

**PEMBERIAN TERAPI AKUPRESUR PADA TITIK *NEIGUAN* UNTUK MENGATASI
MUAL DAN MUNTAH PADA KEHAMILAN DI DESA BEKONANG, KECAMATAN
MOJOLABAN, KABUPATEN SUKOHARJO,
JAWA TENGAH**

Irawati Dwi Sukolestari, Deny Eka Widyastuti
Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email: alfarisi76@gmail.com

Abstrak

Masa awal kehamilan merupakan masa kehamilan yang rentan akan keguguran. Berbagai keluhan dapat terjadi pada masa kehamilan, salah satunya adalah mual dan muntah. Hampir 50-90% wanita hamil mengalami mual. Penyebab, mual muntah bermacam-macam antara lain dikeluarkannya hormon *human chorionic gonodotrophine* (hCG) Keluhan ini merupakan hal yang fisiologis akan tetapi bila tidak segerah diatasi akan menjadi hal yang patologis sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilan. Sehingga perlu adanya upaya penanganan awal mual muntah salah satunya dengan pengobatan nonfarmakologi yaitu akupresur pada titik *Neiguan*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pemberian terapi Akupresur pada titik *Neiguan* terhadap mual dan muntah pada kehamilan di Desa Bekonang, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah. Metode Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Quasy Eksperimental* dengan desain *One Group Pretest Posttest*. Sampel yang diambil adalah seluruh ibu hamil trimester pertama di Poliklinik Kesehatan Desa Bekonang. Teknik sampling menggunakan total sampling dengan jumlah responden sebanyak 15 responden. Data diperoleh dengan menggunakan format observasi, kemudian dianalisis dengan *Wilcoxon Signed Test*. Dengan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa nilai p value = 0,001 (p value < 0,05), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi akupresur pada titik *Neiguan* efektif dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah pada kehamilan.

Kata Kunci : Terapi Akupresur Titik *Neiguan*, Mual Dan Muntah, Kehamilan

Abstract

Early pregnancy is a period of pregnancy that is prone to miscarriage. Various complaints can occur during pregnancy, one of which is nausea and vomiting. Nearly 50-90% of pregnant women experience nausea. The causes of nausea and vomiting are various, including the release of the human chorionic gonodotrophine (hCG) hormone. This complaint is a physiological thing, but if it is not treated immediately it will become a pathological thing that will cause disturbances in pregnancy. So it is necessary to have an early treatment for nausea and vomiting, one of which is by non-pharmacological treatment, namely acupressure Neiguan point. The purpose of this study was to determine the description of giving Acupressure therapy at the Neiguan point for nausea and vomiting in pregnancy at the Bekonang Village, Sukoharjo Regency, Mojolaban sub district, Central Java. Research methods This research is a type of Quasy Experimental research with One Group Pretest Posttest design. The samples taken were all pregnant women at the Bekonang Village. The sampling technique uses total sampling with a total of 15 respondents. Data were obtained using the observation format, then analyzed with the Wilcoxon Signed Test. Results With the results of the Wilcoxon Signed Ranks Test showing that the p value = 0.001 (p value < 0.05), then H_0 is rejected and H_a is accepted, so it can be concluded that giving acupressure therapy at Neiguan is effective in reducing the frequency of nausea and vomiting in pregnancy

Key Words : Neiguan point Acupressure therapy, nausea and vomiting, pregnancy

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses fisiologis bagi wanita yang dimulai dengan *fertilisasi* kemudian janin berkembang di dalam uterus dan berakhir dengan kelahiran. Masa awal kehamilan merupakan masa kehamilan yang rentan akan keguguran. 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. Penyebab, mual muntah bermacam-macam antara lain adanya perubahan hormone estrogen, dan dikeluarkannya *human chorionic gonadotropine* (hCG) dalam serum. Keluhan ini merupakan hal yang fisiologis akan tetapi bila tidak segera diatasi akan menjadi hal yang patologis sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilan. Gangguan pada kehamilan tersebut merupakan salah satu penyebab masih banyaknya wanita yang meninggal selama kehamilan sehingga perlu adanya upaya peningkatan derajat kesehatan ibu, dalam penurunan AKI terkait dengan gangguan kehamilan tersebut. (Adelia, 2021).

