

Efektivitas Akupresur Titik Perikardium 6 sebagai Intervensi Non-Farmakologis Dalam Menurunkan Keparahan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I

Maesaroh¹, Sri Wahyuni², Siti Isnaeni³

Universitas Bina Bangsa, Indonesia^{1,2,3}

Email: maesasohnayla77@gmail.com¹, nci23wahyuni@gmail.com², tysnaeny@gmail.com³

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan keluhan mual dan muntah yang umum dialami ibu hamil trimester pertama akibat perubahan hormonal, dengan prevalensi global berkisar 50–80% dan berpotensi mengganggu aktivitas sehari-hari, asupan nutrisi, serta kualitas hidup ibu. Salah satu intervensi non-farmakologis untuk mengurangi keluhan tersebut adalah akupresur pada titik Perikardium 6 (PC6). Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas akupresur titik Perikardium 6 dalam menurunkan keparahan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2025. Penelitian menggunakan desain quasi experiment dengan Non-Equivalent Control Group Pretest-Posttest Design. Sampel berjumlah 30 ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum, terdiri dari 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol, dipilih secara purposive sampling. Keparahan emesis diukur menggunakan kuesioner PUQE-24, dan data dianalisis dengan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney ($\alpha=0,05$) setelah uji normalitas Shapiro-Wilk. Hasil menunjukkan pada kelompok intervensi keparahan menurun dari kategori sedang (73,3%) dan berat (20,0%) menjadi mayoritas ringan (80,0%) tanpa kategori berat, sedangkan pada kelompok kontrol tidak membaik bahkan kategori berat meningkat dari 6,7% menjadi 13,3%. Uji Wilcoxon dan Mann-Whitney sama-sama menghasilkan $p=0,001$ ($p<0,05$). Disimpulkan akupresur titik Perikardium 6 efektif menurunkan keparahan emesis gravidarum dan dapat diintegrasikan sebagai terapi non-farmakologis yang aman, murah, dan mudah diterapkan dalam pelayanan antenatal.

kata kunci: akupresur; perikardium 6; emesis gravidarum; ibu hamil trimester I; PUQE-24

ABSTRACT

Emesis gravidarum is a common complaint of nausea and vomiting among first-trimester pregnant women caused by hormonal changes, with a global prevalence of about 50–80%, and it may interfere with daily activities, nutritional intake, and quality of life. One non-pharmacological intervention to relieve these symptoms is acupressure at the Pericardium 6 (PC6) point. This study aimed to determine the effectiveness of Pericardium 6 acupressure in reducing the severity of emesis gravidarum among first-trimester pregnant women at Karangnunggal Public Health Center, Tasikmalaya Regency, in 2025. A quasi-experimental design with a Non-Equivalent Control Group Pretest-Posttest Design was employed. The sample comprised 30 first-trimester pregnant women experiencing emesis gravidarum, consisting of 15 respondents in the intervention group and 15 in the control group, selected through purposive sampling. Severity was measured using the PUQE-24 questionnaire, and data were analyzed using the Wilcoxon and Mann-Whitney tests ($\alpha=0.05$) after the Shapiro-Wilk normality test. In the intervention group, severity decreased from moderate (73.3%) and severe (20.0%) categories to predominantly mild (80.0%) with no severe cases, whereas the control group did not improve and its severe category even increased from 6.7% to 13.3%. Both the Wilcoxon and Mann-Whitney tests yielded $p=0.001$ ($p<0.05$). In conclusion, Pericardium 6 acupressure is effective in reducing the severity of emesis gravidarum and may be integrated as a safe, inexpensive, and simple non-pharmacological therapy in antenatal care services.

keywords: acupressure, pericardium 6, emesis gravidarum, first-trimester pregnant women, PUQE-24

PENDAHULUAN

Emesis gravidarum merupakan salah satu keluhan yang paling sering dialami oleh ibu hamil pada trimester pertama. Kondisi ini ditandai dengan mual dan muntah yang terjadi akibat perubahan fisiologis dan hormonal selama kehamilan, terutama peningkatan kadar *human chorionic gonadotropin* (hCG), estrogen, dan progesteron. Meskipun umumnya bersifat fisiologis, emesis gravidarum dapat menimbulkan ketidaknyamanan yang signifikan dan memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis ibu hamil. Apabila berlangsung secara terus-menerus, kondisi ini dapat menyebabkan penurunan nafsu makan, gangguan pola tidur,

kelelahan, penurunan berat badan, hingga menurunkan kualitas hidup ibu hamil (Choi et al., 2025).

Mual dan muntah pada kehamilan masih menjadi salah satu masalah kesehatan maternal yang sering ditemukan dalam pelayanan antenatal. Secara global, mual dan muntah pada kehamilan merupakan keluhan yang sangat umum dengan prevalensi berkisar antara 50–80% pada ibu hamil, sedangkan muntah dan retching dialami oleh sekitar 50% ibu hamil (Erick, M. dkk, 2018). Angka prevalensi yang tinggi tersebut menegaskan bahwa emesis gravidarum bukan sekadar keluhan ringan yang bersifat sementara, melainkan masalah kesehatan maternal yang memerlukan perhatian serius dalam pelayanan antenatal. Keluhan tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi kesehatan ibu, tetapi juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, produktivitas, serta kesejahteraan selama masa kehamilan.

