

# AKUPRESUR UNTUK MENGURANGI MUAL DAN MUNTAH PADA IBU HAMIL

## TRIMESTER I

Rully Amanda

Program Studi Diploma III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email : [Rullyamanda0@gmail.com](mailto:Rullyamanda0@gmail.com)

---

### INTISARI

**Latar belakang :** Kehamilan merupakan suatu proses reproduksi yang perlu perawatan khusus agar berlangsung dengan baik. Pada kehamilan akan terjadi perubahan baik secara fisiologis maupun psikologis, perubahan tersebut sebagian besar adalah karena pengaruh hormon yaitu peningkatan hormon progesteron dan esterogen, adanya peningkatan hormon tersebut akan muncul berbagai macam ketidaknyamanan fisiologis pada ibu hamil trimester I salah satunya mual muntah, Walyani, (2015). Mual muntah kehamilan merupakan masalah umum yang dapat berdampak serius bagi ibu dan bayi. Akupresur merupakan suatu tindakan nonfarmakologis yang bermanfaat untuk mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester I. Akupresur bisa dilakukan dimana saja dan tidak memerlukan biaya. **Tujuan :** Komunikasi, Informasi, dan Edukasi ini bertujuan untuk menjelaskan tentang Akupresur terhadap mengurangi frekuensi mual muntah kehamilan trimester I. **Metode :** Metode yang digunakan dalam Komunikasi, Informasi, dan Edukasi ini adalah Video. **Hasil :** Video yang berjudul “ Akupresur untuk Mengurangi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil Trimester I.” **Kesimpulan :** Video yang dibuat mengedukasi masyarakat, khususnya ibu hamil dan dapat digunakan sebagai salah satu alternatif penanganan keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I dengan terapi nonfarmakologi yang berupa akupresur pada titik pericardium 6.

Kata kunci : *Akupresur, Kehamilan, Video*

