

Pengaruh Pijat Akupresur terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019

Niasty Lasmy Zaen¹, Dewi Ramadani²

^{1,2}. STIKes RS Haji Medan, Jl. Rumah Sakit Haji Medan, Medan-Estate 20237
Email: Niastyzaen@yahoo.com¹, dewiramadani29@gmail.com²

ABSTRAK

Konsekuensi normal di awal kehamilan tanpa mengakui dampak hebat yang ditimbulkannya pada wanita dan keluarga mereka, sehingga diperlukan tindakan dalam penjegahan yaitu dengan menggunakan teknik akupresur. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ada Pengaruh Pijat Akupresur Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019. Penelitian ini menggunakan desain penelitian jenis penelitian *kuantitatif dengan desain quasi eksperimen* menggunakan pendekatan *Pre post only control*. Populasi seluruh ibu hamil trimester 1 yang datang ke Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan untuk melakukan kunjungan pemeriksaan pada bulan Maret – April 2019 sebanyak 30 orang ibu hamil trimester 1, dengan pengambilan sampel teknik *Total Sampling*. Teknik analisa data dilakukan menggunakan uji *wilcoxon* dan membandingkan metode dengan menggunakan uji *mann whitney test* kemudian hasilnya dinarasikan. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Terdapat pengaruh yang signifikan pijat akupresur terhadap Mual Muntah pada ibu hamil trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019, dengan nilai $p\text{-value } (0.000) < \alpha (0,05)$. Bagi tempat penelitian, disarankan petugas kesehatan memberikan informasi dan pelatihan penggunaan terapi akupresur untuk menurunkan keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester 1. Ibu hamil melakukan terapi relaksasi akupresur dengan tepat agar menurunkan mual dan muntah pada trimester 1.

Kata kunci : Pijat Akupresur, Mual, Muntah, Ibu Hamil

ABSTRACT

Nausea Vomiting is often overlooked because it is considered a normal consequence at the beginning of pregnancy without recognizing the great impact it has on women and their families, so action is needed in restraint that is by using acupressure techniques. The purpose of this study was to determine the effect of acupressure massage on vomiting nausea in trimester 1 pregnant women in the working area of Sukaramai Medan Health Center in 2019. This study uses a quantitative design research type with a quasi-experimental design using the Pre post only control approach. The population of all first trimester pregnant women who came to the Sukaramai Medan Health Center Work Area to conduct an inspection visit in March - April 2019 as many as 30 trimester 1 pregnant women, with total sampling technique sampling. Data analysis techniques were carried out using the Wilcoxon test and comparing methods using the Whitney Test test and the results were narrated. Based on the results of this study it can be concluded that there is a significant effect of acupressure massage on Vomiting Nausea in 1st trimester pregnant women in the Sukaramai Medan Health Center Work Area in 2019, with a $p\text{-value } (0.000) < \alpha (0.05)$. For research sites, it is recommended that health workers provide information and training on the use of acupressure therapy to reduce complaints of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester. Pregnant women carry out acupressure relaxation therapy appropriately to reduce nausea and vomiting in the first trimester.

Keywords: Massage Acupressure, Nausea, Vomiting

1. Pendahuluan

Kehamilan merupakan suatu peristiwa yang menimbulkan banyak perubahan, baik fisik, emosi, dan peran. Sebagian besar wanita merasakan kegembiraan tertentu setelah dinyatakan benar hamil sementara sebagian lagi merasa syok dan menyangkal. Adapun tanda dan gejala dari kehamilan adalah antara lain mual dengan atau tanpa muntah, gangguan pada buang air kecil, dan letih (Cunningham, 2015).

Mual muntah sering kali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi normal di awal kehamilan tanpa mengakui dampak hebat yang ditimbulkannya pada wanita dan keluarga mereka. Akibat meremehkan rasa mual dan muntah yang dirasakan wanita hamil terbukti mampu meningkatkan ketegangan emosional dan stres psikologis. Oleh karena itu tenaga kesehatan harus mengenali bahwa meskipun mual dan muntah bersifat fisiologis, mual muntah bukanlah suatu gangguan ringan bagi ibu hamil (Tiran, 2018). Mual (*nausea*) dan muntah (*emesis gravidarum*) merupakan gejala yang wajar dan sering terjadi pada kehamilan trimester pertama. Mual dan muntah merupakan akibat dari perubahan sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan terutama meningkatnya hormon hCG dalam kehamilan merupakan suatu keluhan yang umum dari hampir 50-80% wanita hamil (Rad, 2012).