Pada beberapa kasus, emesis gravidarum yang tidak tertangani dengan baik dapat berkembang menjadi hiperemesis gravidarum yang berisiko menyebabkan dehidrasi, gangguan keseimbangan elektrolit, dan masalah nutrisi pada ibu hamil. Oleh karena itu, diperlukan upaya penanganan yang efektif dan aman untuk mengurangi gejala mual dan muntah selama kehamilan (Ariani, 2024). Penatalaksanaan emesis gravidarum dapat dilakukan melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Namun demikian, sebagian ibu hamil cenderung menghindari penggunaan obat-obatan karena adanya kekhawatiran terhadap efek samping yang dapat ditimbulkan selama kehamilan. Kondisi tersebut menyebabkan meningkatnya pemanfaatan terapi komplementer dan nonfarmakologis sebagai alternatif penanganan emesis gravidarum. Salah satu metode yang banyak digunakan adalah akupresur karena bersifat noninvasif, mudah dilakukan, relatif murah, serta memiliki risiko efek samping yang minimal (Nency & Nurseha, 2024).

Akupresur merupakan teknik terapi komplementer yang dilakukan dengan memberikan tekanan pada titik-titik tertentu tubuh untuk merangsang respons fisiologis (Sugito et al., 2023). Salah satu titik akupresur yang paling sering digunakan dalam mengatasi mual dan muntah adalah titik Perikardium 6 (Pericardium 6/PC6 atau *Neiguan*) (Khairani, 2025), yang terletak pada bagian dalam lengan bawah sekitar tiga jari di bawah lipatan pergelangan tangan. Stimulasi pada titik ini diyakini dapat memengaruhi sistem saraf otonom dan fungsi gastrointestinal sehingga membantu mengurangi frekuensi maupun intensitas mual dan muntah yang dialami ibu hamil (Yılmaz et al., 2023).

Berbagai penelitian telah membuktikan efektivitas akupresur titik Perikardium 6 dalam mengurangi emesis gravidarum. Hasil penelitian Nafiah et al., (2022) menunjukkan bahwa akupresur pada titik P6 secara signifikan mampu menurunkan tingkat mual dan muntah pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum. Penelitian Aksoy-Can et al., (2025) juga menemukan bahwa stimulasi titik PC6 efektif dalam mengurangi frekuensi dan intensitas mual muntah selama kehamilan. Selain itu, meta-analisis yang dilakukan oleh Gong et al., (2024) menyimpulkan bahwa akupresur merupakan intervensi yang efektif dan aman untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil.

Temuan serupa juga dilaporkan dalam berbagai penelitian di Indonesia. Indah et al., (2023) menyatakan bahwa akupresur efektif dalam menurunkan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama. Penelitian Jamila et al., (2024) menunjukkan bahwa akupresur titik P6 efektif menurunkan frekuensi emesis pada ibu hamil trimester I. Hasil penelitian (Nency & Nurseha, 2024) serta Hafifah et al., (2025) juga menunjukkan adanya penurunan emesis gravidarum setelah pemberian akupresur titik Perikardium 6. Selain itu, Cholifah et al., (2022) menemukan bahwa kombinasi akupresur titik *Neiguan* dan *Zusanli* mampu menurunkan keparahan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa akupresur memiliki potensi besar sebagai terapi nonfarmakologis dalam mengatasi emesis gravidarum. Meskipun berbagai penelitian telah melaporkan efektivitas akupresur titik Perikardium 6 dalam menurunkan emesis gravidarum, sebagian besar penelitian dilakukan pada karakteristik responden, wilayah, dan setting pelayanan kesehatan yang berbeda.

Perbedaan kondisi sosial budaya, tingkat pendidikan, perilaku kesehatan, serta akses

terhadap pelayanan kesehatan dapat memengaruhi keberhasilan suatu intervensi. Selain itu, bukti empiris mengenai efektivitas akupresur titik Perikardium 6 pada ibu hamil trimester I di tingkat pelayanan kesehatan primer, khususnya di wilayah Kabupaten Tasikmalaya, masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memperkuat bukti efektivitas akupresur titik Perikardium 6 pada konteks masyarakat dan pelayanan kesehatan yang berbeda sehingga hasil penelitian dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi nonfarmakologis pada pelayanan antenatal (Gong et al., 2024; Hafifah et al., 2025).