Mual dan muntah yang tidak teratasi pada ibu hamil disertai keluarnya isi perut melalui mulut dengan frekuensi kurang dari 5 kali sehari pada ibu hamil akan mengalami komplikasi sehingga akan menimbulkan gangguan pada kehamilan. 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 (Hanretty, 2014).

Metode yang dapat dilakukan agar tidak terjadi komplikasi tersebut adalah dengan pengobatan secara farmakologi dan nonfarmakologis. Secara farmakologi berupa Obat anti mual yang sering diberikan pada wanita hamil adalah vitamin B6, namun obat ini dilaporkan memiliki efek samping seperti sakit kepala, diare, dan mengantuk. Sedangkan secara nonfarmakologi berupa dengan perubahan dalam diet, pengobatan seperti homeopati, aromaterapi, osteopati, refleksiologi, pijatan ringan (endorphine) maupun dengan akupresur pada titik neiguan. Dibandingkan dengan penanganan non farmakologi lain, pijat akupresur tidak membutuhkan ruangan, peralatan khusus serta persiapan khusus, lain halnya terapi refleksiologi, aroma terapi, akupunktur yang membutuhkan peralatan seperti jarum, benda tumpul, wangi-wangian khusus, suasana ruangan yang betul-betul nyaman, serta keterampilan khusus. Sehingga teknik pijat akupresur merupakan terapi yang mudah, murah serta memiliki efek samping yang baik (Nora, 2021).

Akupresur pada titik Neiguan efektif dalam mengurangi mual muntah pada titik Neiguan dapat merangsang keluarnya hormon kortisol yang dapat meningkatkan metabolisme tubuh sehingga mual dan muntah yang dirasakan dapat berkurang. Terapi akupresur ini dilakukan dengan cara pemberian akupresur yang menekan pada titik Neiguan daerah pergelangan tangan antara dua tendon. Hasil

penelitian Wiwi (2020) membuktikan bahwa akupresur pada titik Neiguan dapat menghasilkan evaluasi yang baik pada ibu yang mengalami hiperemesis memiliki nilai yang lebih rendah dibandingkan sebelum dilakukan terapi pijat akupresur. Pengobatan akupresur tidak perlu mengonsumsi obat-obatan, jamu, dan ramuan sebab dengan terapi akupresur tubuh sudah memiliki kandungan obat, yang harus diaktifkan kembali oleh sel-sel syaraf tubuh.

Berdasarkan survey awal data ibu hamil yang diberikan oleh Desa Bekonang, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah melalui wawancara terhadap 15 ibu hamil mengalami keluhan mual muntah, didapatkan data penanganan mual dan muntah yang dilakukan oleh 15 ibu hamil antara lain adalah sebanyak 3 ibu hamil mengatakan memperbanyak minum untuk mengganti cairan yang hilang, 3 ibu hamil memilih makan dan minum dengan hati-hati, 3 ibu hamil memeriksakan mual muntahnya ke bidan, dan 6 orang ibu hamil membiarkannya saja karena dianggap hal yang wajar bagi ibu hamil. Dari uraian diatas bahwasanya masih banyak ibu hamil yang mengalami keluhan mual dan muntah dan perlu adanya upaya dalam penanganan secara nonfarmakologi terhadap keluhan mual muntah yang dialami oleh ibu hamil guna mencegah terjadinya komplikasi pada ibu hamil.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan metode *Quasy Experiment* menggunakan *Pre And Post Test One Group Design* yaitu rancangan yang menggunakan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada satu kelompok sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum perlakuan. Dalam (Sugiyono, 2016)

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi (Sugiyono, 2016). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berkelehan mual dan muntah di Desa Bekonang, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah berjumlah 15 orang.

