022) melakukan akupresure Perikardium 6 dalam waktu 30 detik sampai 2 menit, dilakukan pada pagi dan sore selama 5 hari kemudian mengkaji intensitas mual muntah

setelah (posttest) dengan menggunakan *Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE)-24* (Rohmayanti et al., 2022).

Studi pendahuluan yang telah dilakukan pada bulan Januari-Juli terdapat 30 ibu hamil yang mengalami mual muntah dan hampir semua mengaku belum pernah dilakukan terapi komplementer Akupresuree pada titik P6, bahkan ibu hamil tersebut tidak paham mengenai Akupresuree P6. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik mengambil judul “Pengaruh Akupresure Perikardium 6 terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) I Tahun 2023”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *Pra eksperimental One Group With Pre-Post Test Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil Trimester I di Tempat Praktek Mandiri Bidan Iis Ismawati Kecamatan Cibitung pada bulan Oktober-Nopember 2023. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling atau pengambilan sampel dengan menggunakan seluruh unit dalam populasi sejumlah sampel yang akan diteliti yaitu sebanyak 30 orang.

Penelitian ini menggunakan 2 instrumen, instrumen untuk menilai mual muntah yaitu *Pregnancy Unique Quantification of Emesis (PUQE)* dan lembar observasi untuk melakukan pemantauan selama masa intervensi.

Skor PUQE untuk setiap pasien dihitung dengan menggunakan tiga kriteria untuk menilai keparahan mual muntah selama kehamilan (jumlah jam merasakan mual, jumlah episode muntah, dan jumlah episode muntah kering dalam 24 jam terakhir). Skor PUQE dihitung dengan menambahkan nilai dari masing-masing kriteria, dan dapat berkisar dari minimal 1 sampai maksimal 15 (Rohmayanti et al., 2022).

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariate

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Kategori	Kriteria	f	%
Umur	<20 atau >35 tahun	6	20,0
	20-35 tahun	24	80,0
Pendidikan	Lulus SMP	5	16,7
	Lulus SMA	16	53,3
	Lulus PT	9	30,0
Pekerjaan	Bekerja	8	26,7
	Tidak bekerja	22	73,3
Paritas	Primipara	11	36,7
	Multipara	17	56,7
	Grandemultipara	2	6,7
Total		30	100,0

Uji : Deskripsi Frekuensi

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat 24 orang (80,0%) berusia 20-35 tahun, 16 orang (53,3%) lulus SMA, sebagai ibu rumah tangga atau tidak bekerja sebanyak 22 orang (73,3%), sebanyak 17 orang (56,7%) adalah seorang multipara.

Tabel 2.

Gambaran Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Akupresure Titik P6

Kriteria	Kategori	f	%
Sebelum Akupresure	Ringan	0	0,0%
	Sedang	16	53,3
	Berat	14	46,7
Sesudah Akupresure	Ringan	12	40,0
	Sedang	18	60,0
	Berat	0	0,0

Uji : Deskripsi Frekuensi

Berdasarkan tabel 2 diatas, menunjukkan bahwa dari pada awal penelitian atau sebelum dilakukan akupresure 30 orang responden, sebanyak 14 orang merasakan mual muntah derajat berat dan setelah diberikan akupresure sudah tidak ada responden yang mengalami derajat berat.

2. Analisa Bivariate

Hasil uji normalitas menyatakan data pre dan posttest tidak normal sehingga uji hipotesis yang digunakan adalah Uji Wilcoxon yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara variabel yang berpasangan dari dua data yang tidak terdistribusi normal.

Tabel 3

Nilai Rata-rata Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil di TPMB I Kabupaten Bekasi

Postes - Pretes	N	Mean Rank	P value
Negative Ranks	30 ^a	15,50	0,000
Positive Ranks	0 ^b	0,00	
Ties	0 ^c		
Total	30		
a. Postes < Pretes			
b. Postes > Pretes			
c. Postes = Pretes			

