

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS AKUPRESUR PADA
TITIK PERIKARDIUM 6 (PC6) DAN ZU SAN LI (ST36) DALAM MENGATASI
INTENSITAS MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI
KLINIK AMI MEDIKA KABUPATEN SUKABUMI**

Yeti Hernawati^{1*}, Agustin Yuniava Sidiq², Ida Suryani³, Oktarina Sri Iriani⁴
^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada

*Korespondensi : hernawati.yeti@gmail.com

ABSTRACT

Nausea and vomiting during the first trimester of pregnancy are common complaints experienced by pregnant women, which can disrupt daily activities and maternal nutritional status. One intervention to overcome nausea and vomiting is acupressure. This study aimed to compare the effectiveness of acupressure at the PC6 and ST36 points in reducing the intensity of nausea and vomiting among first-trimester pregnant women at Ami Medika Clinic, Sukabumi Regency. The research method used was a Quasi-Experimental design with a Pretest–Posttest Two Group Design. The sample consisted of 30 respondents first-trimester pregnant women experiencing nausea and vomiting, divided into two treatment groups: 15 respondents the PC6 acupressure group and 15 respondents the ST36 acupressure group. The intensity of nausea and vomiting was measured using the Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) scale before and after the intervention. The results of the study comparing the effectiveness of PC6 and ST36 acupressure showed that both had a significant effect on reducing nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester ($P=0.000$). However, in terms of the average reduction and range of Confidence Interval values, PC6 showed higher effectiveness (95% CI: 4.660-7.340) compared to ST36 (95% CI: 4.644-6.356). This indicates that acupressure intervention at the PC6 point is more effective in reducing nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester compared to ST36. It is recommended that healthcare providers teach this acupressure technique as a non-pharmacological approach to managing nausea and vomiting during pregnancy.

Keywords: Acupressure PC6 and ST36, Nausea and Vomiting, First-Trimester Pregnant Women

ABSTRAK

Mual muntah pada trimester I kehamilan merupakan keluhan yang sering dialami ibu hamil dan dapat mengganggu aktivitas serta status gizi ibu. Salah satu intervensi untuk mengatasi mual muntah adalah dengan akupresur. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan efektivitas akupresur pada titik PC6 dan ST36 dalam mengatasi intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I di Klinik Ami Medika Kabupaten Sukabumi. Metode penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperimen dengan rancangan Pretest–Posttest Two Group Design. Sampel terdiri dari 30 responden ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah dan dibagi menjadi dua kelompok perlakuan, yaitu 15 responden pada kelompok akupresur PC6 dan 15 responden pada kelompok akupresur ST36. Intensitas mual muntah diukur menggunakan skala Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian terhadap perbandingan efektivitas akupresure PC6 dan ST36 sama-sama memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil Trimester I ($P=0,000$). Namun, pada rata-rata penurunan dan rentang nilai Confidence Interval, titik PC6 menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi (CI 95%: 4,660-7,340) dibandingkan dengan titik ST36 (CI 95%: 4,644-6,356). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi akupresure titik PC6 lebih efektif dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I dibandingkan dengan titik ST36. Disarankan tenaga kesehatan dapat mengajarkan teknik akupresur ini sebagai upaya nonfarmakologis dalam menangani keluhan mual muntah pada kehamilan.

Kata Kunci: Akupresur PC6 dan ST36, Mual Muntah, Ibu Hamil Trimester I

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan seorang wanita, dimana proses ini akan menyebabkan terjadinya beberapa perubahan seperti perubahan fisik dan mental. Proses kehamilan yang normal terjadi selama 40 minggu, dimana kehamilan biasanya terbagi kedalam 3 fase atau yang lebih dikenal dengan sebutan trimester. Ibu hamil di trimester I sering ditemukan mengalami mual muntah atau emesis gravidarum kondisi ini juga dikenal sebagai morning sickness yaitu pada minggu 1 sampai minggu ke 12 selama masa kehamilan. Mual muntah biasanya terjadi pada pagi hari, tetapi ada yang timbul setiap saat dan malam hari. (Wiwi Wardani, 2020).