Teknik *sampling* adalah suatu teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2016). Teknik *sampling* yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *sampling* jenuh, yaitu teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2016).

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah Responden	Persentase
Umur		
< 20 tahun	1	6,7%
21-35 tahun	13	86,7%
>35 tahun	1	6,7%

Paritas		
Primipara	4	26,7%
Multipara	11	73,3%
Pendidikan		
SMP	5	33,3%
SMA	9	60,0%
Sarjana	1	6,7%
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	7	46,7%
Wirasaha	4	26,7%
Karyawan Swasta	4	26,7%

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden mayoritas adalah berusia 21-35 tahun yaitu 13 orang atau 86,7%. ibu hamil multipara yaitu 11 orang atau 73,3%. ibu hamil dengan pendidikan SMA yaitu sebanyak 9 orang atau 60,0%. ibu hamil yang bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga yaitu sebanyak 7 orang atau 46,7%.

2. Tingkat mual dan muntah sebelum dilaksanakan akupresur pada titik *neiguan*

Tabel 2. Tingkat mual dan muntah sebelum dilaksanakan akupresur pada titik *neiguan*

Tingkat Mual Muntah	Sebelum Tindakan		Setelah Tindakan	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Tidak Muntah	0	0,0%	2	13,3%
Muntah Ringan	3	20,0%	9	60,0%
Muntah Sedang	9	60,0%	3	20,0%
Muntah Berat	3	20,0%	1	6,7%
Jumlah	15	100%	15	100%
Rata-rata	9,73	Sedang	6,00	Ringan

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat mual dan muntah sebelum dilaksanakan akupresur pada titik *neiguan*, muntah ringan sebanyak 3 orang (20,0%), muntah sedang sebanyak 9 orang (60,0%), dan muntah berat sebanyak 3 orang (20,0%). Setelah dilaksanakan tindakan akupresur pada titik *neiguan*, ibu hamil yang tidak mual muntah sebanyak 2 orang (13,3%), muntah ringan sebanyak 9 orang (60,0%), muntah sedang sebanyak 3 orang (20,0%), dan muntah berat sebanyak 1 orang (6,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa tindakan akupresur pada titik *neiguan* dapat menurunkan tingkat mual muntah pada ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban.

3. Pengaruh tindakan akupresur pada titik *neiguan* terhadap tingkat mual muntah pada ibu hamil

Tabel 3 Hasil Uji Bivariat

Mual Muntah	Min	Max	Mean	SD	Asymp. Sig. (2-tailed)
Sebelum Tindakan	7	14	9,73	2,314	0,001
Setelah Tindakan	3	12	6,00	2,390	

Tabel 3 menunjukkan bahwa nilai rata-rata sebelum tindakan akupresur pada titik *neiguan* adalah 9,73 (nyeri sedang), setelah dilaksanakan akupresur pada titik *neiguan* turun menjadi 6,0 (nyeri ringan). Tabel 4.6 juga menunjukkan bahwa berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *Asymp. Sig. 2 tailed* value 0,001 ($p \leq 0,05$) secara statistik maka terdapat pengaruh tindakan akupresur pada titik *neiguan* terhadap tingkat mual muntah pada ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban.

