

Akupresure pada Ibu Hamil TM II dan TM III di Puskesmas Ambarawa

Naila Duriyatul Chusa¹, Widayati², Atika Rizki Suryani³, Uswatun Khasanah⁴, Kinanti⁵

¹Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, nailadc25@gmail.com

²Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, widayati.alif@gmail.com

³Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, atika.rizki020@gmail.com

⁴Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, uswtunk08@gmail.com

⁵Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, oktakinan1@gmail.com

Korespondensi Email: nailadc25@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2022-06-17

Accepted, 2022-06-23

Published, 2022-07-18

Keywords: Pengetahuan, Akupresure

Abstract

Acupressure is one of form in pyshiotherapy which give massage and stimaulaton to certain point and useful to reducing fatigue, tension and many kind of diseas in order to activate vital energy circulation (Hartono, 2012&Oka Sukanta 2010). Acupressure also gives a calm, nature relaxation, regulation and stabilize emotion, reduce nauseous vomit, lighten up labor process, reducing anxiety during pregnancy and labor delivery. Removing back pain in pregnancy and overcoming insomnia (Sukeksi, 2018). A pregnant mother in Pasekan village does not knowing acupressure, then, writer have interest to do a community service about acupressure to a pregnant mother and writer's hope they will know about acupressure to help reducing uncomfortable or other pain that attack mother pregnant. Furthermore, the next step which conducted by public community are problem determination respondent determination, introduction, identification filling, filling the quisionnare pre, material presentation, question answer session, and post filling quisionnare. This event are given to two thousand of pregnant mother using leaflet, laptop and LCD

Abstrak

Akupresur adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada tubuh yang berguna untuk mengurangi bermacam-macam sakit dan nyeri serta mengurangi ketegangan, kelelahan dan berbagai penyakit dengan maksud mengaktifkan kembali peredaran energi vital. (Hartono, 2012& Oka Sukanta, 2010) Akupresur dapat menenangkan, memberikan relaksasi alami, mengatur dan menstabilkan emosi, menurunkan mual muntah, membantu proses induksi persalinan, mengurangi kecemasan selama kehamilan dan persalinan, mengurangi nyeri punggung selama kehamilan dan proses persalinan dan mengatasi insomnia (Sukeksi, 2018). Ibu hamil di desa Pasekan sebelum mendapatkan pengetahuan sebanyak 20 repsonden mendapatkan nilai dengan kategori 1 yaitu kurang mengetahui tentang Akupresur

dari pengisian kuesioner yang telah diberikan, maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat mengenai pengetahuan tentang akupresur pada ibu hamil. Ibu hamil diharapkan dapat mengetahui tentang Akupresur, sehingga membantu dirinya untuk mengurangi ketidaknyamanan atau keluhan yang dirasakan oleh ibu hamil. Tahapan yang dilakukan saat Pengabdian kepada Masyarakat meliputi penentuan permasalahan, penentuan responden, pengenalan, pengisian identitas diri, pengisian kuesioner pre, pemaparan materi, sesi tanya jawab, dan pengisian kuesioner post. Kegiatan ini diberikan kepada 20 ibu hamil menggunakan media leaflet, laptop dan LCD .

Pendahuluan

Akupresur adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada tubuh yang berguna untuk mengurangi bermacam-macam sakit dan nyeri serta mengurangi ketegangan, kelelahan dan berbagai penyakit dengan maksud mengaktifkan kembali peredaran energi vital.(Hartono, 2012& Oka Sukanta, 2010) Akupresur dapat menenangkan, memberikan relaksasi alami, mengatur dan menstabilkan emosi, menurunkan mual muntah, membantu proses induksi persalinan, mengurangi kecemasan selama kehamilan dan persalinan, mengurangi nyeri punggung selama kehamilan dan proses persalinan dan mengatasi insomnia (Sukeksi, 2018). Ibu hamil di desa Pasekan sebelum mendapatkan pengetahuan sebanyak 20 responden mendapatkan nilai dengan kategori 1 yaitu kurang mengetahui tentang Akupresur dari pengisian kuesioner yang telah diberikan, maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat mengenai pengetahuan tentang akupresur pada ibu hamil. Ibu hamil diharapkan dapat mengetahui tentang Akupresur, sehingga membantu dirinya untuk mengurangi ketidaknyamanan atau keluhan yang dirasakan oleh ibu hamil.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa memberikan pengetahuan tentang akupresur di Desa Pasekan, kecamatan Ambarawa, Kabupaten Semarang. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam beberapa tahap yaitu pada tahap 1 pendekatan yaitu dengan Menghubungi CI/Pembimbing lahan untuk mengetahui data ibu hamil dan permasalahan yang di alami di wilayah kecamatan Ambarawa , Menemukan permasalahan ibu hamil dan menentukan solusi serta materi yang akan di berikan untuk mengatasi permasalahan tersebut, Menentukan target desa yang paling membutuhkan kegiatan pengabdian masyarakat terkait permasalahan ibu hamil yang dialami, Menghubungi Bidan desa yang bersangkutan dengan target, Membuat SAP , kuesioner, leaflet serta materi lewat digital., tahap 2 yaitu Prosedur Pelaksanaan yaitu dengan Perkenalan, pembagian dan pengisian kuesioner sebelum di berikan pengetahuan tentang Akupresure, Memberikan pengetahuan tentang akupresure untuk mengatasi kecemasan, Sesi praktik Akupresure, Sesi tanya jawab dan pembagian dan pengisian kuesioner setelah di berikan pengetahuan tentang Akupresure.



Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian yang disajikan adalah data kuantitatif dengan bentuk analisa univariate yang bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti

karakteristik Responden

Karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan dan gravida dapat dilihat pada table dibawah ini.

Tabel 1 Karakteristik ibu hamil

Karakteristik responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Umur		
Resti	1	5.0
Usia reproduksi	19	95.0
Pendidikan		
Dasar	0	0
Menengah	19	95.0
Perguruan Tinggi	1	5.0
Gravida		
Primigravida	14	70.0
multigravida	6	30.0
Usia kehamilan		
TM II	14	70.0
TM III	6	30.0

Tabel 1 menunjukkan hasil pengukuran umur, pendidikan, gravida dan usia kehamilan.

Distribusi pengetahuan ibu hamil tentang akupresure sebelum diberikan materi di Puskesmas Ambarawa

Tabel 2 Pengetahuan ibu hamil tentang Akupresure pada ibu hamil Sebelum diberikan penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase(%)
Baik	0	0
Kurang	20	100
Total	20	100

Tabel 2 menunjukkan hasil pengetahuan ibu tentang akupresur sebelum mendapatkan pengetahuan sebanyak 20 orang dengan presentase 100%

Distribusi pengetahuan ibu hamil tentang akupresure sesudah diberikan materi di Puskesmas Ambarawa

Tabel 3 Pengetahuan ibu hamil tentang Akupresure pada ibu hamil
Sesudah diberikan penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi(f)	Presentase(%)
Baik	20	100
Kurang	0	0
total	20	100

Tabel 3 menunjukkan hasil pengukuran pengetahuan ibu hamil tentang akupresure sesudah mendapatkan pengetahuan sebanyak 20 orang dengan presentase 100 %

Pembahasan

Karakteristik responden

Hasil dari pengamatan pada 20 responden berdasarkan usia. Menunjukkan sebagian besar usia ibu hamil dengan resti 5,0 % dan ibu hamil dengan usia subur yaitu 95,0%. Menurut Manuaba (2015) umur 20 - 35 tahun merupakan umur reproduksi sehat. Hal ini sangat baik untuk terjadinya kehamilan. Salah satu faktor yang mempengaruhi tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) adalah faktor umur, dimana resiko kematian pada kelompok umur kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun. Umur merupakan salah satu faktor resiko yang berhubungan dengan kualitas kehamilan atau berkaitan erat dengan kesiapan fisik ibu dalam reproduksi. Pada umur yang relatif muda dimungkinkan kurang pengalaman seseorang untuk mendapatkan informasi. faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya adalah paparan media massa dan pengalaman. Umur merupakan salah satu faktor yang dapat menggambarkan kematangan seseorang secara psikis dan sosial, sehingga membuat seseorang mampu lebih baik dalam merespon informasi yang diperoleh Hal ini akan berpengaruh terhadap daya tangkap seseorang dalam mencerna informasi yang diperolehnya, sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang (Notoatmodjo, 2014). Hasil dari pengamatan pada 20 responden berdasarkan pendidikan. Pendidikan dasar 0%, menengah sebanyak 95,0%, dan perguruan tinggi sebanyak 5,0%. Menurut Notoadmojo (2014) pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi. Hasil dari pengamatan pada 20 responden berdasarkan gravida. menunjukkan sebagian besar responden primigravida yaitu sebanyak 70,0% dan multigravida 30,0 %. Ibu yang memiliki beberapa anak pada umumnya mempunyai pengetahuan yang lebih baik oleh karena telah memiliki pengalaman praktik langsung dan penerimaan akan semakin mudah (Nursalam, 2014). Gravida dapat dikelompokkan menjadi primigravida yaitu ibu yang baru pertama kali hamil, multi gravida yaitu ibu hamil lebih dari satu kali, grande multigravida yaitu ibu hamil lebih dari empat kali. Hasil pengamatan dari 20 responden berdasarkan umur kehamilan yaitu TM II yaitu 70,0% dan TM III 30,0% . Kehamilan normal berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan. Kehamilan terbagi menjadi 3 trimester, dimana trimester satu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40) (Walyani, 2015).

