



## Kombinasi Aromaterapi Jahe dan Akupresur Titik P6 dalam Mengurangi Emesis Gravidarum

Melati Dwi Putri<sup>1</sup>, Rupdi Lumban Siantar<sup>2#</sup>, Tetty Rina Aritonang<sup>3</sup>,

Farida Simanjuntak<sup>4</sup>, Maslan Pangaribuan<sup>5</sup>, Marni Br Karo<sup>6</sup>

<sup>1-6</sup> Program Studi S1 Kebidanan, STIKes Medistra Indonesia

\*e-mail: [melatidwiputri@gmail.com](mailto:melatidwiputri@gmail.com)<sup>1</sup>, [rupdia715@gmail.com](mailto:rupdia715@gmail.com)<sup>2</sup>

DOI : 10.62354/healthcare.v1i1.4

Received : 31 August 2023 Accepted : 4 September 2023 Published : 15 September 2023

### Abstrak

Selama kehamilan, mual di pagi hari merupakan gejala umum yang dialami banyak ibu. Gejala ini biasanya muncul pada trimester pertama kehamilan dan bisa terjadi kapan saja, meski seringnya terjadi di pagi hari. Upaya pencegahan dengan menggunakan pengobatan tradisional atau menggunakan terapi komplementer seperti aromaterapi jahe dan akupresur P6. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat aromaterapi jahe dan akupresur P6. Pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode penyampaian materi menggunakan powerpoint dan pembagian leaflet pada sasaran penyuluhan dan diikuti dengan sesi tanya jawab serta melakukan demonstrasi pemberian aromaterapi jahe dan pijatan akupresur pada titik P6. Hasil uji pearson menunjukkan hasil nilai  $P > 0,05$  berdasarkan hasil analisis antara pengetahuan dan sikap tidak ada hubungan terhadap emesis gravidarum. Disarankan untuk dilakukan promosi kesehatan secara berkelanjutan oleh para kader setempat sehingga semakin banyak warga yang memahami tentang emesis gravidarum dan berupaya untuk melakukan pencegahan hiperemesis gravidarum

**Kata kunci:** emesis gravidarum, aromaterapi jahe, akupresur P6

### Abstract

*During pregnancy, morning sickness is a common symptom experienced by many mothers. These symptoms usually appear in the first trimester of pregnancy and can occur at any time, although they often occur in the morning. Prevention efforts include using traditional medicine or using complementary therapies such as ginger aromatherapy and P6 acupressure. The aim of the community service activities carried out is to increase public knowledge about the benefits of ginger aromatherapy and P6 acupressure. Community service was carried out by delivering material using PowerPoint and distributing leaflets to the outreach targets, followed by a question and answer session as well as a demonstration of giving ginger aromatherapy and acupressure massage at point P6. The Pearson test results showed a  $P$  value  $> 0.05$  based on the results of the analysis between knowledge and attitudes; there is no relationship to emesis gravidarum. It is recommended that local cadres carry out continuous health promotion so that more and more residents understand about emesis gravidarum and make efforts to prevent hyperemesis gravidarum.*

**Keywords:** Emesis Gravidarum, ginger aromatherapy, P6 acupressure

## 1. PENDAHULUAN

Selama kehamilan, mual di pagi hari merupakan gejala umum yang dialami banyak ibu. Gejala ini biasanya muncul pada trimester pertama kehamilan dan bisa

terjadi kapan saja, meski seringnya terjadi di pagi hari. Mual biasanya dimulai sekitar 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan dapat berlangsung antara 10 hingga 55 minggu. Angka kejadian mual dan muntah pada ibu hamil bervariasi di seluruh dunia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pada tahun 2012, angka mual dan muntah pada ibu hamil secara global mencapai 10 hingga 14% dari populasi ibu hamil atau sekitar 790.000 orang. Di Indonesia, angka kejadian mual dan muntah pada ibu hamil mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Emesis gravidarum yaitu muntah yang terjadi selama kehamilan, terjadi pada sekitar 70 hingga 80% wanita hamil. Kejadian ini biasanya terjadi pada usia kehamilan 5 sampai 12 minggu (Rudiyanti dan Rosmadewi, 2019). Mual dan muntah dapat menyerang sekitar 50-90% wanita hamil, dengan angka tertinggi terjadi pada kehamilan primer (60-80%) dan kehamilan ganda (40-60%). Hanya sekitar 25% kasus mual yang tidak disertai muntah. Prevalensi mual pada ibu hamil mencapai 70–85%, dan sekitar setengahnya juga mengalami episode muntah (Ritonga et al., 2020). Meskipun mual dan muntah akan hilang dengan sendirinya pada awal trimester kedua kehamilan, penting untuk memperhatikan gejala-gejala ini. Ada risiko muntah selama kehamilan bisa berkembang menjadi hiperemesis gravidarum.