PEMBAHASAN

1 Karakteristik Ibu Hamil di Desa Bekonang, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah

a. Karakteristik Responden Berdasarkan umur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban adalah berusia 21-34 tahun. Sebagian riset mengatakan jika umur yang masih muda belum sanggup menanggulangi sebab sebagian besar kejadian mual muntah pada kehamilan awal, berbeda dengan ibu semakin tua umur sehingga, terus menjadi tidak sering ia mengalami kejadian mual muntah. Perihal ini diakibatkan sebab yang berumur tua sudah memiliki pengalaman dalam menanggulangi mual muntah (Adelia, et.al. 2021).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan paritas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban adalah ibu multipara. Hal ini terjadi karena sebagian besar ibu yang mengalami kehamilan pertama belum matang untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Sebagai akibat kehamilan terjadi peningkatan hormon estrogen dan hormone gonadotropin secara drastis terutama pada awal kehamilan sehingga ibu mengalami mual muntah. Selain itu, faktor psikologis juga mempengaruhi kehamilan ibu seperti takut terhadap hal-hal buruk yang akan terjadi selama kehamilan dan persalinan, ketidaksiapan untuk menjalankan peran baru sebagai ibu, adanya rasa takut akan tanggung jawab sebagai ibu dapat mengakibatkan tekanan mental sehingga memicu terjadinya peningkatan tekanan darah, dan mual muntah (Retnowati, 2019).

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban adalah berpendidikan SMA. Adanya wawasan yang kurang, pergaulan terbatas, informasi tentang kesehatan yang terbatas membuat individu kurang dapat menerima fakta berdasarkan analisa ilmiah/berdasarkan ilmu, tetapi lebih mudah menerima mitos-mitos bukan penalaran. Kuatnya mitos akan adanya mual-muntah yang lazim terjadi pada ibu hamil muda dapat memicu munculnya emesis gravidarum. Pendidikan merupakan upaya perilaku dengan cara persuasi, bujukan, ajakan, dan memberikan informasi bagi individu atau kelompok. Pendidikan mampu membuka pintu pikiran menerima hal-hal baru dan berfikir secara alamiah (Mariza & Ayuningtias, 2019).

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban adalah bekerja sebagai ibu rumah tangga. Kehamilan merupakan kejadian fisiologis dengan hormon yang berperan dalam perkembangan bayi dan ibu. Hormon yang berperan adalah estrogen dan progesteron. Pengeluaran hormon ini diatur oleh hipotalamus yang ada di otak manusia. Jika beban pikiran ibu selama hamil cukup berat maka akan berpengaruh terhadap keseimbangan pengeluaran hormon tersebut, sehingga pada ibu hamil yang bekerja memerlukan pemikiran penuh yang bisa memicu terjadinya stress pada ibu hamil yang dapat memicu kejadian mual muntah (Khayati, et al., 2022).

2. Tingkat Mual dan Muntah pada Ibu Hamil di Desa Bekonang, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah Sebelum dan Sesudah Dilaksanakan Terapi Akupresur pada Titik *Neiguan*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat mual dan muntah sebelum dilaksanakan akupresur pada titik *neiguan*, muntah ringan sebanyak 3 orang (20,0%), muntah sedang sebanyak 9 orang (60,0%), dan muntah berat sebanyak 3 orang (20,0%). Setelah dilaksanakan tindakan akupresur pada titik *neiguan*, ibu hamil yang tidak mual muntah sebanyak 2 orang (13,3%), muntah ringan sebanyak 9 orang (60,0%), muntah sedang sebanyak 3 orang (20,0%), dan muntah berat sebanyak 1 orang (6,7%). Nilai rata-rata sebelum tindakan akupresur pada titik *neiguan* adalah 9,73 (sedang), setelah dilaksanakan akupresur pada titik *neiguan* turun menjadi 6,0 (ringan).

Mual dan muntah merupakan keluhan yang lazim terjadi pada awal kehamilan. Kehamilan menyebabkan peningkatan produksi hormon estrogen, progesteron, dan *human plasenta chorionic gonadotropin hormone* (HCG) yang memicu terjadinya mual muntah. Kejadian ringan-beratnya mual muntah ini dipengaruhi oleh kemampuan adaptasi dan kadar hormon (Meiri, dan Kibas, 2018).