Mual dan muntah adalah gejala yang paling umum dialami oleh wanita hamil pada trimester pertama, gejala ini dialami oleh 70-85% wanita menemukan frekuensi mual sebesar 67% dan 22% insidensi muntah dalam sekelompok wanita yang berjumlah 193 orang menyatakan bahwa sampai dengan 90% wanita mengalami beberapa bentuk mual dan muntah selama kehamilan dapat berkisar dari gejala mual ringan yang khas sampai sedang yang dapat sembuh dengan sendirinya dengan atau tanpa disertai muntah sampai kondisi berat yaitu hiperemesis gravidarum (Tiran, 2018). Antara 50%-90% wanita hamil mengalami mual dan muntah pada kehamilan yang biasanya terjadi pada trimester pertama meskipun 20% wanita mengalaminya selama gestasi. Mual dan muntah selama kehamilan ini bisa dikontrol dengan beberapa tindakan antara lain perubahan dalam diet, pengobatan komplementer seperti *homeopati*, *aromaterapi*, *osteopati*, *refleksologi* maupun dengan akupresur pada titik perikardium 6 (Apriany, 2015).

Akupresur adalah sebuah ilmu penyembuhan dengan cara menekan, memijat, mengurut bagian dari tubuh dengan maksud mengaktifkan kembali peredaran energi vital atau Chi (Sukanta, 2001). Akupresur adalah salah satu pengobatan tradisional Cina yang sudah lama dikenal keberadaannya, bahkan dikatakan bahwa akupresur merupakan asal dari akupunktur (Rahmat, 2015).

Dari penelitian ternyata akupresur mempunyai hasil yang cukup baik. Selain itu penelitian tentang akupresur untuk mual dan muntah dilakukan oleh beberapa peneliti, misalnya penelitian yang dilakukan melakukan uji silang dengan menggunakan akupresur unilateral, bilateral dan plasebo (melakukan akupresur tidak tepat pada titik P6), masing-masing selama tiga hari dan diemukan pengurangan mual dan muntah kehamilan sebesar 56-69% pada kelompok yang menggunakan akupresur dan pengurangan sebesar 29-31% pada kelompok yang menggunakan plasebo (Tiran, 2018). Masyarakat China beranggapan bahwa terjadi ketidakseimbangan energi dalam tubuh ibu karena tubuhnya beradaptasi dengan perubahan yang terjadi saat kehamilan. Dengan akupresur pada terutama titik perikardium 6 maka ketidakseimbangan dalam tubuh ibu dapat di atasi (Tiran, 2018).

Teknik akupresur ini merupakan teknik yang aman bagi ibu maupun calon bayinya. Dalam bukunya Musbikin, (2015) menyatakan bahwa pijat adalah salah satu

cara untuk mengatasi ketidaknyamanan selama kehamilan. Terapi pijat ini mencakup beberapa teknik seperti pijatan yang ringan dan dalam, teknik myofascial (muka), accupressure, refleksologi.

Akupresur merupakan salah satu pengobatan rakyat yang terus dikembangkan secara turun-temurun. Perawatan kesehatan transkultural ini berdampak dengan sistem perawatan kesehatan asli dan sistem perawatan kesehatan profesional. Sistem perawatan kesehatan asli mengacu pada metode perawatan kesehatan rakyat tradisional, seperti pengobatan rakyat dan terapi di rumah lainnya. Sistem asli merupakan sistem yang lebih tua dibandingkan sistem profesional dan memberikan perawatan kesehatan jauh sebelum sistem profesional memasuki budaya tersebut (Leininger, 2013).

Penelitian Artika (2016) menjelaskan bahwa akupresur pada titik PC 6 dapat menurunkan mual untuk kehamilan, sedangkan pada penelitian Oktaviani (2013) pada titik ST 36 dan SP 3 dapat mengatasi mual Muntah pada pasien dispepsia, dan penelitian Rukayah (2013) pada titik ST 36 dan PC 6 dapat menurunkan mual Muntah.