Angka kejadian mual muntah Menurut World Health Organization (WHO, 2019) jumlah kejadian emesis gravidarum mencapai 12,5%, dari seluruh jumlah kehamilan di dunia, dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki (WHO, 2019). Di Indonesia, jumlah ibu hamil trimester 1 data dari cakupan K1 dalam Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020 sebanyak 4.873.441 ibu dengan kurang lebih 50% mengalami emesis gravidarum sebanyak 2.436.721 orang (kemenkes RI, 2020). Menurut data di Jawa Barat pada tahun 2021 kejadian emesis gravidarum sebesar 13% dari ibu hamil mengalami mual muntah (Dinkes Jabar, 2021).

Penelitian Tara et al (2020) berjudul The effect of acupressure on the severity of nausea, vomiting, and retching in pregnant women:

a randomized controlled trial, dengan 90 orang responden ibu hamil. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa secara statistik terdapat perbedaan signifikan frekuensi muntah dan keparahan mual antara kelompok intervensi. Penekanan dengan akupresur pada acupoint PC6 dapat mengurangi keparahan mual, muntah, dan muntah-muntah pada ibu hamil (Tara et al., 2020).

Emesis gravidarum merupakan permasalahan yang paling umum dan mungkin yang paling tidak menyenangkan dalam kehamilan. Tidak ada penyebab yang diketahui untuk masalah ini, namun perubahan hormonal serta faktor psikologis mungkin berperan dalam kondisi ini. Sekitar seperempat dari semua ibu hamil harus meninggalkan pekerjaannya karena masalah ini. Kurang dari 2% kasus, masalah ini meningkat menjadi mual dan muntah yang parah (Hiperemesis Gravidarum) (Trial et al., 2018).

Akupresur dipercaya efektif untuk menurunkan mual muntah melalui efeknya terhadap peningkatan beta endorpin. Hasil penelitian Handayani dan Afiah (2019) menyatakan bahwa akupresur berpengaruh terhadap penurunan mual dan muntah. Semakin rutin dilakukannya akupresur, maka keluhan mual dan muntah akan semakin menurun, sehingga dapat mencegah komplikasi pada ibu hamil (Handayani & Khairiyatul, 2019).

Peneliti melakukan wawancara pada beberapa ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah (emesis gravidarum). Hasil wawancara yang dilakukan pada ibu hamil trimester pertama diperoleh informasi, ibu hamil yang mengalami mual muntah dengan frekuensi

5 kali dalam sehari dan ibu hamil lainnya mengatakan 4 kali sehari. Responden mengatakan bahwa mereka kesulitan dalam mengkonsumsi sejenis obat mual muntah, bahkan ada beberapa yang tidak mau mengkonsumsi obat dikarenakan setiap obat mual muntah dimasukan dalam mulut ibu tersebut langsung memuntahkannya, sehingga pil tersebut tidak jadi dikonsumsi. Sebelumnya penanganan yang telah dilakukan oleh Klinik Ami Medika untuk mengatasi pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I yaitu pemberian obat anti mual. Hasilnya obat antimual membantu meringankan meskipun tidak semuanya bekerja dengan baik untuk semua ibu hamil. Pemberian penyuluhan edukasi tentang makan-makanan yang dikonsumsi masih dalam keadaan hangat dan ibu hamil mengkonsumsi makan sedikit tapi sering. Pemberian terapi akupresure pada titik PC6 dan ST36 terutama ibu hamil Trimester I terhadap pengurangan emesis gravidarum belum pernah dilakukan. Manfaat dari pemberian akupresure untuk ibu hamil dengan mual muntah yaitu untuk membangun kembali sel-sel dalam tubuh yang melemah serta mampu membuat sistem pertahanan dan meregenerasi sel tubuh.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian rancangan Quasi Eksperiment dengan rancangan pretest and posttest two group design. Penelitian ini digunakan untuk mengidentifikasi perbandingan akupresur pada titik perikardium 6 (PC6) dan zu san li (ST36) terhadap intensitas mual muntah pada ibu

hamil trimester I di Klinik Ami Medika. Desain yang digunakan pada penelitian ini dilakukan pemeriksaan intensitas mual muntah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pemberian terapi akupresur pada titik PC6 dan ST36.

Populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Dewi, Rosmala. 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester I yang datang kunjungan K1 di Klinik Ami Medika Kabupaten Sukabumi pada bulan Juni sampai dengan Juli 2025 sebanyak 64 orang dengan ibu hamil trimester I yang mengeluh mual muntah sebanyak 30 orang dan yang tidak mengeluh mual muntah sebanyak 34 orang.

Sampel adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Dewi, Rosmala. 2021). Sampel penelitian ini adalah ibu hamil trimester I dengan usia kehamilan dari minggu pertama hingga minggu ke-12 yang mengalami mual muntah di Klinik Ami Medika Kabupaten Sukabumi dengan teknik pengambilan sampel secara total sampling yaitu sebanyak 30 responden, dari tanggal 1 Juni 2025 sampai dengan tanggal 5 Juli 2025 pada sampel yang akan dilakukan penelitian di Klinik Ami Medika Kabupaten Sukabumi sebanyak 30 orang. Kemudian 30 orang dibagi 2 kelompok menjadi 15 orang sampel mual muntah yang diberikan vitamin B6 dan intervensi akupresur pada titik PC6, serta 15 orang sampel mual

muntah yang diberikan vitamin B6 dan intervensi akupresur pada titik ST36.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah Total sampling. Total sampling yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100.

Analisa data secara univariat dan bivariat dengan terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data dengan metode shapiro wilk dan data berdistribusi normal sehingga analisis yang digunakan adalah uji paired t-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1. Intensitas Mual Muntah Sebelum Diberikan Intervensi Akupresur Pada Ibu Hamil Trimester I

Intensitas Mual Muntah	Kelompok			
	PC6	Persen	ST36	Persen
Ringan	0	0	0	0
Sedang	8	53,3	11	73,3
Berat	7	46,7	4	26,7
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 1, tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum dilakukan pemijatan akupresure pada kelompok titik pemijatan PC6 (53,3%) dengan kategori sedang, (46,7%) dengan kategori berat dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori ringan. Sedangkan pada kelompok titik pemijatan ST36 (73,3%) dengan kategori sedang, (26,7%) dengan kategori berat dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori ringan. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi akupresure, sebagian ibu mengalami gejala mual

muntah dengan intensitas yang sama yaitu gejala sedang dan berat.

Tabel 2. Intensitas Mual Muntah Setelah Diberikan Intervensi Akupresur Pada Ibu Hamil Trimester I

Intensitas Mual Muntah	Kelompok			
	PC6	Persen	ST36	Persen
Ringan	15	100	12	80,0
Sedang	0	0	3	20,0
Berat	0	0	0	0
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 2, tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I setelah diberikan akupresure pada kelompok pemijatan pada titik PC6 adalah 15 responden (100,0%) dengan kategori ringan, 0 responden dengan kategori sedang dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori berat. Dan pada kelompok akupresure dengan titik pemijatan ST36 12 responden (80,0%) dengan kategori ringan, 3 responden (20,0%) dengan kategori sedang dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori berat.

Tabel 3. Hasil Uji Shapiro Wilk

No	Variabel	Sig	α	Kesimpulan
1	Pre-test kel PC6	0,546	0,05	Data berdistribusi normal
2	Post-test kel PC6	0,405	0,05	Data berdistribusi normal
3	Pre-test kel ST36	0,437	0,05	Data berdistribusi normal
4	Post-test kel ST36	0,575	0,05	Data berdistribusi normal

Berdasarkan tabel 3, setelah dilakukan uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk, diketahui bahwa data pre-test dan post-test pada kelompok pemijatan titik akupresure PC6 dan

ST36 memiliki nilai signifikansi $>0,05$, yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Sehingga dianalisis data selanjutnya

menggunakan uji parametrik yaitu uji *Paired T-Test*.

