
EFEKTIVITAS PEMBERIAN *AKUPRESUR* TITIK P6 UNTUK MENGURANGI *NAUSEA GRAVIDARUM* TRIMESTER I DI PMB EKA SRIWAHYUNI KOTA MEDAN

Shofia Akemi ⁽¹⁾, Nopita Yanti Sitorus⁽²⁾, Desi Handayani Lubis ⁽³⁾, Maimunah R⁽⁴⁾

^(1,2,3,4)Program Studi Sarjana, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora, Medan, Indonesia

*email: sofhiaakemi24@gmail.com, nopistr27@gmail.com, desihandayanilubis84@gmail.com,
mumunrieto@gmail.com

ABSTRAK

Nausea gravidarum (mual muntah) merupakan keluhan fisiologis yang umum dialami oleh sekitar 50% hingga 90% ibu hamil pada trimester pertama akibat fluktuasi hormon Human Chorionic Gonadotropin (hCG), estrogen, dan progesteron. Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini berisiko menjadi patologis (hiperemesis gravidarum) yang memicu dehidrasi dan gangguan nutrisi. Akupresur pada titik P6 (Neiguan) merupakan salah satu terapi komplementer nonfarmakologis yang bekerja merangsang sistem neuroendokrin untuk melepaskan beta-endorfin, guna menghambat sinyal mual di otak. Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain pre-experimental dengan rancangan one group pretest posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I di PMB Eka Sriwahyuni pada bulan Juni-Juli 2026 yang berjumlah 40 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Instrumen pengukuran yang digunakan adalah kuesioner Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE-24). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistic non-parametrik Wilcoxon Signed Rank. Hasil Penelitian menunjukkan sebelum intervensi (pre-test), mayoritas responden mengalami mual muntah tingkat sedang yaitu sebanyak 22 orang (55%) dan tingkat ringan 18 orang (45%). Setelah pemberian terapi akupresur titik P6 (post-test), seluruh responden (100%) mengalami penurunan skor mual muntah menjadi kategori derajat ringan. Uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti H_0 diterima. Dapat disimpulkan bahwa terapi akupresur titik P6 efektif secara signifikan dalam menurunkan derajat nausea gravidarum pada ibu hamil trimester I di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan tahun 2026. Disarankan Kepada ibu hamil untuk melakukan terapi akupresur titik P6 untuk mengurangi mual muntah.

Kata Kunci : Paritas, Usia, ibu hamil, KEK

ABSTRACT

Nausea gravidarum (nausea and vomiting) is a common physiological complaint experienced by approximately 50% to 90% of pregnant women during the first trimester, caused by fluctuations in Human Chorionic Gonadotropin (hCG), estrogen, and progesterone hormones. If left unmanaged, this condition risks progressing to a pathological state (hyperemesis gravidarum), potentially leading to dehydration and nutritional disturbances. Acupressure at the P6 (Neiguan) point is a non-pharmacological complementary therapy that stimulates the neuroendocrine system to release beta-endorphins, thereby inhibiting nausea signals in the brain. This quantitative study employed a pre-experimental design, specifically a one-group pretest-posttest design. The study population consisted of all 40 pregnant women in their first trimester attending the Eka Sriwahyuni Independent Midwifery Practice (PMB) during June and July 2026; a total sampling technique was used. The Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea

(PUQE-24) questionnaire served as the measurement instrument. Data analysis was conducted using univariate and bivariate methods, specifically the non-parametric Wilcoxon Signed Rank test. The results indicated that prior to the intervention (pre-test), the majority of respondents (22 individuals or 55%) experienced moderate nausea and vomiting, while 18 individuals (45%) experienced mild symptoms. Following the P6 acupressure therapy (post-test), all respondents (100%) showed a reduction in nausea and vomiting scores to the mild category. Statistical analysis yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating acceptance of the alternative hypothesis (H_a). It is concluded that P6 acupressure therapy is significantly effective in reducing the severity of nausea gravidarum among first-trimester pregnant women at PMB Eka Sriwahyuni, Medan City, in 2026. Pregnant women are advised to utilize P6 acupressure therapy to alleviate nausea and vomiting.

