

METODE AKUPRESUR TITIK ST36 SEBAGAI UPAYA PENATALAKSANAAN KEJADIAN EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I

**Happy Firliya¹⁾, Widia Shofa Ilmiah²⁾, Maria Veronika
Widiatrilupi**

^{1,2,3)} Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen
heppyfirliya00@gmail.com; [widiashofailmiah@itsk-
sorpraoen.ac.id](mailto:widiashofailmiah@itsk-sorpraoen.ac.id); mariapratista35@gmail.com

ABSTRAK

Emesis gravidarum adalah masalah paling umum pada wanita hamil hampir di seluruh dunia. Faktor yang berhubungan terhadap emesis gravidarum adalah fluktuasi besar pada kadar HCG (*human chorionic gonadotropin*). Hal ini terjadi pada 50-85 persen ibu hamil di Indonesia. Studi lain menunjukkan bahwa sekitar 70-80% wanita hamil mengalami emesis gravidarum, yaitu 60-80% pada primigravida dan 40-60% pada multigravida. Tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh metode akupresur titik ST 36 terhadap emesis gravidarum pada kehamilan trimester I di PMB Wartini Rejoyoso. Metode penelitian menggunakan pra-eksperimen dengan pendekatan satu kelompok (*pre-post test*), populasi seluruh ibu hamil trimester I dengan muntah di PMB Wartini Rejoyoso, jumlah 26, jumlah sampel 16, SOP alat akupresur, kuantifikasi unik kehamilan muntah/mual, kuesioner (PUQE-24), intervensi setiap bangun tidur selama 7 hari, durasi 7 menit, analisis menggunakan *Wilcoxon Match Pairs Test*. Hasil penelitian bahwa muntah pra-intervensi (62,5%) sedang dan pasca-intervensi (93,8%) ringan, $p\text{-value } 0,03 \leq \alpha 0,05$. Kesimpulannya titik akupresur ST36 berpengaruh terhadap kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I PMB Wartini Rejoyoso. Kesimpulan ibu hamil dapat melakukan akupresur pada titik ST36 ini saat merasa mual dan muntah.

Kata Kunci: Akupresure titik ST 36, Emesis Gravidarum, Trimester I.

ST36 POINT ACUPRESSURE METHOD AS AN EFFORT TO MANAGE EMESIS GRAVIDARUM INCIDENTS IN 1ST TRIMESTER PREGNANT WOMEN

ABSTRACT

The most typical main complaint experienced by pregnant women practically everywhere in the globe is emesis gravidarum. Variations in high hCG levels are a factor in emesis gravidarum. In Indonesia, 50–85% of pregnant women experience this condition. According to other research, 60–80% of primigravida and 40–60% of multigravida develop emesis gravidarum. The study was conducted at PMB Wartini Rejoyoso to examine the effects of acupressure point ST36 treatments on emesis gravidarum in first-trimester pregnant women. Pra experimental design. The population of all first-trimester pregnant women at Independent Practice Midwife (PMB) Wartini Rejoyoso who experienced emesis gravidarum was 26 people, and the samples were 16 each of acupressure SOP and PUQE-24. instrumentation, a 7-minute intervention every morning for 7 days, and Wilcoxon Match Pairs Test data analysis. According to the data, there was significant emesis in 62.5 percent of people prior to the intervention and mild emesis in 93.8 percent of people after it, with a p value of 0.03 to $\alpha 0.05$. Conclusion: ST36 acupressure may have an impact on the frequency of emesis gravidarum in the first trimester. When feeling queasy or sick, pregnant women are expected to apply acupressure to ST36.

Keywords: Acupressure Point ST 36, Emesis Gravidarum, First Trimester

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:
Diterima: 19 Juni 2023
Disetujui: 28 Oktober 2023
Tersedia secara online Volume 11 No. 02 Tahun 2023

Alamat Korespondensi:
Nama : Widia Shofa Ilmiah
Afiliasi: ITSK RS. dr. Soepraen Kesdam V/Brw
Alamat: Malang
Email: widiashofailmiah@itsk-sorpraoen.ac.id

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Trimester pertama kehamilan merupakan awal perkembangan janin, pembentukan janin melalui proses fertilisasi, dan proses hingga terbentuknya plasenta terjadi pada usia 0-12 minggu. Pada minggu ke-1, bagian janin yang tumbuh pertama kali adalah tulang belakang dan otak. Selanjutnya minggu ke-8, fungsi tubuh pada janin mulai bekerja meliputi melancarkan peredaran darah, darah di pompa oleh jantung (Susanti dan Ulpawati, 2022).

