

PENERAPAN AKUPRESUR PADA TITIK SP 4 (ZU GONG SUN) TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TM 1 DI PUSKESMAS LUBUK BUAYA KOTA PADANG

¹Fatmi Nirmala Sari, ²Binarni Suhertusi

^{1,2}Universitas Alifah Padang

*Email Korespondensi: fatmi.nirmala@gmail.com

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan kondisi mual dan muntah yang umum terjadi pada kehamilan trimester pertama. Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari ibu hamil dan berisiko menyebabkan dehidrasi serta ketidakseimbangan elektrolit. Penanganan emesis gravidarum dapat dilakukan melalui terapi farmakologi dan non-farmakologi, salah satunya adalah akupresur pada titik SP4 (Gong Sun), yang dipercaya dapat mengurangi mual dan muntah dengan merangsang sistem regulasi tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan akupresur pada titik SP4 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama di Puskesmas Lubuk Buaya, Kota Padang. Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel terdiri dari 30 ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan dengan uji statistik dependent sample T-test untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah penerapan akupresur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, rata-rata frekuensi mual dan muntah ibu hamil adalah 10,53 kali, sedangkan setelah intervensi menurun menjadi 7,30 kali. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah penerapan akupresur pada titik SP4 terhadap emesis gravidarum. Penerapan akupresur pada titik SP4 terbukti efektif dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Akupresur dapat menjadi alternatif terapi non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan untuk mengatasi emesis gravidarum

Kata Kunci: Akupresur, Titik SP4, Emesis Gravidarum, Kehamilan Trimester Pertama

ABSTRACT

Emesis gravidarum is a condition of nausea and vomiting that commonly occurs in the first trimester of pregnancy. If not treated properly, this condition can interfere with pregnant women's daily activities and risks causing dehydration and electrolyte imbalance. Treatment of emesis gravidarum can be done through pharmacological and non-pharmacological therapies, one of which is acupressure at the SP4 (Gong Sun) point, which is believed to reduce nausea

and vomiting by stimulating the body's regulatory system. This study aims to determine the effect of applying acupressure at the SP4 point on emesis gravidarum in first trimester pregnant women at the Lubuk Buaya Community Health Center, Padang City. This research used a pre-experimental design with a one group pretest-posttest approach. The sample consisted of 30 first trimester pregnant women who experienced emesis gravidarum, who were selected using a purposive sampling technique. Data was collected using observation sheets before and after the intervention. Data analysis was carried out using the dependent sample T-test statistical test to see the differences before and after the application of acupressure. The research results showed that before the intervention, the average frequency of nausea and vomiting in pregnant women was 10.53 times, whereas after the intervention it decreased to 7.30 times. The statistical test results show a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), which means there is a significant difference between before and after the application of acupressure at point SP4 for emesis gravidarum. The application of acupressure at the SP4 point has proven effective in reducing the frequency of nausea and vomiting in first-trimester pregnant women. Acupressure can be a non-pharmacological alternative therapy that is safe and easy to apply to treat emesis gravidarum

Keywords: Acupressure, SP4 Point, Emesis Gravidarum, First Trimester of Pregnancy