3. Pengaruh Terapi Akupresur pada Titik *Neiguan* terhadap Keluhan Mual dan Muntah pada Ibu Hamil di Desa Bekonang, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah

Hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *Asymp. Sig. 2 tailed* value 0,001 ($p \leq 0,05$) secara statistik maka terdapat pengaruh tindakan akupresur pada titik *neiguan* terhadap tingkat mual muntah pada ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Khayati, et al. (2022) yang menyebutkan bahwa analisis penelitian menggunakan uji t-test dependent, diperoleh hasil signifikansi *p value* 0,000 yang berarti bahwa nilai $P < 0,05$ sehingga ada pengaruh acupressure terhadap frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Penelitian Meiri dan Kibas, (2018) juga menyebutkan bahwa ada pengaruh pemberian akupresur terhadap pengurangan mual muntah pada ibu hamil di BPM Afah Fahmi, Amd Keb Surabaya. Oleh karena itu sebaiknya ibu hamil yang mengalami mual muntah dianjurkan untuk melakukan akupresur pada tenaga kesehatan yang profesional karena lebih mudah dan efektif.

Pengaruh akupresur terhadap penurunan mual dan muntah juga lebih efektif dibandingkan dengan pemberian vitamin B6. Hal ini didukung penelitian Masdinarsyah (2022) yang menyatakan bahwa hasil uji statistik menggunakan *uji square* menunjukkan bahwa nilai *p-value* $< 0,05$ yang berarti bahwa terdapat perbedaan pengaruh akupresur dan vitamin B6 terhadap penurunan intensitas mual muntah pada emesis gravidarum. Akupresur lebih efektif dibandingkan vitamin B6 untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil dengan hiperemesis ravidarum berat.

Akupresur pada titik *Neiguan* efektif dalam mengurangi mual muntah pada titik *Neiguan* dapat merangsang keluarnya hormon kortisol yang dapat meningkatkan metabolisme tubuh sehingga mual dan muntah yang dirasakan dapat berkurang. Terapi akupresur ini dilakukan dengan cara pemberian akupresur yang menekan pada titik *Neiguan* daerah pergelangan tangan antara dua tendon. Hasil penelitian Wiwi (2020) membuktikan bahwa akupresur pada titik *Neiguan* dapat menghasilkan evaluasi yang baik pada ibu yang mengalami hiperemesis memiliki nilai yang lebih rendah dibandingkan sebelum dilakukan terapi pijat akupresur. Pengobatan akupresur tidak perlu mengonsumsi obat-obatan, jamu, dan ramuan sebab dengan terapi akupresur tubuh sudah memiliki kandungan obat, yang harus diaktifkan kembali oleh sel-sel syaraf tubuh.

KESIMPULAN

1. Karakteristik ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban adalah berusia 21-34 tahun (86,7%), multipara (73,3%), berpendidikan SMA (60,0%), dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (46,7%).
2. Tingkat mual dan muntah pada ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban sebelum dilaksanakan tindakan akupresur pada titik *neiguan* adalah mual dan muntah sedang (9 orang atau 20,0%), setelah dilaksanakan tindakan akupresur pada titik *neiguan* turun menjadi mual dan muntah ringan (9 orang atau 60,0%).