Untuk mengatasi muntah saat hamil, ada banyak pengobatan yang berbeda-beda. Pilihan farmakologisnya termasuk penggunaan obat anti mual atau suplemen vitamin B6. Namun, tidak semua ibu hamil mau menggunakan obat selama hamil. Sebaliknya, terapi non-obat merupakan upaya pencegahan dengan menggunakan pengobatan tradisional atau menggunakan terapi komplementer seperti aromaterapi jahe dan akupresur P6.

## **2. TUJUAN**

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat aromaterapi jahe dan akupresur P6, meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai cara aromaterapi dan akupresur yang sesuai dengan standar P6, mengidentifikasi emesis gravidarum pada ibu hamil sebelum dilakukan aromaterapi dan akupresur P6, mengidentifikasi emesis gravidarum pada ibu hamil setelah melakukan aromaterapi dan akupresur P6, mengidentifikasi pengaruh aromaterapi dan akupresur P6 terhadap penurunan emesis gravidarum pada ibu hamil dan Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menambah ilmu dan keterampilan serta wawasan keluarga tentang aromaterapi jahe dan akupresur P6.

## **3. METODE PELAKSANAAN**

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode penyampaian materi menggunakan powerpoint dan pembagian leaflet pada sasaran penyuluhan dan diikuti dengan sesi tanya jawab serta melakukan demonstrasi pemberian aromaterapi jahe

dan pemijatan akupresur pada titik P6. Penyampaian materi akan dilakukan oleh Mahasiswa STIKes Medistra Indonesia dan didampingi oleh dosen pengampu yaitu Ibu Rupdi Lumban Siantar, S.ST., M.Kes dan tim dosen lainnya. Dengan memberikan materi yang mudah dimengerti dan menggunakan bahasa yang mudah dicerna oleh sasaran.

Kegiatan penyuluhan kesehatan dengan tema kombinasi aromaterapi jahe dan akupresur titik P6 dalam mengurangi emesis gravidarum akan dilaksanakan secara luring pada 22 November 2023 dengan menggunakan metode berupa penyampaian materi tentang “Kombinasi aromaterapi jahe dan akupresur titik P6 dalam mengurangi emesis gravidarum” menggunakan powerpoint, pemberian leaflet pada sasaran penyuluhan yang diikuti dengan sesi tanya jawab serta melakukan demonstrasi pemberian aromaterapi jahe dan pemijatan akupresur pada titik P6.

#### 4. HASIL

Setelah dilakukan analisis diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil belum mendapatkan promosi kesehatan tentang emesis gravidarum. Selama pelaksanaan pengabdian masyarakat, ibu hamil diberikan kuesioner tentang pengetahuan dan sikap terhadap emesis gravidarum.

**Tabel 1.** Frekuensi Usia, Pekerjaan Dan Pendidikan

Karakteristik	Frekuensi	Presentase %
Usia		
20-30	<b>11</b>	<b>36.7</b>
31-40	<b>19</b>	<b>63.3</b>
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	<b>23</b>	<b>76.7</b>
Bekerja	<b>7</b>	<b>23.3</b>
Pendidikan		
SD-SMP	<b>3</b>	<b>10.0</b>
SMA	<b>11</b>	<b>36.7</b>
PT	<b>16</b>	<b>53.3</b>
Total	<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1. Usia 20-30 terdapat 11 responden dan usia 31-40 terdapat 19 responden. Dari 30 responden terdapat 23 tidak bekerja dan 7 yang bekerja. Pendidikan responden SD-SMP terdapat 3 responden, SMA terdapat 11 responden dan untuk Perguruan Tinggi terdapat 16 responden.

**Tabel 2. Pengetahuan**

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase %
Baik	8	26.7
Sedang	12	40.0
Buruk	10	33.3
Total	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 2. Pengetahuan dengan kategori ringan terdapat 8 responden (26,7%). Untuk kategori sedang terdapat 12 responden (40%). Dan untuk kategori berat ada 10 responden (33,3%).

**Tabel 3. Sikap**

Sikap	Frekuensi	Presentase %
Baik	23	76.7
Sedang	7	23.3
Buruk	0	0,0
Total	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 3. Sikap dengan kategori baik terdapat 23 responden (76,6%). Dengan kategori sedang ada 7 responden (23,3%) dan tidak terdapat sikap dengan kategori buruk.