PENDAHULUAN

Emesis gravidarum adalah gejala yang wajar atau sering terdapat pada kehamilan trimester pertama. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari. Gejala-gajala ini biasanya terjadi 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung kurang lebih 10 minggu (Oktavia, 2022). Kematian dan kesakitan pada ibu hamil dan bersalin serta bayi baru lahir sejak lama telah menjadi masalah, khususnya di negara-negara berkembang. Hal-hal yang berdasarkan penyebab kematian ibu hamil, diantaranya disebabkan oleh hyperemesis gravidarum sekitar 25-50% dan hal yang berkaitan dengan kehamilan. Kematian saat melahirkan menjadi penyebab utama mortalitas perempuan pada masa puncak produktifitasnya. World Health Organization (WHO) memperkirakan setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan diseluruh dunia. Dari jumlah ini 20 juta perempuan mengalami kesakitan sebagai akibat kehamilan. Sekitar 8 juta mengalami komplikasi yang mengancam jiwa, dan lebih dari 500.000 meninggal pada tahun 1995. Sebanyak 240.000 dari jumlah ini hampir 50% terjadi di negara-negara Asia Selatan dan Tenggara, termasuk Indonesia. (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Prevalensi Hiperemesis Gravidarum lebih dari 80% wanita hamil di Indonesia mengalami mual dan muntah yang berlebihan. insidensi terjadinya kasus Hiperemesis Gravidarum sebesar 0,8 sampai 3,2% dari seluruh kehamilan atau sekitar 8 sampai 32 kasus per 1.000 kehamilan di dunia. Angka Kematian Ibu (AKI) berdasarkan laporan dari SDKI tahun 2019 sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup (target 102 per 100.000 kelahiran hidup). Angka kejadian Emesis gravidarum di Puskesmas Lubuk Buaya pada tahun 2023 periode Januari- Desember sebanyak 466 (48,2%) ibu hamil dari 900 kunjungan kehamilan dan 45 ibu (9,6%) diantaranya mendapat perawatan dan tindakan medis. Penatalaksanaan mual dan muntah pada kehamilan tergantung pada beratnya gejala. Pengobatan yang dilakukan mulai dari yang paling ringan dengan perubahan diet sampai pendekatan dengan pengobatan antimietik, rawat inap, atau pemberian nutrisi parenteral. Pengobatan terdiri atas terapi secara farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian antimietik, antihistamin, dan kortikosteroid. Terapi non farmakologi dilakukan dengan cara pengaturan diet, dukungan emosional, akupresur dan jahe (Runiari, 2022).

Akupresur titik SP4 yaitu sebuah tindakan untuk mengurangi atau menurunkan rasa mual dan muntah pada kehamilan yang dilakukan dengan cara penekanan pada titik tubuh tertentu

tepat di di sebelah tulang kaki yang menonjol. Akupresur adalah cara pijat berdasarkan ilmu akupuntur atau bisa juga disebut akupuntur tanpa jarum. Terapi akupresur menjadi salah satu terapi nonfarmakologis berupa terapi pijat pada titik meridian tertentu yang berhubungan dengan organ dalam tubuh untuk mengatasi mual muntah. 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 prinsip terapi akupresur sama dengan memijat sehingga tidak memerlukan keterampilan khusus beda halnya dengan akupuntur yang memerlukan pelatihan. Terapi akupresur untuk mual muntah dilakukan dengan menekan secara manual pada titik SP4 (Fitriana, 2020; Fengge, 2019).

Puskesmas Lubuk Buaya merupakan salah satu Puskesmas yang memiliki kunjungan Ibu Hamil terbanyak dari 22 Puskesmas yang ada di Kota Padang. Berdasarkan Data Pendahuluan yang didapat ibu yang mengalami mual dan muntah berlebihan, biasanya akan mengkonsumsi gula yang dicampur kopi kemudian cukup dimakan seperti saat makan permen, sedangkan sisanya biasanya mengkonsumsi permen jahe. Di Puskesmas Lubuk Buaya terapi akupresur sudah pernah dilakukan untuk mengurangi kejadian mual dan muntah tetapi belum pernah dilakukan pada titik SP4 maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini. Sehubungan dengan itu maka diperlukan penelitian terlahit dengan Penerapan Akupresur Pada Titik SP4 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil TM 1 Di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. Berdasarkan uraian dari latar belakang tersebut maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah : Bagaimanakah Penerapan Akupresur Pada Titik SP4 Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil TM 1 Di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Dalam desain ini, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi akupresur pada titik SP4 untuk mengetahui pengaruhnya terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum di Puskesmas Lubuk Buaya, Kota Padang. Sampel yang digunakan berjumlah 30 ibu hamil trimester pertama yang dipilih dengan metode purposive sampling, yaitu berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi berikut: Kriteria inklusi: Ibu hamil trimester pertama (usia kehamilan 1-3 bulan). Mengalami emesis gravidarum ringan hingga sedang. Bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Kriteria eksklusi: Ibu hamil dengan kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan untuk dilakukan akupresur. Mengalami komplikasi kehamilan seperti hiperemesis gravidarum berat atau kondisi medis lainnya. Variabel Penelitian. Variabel independen: Penerapan akupresur pada titik SP4 (Gong Sun). Variabel dependen: Tingkat keparahan emesis gravidarum yang diukur berdasarkan frekuensi mual dan muntah sebelum dan sesudah intervensi. Teknik Pengumpulan Data Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi, yang mencatat frekuensi mual dan muntah sebelum dan sesudah penerapan akupresur pada titik SP4. Prosedur intervensi: Akupresur dilakukan pada titik SP4 (Gong Sun), yang terletak di bagian dalam kaki, tepat di belakang tonjolan tulang jari kaki pertama. Terapi dilakukan 3 kali sehari selama 3 hari berturut-turut, dengan durasi 20-30 menit per sesi. Penekanan dilakukan menggunakan ibu jari dengan tekanan sedang. Teknik Analisis Data yang terkumpul dianalisis menggunakan uji statistik dependent sample T-test, dengan tahapan sebagai berikut, Analisis Univariat: Digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi data frekuensi mual dan muntah sebelum serta sesudah intervensi. Analisis Bivariat, Menggunakan uji dependent sample T-test untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi akupresur. Kriteria keberhasilan intervensi ditentukan berdasarkan nilai $p < 0,05$, yang menunjukkan