Emesis gravidarum adalah gejala awal kehamilan awal dan umum terjadi serta dapat membuat stress (Lestari *et al.*, 2022). Emesis gravidarum yaitu suatu kondisi yang sering dialami ibu hamil dengan insiden hampir setiap tahun di seluruh dunia (Rinata dan Ardillah, 2017)

Kejadian emesis gravidarum pada kehamilan menyumbang setidaknya 14% dari semua wanita hamil di seluruh dunia, dan di Eropa, Amerika dan Australia, 73,5% wanita hamil dikatakan mengalami muntah selama kehamilan (Ramin, 2018). Menurut Kemenkes RI

(2016), 50-85% ibu hamil di Indonesia mengalami emesis gravidarum pada saat hamil. Penelitian lain menunjukkan bahwa sekitar 70-80% ibu hamil mengalami muntah pada kehamilannya, dengan prevalensi 60-80% pada primipara dan 40-60% pada multipara (Anisa *et al.*, 2017).

Berdasarkan hasil penyelidikan awal, peneliti PMB Wartini Rejoyoso menyatakan pada 18 November 2022 terdapat 13 ibu hamil. Sebanyak 2 (15%) ibu hamil mengetahui tentang deteksi dini emesis gravidarum, sedangkan 3 (30%) tidak mengetahui apa itu deteksi dini emesis gravidarum. Dari ibu hamil yang berkunjung, 6 (40%) mengalami gejala dan tanda emesis gravidarum, dan 2 (15%) ibu hamil tidak mengalami gejala dan tanda emesis gravidarum. Tanda dan gejala yang dirasakan ibu seperti mual dan muntah, anoreksia, berat badan menurun, tekanan darah sistolik menurun, serta kondisi umum ibu menjadi lemah.

Penyebab muntah pada kehamilan belum diketahui secara pasti. Namun, beberapa faktor dapat mempengaruhinya,

seperti peningkatan hormon estrogen, progesteron serta pelepasan hormon HCG (*human chorionic gonadotropin*) dalam serum darah yang menandakan relaksasi otot polos lambung (Qonita Fauziah, Puji Astuti Wiratmo dan Aan Sutandi, 2019)

Emesis gravidarum terkait kehamilan dapat diobati dengan metode medis dan non-medis. Khawatir tentang potensi bahaya pada janin yang sedang berkembang dari penggunaan obat untuk mengobati *morning sickness* dan muntah selama kehamilan, para ibu beralih ke perawatan non-obat. Perawatan non-medis yang tidak memiliki efek samping tidak mahal, mudah digunakan, dan tidak invasif. Akupunktur, perubahan pola makan, dukungan emosional, herbal dan aromaterapi, dan akupunktur adalah contoh pengobatan non-oba. (Widyastuti, Rumiwati and Widyastutik, 2019).

Akupresur adalah jenis terapi fisik yang melibatkan pemberian tekanan dan stimulasi pada bagian tubuh tertentu atau titik akupunktur. Kadang-kadang disebut terapi darah lengkap atau tusukan jari (Mehta *et al.*, 2017). Akupresur digunakan untuk mencapai kepuasan fisik dan kenyamanan, dan untuk mengurangi ketegangan dan kelelahan. Selain itu, mengurangi biaya. ST 36 terletak empat jari dari puncak tibia di

daerah Cun dan digunakan untuk penyakit perut termasuk ketidaknyamanan epigastrium, diare dan mual (Widyastuti, Rumiwati and Widyastutik, 2019).

