

Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Akupresur dalam Menangani Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil

Nita Nurhandayani¹, Agit Wahyuningsih², Hasni³, Tuti Puwasih⁴,
Linda Rustiyana⁵, Rasida⁶, Anita Samperaung⁷, Kartika Sari⁸

¹Prodi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, nitanurhandayani89@gmail.com

²Prodi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, agitwahyuningsih85@gmail.com

³Prodi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, zakiyyah8@gmail.com

⁴Prodi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, tutipurwasih361@gmail.com

⁵Prodi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, lindarustiyana1989@gmail.com

⁶Prodi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, ida.play.friends@gmail.com

⁷Prodi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, nthitaivona@gmail.com

⁸Prodi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, kartikasari@unw.ac.id

Korespondensi Email: agitwahyuningsih85@gmail.com

Article Info	Abstract
<i>Article History</i> <i>Submitted, 2026-05-17</i> <i>Accepted, 2026-05-22</i> <i>Published, 2026-06-24</i>	<i>Emesis gravidarum is a common complaint experienced by pregnant women during the first trimester and can interfere with daily activities, potentially progressing to hyperemesis gravidarum if not managed appropriately. One non-pharmacological method that is safe, practical, and easy to perform independently is acupressure at the Pericardium 6 (PC6) point. However, limited knowledge and skills among pregnant women regarding this technique remain barriers to its utilization. This community service program aimed to improve the knowledge and skills of first-trimester pregnant women in managing emesis gravidarum through health education and hands-on training in PC6 acupressure. The activity involved 23 pregnant women, most of whom had a secondary education background (60.9%). The method of implementing the activity is counseling and demonstration or practice of acupressure at point P6, as well as evaluation through pretest and posttest. Results: Pretest results showed that 60.9% of participants had poor knowledge regarding PC6 acupressure for managing nausea and vomiting during pregnancy. Following the educational session and practical training, participants demonstrated a significant improvement in knowledge, with 82.6% achieving a good level of knowledge and no participants remaining in the poor knowledge category. Participants were also able to correctly demonstrate the PC6 acupressure technique and actively participated throughout the activity. The health education and training program on PC6 acupressure effectively improved the knowledge and skills of first-trimester pregnant women in managing emesis gravidarum independently. This program serves as a promising promotive and preventive intervention that can</i>
<i>Keywords: Emesis Gravidarum, PC6 Acupressure, Health Education, Pregnant Women, Community Service</i>	
Kata Kunci: Emesis Gravidarum, Akupresur PC6, Edukasi Kesehatan, Ibu Hamil, Pengabdian Kepada Masyarakat	

be integrated into Antenatal Care (ANC) services and Pregnancy Classes to support maternal health and self-care during pregnancy.

Abstrak

Emesis gravidarum merupakan keluhan yang sering dialami ibu hamil pada trimester pertama dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta berisiko berkembang menjadi hiperemesis gravidarum apabila tidak ditangani dengan baik. Salah satu metode nonfarmakologis yang aman, mudah, dan dapat dilakukan secara mandiri adalah teknik akupresur pada titik Perikardium 6 (PC6). Namun, masih rendahnya pengetahuan dan keterampilan ibu hamil mengenai teknik ini menjadi salah satu hambatan dalam penanganan mual muntah selama kehamilan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil trimester pertama dalam mengatasi emesis gravidarum melalui edukasi kesehatan dan pelatihan akupresur PC6. Kegiatan diikuti oleh 23 ibu hamil dengan mayoritas berpendidikan menengah (60,9%). Metode pelaksanaan kegiatan yakni penyuluhan dan demonstrasi atau praktek akupresur titik P6, serta evaluasi melalui pretest dan posttest. Hasil: Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kurang mengenai akupresur PC6 (60,9%). Setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan dengan kategori baik sebesar 82,6%, serta tidak ada lagi peserta yang memiliki pengetahuan kurang. Selain itu, peserta mampu mempraktikkan teknik akupresur PC6 dengan benar dan menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Program edukasi kesehatan dan pelatihan akupresur PC6 efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil trimester pertama dalam mengatasi emesis gravidarum secara mandiri. Kegiatan ini dapat menjadi upaya promotif dan preventif yang berpotensi diintegrasikan ke dalam pelayanan Antenatal Care (ANC) dan Kelas Ibu Hamil untuk mendukung kesehatan serta kemandirian ibu selama masa kehamilan.