*Uji Wilcoxon

Pada tabel 3 didapatkan hasil pada responden terdapat selisih negatif atau nilai posttets lebih rendah daripada nilai pretets pada 30 responden dengan *mean rank* penurunan mual muntah 15,50. Data tersebut menyatakan bahwa seluruh responden mengalami penurunan mual muntah setelah dilakukan Akupresure titik P6. Nilai p dengan tingkat kepercayaan 95% sebesar $0,000 < 0,05$ kesimpulannya adalah H_a diterima atau H_0 ditolak artinya ada pengaruh yang signifikan pada pemberian Akupresure titik P6 pada ibu hamil dengan mual muntah di TPMB I Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat selisih negatif atau nilai posttets lebih rendah daripada nilai pretets pada 30 responden dengan *mean rank* penurunan mual muntah 15,50. Data tersebut menyatakan bahwa seluruh responden mengalami penurunan mual muntah setelah dilakukan Akupresure titik P6 dengan *p value* $0,000 < 0,05$ kesimpulannya adalah H_a diterima atau H_0 ditolak artinya ada pengaruh yang signifikan pada pemberian Akupresure titik P6 pada ibu hamil dengan mual muntah di TPMB I Tahun 2023.

Penelitian lain dengan jumlah sampel lebih banyak juga mendapti sembilan puluh responden yang dibagi dalam 3 kelompok. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara 3 kelompok dalam hal hasil keparahan sebelum intervensi, sementara, setelah intervensi, ketiga kelompok berbeda secara signifikan. pada hari kelima dalam hal frekuensi muntah, distres karena muntah, distres karena muntah, durasi mual, distres karena mual, jumlah muntah, frekuensi mual, dan frekuensi muntah ($p < 0,001$ untuk setiap hasil) (Tara et al., 2020).

Sejalan dengan penelitian Mariza dalam Rohmayanti et al. (2022) hasil uji statistik didapatkan *P value* = 0.000 artinya terdapat Pengaruh pemberian Akupresure titik p6 terhadap mual dan muntah pada ibu hamil TM I di BPM Wirahayu Panjang Tahun 2018. Penelitian Tanjung (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh Akupresure pada titik

Perikardium 6 terhadap Intensitas Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I dengan nilai $p < 0,000$ ($p < 0,05$).

Penelitian Rohmayanti et al (2022) diketahui rata-rata mual muntah sebelum diberikan terapi akupresure adalah 8,9 dengan nilai standar deviation 1,9, nilai minimal 6 dan nilai maksimal 12. Setelah diberikan terapi akupresure adalah 6,5 dengan nilai standar deviation 1,5 nilai minimal 4 dan nilai maksimal 9. Ada pengaruh akupresure terhadap mual muntah pada ibu hamil TM I di PMB Gusnila Kabupaten Pringsewu Tahun 2021 ($p \text{ value} = 0,000$).

Penelitian Handayani (2019) hasil analisis uji statistik Independent T-test $\rho = 0,010 < \alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak artinya akupresure berpengaruh terhadap penurunan mual dan muntah.

Penelitian Masdinarsyah (2022) mendapati akupresure diberikan kepada ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual muntah selama 30 detik diulang selama 4 kali (lamanya sampai 2 menit). Sebelum dilakukan akupresure ibu diberikan pemahaman sugesti positif dalam menerima kehamilannya dahulu kemudian dilakukan akupresure. Hasil Uji Statistik menggunakan uji square menunjukkan bahwa nilai $p \text{ value} < 0,05$ yang berarti bahwa terdapat perbedaan pengaruh akupresure dan vitamin B6 terhadap penurunan intensitas mual muntah pada emesis gravidarum. Terdapat perbedaan pengaruh akupresure dan vitamin B6 terhadap penurunan intensitas mual muntah pada emesis gravidarum. Akupresure lebih efektif dibandingkan vitamin B6 untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum berat.

Hiperemesis gravidarum yang merupakan komplikasi ibu hamil muda bila terjadi terus menerus terjadi dapat mengakibatkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, serta dapat mengakibatkan cadangan karbohidrat dan lemak habis terpakai untuk keperluan energi. Oksidasi lemak yang tidak sempurna menyebabkan ketosis. Pada beberapa kasus berat, perubahan yang terjadi berhubungan dengan malnutrisi dan dehidrasi yang menyebabkan terdapatnya non protein nitrogen, asam urat, dan penurunan klorida dalam darah, kekurangan vitamin B1, B6, B12, dapat mengakibatkan terjadinya anemia. Bahkan pada kasus berat dapat mengakibatkan terjadinya wernikle encephalopathy (Ratnaningtyas, 2021).

