

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK PERIKARDIUM 6 TERHADAP
MUAL MUNTAH TERHADAP IBU HAMIL TRIMESTER 1
DI PMB ARIYAWATI SUSIANDARI S.Tr.Keb., Bdn
LAMPUNG TENGAH**

Desfita Sari¹, Istiqomah Risa Wahyuningsih²

desfitasari.students@aiska-university.ac.id

universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Mual muntah merupakan keluhan umum pada kehamilan dengan prevalensi global 52% (WHO, 2020) dan di Indonesia 47% (Kemenkes RI, 2020). Studi pendahuluan di PMB Ariyawati Susiandari, Lampung Tengah, menunjukkan 73,1% ibu hamil trimester pertama mengalami mual muntah. Kondisi ini dapat menimbulkan gangguan elektrolit, dehidrasi, penurunan berat badan, kelelahan, penurunan konsentrasi, serta hambatan aktivitas sehari-hari. Jika tidak ditangani, mual muntah dapat berkembang menjadi hiperemesis gravidarum yang meningkatkan risiko kelahiran prematur, hambatan tumbuh kembang janin, bayi berat lahir rendah, hingga stunting pada generasi berikutnya yang berhubungan dengan rendahnya kecerdasan (IQ). Salah satu upaya penanganan adalah akupresur pada titik Perikardium 6 (P6) yang merangsang pelepasan beta-endorphin dan ACTH untuk menghambat pusat muntah di otak. **Tujuan :** mengetahui pengaruh titik perikardium 6 terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester 1. **Metode :** Penelitian ini menggunakan desain Pre-Eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Akupresur dilakukan pada titik P6, tiga jari di atas lipatan pergelangan tangan, dengan penekanan 30 detik, diulang 2–3 kali, diberikan pagi dan sore hari. Jumlah responden 30 orang, data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil :** Analisis statistik menunjukkan $p=0,00 < 0,05$, sehingga terdapat penurunan mual muntah yang signifikan setelah intervensi. **Kesimpulan :** Akupresur titik Perikardium 6 efektif menurunkan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama di PMB Ariyawati Susiandari, Lampung Tengah.

Kata kunci : Trimester 1; Mual; Muntah; Perikardium 6; Akupresur