Sejumlah penelitian tersebut secara konsisten menunjukkan efektivitas akupresur titik Perikardium 6, sebagian besar dilakukan pada populasi hiperemesis gravidarum, pada setting rumah sakit, atau menggunakan kombinasi beberapa titik akupresur. Dengan demikian, bukti mengenai efektivitas stimulasi titik Perikardium 6 sebagai intervensi tunggal pada ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum di tingkat pelayanan kesehatan primer, khususnya di wilayah pedesaan, masih terbatas. Kesenjangan inilah yang berupaya dijawab oleh penelitian ini.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian efektivitas akupresur titik Perikardium 6 sebagai intervensi tunggal (bukan kombinasi titik) pada ibu hamil trimester I di tingkat pelayanan kesehatan primer (Puskesmas) di wilayah pedesaan Kabupaten Tasikmalaya, suatu konteks sosial budaya dan pelayanan yang belum banyak diteliti sebelumnya, dengan menggunakan instrumen PUQE-24 sebagai alat ukur keparahan emesis yang terstandar.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Agustus 2025 di Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya, diperoleh data bahwa dari 36 ibu hamil trimester I yang melakukan kunjungan Antenatal Care (ANC), sebanyak 12 ibu hamil mengalami mual dan muntah yang mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Data tersebut menunjukkan bahwa emesis gravidarum masih menjadi masalah yang memerlukan perhatian dalam pelayanan kesehatan ibu hamil. Mengingat tingginya kejadian emesis gravidarum serta pentingnya upaya penanganan yang aman dan efektif selama kehamilan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Efektivitas Akupresur Titik Perikardium 6 sebagai Intervensi Non-Farmakologis dalam Menurunkan Keparahannya Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2025.”

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat teoritis berupa penguatan bukti ilmiah mengenai efektivitas akupresur titik Perikardium 6 sebagai terapi nonfarmakologis dalam menurunkan keparahan emesis gravidarum. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam menerapkan akupresur sebagai bagian dari asuhan kebidanan komplementer serta dapat diajarkan kepada ibu hamil untuk dilakukan secara mandiri di rumah.

Selain itu, penelitian ini memiliki implikasi terhadap kebijakan pelayanan antenatal, yaitu mendukung integrasi intervensi nonfarmakologis berbasis bukti ke dalam standar pelayanan kesehatan ibu hamil di Puskesmas. Penerapan akupresur titik Perikardium 6 yang aman, murah, dan mudah dilakukan berpotensi memperluas pilihan penatalaksanaan emesis gravidarum, khususnya bagi ibu hamil yang enggan menggunakan terapi farmakologis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode quasi experiment. Metode quasi experiment digunakan untuk mengetahui pengaruh suatu intervensi terhadap variabel yang diteliti tanpa melakukan randomisasi secara penuh terhadap subjek penelitian. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi hubungan sebab-akibat melalui pemberian perlakuan pada kelompok intervensi dan membandingkannya dengan kelompok kontrol (Slater & Hasson, 2025).

Rancangan penelitian yang digunakan adalah Non-Equivalent Control Group Pretest-Posttest Design. Pada desain ini, responden dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan terapi akupresur pada titik Perikardium 6 (PC6), sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan terapi akupresur. Pengukuran

tingkat emesis gravidarum dilakukan sebelum pemberian intervensi (*pretest*) dan setelah pemberian intervensi (*posttest*) pada kedua kelompok.

Melalui desain ini, peneliti dapat membandingkan perubahan tingkat emesis gravidarum antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sehingga pengaruh pemberian akupresur pada titik Perikardium 6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I dapat diketahui secara lebih objektif (Slater & Hasson, 2025). Rancangan penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 1. Rancangan Penelitian

	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Kelompok Eksperimen	O _{A1}	X	O _{A2}
Kelompok Kontrol	O _{B1}		O _{B2}

Sumber: Data diolah

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Agustus – Oktober 2025 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya. Populasi adalah keseluruhan dari variabel yang menyangkut masalah yang akan diteliti (Firdaus & Zamzam, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya bulan September Tahun 2023, berjumlah 85 orang. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu hamil trimester I yang mengalami mual dan muntah sebanyak 30 ibu hamil yang terbagi menjadi 2 kelompok, yakni 15 ibu hamil masuk kedalam kelompok kontrol dan 15 ibu hamil masuk kedalam kelompok kasus. Metode Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan jenis Non-probability sampling dengan teknik Purposive sampling. Menurut Sugiyono, (2018) Non probability sampling merupakan teknik pengambilan sampel dengan tidak memberi peluang atau kesempatan yang sama kepada setiap anggota populasi saat akan dipilih sebagai sampel.

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data sehingga diperoleh informasi yang diperlukan untuk menjawab tujuan penelitian (Firdaus & Zamzam, 2018). Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi pelaksanaan akupresur titik Perikardium 6 (PC6), digunakan sebagai pedoman dalam pemberian intervensi akupresur serta untuk memastikan kesesuaian prosedur pelaksanaan pada kelompok intervensi. Kuesioner Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE-24), digunakan untuk mengukur tingkat keparahan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Instrumen PUQE-24 terdiri dari tiga pertanyaan yang menilai durasi mual, frekuensi muntah, dan frekuensi rasa ingin muntah (*retching*) selama 24 jam terakhir. Total skor berkisar antara 3–15 yang kemudian dikategorikan menjadi emesis gravidarum ringan (≤ 6), sedang (7–12), dan berat (≥ 13). Instrumen PUQE-24 telah banyak digunakan dalam penelitian terkait mual dan muntah pada kehamilan karena memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dalam mengukur tingkat keparahan emesis gravidarum (Purba et al., 2025).

