

## DEMONSTRASI KESEHATAN TENTANG AKUPRESURE TITIK P6 UNTUK MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL DI KLINIK BIDAN N.SIKUMBANG

Eva Yusnita Nasution<sup>1</sup>, Elvi Suryani<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes Darmais  
Padangsidempuan

([evayusnitanasution@gmail.com](mailto:evayusnitanasution@gmail.com) , [Elvisuryani141@gmail.com](mailto:Elvisuryani141@gmail.com) 082272641490)

### ABSTRAK

Mual muntah dalam kehamilan terjadi akibat dari perubahan sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan. Penatalaksanaan mual muntah pada kehamilan terdiri atas farmakologi dan nonfarmakologi atau pengobatan komplementer dengan akupresur pada titik perikardium 6 (P6). Tujuannya agar ibu hamil memahami dan bisa mengaplikasikan kepada diri sendiri tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil, sehingga lebih nyaman dalam menjalani kehamilan. Metode yang digunakan berupa demonstrasi kesehatan tentang akupresure titik P6. Hasil kegiatan pengabdian ini yaitu ibu hamil memhami dan bisa mengaplikasikan pada diri sendiri tentang akupresure titik P6. Kesimpulan terdapat peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu hamil dalam mengaplikasikan akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah. Disarankan kepada petugas kesehatan untuk dapat memberikan penyuluhan kesehatan atau mendemonstrasikan tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah agar ibu lebih nyaman dalam menjalani masa kehamilan dan kepada ibu hamil disarankan untuk dapat memanfaatkan ilmu yang didapatkan dan menerapkan dalam kehidupannya.

**Kata Kunci:** Akupresure Titik P6, Mual Muntah

### ABSTRACT

*Nausea and vomiting in pregnancy occur as a result of changes in the endocrine system that occur during pregnancy. Management of nausea and vomiting in pregnancy consists of pharmacology and non-pharmacology or complementary medicine with acupressure at pericardium point 6 (P6). The goal is for pregnant women to understand and be able to apply acupressure point P6 to reduce nausea and vomiting in pregnant women so that they are more comfortable in undergoing pregnancy. The method used is a health demonstration of acupressure point P6. The results of this service activity are that pregnant women understand and can apply themselves to acupressure point P6. The conclusion is that there is an increase in the knowledge and ability of pregnant women to apply acupressure point P6 to reduce nausea and vomiting. It is recommended that health workers be able to provide health education or demonstrate acupressure point P6 to reduce nausea and vomiting so that mothers are more comfortable in undergoing pregnancy and pregnant women are advised to be able to take advantage of the knowledge gained and apply it in their lives.*

**Keywords:** Acupressure Point P6, Nausea and Vomiting

### 1. PENDAHULUAN

Mual muntah dalam kehamilan terjadi akibat dari perubahan sistem

endokrin yang terjadi selama kehamilan terutama meningkatnya hormom hcg dalam kehamilan dan merupakan suatu

keluhan yang umum dari hampir 50-80% wanita hamil. Sebagian ibu hamil merasakan mual dan muntah merupakan hal yang biasa terjadi selama kehamilan. Sebagian lagi merasakan sebagai sesuatu yang tidak nyaman dan mengganggu aktivitas sehari-hari. (Rad, 2012; Rofi'ah, 2017).

Data di Indonesia, perbandingan insidensi mual muntah yang mengarah pada patologis atau yang disebut *hiperemesis gravidarum* 4 : 1000 kehamilan. Diduga 50% sampai 80% ibu hamil mengalami mual muntah dan kira-kira 5% dari ibu hamil membutuhkan penanganan untuk penggantian cairan dan koreksi ketidakseimbangan elektrolit (Kartikasari, 2017).

Laporan dinas kesehatan kota Medan pada tahun 2018 terdapat 206 wanita hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah dari seluruh jumlah ibu hamil trimester pertama yaitu 465 orang (Dinkes Kota Medan, 2018). Hasil penelitian di Indonesia diperoleh data ibu hamil dengan mual muntah mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan. Keluhan mual muntah terjadi pada 60-80% primigravida. Dan 40-60% multigravida (Kemenkes RI, 2015).

Salah Satu Terapi Nonfarmakologi Untuk Mengatasi Mual Muntah Adalah Akupresur Pada Titik Perikardium 6 (P6) (Farhad, K, 2016). Salah Satu Pegobatan Yang Dianjurkan Adalah Pengobatan Cina Titik Perikardium 6 Selanjutnya Ditulis Titik P6. Pada "*Accupunctur In Clinical Practice*" Dinyatakan Bahwa Stimulus Pada Titik P6 Merupakan Titik Penting Yang Diberikan Akupresur Pada Klien Dengan *Hyperemesis*. Efek Stimulasi Pada Titik Tersebut Mampu Meningkatkan Pelepasan *Beta-Endorphin* Di Hipofise Dan *Adrenocortikotropic (ACTH)* Sepanjang

*Chemoreceptor Tringger Zone (CTZ)* Yang Dapat Menghambat Pusat Muntah (Fengge, 2012).