Pendahuluan

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dimulai sejak terjadinya pembuahan hingga persalinan. Selama masa kehamilan, terutama pada trimester pertama, terjadi berbagai perubahan hormonal, fisik, dan psikologis yang bertujuan mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin (Danitai, 2023). Salah satu perubahan yang paling sering dialami ibu hamil adalah mual dan muntah atau emesis gravidarum. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh peningkatan hormon *human chorionic gonadotropin* (hCG), estrogen, dan progesteron yang memengaruhi sistem pencernaan serta pusat muntah di otak. Meskipun bersifat fisiologis, emesis gravidarum dapat mengganggu aktivitas sehari-

hari, menurunkan nafsu makan, dan memengaruhi kualitas hidup ibu hamil apabila tidak ditangani dengan baik (Aribah et al., 2026).

Di Indonesia, kejadian mual muntah pada kehamilan masih cukup tinggi. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebanyak 24,7% dari 2.203 ibu hamil mengalami emesis gravidarum. Selain itu, angka kejadian emesis gravidarum mencapai 60–80% pada primigravida dan 40–60% pada multigravida. Dari 2.230 kehamilan yang diamati secara lengkap, ditemukan 543 ibu hamil mengalami emesis gravidarum, dan sekitar 10% di antaranya mengalami kondisi yang lebih berat. Data tersebut menunjukkan bahwa mual muntah pada kehamilan masih menjadi masalah kesehatan yang sering dijumpai dan memerlukan perhatian dalam pelayanan kesehatan ibu (Sutarmanto & Amalia, 2026).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi keluhan mual dan muntah adalah melalui terapi nonfarmakologis berupa akupresur. Akupresur merupakan teknik pemberian tekanan pada titik-titik tertentu tubuh untuk merangsang keseimbangan energi dan memperbaiki fungsi organ. Pada ibu hamil, titik yang sering digunakan adalah titik Perikardium 6 (PC6) atau Neiguan yang terletak sekitar tiga jari di atas pergelangan tangan. Stimulasi pada titik tersebut diketahui dapat membantu mengurangi sensasi mual dengan merangsang pelepasan beta-endorfin dan menghambat pusat muntah sehingga keluhan menjadi lebih ringan (Megasari & Pitriani, 2025). Teknik ini relatif aman, mudah dilakukan, tidak memerlukan alat khusus, serta dapat diterapkan secara mandiri di rumah.

Namun, berdasarkan kondisi di lapangan, pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat dan cara melakukan akupresur masih terbatas. Sebagian besar ibu hamil lebih mengenal penggunaan obat-obatan dibandingkan terapi komplementer yang aman dan mudah dilakukan. Edukasi mengenai akupresur juga belum banyak diberikan dalam kegiatan pelayanan antenatal maupun kelas ibu hamil. Akibatnya, kemampuan ibu hamil dalam mengatasi mual dan muntah secara mandiri masih rendah.

Melihat kondisi tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang akupresur dalam menangani mual dan muntah selama kehamilan. Melalui penyuluhan dan demonstrasi praktik akupresur, diharapkan ibu hamil dapat memahami manfaat, prinsip, serta cara melakukan akupresur dengan benar sehingga mampu mengurangi keluhan mual muntah secara mandiri dan meningkatkan kenyamanan selama masa kehamilan.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode edukatif partisipatif yang terdiri dari penyuluhan kesehatan, demonstrasi, praktik langsung, pendampingan, serta evaluasi. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil trimester pertama yang mengalami keluhan mual dan muntah (emesis gravidarum) dengan jumlah peserta sekitar 23 orang. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 22 Mei 2026 pukul 10.00 WIB bertempat di Ruang Pertemuan Kebidanan RSUD dr. H. Jusuf SK Kota Tarakan bekerja sama dengan Puskesmas Sesayap Hilir dan Posyandu Kedondong.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pengisian kuesioner *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu hamil mengenai emesis gravidarum dan terapi akupresur. Selanjutnya dilakukan penyuluhan kesehatan menggunakan media PowerPoint dan leaflet yang berisi materi tentang pengertian emesis gravidarum, penyebab mual dan muntah pada kehamilan, dampak yang dapat ditimbulkan, serta manfaat terapi akupresur sebagai salah satu metode nonfarmakologis untuk mengurangi keluhan mual muntah.

Setelah sesi penyuluhan, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi teknik akupresur pada titik Perikardium 6 (PC6/Neiguan) oleh fasilitator yang telah memiliki kompetensi dalam terapi komplementer. Demonstrasi meliputi cara menemukan lokasi titik akupresur yang tepat serta teknik penekanan yang benar. Seluruh peserta kemudian diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik tersebut secara langsung dengan

pendampingan dari tim pelaksana sehingga peserta mampu melakukan akupresur secara mandiri.

Tahap berikutnya adalah pendampingan dan monitoring praktik akupresur yang dilakukan oleh ibu hamil. Peserta diberikan lembar pemantauan sederhana untuk mencatat frekuensi dan intensitas mual muntah yang dialami serta pelaksanaan akupresur mandiri di rumah. Monitoring dilakukan melalui komunikasi langsung dengan peserta maupun melalui kader kesehatan yang terlibat dalam kegiatan.