Instrumen PUQE-24 telah banyak digunakan dan menunjukkan validitas serta reliabilitas yang baik pada penelitian mual dan muntah kehamilan di Indonesia, termasuk pada ibu hamil trimester I (Yulyani & Purnama, 2025). Sebelum analisis bivariat, uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro-Wilk mengingat jumlah sampel kurang dari 50 pada masing-masing kelompok. Data yang tidak berdistribusi normal serta bersifat ordinal (kategori keparahan PUQE-24) menjadi dasar penggunaan uji non-parametrik, yaitu uji Wilcoxon Signed Rank untuk membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok, serta uji Mann-Whitney U untuk membandingkan kedua kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas akupresur pada titik Perikardium 6 (PC6) terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2025. Penelitian dilaksanakan pada 30 responden yang memenuhi

kriteria penelitian dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, masing-masing berjumlah 15 responden.

Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian, sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian akupresur pada titik Perikardium 6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan narasi sebagai berikut.

Karakteristik Responden

Tabel 2. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	N	%
1	Gravida		
	- Primigravida	7	23.3
	- Multigravida	23	76.7
2	Umur		
	- Usia berisiko	7	23.3
	- Usia tidak berisiko	23	76.7
3	Pekerjaan		
	- Bekerja	13	43.3
	- Tidak Bekerja	17	56.7
4	Pendidikan		
	- Dasar	2	6.7
	- Menengah	18	60.0
	- Tinggi	10	33.3

Sumber: Data diolah

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa sebagian besar responden merupakan multigravida sebanyak 23 responden (76,7%), sedangkan primigravida sebanyak 7 responden (23,3%). Berdasarkan umur, sebagian besar responden berada pada kategori usia tidak berisiko sebanyak 23 responden (76,7%), sedangkan usia berisiko sebanyak 7 responden (23,3%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja yaitu sebanyak 17 responden (56,7%), sedangkan responden yang bekerja sebanyak 13 responden (43,3%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah sebanyak 18 responden (60,0%), diikuti pendidikan tinggi sebanyak 10 responden (33,3%), dan pendidikan dasar sebanyak 2 responden (6,7%).

Distribusi Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

Tabel 3. Distribusi Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

Tingkat Emesis	Kontrol Pretest	Kontrol Posttest	Intervensi Pretest	Intervensi Posttest
Ringan	3 (20,0%)	2 (13,3%)	1 (6,7%)	12 (80,0%)
Sedang	11 (73,3%)	11 (73,3%)	11 (73,3%)	3 (20,0%)
Berat	1 (6,7%)	2 (13,3%)	3 (20,0%)	0 (0,0%)
Total	15 (100%)	15 (100%)	15 (100%)	15 (100%)

Sumber: Data diolah

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa pada kelompok kontrol sebagian besar responden

mengalami emesis gravidarum kategori sedang baik pada pretest maupun posttest yaitu sebanyak 11 responden (73,3%). Selain itu, terjadi peningkatan jumlah responden dengan emesis gravidarum kategori berat dari 1 responden (6,7%) menjadi 2 responden (13,3%).

Pada kelompok intervensi, sebelum diberikan akupresur sebagian besar responden mengalami emesis gravidarum kategori sedang sebanyak 11 responden (73,3%) dan kategori berat sebanyak 3 responden (20,0%). Setelah diberikan akupresur pada titik Perikardium 6, sebagian besar responden mengalami emesis gravidarum kategori ringan sebanyak 12 responden (80,0%), sedangkan tidak ditemukan lagi responden dengan kategori emesis gravidarum berat. Hasil tersebut menunjukkan adanya penurunan tingkat emesis gravidarum setelah pemberian akupresur pada titik Perikardium 6.

Selain distribusi kategori, gambaran deskriptif skor PUQE-24 memperlihatkan bahwa kelompok intervensi mengalami penurunan rata-rata skor keparahan emesis gravidarum yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol setelah intervensi diberikan. Nilai rata-rata (mean) $\pm$ simpangan baku (SD) atau median skor PUQE-24 sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok dapat dilengkapi pada tabel deskriptif berdasarkan data mentah penelitian untuk memperkuat penyajian hasil.