Metode studi kasus pada terapi pijat akupresur pada ibu hamil trimester I yang mengalami gejala mual muntah. Pada studi kasus tersebut, bidan memberikan asuhan pada ibu hamil yang mengalami mual, muntah, anamnesis, dan asuhan lanjutan hingga dinilai dan didokumentasikan. Penulis memperoleh data pasien (sekunder) setelah persetujuan bidan dan dengan memenuhi protokol kesehatan. Para penulis pertama kali menghubungi pasien dan mencapai kesepakatan. Setelah pasien menyetujui kesepakatan yang dicapai, pasien akan dirawat 4 kali. Setelah itu, melakukan kunjungan ke rumah pasien untuk mengamati dan mengajarkan cara melakukan terapi pijat akupresur dengan pemantauan selama 4 hari (Rinata and Ardillah, 2017).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada metode penelitiannya. Peneliti sebelumnya menggunakan pendekatan studi kasus *pre post test* dengan kelompok kontrol. Hasil kunjungan pertama ke dokter, ibu masih mengalami *nausea* dan *vomiting*, pada

kunjungan kedua ibu mengatakan *nausea* dan *vomitting* sudah mulai berkurang, dan pada kunjungan ketiga *nausea* dan *vomitting* sudah berhenti. Sedangkan penelitian yang sedang saya kerjakan menggunakan seperangkat metode pre test-after-test design (Gahayu dan Dwienda Ristica, 2021).

Tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh akupresur acupoint ST36 terhadap kejadian muntah kehamilan pada ibu hamil trimester pertama.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan studi *pre* eksperimental, jenis *one grup (pre-post test)*. Populasi penelitian yaitu seluruh ibu hamil trimester I yang mengalami emesis gravidarum di PMB Wartini Desa Rejoyoso dengan 26, sampel penelitian yaitu sejumlah 16. Penelitian ini memiliki kriteria inklusi antara lain ibu hamil trimester I dengan emesis gravidarum, bertempat di lokasi penelitian saat penelitian dilakukan, ibu bersedia menjadi responden. Penelitian ini memiliki kriteria eksklusi yaitu ibu hamil trimester I dengan penurunan kesadaran, ibu hamil trimester I dengan hyperemesis gravidarum.

Instrument penelitian menggunakan SOP akupresur titik ST36, kuesioner

Pregnancy-Unique Quantification of Emesis/ Nausea (PUQE-24), Teknik pengumpulan data dilakukan yaitu menjelaskan prosedur penelitian yang akan dilakukan, selanjutnya melakukan persetujuan, kemudian mengukur frekuensi emesis ibu hamil sebelum dilakukannya akupresur titik ST 36, memberikan intervensi setiap bangun tidur pada ibu hamil kurang lebih jam 07.00 wib-selesai selama 7 hari dengan durasi 7 menit dan frekuensi mual dan muntah diukur ulang setelah pemberian intervensi selama 7 hari. Analisis data penelitian ini memakai uji *Wilcoxon Match Pairs Test* dengan bantuan SPSS V.22. Sebelum dilakukan penelitian, terlebih dahulu dilakukan kaji etik di Institut Ilmu Kesehatan STRADA dengan nomor SK 3711/KEPK/III/2023

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden	f	%
Usia		
17 - 21	9	56.3 %
21 - 30	5	31.3 %
31 – 40	2	12.4%
41 – 50	0	0.00%
Tingkat Pendidikan		
SD	0	0.00%
SMP	6	37.5%
SMA	10	62.5%
PT	0	0.00%
Status Pekerjaan		
IRT	13	81.3%
Karyawan	3	18.8%
Swasta	0	0.00%

Wiraswasta	0	0.00%
PNS	0	0.00%

Tabel 2. Uji Hipotesis

Akupresure Titik ST36	Kejadian Emesis Gravidarum						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Sebelum	6	37.5%	10	62.5%	0	0.0%	16	100.0%
Sesudah	15	93.8%	1	6.3%	0	0.0%	16	100.0%

Tabel 3. Menganalisa Hasil Uji Statistik Wilcoxon Match Paired Test

	sesudah_diberikan - sebelum_diberikan
Z	-3.000 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.003

Karakteristik responden menurut usia ini menunjukkan bahwa sebagian besar usia ibu hamil 17-20 tahun sebanyak 9 responden (56.3%), usia 20-30 sebanyak 5 responden (31.3%) dan 2 responden berusia 31-35 tahun (12.5%), Peneliti berpendapat bahwa usia sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi emesis gravidarum karena ibu hamil belum siap fisik maupun mental karena sebagian besar responden berusia 17-20 tahun Hal ini menjelaskan bahwa ada pengaruh antara usia dengan kejadian emesis gravidarum.