Saat ini telah banyak minat dan penelitian mengenai efektivitas metode penyembuhan rakyat dan pengobatan herba. Praktik penyembuhan ini dianggap sebagai komplemen atau alternatif terhadap pengobatan barat atau ilmiah. Selain itu perawat juga dituntut untuk mempunyai pengetahuan, pemahaman, pengalaman dan kompetensi yang dalam rentang terapi ortodoks ataupun pelengkap. Pengenalan terapi pelengkap ini sangat penting dalam praktik keperawatan, sehingga penelitian keperawatan yang terkait dengan efektivitas dari terapi pelengkap ini sangat dibutuhkan (Basford, 2016).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 23 April 2019 yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sukaramai Medan diperoleh informasi bahwa sebanyak 10 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan pada trimester 1 dan 9 ibu mengalami mual Muntah yang hebat sehingga tidak tau cara pencegahan mual Muntah, 1 ibu hamil mengalami mual Muntah yang hebat sehingga mempercayai obat dalam mencegah kehamilan, banyak ibu hamil trimester 1 belum mengetahui bahwa akupresur merupakan salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual dan Muntahnya. Tindakan yang biasa dilakukan masyarakat untuk mengurangi mual dan Muntahnya adalah beristirahat, misalnya tidur.

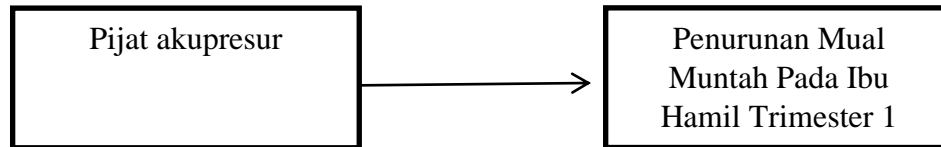
Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan dengan Judul “Pengaruh pijat akupresur terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di wilayah kerja Puskesmas Sukaramai Medan tahun 2019”.

2. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian jenis penelitian *kuantitatif dengan desain quasi eksperimen* menggunakan pendekatan *Pre post only control*. Populasi seluruh ibu hamil trimester 1 yang datang ke Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan untuk melakukan kunjungan pemeriksaan pada bulan Maret – April 2019 sebanyak 30 orang ibu hamil trimester 1, dengan pengambilan sampel teknik *Total Sampling*. Teknik analisa data dilakukan menggunakan uji *wilcoxon* dan membandingkan metode dengan menggunakan uji *mann whitney test* kemudian hasilnya dinarasikan.

Adapun kerangka konsep dalam penelitian ini menggambarkan bahwa yang diteliti “Pengaruh pijat akupresur terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester 1 di

wilayah kerja Puskesmas Sukaramai Medan tahun 2019”, maka sebelum dilakukan intervensi dilakukan *pre-test* dan untuk melihat sejauh mana perubahan setelah diberikan intervensi (metode akupresur) dilakukan *post-test*.



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Data Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019

| No | Data Demografi | Kelompok Intervensi | | Kelompok Kontrol | |
|----|-----------------------|---------------------|------|------------------|------|
| | | f | % | f | % |
| 1 | Umur | | | | |
| | 20-25 tahun | 3 | 20,0 | 3 | 20,0 |
| | 26-30 tahun | 9 | 60,0 | 8 | 53,3 |
| | >30 tahun | 3 | 20,0 | 4 | 26,7 |
| | Jumlah | 15 | 100 | 15 | 100 |
| 2 | Pendidikan | | | | |
| | Rendah (SD, SMP) | 3 | 20,0 | 5 | 33,3 |
| | Menengah (SMA) | 12 | 80,0 | 10 | 66,7 |
| | Jumlah | 15 | 100 | 15 | 100 |
| 3 | Usia Kehamilan | | | | |
| | <6 minggu | 5 | 33,3 | 3 | 13,3 |
| | 6-12 minggu | 10 | 66,7 | 12 | 86,7 |
| | Jumlah | 15 | 100 | 15 | 100 |

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa pada kelompok intervensi frekuensi umur yang paling banyak adalah responden yang berusia 26-30 tahun sebanyak 9 orang (60,0%). Berdasarkan pendidikan paling banyak tingkat SMA sebanyak 12 orang (80,0%) dengan usia kehamilan 6-12 minggu sebanyak 10 orang (66,7%). Sedangkan pada kelompok kontrol frekuensi umur yang paling banyak adalah responden yang berusia 26-30 tahun sebanyak 8 orang (53,3%). Berdasarkan pendidikan paling banyak tingkat SMA sebanyak 10 orang (66,7%) dengan usia kehamilan 6-12 minggu sebanyak 12 orang (86,7%).