Keywords: Acupressure Point P6, Pregnant Women in Trimester I, Nausea Gravidarum, PUQE-24

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu peristiwa pada seorang wanita yang dimulai proses menyatunya sel telur (*ovum*) dan sel sperma yang dilanjutkan dengan proses *fertilisasi*, *nidasi*, dan *implantasi*. Masa kehamilan ini terbagi menjadi tiga fase, di mana trimester I (usia 0-12 minggu) menjadi periode awal yang sangat menentukan. Pada fase ini, ibu hamil akan mengalami perubahan fisiologis yang signifikan, terutama pada sistem hormonal yang berdampak langsung pada kondisi fisik ibu.

Salah satu perubahan yang paling menonjol adanya peningkatan kadar hormon *estrogen*, *progesteron*, serta produksi hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG). Peningkatan hormon HCG ini secara fisiologis menyebabkan peningkatan keasaman lambung, yang kemudian memicu munculnya rasa mual atau yang dikenal sebagai *nausea gravidarum*. Oleh karena itu, keluhan mual ini sangat sering dijumpai pada kehamilan muda, terutama dalam minggu 16 pertama kehamilan.

Meskipun sering dianggap sebagai gangguan yang umum, kondisi ini tidak boleh diabaikan. Jika mual dan muntah terjadi terus menerus dan tidak segera ditangani, hal tersebut dapat mengakibatkan gejala yang lebih berat seperti *dehidrasi*, kekurangan cairan *elektrolit*, hingga defisiensi nutrisi yang mengarah pada kondisi *hiperemesis gravidarum*.

Kondisi mual-muntah yang intens juga berdampak pada penurunan nafsu makan dan kelelahan pada ibu. Hal ini menjadi tantangan karena pada masa ini, janin membutuhkan asupan zat gizi yang cukup dari ibunya untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan organ yang sedang berlangsung. Mengingat pentingnya menjaga keseimbangan nutrisi dan kenyamanan ibu tanpa selalu bergantung pada intervensi obat-obatan (Lili, 2022).

Fenomena fisiologis dalam kehamilan tidak lepas dari fluktuasi hormon dan perubahan sistem metabolisme yang kompleks. Secara klinis, manifestasi yang paling dominan dirasakan oleh ibu hamil pada periode awal atau trimester pertama adalah gangguan *nausea* atau *emesis* (mual-muntah). Penanggulan *nausea* dapat dioptimalkan melalui intervensi utama berupa manajemen mual dan muntah. Sebagai langkah komplementer, penerapan terapi tambahan seperti *akupresur* dapat dilakukan guna meningkatkan efektivitas penanganan gejala tersebut (Suhartini et al., 2021).

Gejala mual dan muntah atau yang sering dikenal sebagai *morning sickness*, merupakan kondisi umum yang dialami sekitar 50% hingga 90% ibu hamil pada trimester

pertama. Secara klinis, fenomena ini dipicu oleh fluktuasi hormon *human chorionic gonadotropin* (hCG) yang disignifikan serta adaptasi pada sistem endokrin selama masa kehamilan. Dalam rentang 12 hingga 16 minggu awal kehamilan, mual (*nausea*) menjadi keluhan yang sangat umum terjadi. Mual muntah yang fisiologis akan menjadi patologis jika tidak ditangani dengan baik, keluhan ini biasanya dirasakan sesaat setelah bangun tidur karena pengaruh akumulasi asam *gastrik* yang mengedap di dalam perut sepanjang malam (Lestari, A.D et al., 2022)

Mual muntah merupakan manifestasi klinis umum yang dapat menurunkan kualitas hidup pasien secara drastis dalam berbagai situasi medis. Fenomena ini dipicu oleh beragam etiologi, mulai dari kelainan *gastrointestinal* dan reaksi merugikan obat hingga gangguan sistemik. Tanpa intervensi yang adekuat, kondisi ini beresiko menimbulkan komplikasi berat, termasuk dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, aspirasi, serta penurunan kepuasan pasien yang berimplikasi pada pembengkakan biaya kesehatan. Dengan demikian, strategi tatalaksana yang efektif menjadi aspek krusial dalam pelayanan klinis.