Analisis Pengaruh Akupresur terhadap Emesis Gravidarum

Tabel 4. Hasil Analisis Pengaruh Akupresur Titik Perikardium 6 terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I

Variabel	Kelompok	n	p-value
Wilcoxon Signed Rank Test	Intervensi	15	0,001
Wilcoxon Signed Rank Test	Kontrol	15	0,157
Mann-Whitney U Test	Intervensi vs Kontrol	30	0,001

Sumber: Data diolah

Berdasarkan Tabel 4, diperoleh hasil uji Wilcoxon pada kelompok intervensi dengan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan tingkat emesis gravidarum sebelum dan sesudah pemberian akupresur pada titik Perikardium 6. Pada kelompok kontrol diperoleh nilai $p=0,157$ ($p>0,05$), sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest. Selanjutnya, hasil uji Mann-Whitney pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah perlakuan menunjukkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan tingkat emesis gravidarum antara kedua kelompok. Dengan demikian, akupresur pada titik Perikardium 6 terbukti efektif dalam menurunkan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2025.

Pembahasan

Tingkat Emesis Gravidarum Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol sebagian besar responden mengalami emesis gravidarum kategori sedang baik pada saat pretest maupun posttest yaitu sebanyak 11 responden (73,3%). Selain itu, terjadi peningkatan jumlah responden dengan kategori emesis gravidarum berat dari 1 responden (6,7%) menjadi 2 responden (13,3%). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tanpa adanya intervensi, keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I cenderung menetap bahkan dapat mengalami peningkatan. Emesis gravidarum merupakan kondisi yang umum terjadi pada awal kehamilan akibat perubahan hormonal, terutama peningkatan kadar *human chorionic gonadotropin* (hCG), estrogen, dan progesteron yang memengaruhi pusat muntah di otak dan fungsi gastrointestinal (Choi et al., 2025).

Peningkatan jumlah responden dengan kategori emesis gravidarum berat pada kelompok kontrol, yaitu dari 1 responden (6,7%) menjadi 2 responden (13,3%), merupakan temuan yang

bermakna. Kondisi ini menunjukkan bahwa tanpa intervensi, keluhan mual dan muntah pada sebagian ibu hamil trimester I tidak hanya menetap, tetapi dapat memberat seiring meningkatnya kadar hormon kehamilan pada awal trimester pertama. Temuan tersebut memperkuat pentingnya pemberian intervensi dini untuk mencegah perburukan emesis gravidarum menjadi hiperemesis gravidarum (Erick, M. dkk, 2018). Berbeda dengan kelompok kontrol, kelompok intervensi menunjukkan perubahan yang cukup signifikan setelah diberikan akupresur pada titik Perikardium 6 (PC6).

Sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami emesis gravidarum kategori sedang sebanyak 11 responden (73,3%) dan kategori berat sebanyak 3 responden (20,0%). Setelah diberikan akupresur, sebagian besar responden mengalami emesis gravidarum kategori ringan sebanyak 12 responden (80,0%), sedangkan kategori berat tidak ditemukan lagi. Hasil tersebut menunjukkan adanya penurunan tingkat keparahan emesis gravidarum setelah pemberian akupresur pada titik Perikardium 6. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hafifah et al. (2025), Indah et al. (2023), dan Jamila et al. (2024) yang menyatakan bahwa akupresur titik P6 efektif dalam menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama.

Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan multigravida (76,7%). Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam mengenali perubahan yang terjadi selama kehamilan serta pengalaman dalam menghadapi keluhan mual dan muntah. Ibu multigravida umumnya telah memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya sehingga lebih mampu melakukan adaptasi terhadap perubahan fisiologis kehamilan dibandingkan primigravida. Namun demikian, meskipun memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya, emesis gravidarum tetap dapat terjadi karena dipengaruhi oleh perubahan hormonal dan kondisi individual masing-masing ibu (Ariani, 2024).

Berdasarkan karakteristik umur, sebagian besar responden berada pada kategori usia tidak berisiko (76,7%). Usia reproduksi sehat umumnya berkaitan dengan kondisi fisik dan psikologis yang lebih baik sehingga ibu lebih mampu beradaptasi terhadap perubahan selama kehamilan. Akan tetapi, emesis gravidarum tetap dapat terjadi karena kondisi tersebut lebih banyak dipengaruhi oleh faktor hormonal dibandingkan faktor usia semata (Mohd Nafiah et al., 2022). Mayoritas responden dalam penelitian ini tidak bekerja (56,7%). Kondisi tersebut memungkinkan ibu memiliki waktu istirahat yang lebih banyak selama kehamilan. Namun demikian, aktivitas rumah tangga yang tetap dilakukan setiap hari dapat menyebabkan kelelahan dan memperburuk persepsi terhadap keluhan mual dan muntah. Selain itu, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah (60,0%). Tingkat pendidikan yang lebih baik dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam menerima informasi kesehatan dan mengikuti anjuran yang diberikan selama pelaksanaan intervensi akupresur (Nency & Nurseha, 2024).

Secara geografis, wilayah kerja Puskesmas Karangnunggal berada di Kabupaten Tasikmalaya yang sebagian besar masyarakatnya masih memiliki karakteristik sosial budaya pedesaan dengan akses pelayanan kesehatan yang tersebar. Kondisi tersebut menyebabkan pemanfaatan terapi komplementer yang mudah dilakukan, aman, dan murah menjadi penting dalam pelayanan kesehatan ibu hamil. Akupresur menjadi salah satu alternatif yang dapat diterapkan karena tidak memerlukan alat khusus dan dapat dilakukan secara mandiri setelah mendapatkan edukasi dari tenaga kesehatan (Hafifah et al., 2025).