Tabel 4. Uji Paired T-Test

	Mean	Std Deviation	Std Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		P-Value
				Lower	Upper	
PC6	6,000	2,420	0,625	4,660	7,340	,000
ST36	6,000	2,449	0,632	4,644	6,356	,000

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji Paired T-Test menunjukkan bahwa akupresure titik PC6 maupun ST36 sama-sama memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil Trimester I ($P=0,000$). Namun, pada rata-rata penurunan dan rentang nilai Confidence Interval, titik PC6 menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi (CI 95%: 4,660-7,340) dibandingkan dengan titik ST36 (CI 95%: 4,644-6,356). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi akupresure titik PC6 lebih efektif dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I dibandingkan dengan titik ST36.

PEMBAHASAN

Distribusi Intensitas Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Akupresur PC6

Berdasarkan tabel 1, tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum dilakukan pemijatan akupresure pada kelompok titik pemijatan PC6 adalah 8 responden (53,3%) dengan kategori sedang, 7 responden (46,7%) dengan kategori berat dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori ringan. Sedangkan pada kelompok titik pemijatan ST36 11 responden (73,3%) dengan kategori sedang, 4

Jurnal Penelitian Kesehatan STIKes Dharma Husada

responden (26,7%) dengan kategori berat dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori ringan. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi akupresure, sebagai ibu mengalami gejala mual muntah dengan intensitas yang sama yaitu gejala sedang dan berat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Tanjung et,al (2021) yang menyebutkan bahwa sebelum diberikan terapi akupresure PC6 juga sangat efektif, ibu hanya perlu melakukan dengan memberikan pijatan pada 3 jari dibawah pergelangan tangan dengan cara duduk dikursi atau berbaring (Tanjung, et al 2021).

Ibu hamil akan mengalami mual muntah secara umum dikarenakan naiknya hormon HCG, selain itu juga dipengaruhi oleh umur, status gravida, dan jarak kehamilan. Akupresure PC6 dapat menghasilkan endorphin yang dihasilkan oleh otak dan merangsang nitric oxide sehingga membantu adanya penahanan reaksi mual sehingga menghalangi jalannya respon muntah.

Distribusi Intensitas Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Akupresur ST36

Berdasarkan tabel 2, tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I setelah diberikan

akupresure pada kelompok pemijatan pada titik PC6 adalah 15 responden (100,0%) dengan kategori ringan, 0 responden dengan kategori sedang dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori berat. Dan pada kelompok akupresure dengan titik pemijatan ST36 12 responden (80,0%) dengan kategori ringan, 3 responden (20,0%) dengan kategori sedang dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori berat.

Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa penanganan mual muntah tidak selalu dengan obat, salah satu terapi komplementer yang terbukti dapat digunakan untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil yaitu akupresure. Titik ST36 merupakan salah satu titik yang pada meridian lambung, menurut penelitian Ismushu et al, (2020), meridian usus besar memiliki banyak cabang, termasuk yang memasuki lambung dan limpa merupakan tempat dimulainya meridian lambung. Akupresure yang melibatkan penerapan tekanan pada titik-titik tertentu, dapat meningkatkan aliran energi dari limpa dan lambung dan dapat menyebabkan kelenjar pituitari menghasilkan lebih banyak beta-endorfin. Menekan titik ST36 dapat membantu mengurangi mual muntah karena sel beta-endorfin merupakan antiemetik alami yang bekerja untuk mengurangi impuls mual dan muntah di Chemoreceptor Trigger Zone (CTZ) dan pusat muntah (Ismushu et al,2020).