Karakteristik responden menurut tingkat pendidikan bahwa sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 10 responden (65.0%), dan SMP sebanyak 6 responden (45.0%).

Peneliti berpendapat dimana tingkat pendidikan tidak menunjukkan pengaruh dari emesis gravidarum karena sebagian besar responden berpendidikan SMA. Hal ini menjelaskan bahwa tidak ada pengaruh antara tingkat pendidikan dengan kejadian emesis gravidarum

Pada karakteristik responden berdasarkan status pekerjaan di peroleh hasil penelitian sebanyak 13 responden tidak bekerja (81.3%) dan 3 responden bekerja (18.3%).

Peneliti berpendapat tidak ada pengaruh pekerjaan dengan emesis gravidarum karena sebagian besar responden sebagai ibu rumah tangga. Hal ini menjelaskan bahwa tidak ada pengaruh antara tingkat pekerjaan dengan kejadian emesis gravidarum

Menurut peneliti sebelumnya Penatalaksanaan yang di perlukan yaitu untuk mengurangi mual muntah menggunakan metode therapy pijat yang di lakukan selama 4 hari berturut-turut, yang mana di hari pertama ibu masih mual muntah lebih dari 5 kali/ hari dan setelah melakukan therapy pijat ini ibu mengatakan mual muntahnya sudah mulai berkurang. Jadi dapat di simpulkan adanya peningkatan berkurangnya mual muntah pada ibu hamil tersebut dengan asuhan therapy pijat pada titik ZU SAN LI pada ibu hamil Trimester Pertama.

Hasil uji statistik *crosstab* pada 16 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami emesis gravidarum dengan kategori sedang sebelum diberikan perlakuan sebanyak 10 responden (62.5%) dan 6 responden kategori ringan (37.5%). Setelah diberikan perlakuan sebagian besar responden mengalami emesis gravidarum dengan kategori ringan sebanyak 15 responden (93.8%) dan 1 responden dengan kategori sedang (6.3%) (Tabel 2).

Berdasarkan hasil uji Statistik *Wilcoxon Match pairs test*. Didapatkan hasil analisa diatas diperoleh nilai P value $0,03 \leq 0,05$ yang artinya ada perbedaan responden sebelum diberi perlakuan dan setelah diberi perlakuan. sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat Pengaruh Akupresur Titik ST 36 Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I PMB Wartini Rejoyoso (Tabel 3).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian diketahui bahwa ada perbedaan antara responden sebelum diberikan intervensi dan sesudah intervensi, maka dari itu pijat titik ke titik ST36 berpengaruh terhadap kejadian muntah pada trimester pertama kehamilan. PMB Wartini Rejoyoso. Akupresur pada ST 36 yaitu Zu San Li (ST36), cari titik akupresur 4 jari di bawah lutut lalu putar ibu jari

searah jarum jam, lakukan selama 7 menit pada pagi hari.

Pemberian terapi akupresur titik ST36 dilakukan pada ibu hamil trimester pertama dengan emesis gravidarum dapat mengurangi intensitas mual dan muntah. Saat melakukan penelitian, para peneliti tidak menemui hambatan besar, karena ibu hamil merasa nyaman saat melakukan akupresur. Para peneliti sebelumnya telah mempromosikan terapi akupresur jenis ini untuk ibu hamil, sehingga Anda sudah mengetahui manfaat dari terapi akupresur jenis ini. Akupresur adalah suatu bentuk perawatan medis yang merangsang proses penyembuhan alami tubuh dengan memberikan tekanan jari atau pijatan pada permukaan kulit (Gahayu dan Dwienda Ristica, 2021).

Akupresur sebagai terapi non farmakologi efektif untuk menurunkan mual muntah dengan meningkatkan aksi beta-endorfin. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa akupresur dapat mengurangi mual dan muntah. Semakin rutin dilakukan akupresur maka keluhan mual muntah semakin sedikit, sehingga mencegah terjadinya komplikasi pada ibu hamil (Rinata dan Ardillah, 2017).