Tabel 2. Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Pijat Akupresur Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019

| Data | Kelompok Intervensi | | Pijat Akupresur |
|------------------|---------------------|--------------|-----------------|
| | Mean Sebelum | Mean Sesudah | |
| Frekuensi Mual | 5,47 | 2,27 | 3,20 |
| Frekuensi Muntah | 4,67 | 2,47 | 2,20 |

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi mual pada ibu hamil trimester I sebelum intervensi selama 1 hari/24 jam tanpa terapi akupresur yaitu 5,47 kali dan setelah intervensi dengan terapi akupresur yaitu 2,27 kali. Hasil tersebut menunjukkan penurunan frekuensi mual sebanyak 3,20 kali. Sedangkan rata-rata frekuensi muntah pada ibu hamil trimester I sebelum intervensi selama 1 hari/24 jam tanpa terapi akupresur yaitu 4,67 kali dan setelah intervensi dengan terapi akupresur yaitu 2,47 kali. Hasil tersebut menunjukkan penurunan frekuensi muntah sebanyak 2,20 kali.

Tabel 3. Mual Muntah sebelum dan sesudah Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019

| Data | Kelompok Kontrol | | Pijat Akupresur |
|------------------|------------------|--------------|-----------------|
| | Mean Sebelum | Mean Sesudah | |
| Frekuensi Mual | 5,67 | 5,20 | 1,07 |
| Frekuensi Muntah | 4,60 | 4,20 | 1,00 |

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi mual pada ibu hamil trimester I pada kelompok kontrol untuk pre tes yaitu 5,67 kali dan post tes yaitu 5,20 kali. Hasil tersebut menunjukkan penurunan frekuensi mual sebanyak 1,07 kali. Sedangkan rata-rata frekuensi muntah pada ibu hamil trimester I pada kelompok kontrol untuk pre tes yaitu 4,60 kali dan post tes yaitu 4,20 kali. Hasil tersebut menunjukkan penurunan frekuensi muntah pada kelompok kontrol sebanyak 1,00 kali.

Tabel 4. Perbedaan Skor Mual Muntah Sebelum dan Setelah Dilakukan Pijat Akupresur Pada Kelompok Intervensi

| Variabel | Data | Mean | SD | p-value |
|------------------|---------|------|-------|---------|
| Frekuensi Mual | Sebelum | 5,47 | 1,552 | 0,000 |
| | Sesudah | 2,27 | 0,883 | |
| Frekuensi Muntah | Sebelum | 4,67 | 1,345 | 0,000 |
| | Sesudah | 2,47 | 0,743 | |

Tabel 4 di atas menunjukkan perbedaan rata-rata skor mual sebelum dan sesudah diberikan pijat akupresur pada kelompok intervensi adalah 3.20. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan antara skor mual sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat akupresur pada kelompok intervensi. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* didapatkan nilai $p\text{-value}$ $(0.000) < \alpha$ $(0,05)$, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata skor mual pada ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah diberikan pijat akupresur pada kelompok intervensi.

Tabel 4 di atas juga menunjukkan perbedaan rata-rata skor muntah sebelum dan sesudah diberikan pijat akupresur pada kelompok intervensi adalah 2.20. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan antara skor muntah sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat akupresur pada kelompok intervensi. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* didapatkan nilai $p\text{-value}$ $(0.000) < \alpha$ $(0,05)$, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata skor muntah pada ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah diberikan pijat akupresur pada kelompok intervensi.