Cara kerja akupresure ST36 yaitu dengan menekan menggunakan 4 jari di bawah tempurung lutut sebelah luar tulang kering. Titik akupresure ini berfungsi untuk menekan penyakit yang berkaitan dengan lambung,

seperti mual dan muntah, diare dan nyeri epigastrik (Farhad et al, 2016).

Akupresure ST36 belum efektif jika dilakukan tanpa ada kombinasi dengan akupresure PC6 dan adanya faktor lain yang menyebabkan kurangnya efektifitas akupresure ST36 tersebut seperti usia, cepat lambatnya dari terapi akupresure mengenai titik mual muntah, sakit akibat stimulasi akupresure yang dilakukan.

Perbandingan Efektivitas Akupresur PC6 dan ST36 Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I

Setelah diberikan intervensi akupresure selama 3 hari, seluruh responden pada kelompok PC6 mengalami penurunan keluhan mual muntah menjadi kategori ringan (100%). Pada kelompok ST36, sebagian besar responden juga mengalami penurunan keluhan mual muntah, yaitu 12 responden (80%) berada pada kategori ringan dan 3 responden (20%) pada kategori sedang, serta tidak ada yang mengalami mual muntah berat.

Hasil uji Paired T-Test menunjukkan bahwa akupresure titik PC6 maupun ST36 sama-sama memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil Trimester I ($P=0,000$). Namun, pada rata-rata penurunan dan rentang nilai Confidence Interval, titik PC6 menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi (CI 95%: 4,660-7,340) dibandingkan dengan titik ST36 (CI 95%: 4,644-6,356). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi akupresure titik PC6 lebih efektif dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester I dibandingkan dengan titik ST36.

Titik pericardium ini adalah titik yang terletak di jalur meridian selaput jantung, selaput jantung mempunyai dua cabang yang salah satu cabangnya masuk ke selaput jantung dan jantung, kemudian terus ke bawah menembus diafragma, ke ruang tengah dan ruang bawah perut. Meridian PC6 ini juga melintasi lambung dan usus besar (Fengge, 2012). Pada akupresure ST36 berfungsi untuk menekan penyakit yang berakitan dengan lambung, seperti mual, muntah, diare dan nyeri epigastrik (Farhad, et al 2016).

Menurut asumsi peneliti pemberian akupresur pada titik PC6 dan ST36 dapat memberikan efek terapeutik dalam menurunkan intensitas mual muntah pada ibu hamil trimester I. Hal ini karena mekanisme kerja akupresur yang mampu merangsang pelepasan beta-endorphin dan menghambat pusat muntah melalui stimulasi Chemoreceptor Trigger Zone (CTZ), sehingga gejala mual muntah berkurang.

Peneliti juga berasumsi bahwa kedua titik akupresur tersebut memiliki efektivitas yang berbeda, mengingat lokasi dan jalur meridian yang dipengaruhi tidak sama. Titik PC6 (Nei Guan) lebih banyak dikaitkan dengan pengurangan mual akibat stimulasi saraf pada area pergelangan tangan yang berhubungan langsung dengan pusat pengaturan muntah, sedangkan titik ST36 (Zu San Li) berperan dalam meningkatkan energi tubuh (Qi) dan memperbaiki fungsi pencernaan.

KESIMPULAN

Sebelum dilakukan pemijatan akupresure intensitas mual muntah pada kelompok pemijatan pada titik PC6 adalah 8 responden (53,3%) dengan kategori sedang, 7 responden (46,7%) dengan kategori berat dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori ringan. Sedangkan pada kelompok dengan pemijatan pada titik ST36 11 responden (73,3%) dengan kategori sedang, 4 responden (26,7%) dengan kategori berat dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori ringan.