Pengetahuan sebelum diberikan tentang akupresur di desa Pasekan

Hasil pengetahuan ibu hamil tentang akupresur sebelum di berikan pengetahuan tergolong kurang. Factor yang menjadikan ibu hamil memiliki pengetahuan kurang karena akupresure masih asing dalam kalangan masyarakat, serta kurangnya informasi tentang akupresure untuk kehamilan, untuk ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas

Ambarawa. Meskipun ini berada dilingkungan yang pesat akan informasi, akan tetapi sebagian ibu hamil belum banyak tau tentang akupresure pada kehamilan. Selain itu, tidak sedikit dari mereka yang sudah memiliki handphone tetapi masih belum tau tentang akupresure pada kehamilan, tetapi mereka mampu mendapatkan informasi seputar kehamilan dapat melalui tenaga kesehatan yaitu bidan saat melakukan posyandu disetiap bulannya ataupun dari bidan desa yang berada diwilayah mereka saat ibu hamil melakukan kunjungan ANC ke tempat bidan desa. Akupresure pada kehamilan juga tergolong baru dalam penngobatan non farmakologi untuk mengurangi ketidaknyamanan pada kehamilan. Bahkan, para petugas kesehatan terutama bidan yang bertugas di Pustu Pasekan masih merasa asing dengan akupresure pada kehamilan. Hal ini tentu saja menjadikan pengetahuan ibu hamil kurang. Hal ini tentu saja menjadikan pengetahuan ibu hamil kurang, terlebih pengetahuan seputar kehamilan didapatkan oleh ibu hamil hanya dari tenga kesehatan/bidan saja. Selain itu faktor pendidikan juga yang menjadikan ibu masih kurang dalam pengetahuan.

Pengetahuan sesudah diberikan tentang akupresur di desa Pasekan

Hasil pengetahuan ibu hamil tentang akupresur sesudah di berikan pengetahuan tergolong baik. Faktor yang menjadikan ibu tergolong baik setelah di berikan pengetahuan tentang akupresur adalah penjelasan dan media yang diberikan saat pengabdian masyarakat cukup baik, dengan lingkungan yang tidak bising dan nyaman, sehingga mudah di mengerti oleh para responden. Hal ini sesuai dengan teori Sadiman dkk (2010) bahwa salah satu yang dapat mempengaruhi proses komunikasi adalah lingkungan. Lingkungan yang baik adalah lingkungan yang tidak bising, nyaman baik dari temperatur maupun desain tempat dan pencahayaan yang nyaman (Mashudi 2012).

Simpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadikan ibu hamil yang sebelumnya belum mengetahui tentang akupresur menjadikan ibu hamil mengetahui tentang akupresur pada ibu hamil. Diharapkan ibu hamil di Desa Pasekan Kecamatan Ambarawa Kabupaten Semarang dapat menerapkan Akupresur agar mengurangi ketidaknyamanan atau keluhan yang dirasakan oleh ibu hamil. Diharapkan tenaga kesehatan sering-sering mengikuti pelatihan tentang pemberian terapi akupresure maupun terapi non farmakologis lain untuk kehamilan. Diharapkan ibu-ibu hamil dikelurahan Pasekan untuk bisa menerapkan terapi akupresure yang telah diberikan serta lebih aktif lagi mengikuti kegiatan kelas ibu hamil. Bagi pengabdian selanjutnya bisa selalu memperbarui informasi terbaru untuk bisa di berikan kembali pada pengabdian selanjutnya

Ucapan terimakasih

Ucapan terimakasih untuk Rektor Universitas Ngudi Waluyo, Dekan Fakultas Kesehatan, Kaprodi Kebidanan Program Sarjana, dosen pembimbing dan semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan ini yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu

Daftar Pustaka

- Kementrian Kesehatan republik Indonesia. (2021). *Petunjuk Praktis Asuhan Mandiri Pemanfaatan Toga Dan Akupresure*. Jakarta. Kementrian kesehatan RI.
- Novianti Ita, Muchtar Asrianti Safitri. (2021). Pengaruh Terapi Akupresure Terhadap Tingkat Pada Ibu Hamil Trimester III. Palu. *Jurnal Bidan*
- Putriatri Krimasusini Senudin, Jayanti Petronela Junggu, Eufrasia Prinata Padeng. (2021). Pelatihan Akupresur Mandiri Pada Ibu Hamil Trimester III. Jakarta. *Jurnal SOLMA*.

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

Sartika Ratih. (2020). *Pengaruh Senam Ibu Hamil Dan Akupresur Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Menghadapi Persalinan Di PMB Dince Safrina Kota Pekan Baru*. Pekanbaru. Kementrian kesehatan republik Indonesia Politeknik KesehatanRiau.

Syamsiah Nur. (2012). *Pengaruh Media Leaflet Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Intesi Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Pesanggrahan*. Jakarta Selatan. UIN Hidayatullah Jakarta.