Secara global fenomena mual muntah masih menjadi tantangan dalam kesehatan maternal. Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), prevalensi kondisi ini mencapai 12,5% dari total kehamilan di seluruh dunia. Distribusi angka kejadiannya pun cukup bervariasi di berbagai negara: di mana Indonesia mencatat angka sebesar 10%, disusul oleh Turki 1,9%, Norwegia 0,9% dan Kanada 0,8%. Sementara itu, wilayah Amerika Serikat seperti California mencatat angka yang lebih rendah, yakni di kisaran 0,5% hingga 2% (Bemj et al., 2026).

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara terutama di kota Medan jumlah kematian ibu di tahun 2024 sebanyak 18 jiwa dari 34.210 kelahiran hidup, dengan Angka Kematian Ibu (AKI) dilaporkan sebesar 35 per 100.000 kelahiran hidup, artinya dari 100.000 kelahiran hidup 35 ibu meninggal saat kehamilan, persalinan atau nifas (Belitung, 2025).

Terapi *akupresur* bekerja dengan mengacu pada titik-titik *akupunktur* dan sistem *meridian* tubuh. Stimulasi pada titik-titik tersebut bertujuan untuk mengaktivasi *qi* atau energi vital, sehingga aliran darah dan energi dalam tubuh dapat berjalan secara optimal melalui saluran *meridian* yang menghubungkan serbagai organ internal. Ini dapat menyembuhkan penyakit atau meningkatkan kualitas hidup seseorang. dengan menekan titik-titik tertentu pada tubuh yang disebut *meridian* (Indah et al., 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan Suhartini (2021), menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari pemberian terapi *akupresur* terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Studi ini dilakukan di Puskesmas Satria, Kota Tebing Tinggi, pada tahun 2021 (Suhartini et al., 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan Hasma (2025) di Klinik Niar Medan menyatakan adanya perbedaan signifikansi pada kondisi ibu hamil trimester pertama sebelum dan sesudah diberikan intervensi *akupresur* pada titik P6. Berdasarkan hasil analisis statistik, menegaskan bahwa pemberian *akupresur* pada titik P6 berpengaruh nyata terhadap penurunan *emesis gravidarum* (Hasma Marbun & Harfa, 2025).

Menurut penelitian yang dilakukan Pitriani (2023) menerapkan metode pre-eksperimental dengan rancangan *one group pre-test* dan *post-test* terhadap 16 responden yang mengalami mual muntah. Setelah pemberian *akupresur* pada titik P6. Temuan ini

mengindikasikan adanya pengaruh yang signifikan dari penggunaan teknik *akupresur* titik P6 terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil (Megasari & Pitriani, 2025).

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan, terdapat 6 dari 10 ibu hamil Trimester I yang sedang melakukan kunjungan *Antenatal Care*, ibu mengeluhkan mengalami *nausea* dengan gejala mual di pagi hari, pusing, lemas, kelelahan, dan penurunan nafsu makan. Ibu mengatakan walaupun sudah diberikan anjuran pola makan dengan porsi kecil namun sering, keluhan tersebut tetap dirasakan. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Efektivitas Pemberian *akupresur* Titik P6 Untuk Mengurangi *Nausea Gravidarum* Trimester I di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan”

METODE

Penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif* dengan desain *pre-eksperimental* menggunakan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Pada desain ini peneliti melakukan pengukuran *nausea gravidarum* sebelum *intervensi* (*pretest*) kemudian memberikan terapi *akupresur* pada titik P6 dan selanjutnya melakukan pengukuran kembali *nausea gravidarum* setelah *intervensi* (*posttest*). Desain ini digunakan untuk mengetahui efektivitas pemberian terapi *akupresur* titik P6 untuk mengurangi *nausea gravidarum* trimester I. Penelitian ini dilaksanakan di PMB Eka Sriwahyuni, yang berlokasi di Jl. Bromo Ujung Gg. Salam No.5 Medan. Waktu penelitian direncanakan pada bulan Maret – Juli tahun 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I yang sedang kunjungan di PMB Eka Sriwahyuni pada bulan Juni – Juli 2026 sejumlah 40 Orang. Sampel diambil menggunakan teknik total populasi yaitu seluruh ibu hamil trimester I sejumlah 40 Orang. Analisis data menggunakan uji *wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dinilai berdasarkan usia ibu dan paritas (jumlah persalinan). Distribusi karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan

Umur	Frekuensi(n)	Persentase(%)
20-35 tahun	40	100%
Total	40	100%
Paritas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Primigravida	22	55%
Secondarygravida	16	40%
Multigravida	2	10%
Total	40	100%
Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
SMP	3	10%
SMA	15	35%
S1	20	50%
S2	2	5%
Total	40	100%
Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	9	30%
Cukup	27	60%

Kurang	4	10%
Total	40	100%

Dari tabel diatas diperoleh bahwa diketahui bahwa mayoritas responden (100%) berada pada kelompok usia 20 hingga 35 tahun, yang dikategorikan sebagai masa reproduksi sehat. mayoritas responden merupakan ibu *primigravida*, yaitu sebanyak 22 orang (55%). Status *primigravida* ini berkaitan erat dengan minimnya pengalaman ibu dalam menghadapi perubahan hormonal selama kehamilan, yang sering kali meningkatkan intensitas keluhan *nausea gravidarum* dibandingkan dengan ibu yang sudah pernah melahirkan sebelumnya. mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan yang tinggi dengan persentase (50%) responden menamatkan jenjang pendidikan S1. mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup, yakni sebanyak 27 orang (60%).

Tabel. 2. Derajat *Nausea Gravidarum* (Pre-test)

No.	Derajat <i>Nausea gravidarum</i> (pre-test)	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Derajat Ringan (Skor PUQE 3-6)	18	45%
2	Derajat Sedang (Skor PUQE 7-12)	22	55%
	Total	40	100%

Berdasarkan tabel .2 terlihat bahwa sebelum dilakukan pemberian akupresur titik P6, mayoritas ibu hamil trimester I mengalami mual muntah pada kategori "Derajat Sedang" yaitu sebanyak 22 responden.

Tabel 3. Analisis Efektivitas Pemberian *Akupresur* Titik P6 untuk Menurunkan *Nausea Gravidarum* Trimester I di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan

Variabel	Keterangan	N	Mean	Sum-of ranks	p-value (Asymp.Sig)
Pre-test – post-test	Negatif Rank	0	.00		0,000
	Positif Rank	22	11.50		
	Tiels	18			
Total		40			

Berdasarkan tabel 3. hasil uji statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa dari 40 responden ibu hamil trimester I yang mengalami *nausea gravidarum*, terdapat 22 responden yang mengalami penurunan skor mual muntah setelah diberikan intervensi (positif rank), sedangkan 18 responden lainnya tidak mengalami perubahan skor mual muntah (ties). Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai *P-Value* (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 ($P < 0,05$). Karena nilai P-Value lebih kecil dari nilai signifikan alpha (0,05), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian akupresur titik P6 efektif secara signifikan dalam mengurangi *nausea gravidarum* trimester I di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan.

PEMBAHASAN

Kondisi responden pada saat *pre-test* ini dipengaruhi oleh karakteristik biologis dan adaptasi fisiologis kehamilan trimester I. Data univariat menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) berada pada kelompok usia reproduktif (20-35 tahun). Berdasarkan

teori, rentang usia ini merupakan masa dimana dengan perubahan biologis selama masa gestasi. Namun, tingginya angka kejadian derajat sedang pada penelitian ini berkaitan erat dengan faktor *paritas*, di mana mayoritas responden merupakan ibu *primigravida* secara fisiologis maupun psikologis baru pertama kali menghadapi lonjakan hormon kehamilan. Hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (hCG) yang disintesis oleh jaringan *trofoblas* sejak awal implantasi akan memicu peningkatan sekresi asam lambung. Peningkatan keasaman lambung inilah yang bermanifestasi secara klinis sebagai keluhan mual muntah.

Selain faktor hormonal, tingginya derajat sedang pada saat *pre-test* juga sejalan dengan gambaran tingkat pengetahuan responden yang disajikan pada tabel 4.1, dimana mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan cukup (27%) bahkan ada yang kurang (45). Kurangnya pemahaman yang optimal mengenai mual muntah serta penatalaksanaan non-farmakologis menyebabkan ibu hamil cenderung belum mampu melakukan penanganan mandiri secara mandiri di rumah. Hal ini terbukti dari hasil survei awal, di mana ibu menyatakan bahwa meskipun telah diberikan anjuran pola makan porsi kecil tapi sering, keluhan mual di pagi hari, lemas, kelelahan, dan penurunan nafsu makan tetap dirasakan secara persistensi.