Karakteristik responden turut berperan dalam efektivitas intervensi. Dominasi ibu multigravida dan responden pada usia reproduksi tidak berisiko memungkinkan adaptasi fisiologis yang lebih baik terhadap keluhan kehamilan, sementara mayoritas responden yang tidak bekerja memiliki waktu lebih untuk melakukan akupresur secara teratur. Selain itu, tingkat pendidikan menengah yang dominan memudahkan responden memahami dan mengikuti prosedur akupresur yang diajarkan. Kombinasi karakteristik tersebut diduga mendukung keberhasilan intervensi akupresur titik Perikardium 6 dalam menurunkan keparahan emesis gravidarum pada kelompok intervensi.

Berdasarkan hasil penelitian dan kajian teori, peneliti berpendapat bahwa, penurunan

tingkat emesis gravidarum yang terjadi pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa akupresur pada titik Perikardium 6 memiliki manfaat dalam membantu mengurangi keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Perubahan yang lebih baik pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol mengindikasikan bahwa akupresur dapat menjadi salah satu alternatif terapi nonfarmakologis yang mudah diterapkan dalam pelayanan antenatal maupun dilakukan secara mandiri oleh ibu hamil di rumah.

Pengaruh Akupresur Titik Perikardium 6 terhadap Emesis Gravidarum pada Kelompok Intervensi

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat emesis gravidarum sebelum dan sesudah pemberian akupresur pada titik Perikardium 6. Hasil tersebut menunjukkan bahwa akupresur memberikan pengaruh positif dalam menurunkan tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I.

Secara fisiologis, titik Perikardium 6 atau *Neiguan* merupakan salah satu titik akupresur yang berhubungan dengan sistem gastrointestinal dan pusat pengaturan mual. Stimulasi pada titik tersebut dapat meningkatkan pelepasan endorfin, menyeimbangkan aktivitas sistem saraf otonom, serta membantu mengurangi rangsangan pada pusat muntah di medula oblongata. Selain itu, akupresur juga dapat memperbaiki motilitas lambung sehingga membantu mengurangi sensasi mual dan muntah selama kehamilan (Aksoy-Can et al., 2025; Gong et al., 2024).

Secara neurobiologis, efek antiemetik stimulasi titik Perikardium 6 diduga terjadi melalui beberapa jalur. Stimulasi PC6 mengaktifasi serabut aferen nervus medianus yang selanjutnya memodulasi aktivitas nervus vagus serta inti batang otak, khususnya nucleus tractus solitarius dan dorsal motor nucleus of the vagus, yang berperan dalam pengaturan refleks mual dan muntah. Stimulasi ini juga meningkatkan pelepasan opioid endogen (endorfin) dan memodulasi transmisi serotonin, termasuk aktivitas reseptor serotonin 5-HT₃ yang merupakan target utama obat antiemetik, sehingga rangsangan pada chemoreceptor trigger zone dan pusat muntah dapat dihambat. Melalui mekanisme somatoautonomik tersebut, akupresur PC6 turut memperbaiki motilitas gastrointestinal dan memberikan efek relaksasi yang menurunkan sensasi mual (Bai et al., 2010).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mohd Nafiah et al., (2022) yang menunjukkan bahwa akupresur titik P6 efektif menurunkan mual dan muntah pada ibu dengan hiperemesis gravidarum. Penelitian Yilmaz et al., (2023) juga melaporkan bahwa stimulasi titik PC6 mampu menurunkan frekuensi dan intensitas mual muntah secara signifikan. Selain itu, penelitian Hafifah et al., (2025), Jamila et al., (2024), Indah et al., (2023), dan Nancy & Nurseha, (2024) menunjukkan hasil yang konsisten bahwa akupresur titik Perikardium 6 efektif dalam menurunkan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh meta-analisis yang dilakukan Gong et al., (2024) yang menyimpulkan bahwa akupresur merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam mengurangi mual dan muntah selama kehamilan. Efektivitas tersebut menjadikan akupresur sebagai terapi komplementer yang dapat direkomendasikan dalam pelayanan antenatal karena mudah dilakukan, aman, dan memiliki efek samping yang minimal.

Berdasarkan hasil penelitian dan kajian teori, peneliti berpendapat bahwa, keberhasilan akupresur dalam menurunkan tingkat emesis gravidarum pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa stimulasi pada titik Perikardium 6 mampu memberikan efek fisiologis yang membantu mengurangi keluhan mual dan muntah selama kehamilan. Intervensi ini memiliki keunggulan karena bersifat noninvasif, aman, mudah dipelajari, dan tidak memerlukan biaya yang besar sehingga berpotensi untuk diintegrasikan dalam edukasi antenatal kepada ibu hamil trimester pertama.