**Tabel 4. Pengaruh Pengetahuan terhadap Emesis Gravidarum**

		PENGETAHUAN	HIPEREMESIS
			S
<b>PENGETAHUAN</b>	Pearson Correlation	1	0.045
	Sig. (2-tailed)		0.813
	N	30	30
<b>HIPEREMESIS</b>	Pearson Correlation	0.045	1
	Sig. (2-tailed)	0.813	
	N	30	30

Berdasarkan Tabel 4. Nilai P 0,813 > 0,05. Dimana apabila Nilai P > 0.05 maka tidak adanya hubungan antara pengetahuan ibu hamil terhadap hiperemesis gravidarum pada pengabdian masyarakat ini.

**Tabel 5. Pengaruh Pengetahuan terhadap Emesis Gravidarum**

		<b>HIPEREMESIS</b>	<b>SIKAP</b>
<b>HIPEREMESIS</b>	Pearson Correlation	1	.259
	Sig. (2-tailed)		.167
	N	30	30
<b>SIKAP</b>	Pearson Correlation	.259	1
	Sig. (2-tailed)	.167	
	N	30	30

Berdasarkan Tabel 5. Nilai P 0,167 > 0,05. Dimana apabila Nilai P > 0.05 maka tidak adanya hubungan antara pengetahuan ibu hamil terhadap hiperemesis gravidarum pada pengabdian masyarakat ini.

## 5. PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan kepada ibu hamil dilaksanakan melalui dua tahapan, yaitu advokasi kesehatan dan intervensi. Upaya advokasi yang dilakukan terhadap bidan berupa lobi berhasil mendapat dukungan untuk mengatasi permasalahan yang terdapat di wilayah tersebut, yaitu terkait dengan Hiperemesis gravidarum melalui promosi kesehatan.

metode penyampaian materi menggunakan powerpoint dan pembagian leaflet pada sasaran penyuluhan dan diikuti dengan sesi tanya jawab serta melakukan demonstrasi pemberian aromaterapi jahe dan pemijatan akupresur pada titik P6. Dengan memberikan materi yang mudah dimengerti dan menggunakan bahasa yang mudah dicerna oleh sasaran. Dan berdasarkan hasil diatas antara pengetahuan dan sikap tidak ada hubungan antara emesis gravidarum.

## 6. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa advokasi dan intervensi kesehatan dalam bentuk edukasi merupakan salah satu cara efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terhadap ibu hamil dengan emesis gravidarum. Kegiatan ini juga mendorong ibu hamil untuk tidak khawatir apabila mengalami emesis gravidarum. Disarankan untuk dilakukan promosi kesehatan secara berkelanjutan oleh para kader setempat sehingga semakin banyak warga yang memahami tentang emesis gravidarum dan berupaya untuk melakukan pencegahan hiperemesis gravidarum

## REFERENSI

- Ahmad, N., Pramono, J. S., & Suryani, H. (2023). PENGARUH AKUPRESUR TITIK NEIGUAN (P6) DAN INHALASI AROMATERAPI CITRUS LEMON DALAM MENGURANGI FREKUENSI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I: The Effect Of Neiguan Point Acupressure (P6) And Citrus Lemon Aromatherapy Inhalation In Reducing The Frequency Of Nausea Vomiting In First Trimester Pregnant Women. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 9(2), 145-156.
- Senda, M., Ariyanti, R., & Retnowati, Y. (2023). GAMBARAN KEJADIAN EMESIS GRAVIDARUM PADA TM I DAN TM II DI PUSKESMAS PANTAI AMAL KOTA TARAKAN. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 6(2), 133-139.
- Yusuf, N., Saidah, S., Amalia, V. R., Nada, N., & Fitri, I. A. N. (2023). EFEKTIVITAS YOUNGER DALAM MENURUNKAN EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI KOTA SAMARINDA. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 6(2), 198-204.
- Fauziah, N. A., Komalasari, K., & Sari, D. N. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 3(1), 13-18.
- FAKTOR YANG MEMPENGARUHI EMESIS GRAVIDARUM. *Repository.poltekkes-tkj.ac.id* . ( DIAKSES tanggal 23 september 2023 )
- Triatmini, A., & Kamidah, K. (2023). Pengaruh Akupresur Titik PC6 Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 160-182.
- Nugraha, A. P. H. S., Fajrin, D. H., Indrianita, V., Happy, T. A., Sholichah, A. M. A., & Yaner, N. R. (2022). Kombinasi Akupresur Titik Perikardium 6 (P6) dan Minuman Jahe Hangat Terhadap Emesis Gravidarum. *JURNAL ILMIAH OBGIN: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-ISSN: 1979-3340 e-ISSN: 2685-7987*, 14(3), 113-122.
- Effendi, M. B. (2021). *Aplikasi Aromaterapi Jahe Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum* (Doctoral dissertation, Karya Ilmiah, Universitas Muhammadiyah Magelang).