Di sisi lain, minimnya tindakan mandiri (*self-therapy*) oleh pasien sebelum penelitian ini dimulai dapat dibaca melalui kerangka *Health Belief Model*. Data menunjukkan adanya keterbatasan pemahaman ibu (kategori cukup dan kurang) mengenai ruang lingkup kebidanan komplementer. Ketidaktahuan mengenai letak lokasi anatomi meridian perikardium 6 (P6) menciptakan persepsi hambatan (*perceived barriers*) yang membuat ibu bersikap pasif terhadap gejalanya.

Ibu hamil berasumsi bahwa mual adalah konsekuensi tak terhindarkan yang hanya diobati dengan obat-obatan kimia. Padahal, penelitian Pramono (2023) menunjukkan bahwa intervensi non-farmakologis, seperti *akupresur* titik P6 dan inhalasi aromaterapi citrus lemon, terbukti efektif dalam menurunkan frekuensi mual dan muntah secara signifikan ($p\text{-value} = 0,000$) tanpa menimbulkan efek samping yang merugikan ibu maupun janin. Kurangnya pengetahuan mengenai teknik mandiri yang aman ini membuat ibu memilih untuk membiarkan gejala tersebut tanpa penanganan yang adekuat (Citrus et al., 2023) (Citrus, 2023).

Data *pre-test* ini membuktikan bahwa tanpa adanya asuhan komplementer yang tepat, ibu hamil trimester I berada dalam risiko besar mengalami eksasebarisi klinis menuju *hiperemesis gravidarum*, yang berisiko menyebabkan dehidrasi dan malnutrisi pada ibu maupun janin.

Hasil penelitian setelah pemberian intervensi *akupresur* titik P6 selama 2-3 menit per tangan menunjukkan perubahan klinis yang sangat signifikan. Berdasarkan tabel 4.3, seluruh responden (100%) yang berjumlah 40 orang berada kategori "Derajat ringan". Hasil ini menandakan tidak ada lagi ibu hamil trimester I yang mengalami *nausea gravidarum*, derajat sedang maupun derajat berat di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan.

Perbaikan klinis ini membuktikan bahwa *akupresur* pada titik P6 (*Neiguan*) efektif dalam menstabilkan regulasi pencernaan ibu hamil. Titik P6 secara anatomis terletak di area pergelangan tangan bagian dalam, tepatnya di jalur *meridian perikardium* (selaput jantung) yang memiliki percabangan melintasi *diafragma* menuju rongga perut serta melewati lambung dan usus besar. Ketika dilakukan penekanan (*pressing*) atau pemijatan

secara manual pada titik saraf median tersebut, tubuh dirangsang secara *neuroendokrin* untuk mengaktivitasi kemampuan penyembuhan alami (*homeostasis*).

Secara fisiologis, efek penekanan ini menstimulasi kelenjar pituitari (*hipofisis*) di dasar otak untuk melepaskan senyawa kimia alami tubuh berupa *beta-endorfin*. Pelepasan *endorfin* memberikan efek relaksasi pada otot polos *gastrointestinal* yang sebelumnya meregang atau melambat akibat pengaruh hormon *progesteron*. Disamping itu, senyawa *neuroendokrin* yang dilepaskan bekerja sepanjang *Chermoreceptor Trigger Zone* (CTZ) untuk menginhibisi atau menekan transmisi sinyal mual ke pusat muntah di *medulla oblongata*. Dengan terhambatnya sinyal mual tersebut, motilitas lambung menjadi lebih teratur, produksi asam lambung terkontrol, dan sensi mual serta frekuensi muntah kering (*retching*) yang di rasakan oleh ibu hamil berkurang secara drastis. Hal ini memberikan kenyamanan fisik bagi ibu hamil trimester I sehingga dapat menjalani aktivitas dengan lebih optimal.