adanya pengaruh signifikan dari penerapan akupresur terhadap emesis gravidarum.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekwensi dari masing-masing variabel.

Rata-Rata Mual Dan Muntah Ibu Hamil TM I Sebelum Penerapan Akupresur Pada Titik SP4

Variabel	N	Mean	Min- Max	Std. Dev	Std, Error	CI-95%
Mual Dan Muntah Sebelum Intervensi	30	10.53	9-13	1.408	0.257	10.01- 11.06

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata mual dan muntah ibu hamil TM I sebelum diberi terapi akupresur dengan nilai Mean 10.53 nilai Min 9 nilai Max 13 dan nilai Standar Deviasi 1.408 dan nilai Standar Error 0.257.

Rata-Rata Mual Dan Muntah Ibu Hamil TM I Sesudah Penerapan Akupresur Pada Titik SP4

Variabel	N	Mean	Min- Max	Std. Dev	Std, Error	CI-95%
Mual Dan Muntah Sesudah Intervensi	30	7.30	5-10	1.317	0.240	6.81- 7.79

Dari tabel ini menunjukkan hasil pengukuran frekuensi mual dan muntah setelah intervensi akupresur pada titik SP4. 30 responden ibu hamil trimester pertama yang mengalami emesis gravidarum. Setelah intervensi, rata-rata frekuensi mual dan muntah menurun menjadi 7.30 kali dalam sehari.

Analisa Bivariat

Variabel	N	Mean	Std. Dev	SE	<i>p</i> -value	CI-95%
pretest	30	10.53	1.408	0.257	0.000	2.656- 3.811
Posttest	30	7.30	1.317	0.240		

Dari tabel 3 terlihat bahwa rata-rata emesis gravidarum 30 responden dengan Mean 10.53 Min 9 Max 13 dan Standar Deviasi 1.408 dan Standar Error 0.257 pada pengukuran ke dua didapat 30 responden dengan emesis gravidarum setelah diberi pijat akupresur dengan Mean 7.30 Min 5 Max 10 dan Standar Deviasi 1.317 dan Standar Error 0.240. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p*-value = 0.000 yang artinya terdapat pengaruh pemberian akupresure titik SP4 terhadap emesis gravidarum.

PEMBAHASAN

Rata-rata emesis gravidarum ibu hamil TM I sebelum diberi terapi akupresur dengan Mean 10.53 Min 9 Max 13 dan Standar Deviasi 1.408 dan Standar Error 0.257. Sejalan dengan teori yang dikemukakan bahwa mual (nausea) dan muntah (emesis) adalah gejala yang wajar