3. Nilai rata-rata sebelum tindakan akupresur pada titik *neiguan* adalah 9,73 (nyeri sedang), setelah dilaksanakan akupresur pada titik *neiguan* turun menjadi 6,0 (nyeri ringan) sehingga terdapat pengaruh tindakan akupresur pada titik *neiguan* terhadap tingkat mual muntah pada ibu hamil di Desa Bekonang Kecamatan Mojolaban (*Asymp. Sig. 2 tailed* value $0,001 < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, F., et.al. (2021). Penerapan Akupresur Pada Ibu Hamil Trimester I Untuk Mengatasi Mual dan Muntah Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(04).
- Alfira, N. (2017). Efek Akupresur Pada Titik P6 dan ST36 Untuk Mencegah Post Operative Nausea And Vomiting Pada Pasien Laparatomi Dengan Spinal Anastesi. *Tesis Universitas Hasanuddin. Makassar. Journal obstetrics and gynaecology*.
- Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2020*. Semarang: Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah.
- Hackley, B. dkk. (2014). *Buku Ajar Bidan Pelayanan Kesehatan Primer (Primary Care Of Women: A Guide For Midwives And Women's Health Providers)*. Penerbit Buku Kedokteran EGC Jakarta: Jakarta.
- Hanretty. (2014). *Ilustrasi Obstetri*. CV Pentasada Media Edukasi: Indonesia.
- Hutahaean. (2013). *Perawatan Antenatal*. Salemba Medika: Jakarta.
- Irianti, B. dkk. (2014). *Asuhan Kehamilan Berdasarkan Bukti*. Cv Sagung Seto: Jakarta.
- Juwita, L. (2015). *Literature Review: Terapi Komplementer Akupresur pada Titik Perikardium 6 dalam Mengatasi Mual dan Muntah Pada Kehamilan*. *Jurnal Ners Lentera*, 3(01).
- Kamariyah, dkk. (2014). *Buku Ajar Kehamilan Untuk Mahasiswa dan Pratiksi Keperawatan Serta Kebidanan*. Salemba Medika: Jakarta.
- Khayati, N; Saputri, AD; Machmudah; dan Rejeki, S. (2022). Acupressure Titik P6 (Nei Guan) Mampu Menurunkan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1. *Cendekia Utama Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*. Vol 11, No 3 Oktober, 2022
- Kumalasari. (2015). *Panduan Praktik Laboratorium dan Klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal, Bayi Baru Lahir dan Kontrasepsi*. Salemba Medika: Jakarta.
- Mariza, A., & Ayuningtias, L. (2019). Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 218–224. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i3.1363>
- Marmi. (2014). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Antenatal*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Masdinarsyah, Imas. (2022). Akupresur Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum. *Jurnal Asuhan Ibu & Anak JAIA* 2022;7(1): 45-51
- Meiri, E, dan Kibas, N (2018). Pengaruh Akupresur pada Titik Nei Guan, Zu Sanli dan Gongsun terhadap Pengurangan Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Afah Fahmi A.Md. Keb Surabaya. *Jurnal Medika Respati* Vol. 13 Nomor 3 Juli 2018.

- Meiri, E, K., dan Sartika, W. (2017). Pengaruh akupresure terhadap pengurangan mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1. *Jurnal kebidanan*.
- Nora, R., et.al. (2021). Akupresur Dalam Mengurangi Hiperemesis Kehamilan. *Jurnal ilmiah kebidanan*, 8(01): 1-9.
- Nurulicha (2020). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukahurip Kabupaten Garut Jawa Barat Tahun 2020. *Jurnal ilmiah kebidanan*, 8(01): 1-9.
- Retnowati, Y. (2019). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Emesis Gravidarum Pada Kehamilan Trimester I Di Puskesmas Pantai Amal. *Journal of Borneo Holistic Health*, 2(1), 40–56. <https://doi.org/10.35334/borticalth.v2i1.586>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta
- Sulistiarini, U., W, M., N., dan Rahayu, D., L. (2018). Studi Literatur: Acupresure Pericardium dan Aroatherapy Citrus Untuk Mengurangi Mual dan Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*. 8 (02): 2089-7669.
- Tanjung, W. W., Nasution, E. Y., Kebidanan, A., & Padangsidempuan, D. (2021). Akupresur Titik Perikardium 6 pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(1), 100–103
- Widatiningsih, S., dan Dwi, C. (2017). *Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan*. Transmedika: Yogyakarta.
- Widyastuti, K, D. (2018). Terapi komplementer akupresur untuk mengatasi esis gravidarum pada ibu hamil trimester 1. *Jurnal Kebidanan*, 10(01): 96-100.
- Wiwi, W., et.al. (2020). Pengaruh Akupresur Pada Titik Perikardium 6 Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Education and development*, 8(04).