Upaya mengatasi mual muntah banyak hal yang harus dilakukan dari mulai makan, minum, pengobatan dan tindakan. Untuk makan diharapkan ibu mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, yaitu makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral. Kekurangan zat-zat gizi ini dapat memperparah kondisi ibu. Upaya untuk mengurangi frekuensi muntah dapat diberikan beberapa tindakan seperti obat, selain obat, rasa mual pada awal kehamilan dapat dikurangi dengan menggunakan terapi komplementer seperti

Akupresure. Akupresure adalah cara pijat berdasarkan ilmu akupuntur atau bisa juga disebut akupuntur tanpa jarum. Terapi akupresure menjadi salah satu terapi nonfarmakologis berupa terapi pijat pada titik meridian.

Mual dan muntah pada kehamilan atau yang bisa disebut *Nausea Vomiting in Pregnancy* (NVP) adalah satu diantara keluhan paling umum dari perempuan selama kehamilan yang 50-80% wanita telah mengalami berbagai tingkat itu. Mual muntah yang berlebihan pada ibu hamil disebut hiperemesis gravidarum. Seorang ibu menderita hiperemesis gravidarum jika seorang ibu memuntahkan segala yang dimakan dan diminum hingga berat badan ibu turun, turgor kulit kurang dan timbul aseton dalam air kencing. 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. Pada prinsipnya terapi akupresure sama dengan memijat sehingga tidak memerlukan keterampilan khusus beda halnya dengan akupuntur yang memerlukan pelatihan (Rohmayanti et al., 2022).

Terapi akupresure untuk mual muntah dilakukan dengan menekan secara manual pada *Perikardium 6 (Neiguan)* pada daerah pergelangan tangan (Mariza, 2019). Manfaat akupresure adalah untuk pencegahan penyakit tekanan darah tinggi, penyembuhan rehabilitasi, cemas, menghilangkan rasa sakit, serta mencegah kekambuhan penyakit, meningkatkan stamina tubuh, melancarkan peredaran darah, memperbaiki kualitas tidur serta mengurangi stres atau menenangkan pikiran (Yuyun. 2020).

Menurut asumsi peneliti, Akupresure pada titik perikardium 6 merupakan salah satu pendekatan nonfarmakologis yang berkaitan erat dengan akupunktur. Titik perikardium 6 telah terbukti nyata sebagai titik kunci dalam mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil. Akupresure Titik P6 dapat mengurangi stres dan menenangkan pikiran sehingga kondisi ibu lebih stabil dalam menghadapi perubahan hormonal pada awal-awal kehamilan. Beberapa penelitian di atas juga menunjukkan adanya pengaruh positif dari pemberian teknik Akupresure pada titik perikardium 6 terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil.

KESIMPULAN

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat 24 orang (80,0%) berusia 20-35 tahun, 16 orang (53,3%) lulus SMA, sebagai ibu rumah tangga atau tidak bekerja sebanyak 22 orang (73,3%). Seluruh responden (100%) adalah ibu hamil trimester 1 dan sebanyak 17 orang (56,7%) adalah seorang multipara.

2. Mual muntah yang dirasakan responden sebelum dilakukan Akupresure titik P6 menunjukkan sebanyak 16 orang (53,3%) merasakan intensitas mual muntah pada derajat sedang, 14 orang lainnya pada derajat berat. Sedangkan setelah dilakukan Akupresure titik P6 sebanyak 18 orang (60,0%) merasakan intensitas mual muntah pada derajat sedang, 12 orang lainnya pada derajat ringan dan tidak ada lagi ibu yang mual muntah berat.
3. Hasil uji wilcoxon didapatkan Nilai p sebesar $0,000 < 0,05$ kesimpulannya adalah H_a diterima atau H_0 ditolak artinya ada pengaruh yang signifikan pada pemberian Akupresure titik P6 pada ibu hamil dengan mual muntah di TPMB I Tahun 2023.