Analisis bivariat menggunakan uji statistik *Non-parametik wilcoxon Signed rank test* pada table 4.7 memperlihatkan bahwa dari 40 responden ibu hamil trimester I yang mengalami *nausea gravidarum*, terdapat 22 responden yang mengalami penurunan skor mual muntah setelah diberikan terapi *akupresur* titik P6 (*Positif Rank*), sedangkan 18 responden lainnya tidak mengalami perubahan skor mual muntah (*ties*). Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai *P-Value* sebesar 0,000, karena nilai *P-Value* jauh lebih kecil dari nilai signifikan α 0,05 ($p < 0,05$), maka diambil keputusan statistik bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian secara empiris dinyatakan bahwa pemberian *akupresur* titik P6 efektif secara signifikan dalam menurunkan *nausea gravidarum* trimester I di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan.

Keberhasilan intervensi ini sejalan dengan *Health Belief Model* yang melandasi kerangka teori penelitian ini, di mana isyarat bertindak (*cues to action*) berupa edukasi dan demonstrasi pijat P6 oleh peneliti di lahan praktik PMB Eka Sriwahyuni menumbuhkan persepsi manfaat pada diri ibu hamil. Ketika ibu hamil meyakini bahwa pijatan titik P6 ini aman, ekonomis, dan praktis tanpa risiko efek samping obat kimia terhadap janin, mereka menjadi kooperatif selama intervensi rutin dilaksanakan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suhartini (2021) yang menyatakan bahwa terapi komplementer *akupresur* pada titik *Perikardium 6* (P6) memberikan efek yang signifikan terhadap penurunan frekuensi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Keselarasan hasil juga ditemukan pada penelitian Hasma (2025) yang menunjukkan adanya perbedaan yang sangat bermakna pada skor mual muntah sebelum dan sesudah penekanan titik P6, dimana intervensi ini terbukti aman dan efektif sebagai terapi non-farmakologis. Selain itu, penelitian Pitriani (2025) juga mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa stimulasi pada titik P6 secara teratur mandiri oleh ibu hamil di rumah mampu meminimalkan keparahan *emesis gravidarum* secara berkala.

Secara klinis, penggunaan terapi komplementer non-invasif menjadi alternatif yang lebih aman dibandingkan intervensi farmakologis. Meskipun vitamin B6 (*piridoksin*) dan *antihistamin* seperti *doxylamine* terbukti efektif sebagai agen anti-emetik, pemberian obat-obatan tersebut tidak jarang menimbulkan efek samping, berupa kantuk sakit kepala, hingga gangguan pencernaan bagi ibu hamil. Sebagai langkah preventif yang lebih aman, *akupresur* pada titik *neiguan* (P6) menawarkan pendekatan alami dengan menstimulasi mekanisme tubuh tanpa memberikan dampak sistemik.

Terapi ini bekerja dengan menyeimbangkan kembali energi tubuh dan metabolisme, sehingga menjadi pilihan intervensi yang ekonomis, serta bebas dari risiko penggunaan bahan kimia yang berpotensi memengaruhi kondisi janin. Oleh karena itu berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, *akupresur* titik P6 terbukti menjadi solusi non-farmakologis yang sangat efektif, aplikatif, dan aman untuk diintegrasikan dalam pelayanan kebidanan *antenatal* guna meningkatkan kualitas hidup serta kenyamanan ibu hamil selama masa *gestasi* trimester I

