

EFEKTIVITAS PEMIJATAN AKUPRESUR TITIK P6 & ST36 DENGAN *TIME REMINDER* TERHADAP *EMESIS GRAVIDARUM* PADA IBU HAMIL TRIMESTER 1

Ega Shafira Pradanawati

Abstrak

Emesis gravidarum merupakan kondisi yang umum dialami oleh ibu hamil khususnya ibu hamil trimester 1. Namun, masih ada ibu hamil yang beranggapan kondisi ini tidak perlu dikhawatirkan apabila kondisi *emesis gravidarum* tidak diatasi hingga berlanjut ke trimester berikutnya dapat berbahaya bagi ibu dan janin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya efektivitas pemijatan akupresur titik P6 dan titik ST36 dengan pemanfaatan *time reminder* terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *one group pretest – posttest* dengan teknik sampling *Purposive Sampling* sebanyak 27 sampel. Berdasarkan uji statistik menggunakan *paired t test* didapatkan hasil $p\text{-value} = 0,000$ yang diinterpretasikan bahwa adanya efektifitas pemijatan akupresur titik P6 dan titik ST36 dengan pemanfaatan *time reminder* terhadap penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1 dengan perbedaan nilai *mean* sebelum dan setelah dilakukan intervensi yaitu 3. Pemijataan akupresur titik P6 dan titik ST36 merupakan tindakan *non farmakologi* yang dapat mengurangi kondisi *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester 1.

Kata Kunci: Akupresur, *time reminder*, kehamilan trimester 1, *emesis gravidarum*

THE EFFECTIVENESS OF ACUPRESSURE MASSAGE POINTS P6 & ST36 WITH TIME REMINDER TO THE EMESIS GRAVIDARUM ON PREGNANT WOMEN OF THE FIRST TRIMESTER

Ega Shafira Pradanawati

Abstract

Emesis gravidarum is a general condition experienced by pregnant women, especially pregnant women of the first trimester. However, there are still pregnant women who think this condition is nothing to worry about. If the condition of emesis gravidarum is not treated until the next trimester, it can be dangerous for the mother and fetus. Therefore, this study aims to find out the effectiveness of acupressure massage points P6 and ST36 with time reminder on the reduction of emesis gravidarum on pregnant women of the first trimester. This study used one group pretest-posttest design with a Purposive Sampling technique of 27 samples. Based on the statistical test using paired t-test, the result of p-value = 0.000 was obtained. This is interpreted that there is the effectiveness of acupressure massage points P6 and ST36 with time reminder on the reduction of emesis gravidarum on pregnant women of the first trimester with the difference of mean value before and after the intervention is 3. Acupressure massage points P6 and ST36 is a non-pharmacological treatment that can reduce the condition of emesis gravidarum on pregnant women of the first trimester.

Keywords: Acupressure time reminder, the first trimester of pregnancy, emesis gravidarum