SARAN

1. Bagi Ibu Hamil dapat menambah pengetahuan ibu dalam mengatasi mual muntah dengan akupresure.
2. Bagi UMS dapat dijadikan salah satu referensi bagi akademisi di kampus dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat khususnya dalam penelitian mual muntah.
3. Bagi TPMB I Penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif teknik nonfarmakologi yang mudah untuk dilakukan tanpa efek yang membahayakan dalam memberikan intervensi dan asuhan kebidanan pada ibu hamil.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan penelitian yang serupa, ataupun mengembangkan penelitian serupa dengan menambah variable baru.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada ibu Yulianti, SST., M.Keb, selaku Ketua Prodi Sarjana Kebidanan dan ibu Dewita Rahmatul Amin, STr.Keb., M.Tr.Keb selaku Pembimbing, yang telah banyak meluangkan waktunya untuk membantu dan memberikan arahan untuk dapat menyelesaikan penelitian ini, serta suami tercinta dan juga kedua putraku yang selalu memberikan support dan semangat, tak lupa juga ucapan terimakasih saya haturkan pada pihak-pihak terkait yang telah membantu dalam proses dan terlaksananya penelitian ini, yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu

DAFTAR PUSTAKA

- Alfira, & Fira, N. (2020). Efek Akupresur Pada Titik P6 Dan St36 Untuk Mencegah Post Operative Nausea and Vomiting Pada Pasien Laparatomi Dengan Spinal Anastesi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 16(1), 30. <https://doi.org/10.26630/jkep.v16i1.899>
- Amin, D. R. (2023). Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil di Desa Karang Raharja. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, Trimester III, 348–353.

- Harmiati, H., Irwan, A. M., & Sjattar, E. L. (2018). Studi Literatur: Akupresur Titik P6 dalam Mencegah dan Mengurangi Mual dan Muntah Postoperasi. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 4(2), 75. <https://doi.org/10.33490/jkm.v4i2.79>
- Julianti, N. (2017). Status Gizi Pada Remaja Putri di MTS Al-Barkah Bekasi. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika*.
- Kessang, L., Devi, B., & Das, M. (2020). Effectiveness of P6 Acupressure on Reduction of Nausea, Vomiting & Retching among Antenatal Women attending Antenatal Clinic at District Hospitals of Sikkim. *International Journal of Nursing & Midwifery Research*, 07(01), 24–30. <https://doi.org/10.24321/2455.9318.202005>
- Masdinarsyah, I. (2022). Akupresur Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 7(1), 45–51. <https://doi.org/10.33867/jaia.v7i1.302>
- Nafiah, N. A. M., Chieng, W. K., Zainuddin, A. A., Chew, K. T., Kalok, A., Abu, M. A., Ng, B. K., Ismail, N. A. M., & Azurah, A. G. N. (2022). Effect of Acupressure at P6 on Nausea and Vomiting in Women with Hyperemesis Gravidarum: A Randomized Controlled Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710886>
- Ratnaningtyas, A. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dengan Kejadian Hiperemesis Gravidarum Di Puskesmas Galur II Kulon Progo Pada Masa Pandemi. *Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta*.
- Rohmah, H. N. F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Pre Eklampsia Berat pada Ibu Hamil Trimester III di RSUD Kota Bekasi Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Institut Medika Drg. Suherman*, 1(1), 65–76.
- Rohmah, H. N. F., & Simanjuntak, H. (2020). Correlation Between Age and Education With Knowledge of Health Protocol Covid-19 Prevention Among Midwives In Bekasi Regency 2020. *30(Ichd)*, 78–80. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.201125.014>
- Rohmayanti, E., Mariza, A., Yuviska, I. A., & Utami, V. W. (2022). Pengaruh Akupresur terhadap Intensitas Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Manuju : Malahayati Nursing Journal*, 4, 2687–2696. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i10.6514> Diterbitkan:
- Septa, A. F., HS, S. A. S., & Dewi, N. R. (2021). Penerapan Akupresur Pada Ibu Hamil Trimester I Untuk Mengatasi Mual Dan Muntah Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(4), 485–491.
- Siregar, R. (2019). Breast self examination practice determinants (bse) to student in class xi public senior high school 3 karawang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Institut Medika Drg.Suherman*, 1(1), 1–9.
- Somoyani, N. K. (2018). Literature Review: Terapi Komplementer untuk Mengurangi Mual Muntah pada Masa Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1), 10–17.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. CV Alfabeta.
- 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*, 8(4), 265–270.
- Tara, F., Taghnaki, H. B., Ghalandarabad, M. A., Kargar, Z. Z., Azizi, H., Esmaily, H., & Azizi, H. (2020). The Effect of Acupressure on the Severity of Nausea, Vomiting, and Retching in Pregnant Women: A Randomized Controlled Trial. *Complementary Medicine Research*, 27(4). <https://doi.org/10.1159/000505637>