Hasil studi pendahuluan di Klinik Bidan N. Sikumbang Kecamatan Padangsidempuan Tenggara didapatkan hasil wawancara dari 5 orang ibu hamil terdapat 4 ibu yang mengalami mual muntah selama kehamilan. Wawancara yang dilakukan ibu mengatakan bahwa ibu mengalami mual muntah setiap pagi dan kadang-kadang bisa mengganggu aktifitas sehari-hari.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini berupa demonstrasi kesehatan akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil di Klinik N.Sikumbang Kecamatan Padangsidempuan Tenggara. Dalam kegiatan ini melibatkan kerjasama dari ibu bidan N. Sikumbang serta ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Klinik Bidan N. Sikumbang yang telah bersedia memberikan izin dan mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sampai selesai. Pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dari Studi Pendahuluan ke Klinik N. Sikumbang dilanjutkan dengan survey pada ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan, setelah itu dilakukan pemberian kuesioner tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Setelah itu melakukan evaluasi peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu hamil dalam mengaplikasikan akupresure titik P6.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat dilakukan di Klinik Bidan N. Sikumbang. Demonstrasi dilaksanakan selama 1 (satu) hari yaitu pada tanggal

5 Desember 2023, pada pukul 14.00 WIB sampai dengan selesai di Klinik Bidan N. Sikumbang Kecamatan Padangsidempuan Tenggara. Materi disampaikan dengan melakukan demonstrasi tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil, dengan melibatkan 1 orang dosen dan 2 orang mahasiswa dari STIKes Darmais Padangsidempuan.

Tahapan kegiatan ini terdiri dari tahapan persiapan dan tahapan pelaksanaan. Tahapan persiapan meliputi identifikasi masalah, yang dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi kepada ibu hamil di Klinik N. Sikumbang. Tahapan pelaksanaan meliputi penyampaian materi tentang akupresure titik P6 dan melakukan demonstrasi pelaksanaan akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil serta dilanjutkan dengan evaluasi pengetahuan dan kemampuan ibu hamil tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil. di Klinik N. Sikumbang. Metode yang digunakan dalam menyampaikan materi dan demonstrasi adalah dengan metode ceramah, praktek, diskusi dan tanya jawab.

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa demonstrasi kesehatan akupresure titik P6 untuk mengurangi Mual Muntah pada ibu hamil ini berjalan dengan lancar. Sebelum dilakukan kegiatan terlebih dahulu pameri memberikan kuesioner kepada peserta, setelah itu pameri menyampaikan materi tentang akupresure titik P6 dan melakukan demonstrasi akupresure titik P6. Peserta kegiatan sangat antusias menyimak materi dan memperhatikan demonstrasi yang dilakukan pameri, hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan oleh peserta. Selama pelaksanaan kegiatan terlihat antusias

dari ibu hamil tersebut dalam mengikuti dengan begitu banyak memberikan pertanyaan tentang akupresure titik P6 yang disampaikan oleh pameri, ibu hamil yang mengikuti kegiatan terlihat tertib dan sesuai dengan yang di arahkan oleh panitia kegiatan.

Setelah peserta mengikuti kegiatan, dilakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan dengan memberikan kembali kuesioner pada peserta dengan hasil seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Kemampuan Ibu Hamil tentang Akupresure Titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil**

Kemampuan	Sebelum Demonstrasi		Setelah Demonstrasi	
	(N)	(%)	(N)	(%)
Baik	1	20,0	4	80,0
Cukup	1	20,0	0	00,0
Kurang	3	60,0	-	-
<b>Total</b>	<b>5</b>	<b>100</b>	<b>5</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu hamil tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil setelah dilakukan demonstrasi tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Sebelum penyuluhan mayoritas peserta memiliki pengetahuan kurang sebanyak 60 % dan minoritas memiliki pengetahuan baik sebesar 20% dan cukup 20%. Setelah dilakukan demonstrasi tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil mayoritas peserta memiliki pengetahuan baik sebesar 80 % dan minoritas memiliki pengetahuan cukup sebesar 20%.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan demonstrasi yang dilaksanakan di Klinik N. Sikumbang berjalan dengan baik. Ibu hamil di Klinik N. Sikumbang Kecamatan Padangsidempuan Tenggara yang mengikuti kegiatan tampak antusias dalam mengikuti kegiatan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa meningkatnya pengetahuan dan kemampuan ibu hamil tentang akupresure titik P6 untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil.

#### 5. REFERENSI

- Farhad, K., Choubsaz, M., Setayeshi, K., Kameli, M., Hejazi, S. B., Zadie, Z. H., et al. (2016). The effectiveness of dry-cupping in preventing post-operative nausea and vomiting by P6 acupoint stimulation A randomized controlled trial. *Clinical Trial/Experimental Study; Medicine*
- Fengge, A. (2012). *Terapi akupresur manfaat dan teknik pengobatan*. Yogyakarta: Crop Circle Corp
- Rad, Mogjan Naeimi *et al.* (2012). A Randomized Clinical Trial of the Efficacy of KID21 Point (Youmen) Acupressure on Nausea and Vomiting of Pregnancy *Iranian Red Crescent Medical Journal*
- Kartikasari, R. I., Ummah, F., & Taqiiyah, B. L. (2017). Aromaterapi peppermint untuk menurunkan mual dan muntah pada ibu hamil. *Stikes Muhammadiyah Lamongan. Program Studi Kebidanan Stikes Muhammadiyah Lamongan*. 09(02), 4-5. Tersedia online: [https://jurnal.stikesmuhla.ac.id]
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). Profil

Kesehatan Republik Indonesia  
tahun 2015

#### 6. DOKUMENTASI KEGIATAN