Setelah dilakukan pemijatan akupresure intensitas mual muntah pada kelompok pemijatan pada titik PC6 adalah 15 responden (100%) dengan kategori ringan, 0 responden dengan kategori sedang dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori berat. Sedangkan pada kelompok dengan pemijatan pada titik ST36 12 responden (80,0%) dengan kategori ringan, 3 responden (20,0%) dengan kategori sedang dan 0 responden yang masuk ke dalam kategori berat.

Hasil uji Paired T-Test menunjukkan bahwa akupresure titik PC6 maupun ST36 sama-sama memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil Trimester I ($P=0,000$). Namun, pada rata-rata penurunan dan rentang nilai Confidence Interval, titik PC6 menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi (CI 95%: 4,660-7,340) dibandingkan dengan titik ST36 (CI 95%: 4,644-6,356). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi akupresure titik PC6 lebih efektif dalam menurunkan mual muntah pada ibu hamil Trimester I dibandingkan dengan titik ST36..

REFERENSI

- Agmon, N., Sade, S., Pariente, G., Rotem, R., & Weintraub, A. Y. 2019. Hyperemesis gravidarum and adverse pregnancy outcomes. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 300, 347–353. <https://doi.org/10.1007/s00404-019-05192-y>
- Austin, K., Wilson, K., & Saha, S. 2018. Hyperemesis Gravidarum. 0(0), 1–16. <https://doi.org/10.1002/ncp.10205>
- Choirrotunnissa, Alfia Ellyka (2021) Skripsi Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Frekuensi Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Puskesmas Balerejo Kabupaten Madiun
- Farhad, K. Choubasaz, M., Setayeshi, K., Kameli, M., Hejazi, S.B., Zadi, 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 akupresure manfaat dan teknik pengobatan. Yogyakarta: Crop Circle Crop.
- 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.
- Meiri, E., & Kibas, N. (2018). Pengaruh Akupresur Pada Titik Nei Guan, Zu Sanli Dan Gongsun Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Afah Fahmi A. Md. Keb Surabaya. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(3), 7-12.
- Septa, A. F., Sari, S. A., & Dewi, N. R. (2021). Penerapan Akupresur Pada Ibu Hamil Trimester I Untuk Mengatasi Mual Dan Muntah Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(4), 485-492.
- Simanjuntak, Tiawan (2021) Skripsi Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Pintu Padang Kabupaten Tapanuli Selatan
- Suryaningrum, K. C., Titisari, I., & Mediawati, M. 2018. Hubungan Antara Status Gravida dan Usia Ibu Dengan Kejadian Emesis Gravidarum. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), 12–20.
- Tanjung, W. W., Wari, Y., & Antoni, A. (2020). Pengaruh Akupresur Pada Titik Perikardium 6 Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Education And Development*, 8(4), 265-265.
- Ishmusu, S.R., Rakhmawati, W., & Rahayu Fitri, S.Y, (2020). Akupresure: Alternatif Menurangi Mual dan Muntah Akibat Kemoterapi Literature Riview. *Journal of Nursing Care*, 3(3). <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i3.24502>
- 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.

Meiri, E., & Kibas, N. (2018). Pengaruh Akupresur Pada Titik Nei Guan, Zu Sanli Dan Gongsun Terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Afah Fahmi A. Md. Keb Surabaya. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(3), 7-12.

Notoatmodjo, S. 2018, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta

Tanjung, W. W., Wari, Y., & Antoni, A. (2020). Pengaruh Akupresur Pada Titik Perikardium 6 Terhadap Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Education And Development*, 8(4), 265-265.

Tara, F., Bahrami-Taghanaki, H., Amini Ghalandarabad, M., Zand-Kargar, Z., Azizi, H., Esmaily, H., & Azizi, H. 2020. The Effect of Acupressure on the Severity of Nausea, Vomiting, and Retching in Pregnant Women: A Randomized Controlled Trial. *Complementary Medicine Research*, 27(4), 252–259. <https://doi.org/10.1159/000505637>

WHO (World Health Organization). 2019. “Prevalensi Kejadian Hyperemesis Gravidarum.” Geneva.