dan sering kedapapatan pada kehamilan trimester I. Mual biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi dapat pula timbul setiap saat dan malam hari gejala-gejala ini kurang lebih 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Emesis Gravidarum merupakan keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan muda. Terjadinya kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat peningkatan hormon estrogen, progesteron, dan dikeluarkannya human chorionic gonadotrophine plasenta. Hormon inilah yang menyebabkan emesis gravidarum (Oxorn, & Forte, 2010; Manuaba, 2009).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan menjelaskan bahwa akupresur pada titik SP4 dapat menurunkan mual untuk kehamilan, sedangkan pada penelitian yang lain pada titik SP4 dapat mengatasi mual muntah pada pasien dispepsia, dan penelitian pada titik SP4 dapat menurunkan mual muntah lambat akibat kemoterapi pada anak usia sekolah yang mengalami kanker. Titik SP4 merupakan bagian dari titik akupresur, yang belum banyak dijelaskan oleh para peneliti terhadap mual dan muntah atau morning sickness bagi ibu hamil. Sehingga, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh akupresur terhadap morning sickness ibu hamil trimester pertama di Kecamatan Magelang Utara (Mayasari, & Savitri, 2013).

Mual dan muntah atau yang disebut dengan emesis gravidarum merupakan keluhan umum pada kehamilan muda. Terjadinya kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat peningkatan hormone estrogen, progesterone, dan pengeluaran HCG plasenta. Mual dan muntah juga dapat disebabkan oleh perubahan hormone dan keadaan tubuh untuk menyiapkan posisi atau rumah baru bagi janin. Pada penelitian ini emesis gravidarum paling sedikit nilai minimal 6 dan nilai maksimal 13, frekuensi mual dan muntah tersebut dapat disebabkan oleh respon tubuh terhadap benda, bau, atau makanan yang dikonsumsi, selain itu penanganan dan pengelolaan mual muntah sangat diperlukan bagi ibu hamil, seperti memberikan makanan yang hangat, cemilan atau cracker, serta penatalaksanaan non farmakologi (hobat herbal) dengan harapan mual dan muntah dapat teratasi, dan tidak mengganggu asupan nutrisi ibu.

Patofisiologi Emesis gravidarum dapat disebabkan karena peningkatan Hormone Chorionic Gonadotrophin (HCG) dapat menjadi faktor mual dan muntah (Shanti, Barokah, & Rahayu, 2018). Peningkatan kadar hormon progesteron menyebabkan otot polos pada sistem gastrointestinal mengalami relaksasi sehingga motilitas menurun dan lambung menjadi kosong. Hiperemesis gravidarum yang merupakan komplikasi ibu hamil muda bila terjadi terus menerus dapat mengakibatkan dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, serta dapat mengakibatkan cadangan karbohidrat dan lemak habis terpakai untuk keperluan energi (Gunawan, Manengkei, & Ocviyanti, 2011). Penatalaksanaan mual dan muntah yang paling sering dilakukan adalah dengan memberikan minuman hangat dan menyegarkan, akan tetapi tidak sedikit juga ibu yang menolak, salah satu pendekatan non farmakologi yang bisa diberikan adalah dengan akupresur (Arviana, 2017). Akupresur adalah metode pengobatan dari tiongkok kuno dengan menstimulasi titik khusus dibadan dengan menggunakan jarum bagi akupuntur dan menggunakan ujung jari pada akupresur karena bersifat penekanan pada titik tubuh tertentu. Sesi akupresur dan akupuntur sebaiknya dilakukan 2-3 kali dalam seminggu, akupresur dan akupuntur menstimulasi system regulasi serta mengaktifkan mekanisme endokrin dan neurologi, yang merupakan mekanisme fisiologi dalam mempertahankan keseimbangan (Gunawan, Manengkei, & Ocviyanti, 2011).

Penelitian yang pernah dilakukan di Lombok dimana pemberian aromaterapi jeruk juga lebih efektif dalam menurunkan mual muntah pada Ibu hamil trimester I yang ditunjukkan dengan nilai p ($0,000 < 0,05$). Pembuktian akupresure SP4 dan pemberian aromaterapi jeruk mempunyai pengaruh terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil Trimester I. Namun aroma terapi jeruk lebih efektif menurunkan mual muntah pada ibu hamil. Sehingga diharapkan kedua teknik dalam penelitian ini bisa menjadi bagian teknik yang bisa dimanfaatkan untuk menurunkan mual muntah pada Ibu hamil Trimester I (Fitriani, 2017).