Akupresur merangsang sistem pengaturan dan mengaktifkan mekanisme

endokrin serta saraf sebagai mekanisme fisiologis untuk menjaga keseimbangan (homeostasis). Proses teknik akupresur berfokus pada titik-titik saraf tubuh. Terapi tersebut dilakukan dengan teknik menekan titik-titik akupuntur menggunakan tangan. Dengan akupresur, sistem pengaturan, mekanisme endokrin dan neurologis diaktifkan. Hal ini merupakan mekanisme fisiologis untuk menjaga keseimbangan. Ibu hamil yang mengalami mual muntah saat hamil dapat dievaluasi dengan baik jika akupresur diberikan pada ibu hamil dengan keluhan mual muntah ringan dan sedang. Akupresur dianggap efektif dalam mengurangi mual dan muntah dengan meningkatkan beta endorfin.

Menurut penelitian lainnya, semakin teratur akupresur dilakukan, maka keluhan mual muntah semakin sedikit sehingga komplikasi pada ibu hamil dapat dicegah (Handayani dan Khairiyatul, 2019). Hasil penelitian (Widyastuti, Rumiati & Widyastuti, 2019) menemukan bahwa terapi akupresur tambahan efektif mengatasi muntah ibu hamil trimester pertama. Akupresur dapat secara signifikan mengurangi skor total RINVR ibu.

Menurut (Gahayu dan Dwienda Ristica, 2021) adalah dengan menggunakan terapi pijat yang dilakukan

selama 4 hari lamanya. Pada hari pertama ibu masih mengalami mual muntah lebih dari 5 kali per hari. Setelah itu, responden menyampaikan bahwa emesisnya mulai reda. Oleh karena itu, wanita hamil pada trimester pertama yang mengalami peningkatan mual dan muntah dapat diberikan perawatan terapi pijat titik Zusanli dan Gongsun.

Menurut (Septa, HS, & Dewi, 2021), penggunaan akupresur dalam waktu 9 hari pada ibu hamil trimester pertama akan menurunkan kejadian emesis. Hasilnya sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa akupresur efektif menurunkan emesis ibu hamil.

Menurut (Zaen dan Ramadani, 2019), frekuensi emesis berkurang secara signifikan pre dan post intervensi akupresur Pijat shiatsu pada ibu hamil trimester pertama. Teknik pijatan Shiatsu merupakan sejenis terapi non farmakologi tradisional Jepang dengan menggunakan tekanan jari. Pijatan Shiatsu dilakukan pada titik meridian menggunakan urutan tertentu dengan tujuan aliran Chi menjadi lancar sehingga mendorong penyembuhan pasien emesis.

Penelitian serupa lainnya, menurut (Meiri dan Kibas, 2018) disimpulkan bahwa teknik akupresur yang diberikan berpengaruh terhadap penurunan mual

muntah ibu hamil trimester I, sedangkan penelitian (Masdinarsah, 2022) diketahui bahwa akupresur lebih efektif dibandingkan vitamin B6 untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil dengan hiperemesis gravidarum berat.

Hasil penelitian yang dilakukan (Ani dan Alvina, 2022), dapat disimpulkan bahwa rata-rata emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I sebelum dilakukan terapi akupresur adalah 11,53 dengan nilai standar deviasi 1408 dan rata-rata setelah menerapkan akupresur adalah 8,30 dengan nilai standar deviasi 1,317. Hasil uji statistik diperoleh p-value = 0,000 yang berarti Akupresur berpengaruh pada ibu hamil dengan emesis gravidarum. Penelitian ini juga di dukung oleh penelitian (Risqiana, Wulandari, dan Jannah, 2022) bahwa tidak ada resiko pada saat melakukan akupresur sendiri, walaupun peneliti belum pernah mencobanya, asalkan mengikuti petunjuknya. Selanjutnya, tidak ada efek samping dan tidak berbahaya karena tidak menggunakan bahan kimia, sehingga diyakini tidak menimbulkan efek samping negatif bagi ibu maupun bayi.