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "Efektivitas Pemberian *Akupresur* titik P6 untuk mengurangi *Nausea Gravidarum* Trimester I di PMB Eka Sriwahyuni Kota Medan". Efektivitas Pemberian *Akupresur* Titik P6 : hasil uji statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai *p-value* (*Asymp. Sig. 2-tailed*) sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti H_0 di tolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor *nausea gravidarum* sebelum dan sesudah pemberian *akupresur* titik P6. Dengan demikian, hasil menunjukkan adanya efek pemberian *akupresur* titik P6 terhadap penurunan skor *nausea gravidarum* pada responden penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Rizky Bangun Laras. (2024). Analisis Pengaruh Aromaterapi Peppermint Untuk Mengatasi Mual Muntah Pada Ibu Hamil (pp. 12–14).
- Aulya, yenny, E. a. (2023). *Acupressure* Dalam Pelayanan Kebidanan Komplementer. In *Buku Pelayanan Kebidanan Komplementer* (Issue Hairil Akbar).
- Batang-Batang, P., & Sumenep, K. (2021). *Teori Health Belief Model Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Minum Obat dengan Memberikan Edukasi pada Penderita Tuberkulosis di Wilayah Kerja*.
- Belitung, D. K. K. (2025). Profil Kesehatan 2024. In *Buku Profil kesehatan 2025*.
- Bemj, B. E. J., Emesis, T., Pada, G., & Hamil, I. (2026). *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*. 9, 656–662.
- Citrus, A., Dalam, L., & Frekuensi, M. (2023). Pengaruh *Akupresur* Titik *Neigaun* (P6) Dan *Inhalasi* Aromaterapi Citrus Lemon Dalam Mengurangi Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 145(2477), 145–156. <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikeb/article/view/1686/1007>
- DA, R. (2021). Asuhan Gizi Pada *Hipermesis Gravidarum*. *Hyperemesis Gravidarum Nutrition Care* Rini DA Politeknik Kementerian Kesehatan Semarang. *Journal of Nutrition and Health*, 9(1), 44–52.
- Dewi, D. P., Yelda, F., & Jayatmi, I. (2024). Efektivitas Pemberian Vitamin B6 dan Jahe pada Ibu Hamil dengan *Hyperemesis Gravidarum*. *SIMFISIS: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 4(1), 774–785. <https://doi.org/10.53801/sjki.v4i1.222>
- Dina Raidanti, D. (2024). *Buku Entrepreneurship Dalam Pelayanan Kebidanan*. (83-91).
- Hartati, K. (2024). Efektivitas pemberian terapi *akupresur* zusanli (st 36) terhadap kejadian *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester i di puskesmas bangetayu kota semarang. *Jurnal Kebidanan*, 1(St 36), 13. <https://repository.unissula.ac.id/39040/>
- Hasma Marbun, A., & Harfa, A. (2025). Pengaruh *Akupresur* Titik Pc 6 Terhadap *Emesis Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester I Di Klinik Pratama Niar Medan The Effect

-
- Of Acupressure Point Pc 6 On Emesis Gravidarum In Pregnant Women In The First Trimester At The Pratama Niar Clinic In Medan. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan Dan Kesehatan (J-BIKES)*, 5(1), 77–83. <https://doi.org/10.51849/j-bikes.v>
- Hasna Siti Munifah Isman, Y. I. (2023). Studi Literatul: Penggunann *Antihistamin* dalam terapi kondisi alergi pada masa kehamilan. 21, 213–221.
- Herma, Y. D. (2019). Konsep Dasar Kehamilan. *Convention Center Di Kota Tegal*, 4(80), 4.
- Hindratni, F., & Sari, septi indah permata. (2022). Penerapan Akupresur Pericardium Untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I. *EBIMA : Jurnal Edukasi Bidan Di Masyarakat*, 3.
- Iba, Z. (2023). Metode Penelitian (P. Mahir (ed.)). CV. Eureka Media Aksara.
- Indah, I. E., Dinengsih, S., & Kundryanti, R. (2023). *Effectiveness of Acupressure on Emesis Gravidarum in the First Trimester Pregnant Women*. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 9(2), 88–99. <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v9i2.1682>
- Kasmianti, Dian Purnamasari, S. M. K. dkk. (2023). Asuhan Kehamilan (Putri Atika Ira (ed.); I). Litnus. file:///C:/Users/Sophia Akemi/Downloads/Kasmianti, Dian Purnamasari - 2023 - Asuhan Kehamilan.pdf
- Komariah, M. (n.d.). Mengatasi mual muntah. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.
- Kresna Wati, P., Dewi Susanti, V., & Br Karo, M. (2021). Pengaruh Aromaterapi Lemon Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Klinik Paramitra The Effect of Lemon Aromatherapy, Nausea and Vomiting on Trimester I Pregnant Women in Paramitra Clinic. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 9(2), 39–46.
- Lestari, A. D., Sadila, A. S., Nara, A. D., Putri, A. A. F., Febriani, A. N., & Barokah, A. F. (2022). Akupresur Mengurangi Mual Muntah dalam Kehamilan: Literature Review: Acupressure Reduces Nausea Vomiting During Pregnancy: Literature Review. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 3(1), 8–15. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v3i1.566>
- Lestari, K., & Sam, Ningsi., D. (2024). *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (I. Zumarano (ed.); I). Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta. file:///C:/Users/Sophia Akemi/OneDrive/Documents/buku kehamilan.pdf
- Lestari, T. (2024). Hubungan Pola Makan, Kunjungan ANC dan Emesis Gravidarum terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 3(8), 1380–1388. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v3i8.295>
- Lili, R. & S. P. (2022). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester I dengan Emesis Gravidarum Midwifery care for First Trimester Pregnant Women with. Keperawatan Professional*, 3(2), 115–122. <https://salnesia.id/kepo/article/view/555/197>
- Megasari, M., & Pitriani, R. (2025). Penerapan Akupreseur Titik P6 pada Ibu Hamil dengan Emesis Gravidarum di Klinik Pratama Arrabih. *Jurnal Medika: Medika*, 4(4), 1028–1033.
- Nababan Lolli. (2021). *Modul Ajar Psikologis Kehamilan, Persalinan, Nifas*. file:///C:/Users/Sophia Akemi/OneDrive/Documents/buku mual.pdf
- Nurkhasanah, S. (2025). *Buku_Ajar_Terapi_Komplementer_Dalam_Prak* (A. I. F. Miftahul (ed.); 1st ed.). PT. Pena Persada Kerja Utama. file:///C:/Users/Sophia Akemi/Downloads/komp.pdf
-