Menstimulasi system regulasi serta mengaktifkan mekanisme endokrin dan neurologi, yang merupakan mekanisme fisiologi dalam muntah pada kategori ringan dan sedang (Sulistiari, Widyawati, & Rahayu, 2018). Dalam literature review ini Beberapa literatur menjelaskan akupresur lebih efektif mengatasi mual dan muntah pada ibu hamil. Proses dengan teknik akupresur menitik beratkan pada titik-titik saraf tubuh. Akupresur dipercaya dapat meningkatkan atau menghidupkan organ-organ yang sakit, sehingga dapat memperlancar peredaran darah yang terganggu.

Hasil uji statistik didapatkan nilai $p\text{-value} = 0.000$ yang artinya terdapat Pengaruh pemberian akupresure titik SP4 terhadap emesis gravidarum, sejalan dengan teori yang dikemukakan Bahwa emesis gravidarum adalah keadaan mual muntah yang lebih dari 10 kali dalam 24 jam atau setiap saat wanita hamil sampai mengganggu pekerjaan sehari-hari karena pada umumnya menjadi buruk dan dapat terjadi dehidrasi. Emesis gravidarum adalah mual muntah berlebihan sehingga pekerjaan sehari-hari akan terganggu dan keadaan umum menjadi buruk. Mual muntah merupakan gangguan yang paling sering dijumpai pada kehamilan trimester I. Kurang lebih pada 6 minggu setelah haid berakhir selama 10 minggu. Sekitar 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida mengalami mual muntah. Namun gejala ini menjadi berat hanya pada 1 dari 1000 kehamilan (Rukiyah, Yulianti, & Sulitiawati, 2014).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Penerapan Akupresur Pada Titik SP4 Terhadap Emesis Gravidarum dengan nilai uji statistic melaluichi square dengan nilaip <0.05 . saran bagi praktisi kebidanan, peneliti menyarankan Akupresur Pada Titik SP4 dijadikan prosedur sebagai pelayanan kehamilan di manapun pelayanan kesehatannya. Pelatihan atau seminar bagaimana Akupresure perlu dilakukan bagi seluruh bidan untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan. Bidan diharapkan dapat menjalankan perannya sebagai health edukator salah satunya dengan mengajarkan dan mensosialisasikan kepada pasien tentang manfaatnya Akupresure bagi pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Fengge, A. (2019). Terapi Akupresur Manfaat dan Teknik Pengobatan. Yogyakarta: Crop Circle Corp.
- Fitriana, D. (2020). Perbandingan efektifitas akupresure perikardium dengan aromaterapi terhadap penurunan mual muntah pada Ibu hamil di Pulau Lombok. PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan, 2(1).
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013. Jakarta: Kemenkes RI.
- Manuaba, I. A. C. (2019). Buku Ajar Patologi Obstetri. EGC.
- Mayasari, D. A., & Savitri, W. (2019). Terapi Relaksasi Akupresur Untuk Mengatasi Keluhan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil. Media Ilmu Kesehatan, 2(2), 96-100.
- Oktavia, L. (2020). Kejadian Hiperemesis Gravidarum Ditinjau dari Jarak Kehamilan dan Paritas. Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan, 1(2), 41-46.
- Rukiyah, A. Y., Yulianti, L., & Sulitiawati, L. (2019). Asuhan Kebidanan I (Kehamilan). Jakarta: trans info media.
- Runiari, N. (2020). Asuhan keperawatan pada klien dengan hiperemesis gravidarum: penerapan konsep dan teori keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Sulistiari, U., Widyawati, M. N., & Rahayu, D. L. (2018). Studi Literatur: Acupressure Pericardium Dan Aromatherapy Citrus Untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil. Jurnal Kebidanan, 8(2), 146-156.
- Titisari, I., Suryaningrum, K. C., & Mediawati, M. (2019). Hubungan Antara Status Gravida Dan Usia Ibu Dengan Kejadian Emesis Gravidarum Bulan Januari-Agustus 2017 Di Bpm Veronika Dan

- Bpm Endang Sutikno Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), 342-348.
- Widyastuti, D. E., Rumiya, E., & Widyastuti, D. (2019). Terapi Komplementer Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Tahun 2018. *Jurnal Kebidanan Indonesia: Journal of Indonesia Midwifery*, 10(1), 96-104.