Perbedaan Tingkat Emesis Gravidarum antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan tingkat emesis gravidarum yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah perlakuan diberikan. Kelompok yang mendapatkan terapi akupresur pada titik Perikardium 6 (PC6) mengalami penurunan tingkat emesis gravidarum yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi terjadi peningkatan jumlah responden dengan kategori emesis gravidarum ringan dan tidak ditemukan lagi responden dengan kategori berat setelah intervensi diberikan. Sebaliknya, pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan yang bermakna, bahkan ditemukan peningkatan jumlah responden dengan kategori emesis gravidarum berat.

Perbedaan hasil antara kedua kelompok menunjukkan bahwa penurunan emesis gravidarum pada kelompok intervensi tidak hanya dipengaruhi oleh proses adaptasi fisiologis kehamilan, tetapi juga dipengaruhi oleh pemberian akupresur pada titik Perikardium 6. Secara fisiologis, stimulasi pada titik PC6 dipercaya dapat memengaruhi sistem saraf otonom, meningkatkan pelepasan neurotransmitter seperti endorfin, serta membantu menghambat rangsangan pada pusat mual dan muntah. Selain itu, akupresur juga dapat memberikan efek relaksasi, meningkatkan kenyamanan ibu hamil, dan membantu menyeimbangkan fungsi gastrointestinal sehingga keluhan mual dan muntah dapat berkurang (Cholifah et al., 2022; Yilmaz et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Purba et al., (2025) yang menemukan bahwa pemberian akupresur pada titik Perikardium 6 efektif dalam menurunkan tingkat emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Hafifah et al., (2025), Mohd Nafiah et al., (2022), dan Yilmaz et al., (2023) yang menunjukkan bahwa stimulasi titik PC6 mampu mengurangi frekuensi dan intensitas mual muntah selama kehamilan. Selain itu, meta-analisis yang dilakukan oleh Gong et al., (2024) menyimpulkan bahwa akupresur merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dan aman dalam mengurangi gejala mual dan muntah pada ibu hamil. Konsistensi hasil penelitian tersebut semakin memperkuat bukti bahwa akupresur titik Perikardium 6 dapat digunakan sebagai terapi komplementer dalam penatalaksanaan emesis gravidarum.

Berdasarkan hasil penelitian dan kajian teori, peneliti berpendapat bahwa akupresur pada titik Perikardium 6 merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif, aman, mudah dilakukan, dan memiliki biaya yang relatif rendah untuk membantu mengurangi emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I. Oleh karena itu, akupresur dapat direkomendasikan sebagai salah satu terapi komplementer yang dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam pelayanan antenatal guna meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup ibu hamil selama trimester pertama.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, akupresur pada titik Perikardium 6 terbukti efektif menurunkan keparahan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2025. Pada kelompok intervensi, mayoritas responden mengalami penurunan dari kategori sedang dan berat menjadi ringan (80,0%) hingga tidak ditemukan lagi kategori berat, sedangkan kelompok kontrol tidak membaik bahkan cenderung memberat. Perbedaan antar kelompok bermakna secara statistik ($p=0,001$), yang menegaskan besarnya pengaruh dan relevansi klinis intervensi ini.

Temuan tersebut memperkuat bukti bahwa akupresur PC6 dapat menjadi terapi non-farmakologis yang aman, murah, dan mudah diterapkan dalam praktik antenatal berbasis bukti. Penelitian ini memiliki keterbatasan berupa jumlah sampel yang kecil, tanpa randomisasi penuh, dan tanpa blinding sehingga hasil perlu difafsirkan secara hati-hati. Oleh karena itu, disarankan bidan mengintegrasikan akupresur ke dalam asuhan antenatal, puskesmas menyelenggarakan pelatihan akupresur bagi tenaga kesehatan, serta peneliti selanjutnya melakukan uji terkontrol acak (RCT) dengan sampel lebih besar dan pengendalian faktor perancu guna memperkuat

generalisasi hasil.