-
- Pinayungan. (2019). *Nausea Gravidarum. Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local*, 1(69), 5–24.
- Rinata Evi, C. S. (2022). Buku Ajar Kehamilan. In M. T. M. dan W. K. D. Mahardika (Ed.), *Buku Ajar Kuliah Asuhan Kebidanan Kehamilan (I)*. UMSIDA Press. file:///C:/Users/Sophia Akemi/Downloads/Buku_Ajar_Asuhan_Kebidanan_Kehamilan (1).pdf
- Rizka, N., Halik, M., Wahyuni, T. D., & Yulindahwati, A. (2025). *Pengaruh Self Terapi Akupresur Pericardium 6 (PC 6) Oleh Ibu Hamil terhadap Nausea and Vomiting of Pregnancy (NVP) di TPMB Yulis Indriana Kota Malang Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan , Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Program Studi Sa. 6*(September), 92–104.
- Rochman, A. F. (2024). Penerapan Pijat Akupresur Titik Pericardium 6 Pada Ibu Hamil Trimester 1 Dengan Nausea. 10(1), 4–35.
- Sarimega, M., & Sari Permata, A. (2024). Di Klinik Pratama Afiah Tahun 2023 Prodi Kebidanan Program Sarjana , Universitas Hang Tuah Pekanbaru. *Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 9(1), 235–242.
- Suhartini, S., Rezeki, S., & Safrina, E. (2021). Pengaruh Therapi Akupresur Terhadap Penurunan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Satria Kota Tebing Tinggi Tahun 2021. *Jurnal Health Reproductive*, 6(2), 49–59. <https://doi.org/10.51544/jrh.v6i2.2475>
- Sumardiani, L. (2020). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Selama Kehamilan Di Klinik Romauli. *Elisabeth Health Jurnal*, 5(1), 90–103. <https://doi.org/10.52317/ehj.v5i1.286>
- Sutiyarsih, Emy, & A. E. (2022). Buku Ajar Keprawatan Ibu Hamil (H. A. M. (ed.)). CV. Penari Pena. <https://doi.org/file:///C:/Users/Sophia%20Akemi/AppData/Local/Mendeley%20Ltd/Mendeley%20Desktop/Downloaded/Sutiyarsih%20-%20Unknown%20-%20Keprawatan%20Ibu%20Hamil.pdf>
- Wijaya, Y. A., Yudhawati, S. N. L. P., Dewi, K. A. K., & Khaqul, S. (2022). Konsep Terapi Komplementer. *Universitas Brawijaya*, 1(1), 1–25
- Yuliasari, B., Wathan, F. M., Rahmawati, E. R., & Silaban, T. D. S. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu, Dukungan Keluarga Dan Sikap Petugas Kesehatan Dengan Kelengkapan Imunisasi Dasar Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Bakti Kabupaten Ogan Komering Ulu Timur Tahun 2022. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(2), 8–16. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol1.iss2.282>