KESIMPULAN

Kejadian emesis gravidarum sebelum diberikan akupresur titik ST36 dengan kategori sedang lebih besar dibandingkan dengan responden dengan emesis

gravidarum kategori ringan. Kejadian emesis gravidarum pada ibu hamil setelah diberi perlakuan akupresur titik ST36 hampir seluruhnya memiliki tingkat emesis gravidarum pada kategori ringan. Berdasarkan hasil uji Statistic *Wilcoxon Match paired test* bahwa ada perbedaan rata-rata antara responden sebelum dan sesudah diberikan metode akupresur titik ST36 dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Metode Akupresur Titik ST36 Terhadap Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I PMB Wartini Rejoyoso.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani, A.M. and Alvina, D. (2022) ‘Terapi Akupresur Pada Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum’, *Jmns*, 4(2), pp. 28–37. Available at: <https://doi.org/10.57170/jmns.v4i2.97>.
- Anisa, H. *et al.* (2017) ‘Pengaruh akupresur terhadap morning sickness di Kecamatan Magelang Utara’, *Jurnal Ilmu Kesehatan*, pp. 36–43. Available at: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/1417/1470>.
- GAHAYU, P. and Dwienda Ristica, O. (2021) ‘Penerapan Teknik Akupresur Untuk Mengurangi Keluhan Mual

- Muntah pada Kehamilan Trimester I di PMB Siti Juleha Pekanbaru Tahun 2021', *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), pp. 70–78. Available at: <https://doi.org/10.25311/jkt/vol1.iss2.461>.
- Handayani, N. and Khairiyatul, R.K.A. (2019) 'Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Di Praktek Mandiri Bidan Sidoarjo', *Embrio*, 11(2), pp. 102–109. Available at: <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no2.a2046>.
- Kemenkes RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017
- Lestari, A.D. *et al.* (2022) 'AKUPRESUR MENGURANGI MUAL MUNTAH DALAM KEHAMILAN: Literature Review', *Journal of Midwifery*, 3(1), pp. 8–15. Available at: <https://doi.org/10.36082/jmswh.v3i1.566>.
- Masdinarsah, I. (2022) 'AKUPRESUR DALAM MENGURANGI EMESIS GRAVIDARUM', *Jurnal Asuhan Ibu dan anak*, 7(1), pp. 45–51. Available at: <https://doi.org/10.33867/jaia.v7i1.302>.
- Mehta, P. *et al.* (2017) 'Contemporary acupressure therapy: Adroit cure for painless recovery of therapeutic ailments', *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 7(2), pp. 251–263. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2016.06.004>.
- Meiri, E. and Kibas, N. (2018) 'Pengaruh Akupressure Pada Titik Nei Guan, Zu Sanli, dan Gongsun terhadap Pengurangan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1', *Jurnal Medika Respati*, 13(3), pp. 7–12.
- Qonita Fauziah, Puji Astuti Wiratmo and Aan Sutandi (2019) 'Hubungan Status Gravida Terhadap Tingkat Keparahan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil', *Binawan Student Journal*, 1(3), pp. 160–166. Available at: <https://doi.org/10.54771/bsj.v1i3.81>.
- Ramin, S.M. (2018) 'Nausea And Vomiting Of Pregnancy', *The American Collage of Obstetrics & Gynecology*, 131(1), pp. e15–e30. Available at: <https://doi.org/10.1097/aog.0000000000002456>.
- Rinata, E. and Ardillah, F.R. (2017) 'Penanganan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di BPM Nunik Kustantinna Tulangan-Sidoarjo',

- Program Studi Diploma III Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan*, pp. 1–8. Available at: <http://eprints.umsida.ac.id/265/>.
- Risqiana, A., Wulandari, R.C.L. and Jannah, M. (2022) ‘Literatur Review : Efektivitas Pijat Akupresur Terhadap Kejadian Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I’, *VISI KES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 21(2). Available at: <https://doi.org/10.33633/visikes.v21i2supp.5466>.
- Septa, A.F., HS, S.A.S. and 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), pp. 485–491. Available at: <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/242>.
- Susanti and Ulpawati (2022) *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan Buku Pintar Ibu Hamil*, eureka media aksara. Purbalingga: Eurika Media Aksara. Available at: <https://repository.penerbiteureka.com/media/publications/358345-asuhan-kebidanan-pada-kehamilan-buku-pin-0986f6ba.pdf>.
- Widyastuti, D.E., Rumiyati, E. and Widyastutik, D. (2019) ‘Terapi Komplementer Akupresur Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Tahun 2018’, *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), p. 96. Available at: <https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i1.248>.
- Zaen, N.L. and Ramadani, D. (2019) *Pengaruh Pijat Akupresur terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaramai Medan Tahun 2019*, AMIK IMELDA. Available at: <http://sintaks.kitamenulis.id/index.php/Sintaks>.