REFERENCES

- Aksoy-Can, A., Buldum, A., Abiç, A., & Vefikuluçay-Yilmaz, D. (2025). The Effect Of Acupressure On Pain, Menstrual Symptoms, And Comfort In Adolescents With Primary Dysmenorrhea: A Single-Blind Randomized Controlled Trial. *Bmc Complementary Medicine And Therapies*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12906-025-04965-0>
- Ariani, N. (2024). Acupressure In The Management Of Hyperemesis Gravidarum: A Systematic Analysis. *Jurnal Eduhealth*, 15(4).
- Bai, L., Yan, H., Li, L., Qin, W., Chen, P., Liu, P., Gong, Q., Liu, Y., & Tian, J. (2010). Neural Specificity Of Acupuncture Stimulation At Pericardium 6: Evidence From An Fmri Study. *Journal Of Magnetic Resonance Imaging*, 31(1), 71–77. <https://doi.org/10.1002/jmri.22006>
- Choi, S. J., Choi, S., & Kim, D. Il. (2025). Acupuncture And Herbal Medicine For Nausea And Vomiting In Pregnancy: An Overview And Quality Assessment Of Systematic Reviews. In *International Journal Of Women's Health* (Vol. 17). <https://doi.org/10.2147/ijwh.s512247>
- Cholifah, S., Purwanti, Y., Cholifah, C., & Aprilia, D. (2022). The Effectiveness Of Acupressure Combination Neiguan And Zusanli Points To Decrease Emesis Gravidarum In The First Trimester Of Pregnancy. *Jnki (Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia) (Indonesian Journal Of Nursing And Midwifery)*, 10(2). [https://doi.org/10.21927/Jnki.2022.10\(2\).164-169](https://doi.org/10.21927/Jnki.2022.10(2).164-169)
- Erick, M., Cox, J. T., & Mogensen, K. M. (2018). Acog Practice Bulletin No. 189: Nausea And Vomiting Of Pregnancy. *Obstetrics & Gynecology*, 131(1), E15–E30. <https://doi.org/10.1097/aog.0000000000002456>
- Firdaus, & Zamzam, F. (2018). *Aplikasi Metodologi Penelitian*. Depublish.
- Gong, J., Gu, D., Wang, H., Zhang, F., Shen, W., Yan, H., & Xie, J. (2024). Effect Of Acupressure In Nausea And Vomiting Treatment During Pregnancy: A Meta-Analysis. In *Explore* (Vol. 20, Number 1). <https://doi.org/10.1016/j.explore.2023.06.015>
- Hafifah, N., Meldawati, M., Lestari, Y. P., & Suhartati, S. (2025). Effectiveness Of Pericardium Point 6 Acupressure On Emesis Gravidarum In Pregnant Women In The First Trimester. *Jkm (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 11(2). <https://doi.org/10.33024/jkm.v11i2.19138>
- 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). <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v9i2.1682>
- Jamila, J., Hairunisyah, R., & Anggraeni, S. (2024). Akupresure Titik P6 Efektif Dalam Menurunkan Frekuensi Emesis Pada Ibu Hamil Trimester I. *Mahesa : Malahayati Health Student Journal*, 4(7). <https://doi.org/10.33024/Mahesa.V4i7.14745>
- Khairani, Z. (2025). *Asuhan Kebidanan Kehamilan Kombinasi Akupresur Titik Perikardium 6 Dan Terapi Vitamin B6 Untuk Menurunkan Frekuensi Emesis*. <https://Repository.Ubt.Ac.Id/Repository/Ubt29-07-2025-102927.Pdf>
- Mohd Nafiah, N. A., Chieng, W. K., Zainuddin, A. A., Chew, K. T., Kalok, A., Abu, M. A., Ng, B. K., Mohamed Ismail, N. A., & Nur Azurah, A. G. (2022). Effect Of Acupressure At P6 On Nausea And Vomiting In Women With Hyperemesis Gravidarum: A Randomized Controlled Trial. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710886>
- Nency, O., & Nurseha, N. (2024). The Effectiveness Of Acupressure In First Trimester Pregnant Women With Emesis Gravidarum At Tpm Nurseha In 2023. *International Journal Of*

- Health And Pharmaceutical (Ijhp)*, 4(2). <https://doi.org/10.51601/ijhp.v4i2.287>
- Purba, R. R. S., Hidayani, & Hanifa, F. (2025). Effectiveness Of Peppermint Aromatherapy And Pericardium Six Acupressure In Reducing Emesis Gravidarum Among First Trimester Pregnant Wome. *An Idea Health Journal Issn*, 5(03).
- Slater, P., & Hasson, F. (2025). Quantitative Research Designs, Hierarchy Of Evidence And Validity. *Journal Of Psychiatric And Mental Health Nursing*, 32(3). <https://doi.org/10.1111/Jpm.13135>
- Sugito, A., Ramlan, D., & Rumah, P. (2023). *Aromaterapi Dan Akupresur Pada Sectio Caesarea*. <https://www.google.com/books?hl=id&lr=&id=Ia69eaaqbaj&oi=fnd&pg=pp1&dq=Akupresur+Merupakan+Teknik+Terapi+Komplementer+Yang+dilakukan+dengan+memberikan+tekanan+pada+titik-titik+tertentu+tubuh+untuk+merangsang+respons+fisiologis&ots=Kb-Dvptpd&sig=Tfkavmbozyuqog92q43lyqu7x9k>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Yilmaz, M. P., Yazici, S., & Yilmaz, İ. (2023). Effect Of Acupressure At Pc6 On Nausea And Vomiting During Pregnancy: A Randomized Controlled Trial. *Jams Journal Of Acupuncture And Meridian Studies*, 16(3). <https://doi.org/10.51507/J.Jams.2023.16.3.89>
- Yulyani, L., & Purnama, Y. (2025). Gambaran Mual Dan Muntah (Emesis Gravidarum) Pada Ibu Hamil Tm I. *Journal Of Midwifery*, 13(1), 143–149. <https://doi.org/10.37676/jm.v13i1.8943>