Tabel 5. Perbedaan Skor Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Pada Ibu Hamil Trimester I Pada Kelompok Kontrol

| Variabel | Data | Mean | SD | p-value |
|----------------|---------|------|-------|---------|
| Frekuensi Mual | Sebelum | 5,67 | 1,447 | 0,070 |

| | | | | |
|------------------|---------|------|-------|-------|
| | Sesudah | 4,60 | 1,352 | |
| Frekuensi Muntah | Sebelum | 5,20 | 1,014 | 0,107 |
| | Sesudah | 4,20 | 0,861 | |

Tabel 5 di atas menunjukkan perbedaan rata-rata skor mual pengukuran sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol adalah 1,07. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat penurunan yang signifikan antara skor mual pada pengukur pertama dan kedua pada kelompok kontrol. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* $(0.070) > \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan rata-rata skor mual Ibu Hamil Trimester 1 pada pengukuran sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.

Perbedaan rata-rata skor muntah sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol adalah 1.00. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat penurunan yang signifikan antara skor muntah pada pengukur pertama dan kedua pada kelompok kontrol. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* $(0.107) > \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan rata-rata skor muntah Ibu Hamil Trimester 1 pada pengukuran sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.

Tabel 6. Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019

| Variabel | Kelompok | Selisih | SD | <i>p-value</i> |
|------------------|------------|---------|-------|----------------|
| Frekuensi Mual | Intervensi | 3,20 | 1,014 | 0,000 |
| | Kontrol | 0,47 | 0,915 | |
| Frekuensi Muntah | Intervensi | 2,20 | 0,941 | 0,000 |
| | Kontrol | ,40 | 0,910 | |

Tabel 6 di atas menunjukkan perbedaan selisih rata-rata skor mual pada kelompok kontrol dan selisih skor pada kelompok intervensi adalah 2.73. Hasil uji statistik dengan *Man-Whitney* didapatkan nilai *p-value* $(0.000) < \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan selisih rata-rata skor mual muntah pada ibu hamil antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Perbedaan selisih rata-rata skor muntah pada kelompok kontrol dan selisih skor pada kelompok intervensi adalah 1.80. Hasil uji statistik dengan *Man-Whitney* didapatkan nilai *p-value* $(0.000) < \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan selisih rata-rata skor muntah pada ibu hamil trimester I antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan pijat akupresur terhadap Mual Muntah pada ibu hamil trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019.

4. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat Penurunan yang signifikan frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah Pijat Akupresur pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019
2. Tidak terdapat Mual Muntah sebelum dan sesudah pada ibu hamil trimester I pada kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan pijat akupresur terhadap Mual Muntah pada ibu hamil trimester 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019, dengan nilai *p-value* $(0.000) < \alpha (0,05)$.



Daftar Pustaka

- Adriaansz, George. (2008). *Asuhan antenatal*, diambil tanggal 20 November 2009 dari <http://www.pkmionline.com/download/ASUHAN%20ANTENATAL.pdf>
- Afshin Sadighha & Navid Nurai. (2008). Acupressure wristbands versus metoclopramide for the prevention of postoperative nausea and vomiting, diambil tanggal 13 mei 2019 dari http://ipac.kacst.edu.sa/eDoc/2008/171857_1.pdf
- Coad, Jane & Dunstall, Melvyn.(2017). *Anatomi dan fisiologi untuk bidan*, Jakarta : EGC.
- Cunningham, MacDonald, Gant. (2015). *Obstetri williams*, Jakarta : EGC
- DEPKES.(2016). *Pedoman praktis akupresur*, Jakarta : Depkes.
- Departemen Pendidikan Nasional.(2015). *Kamus besar bahasa Indonesia*, Edisi 2., Jakarta : Balai Pustaka
- Golberg, Bradly. (2006). *Morning sicknes*, diambil tanggal 15 November 2009 dari http://www.obgyn.net/women/women.asp?page=/women/articles/coffee_talk/ct006
- Pearl, Deirdre. (2015). *Acupuncture: its use in medicine*, diambil tanggal 20 Juni 2010 pada <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1305804/pdf/westjmed00313-0034.pdf>
- Rachmat, Adiningsih, Meliana.(2015). *Accupressure* dengan penekanan titik akupuntur.
- Sukanta.(2018). *Pijat akupresur untuk kesehatan*, Jakarta : Penebar Plus
- Tiran, Denise. (2018). *Mengatasi mual-mual dan gangguan lain selama kehamilan*, Jakarta : Disglossia.