Evaluasi kegiatan dilakukan pada akhir program melalui pengisian kuesioner post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah menerima edukasi dan pelatihan. Selain itu, dilakukan observasi keterampilan praktik akupresur dan wawancara singkat mengenai manfaat yang dirasakan, tingkat kenyamanan, serta hambatan yang dialami selama melakukan teknik akupresur. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk menilai efektivitas program dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dalam menangani mual dan muntah secara mandiri.

Media yang digunakan dalam kegiatan meliputi leaflet, PowerPoint, lembar observasi, lembar monitoring harian, dan kuesioner pre-test serta post-test. Dengan metode edukatif partisipatif ini diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan kemandirian ibu hamil dalam melakukan akupresur sebagai upaya nonfarmakologis untuk mengurangi keluhan mual dan muntah selama kehamilan.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Tahap Persiapan

Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui koordinasi dengan pihak fasilitas kesehatan sebagai mitra kegiatan, yaitu tempat pelaksanaan Kelas Ibu Hamil. Kegiatan diawali dengan penyusunan materi edukasi mengenai emesis gravidarum dan teknik akupresur titik Perikardium 6 (PC6), pembuatan media edukasi berupa leaflet dan presentasi PowerPoint, serta penyusunan instrumen evaluasi berupa kuesioner pretest dan posttest. Program pengabdian masyarakat ini ditujukan kepada ibu hamil trimester pertama yang mengalami keluhan mual dan muntah (emesis gravidarum). Sebanyak 23 orang ibu hamil bersedia mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Adapun karakteristik peserta berdasarkan tingkat pendidikan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Dasar	6	26,1
Menengah	14	60,9
Tinggi	3	13,0
Jumlah	23	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pendidikan menengah yaitu sebanyak 14 orang (60,9%), pendidikan dasar sebanyak 6 orang (26,1%), dan pendidikan tinggi sebanyak 3 orang (13,0%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta memiliki latar belakang pendidikan menengah.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan diawali dengan pengisian kuesioner pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai emesis gravidarum dan teknik akupresur titik PC6 sebelum diberikan edukasi.



Gambar 1 Pengisian Kuesioner Pretest

Hasil pretest dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum Dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	2	8,7
Cukup	7	30,4
Kurang	14	60,9
Jumlah	23	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar peserta memiliki pengetahuan kurang mengenai emesis gravidarum dan teknik akupresur PC6 yaitu sebanyak 14 orang (60,9%), pengetahuan cukup sebanyak 7 orang (30,4%), dan pengetahuan baik sebanyak 2 orang (8,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil belum memahami teknik akupresur sebagai salah satu metode nonfarmakologis untuk mengatasi mual dan muntah selama kehamilan.

Setelah pengisian pretest, peserta diberikan leaflet sebagai media edukasi. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi mengenai pengertian emesis gravidarum, penyebab, dampak yang ditimbulkan, serta manfaat terapi komplementer berupa akupresur titik Perikardium 6 (PC6) dalam membantu mengurangi keluhan mual dan muntah pada kehamilan.



Gambar 2 Pemberian Materi Edukasi

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi teknik akupresur titik PC6. Instruktur menjelaskan cara menemukan titik PC6 yang terletak sekitar tiga jari di atas lipatan pergelangan tangan bagian dalam, di antara tendon palmaris longus dan flexor carpi radialis. Selanjutnya peserta mempraktikkan secara langsung teknik penekanan yang benar dengan pendampingan tim pelaksana.



Gambar 3 Demonstrasi Teknik Akupresur Titik PC6

Tahap demonstrasi bertujuan meningkatkan keterampilan ibu hamil dalam melakukan akupresur secara mandiri di rumah. Peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik tersebut secara berulang hingga mampu melakukan prosedur dengan benar. Demonstrasi langsung merupakan metode pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta dalam menerapkan terapi komplementer

Tahap Evaluasi

Tahap akhir kegiatan adalah evaluasi melalui pengisian kuesioner posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah mendapatkan edukasi dan pelatihan akupresur titik PC6.

Tabel 3 Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Setelah Dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	19	82,6
Cukup	4	17,4
Kurang	0	0
Jumlah	23	100

Berdasarkan Tabel 5.3 diketahui bahwa setelah diberikan penyuluhan dan demonstrasi, sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik sebanyak 19 orang (82,6%) dan pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (17,4%). Tidak terdapat lagi peserta dengan kategori pengetahuan kurang.

Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan pelatihan akupresur titik Perikardium 6 (PC6) mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester pertama mengenai emesis gravidarum dan cara penanganannya secara nonfarmakologis. Berdasarkan hasil pretest, sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan yang kurang yaitu sebanyak 14 orang (60,9%), sedangkan

setelah diberikan penyuluhan dan demonstrasi terjadi peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan oleh hasil posttest, di mana sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik sebanyak 19 orang (82,6%) dan tidak ada lagi peserta yang memiliki kategori pengetahuan kurang. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa metode edukasi yang dikombinasikan dengan demonstrasi praktik secara langsung efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.

Rendahnya pengetahuan ibu hamil sebelum dilakukan penyuluhan dapat disebabkan oleh kurangnya informasi yang diperoleh mengenai emesis gravidarum dan terapi komplementer yang dapat digunakan untuk mengurangi keluhan mual dan muntah selama kehamilan. Sebagian besar ibu hamil lebih mengenal penggunaan terapi farmakologis dibandingkan metode nonfarmakologis seperti akupresur. Selain itu, informasi mengenai teknik akupresur masih jarang diberikan dalam kegiatan pelayanan antenatal rutin sehingga banyak ibu hamil belum mengetahui manfaat maupun cara penerapannya. Kondisi ini sejalan dengan pendapat (Notoatmodjo, 2020) yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh akses terhadap informasi, pengalaman, pendidikan, dan lingkungan sosial. Semakin banyak informasi yang diterima seseorang, maka semakin baik pula tingkat pengetahuannya (Notoatmodjo, 2020).

Peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah kegiatan penyuluhan menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai masalah kesehatan. Melalui penyampaian materi menggunakan media leaflet dan presentasi, peserta memperoleh informasi yang jelas mengenai pengertian emesis gravidarum, penyebab, dampak, serta upaya penanganan yang dapat dilakukan secara mandiri. Media pendidikan kesehatan yang digunakan mampu membantu peserta memahami materi dengan lebih mudah karena informasi disampaikan secara sistematis dan disertai gambar yang menarik. Hal ini mendukung teori bahwa penggunaan media pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan efektivitas proses penyampaian informasi dan memudahkan peserta dalam mengingat materi yang diberikan (Syafei, 2025).

Selain edukasi, demonstrasi teknik akupresur titik PC6 juga memberikan kontribusi besar terhadap peningkatan pemahaman peserta. Metode demonstrasi memungkinkan peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan secara teori tetapi juga melihat dan mempraktikkan secara langsung keterampilan yang diajarkan (Permayanti & Veftisia, 2024). Dalam kegiatan ini peserta diajarkan cara menemukan titik Perikardium 6 (PC6) yang terletak sekitar tiga jari di atas lipatan pergelangan tangan bagian dalam dan melakukan teknik penekanan yang benar. Melalui praktik langsung, peserta dapat memahami langkah-langkah pelaksanaan akupresur dengan lebih baik sehingga diharapkan mampu menerapkannya secara mandiri di rumah ketika mengalami keluhan mual dan muntah.

Akupresur pada titik Perikardium 6 (PC6) merupakan salah satu terapi komplementer yang banyak digunakan untuk mengurangi mual dan muntah pada berbagai kondisi, termasuk kehamilan. Titik PC6 atau Neiguan terletak di sepanjang meridian perikardium dan dipercaya mampu memberikan efek relaksasi serta mengurangi stimulasi pusat muntah di otak (Lestari, 2022). Menurut (Wahid et al., 2024), stimulasi pada titik PC6 dapat memicu pelepasan beta-endorfin dan memengaruhi Chemoreceptor Trigger Zone (CTZ) sehingga membantu menekan refleks mual dan muntah. Oleh karena itu, akupresur menjadi salah satu alternatif nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, tidak memerlukan alat khusus, dan memiliki risiko efek samping yang minimal bagi ibu hamil (Wahid et al., 2024).

Hasil kegiatan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan pelatihan keterampilan mampu meningkatkan pengetahuan serta kemampuan individu dalam melakukan tindakan kesehatan secara mandiri. Pendidikan kesehatan tidak hanya memberikan tambahan informasi, tetapi juga mendorong terbentuknya perubahan perilaku yang lebih positif dalam menjaga kesehatan. Dengan meningkatnya pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat dan teknik akupresur titik PC6,

diharapkan mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi keluhan emesis gravidarum secara mandiri sehingga dapat meningkatkan kenyamanan selama kehamilan dan mengurangi ketergantungan terhadap penggunaan obat-obatan.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester pertama mengenai emesis gravidarum dan teknik akupresur titik PC6 sebagai salah satu metode nonfarmakologis untuk mengurangi mual dan muntah. Keberhasilan program terlihat dari peningkatan hasil posttest dibandingkan pretest serta antusiasme peserta selama mengikuti kegiatan edukasi dan demonstrasi. Dengan demikian, program ini dapat menjadi salah satu bentuk intervensi promotif dan preventif yang efektif untuk mendukung kesehatan ibu hamil serta meningkatkan kemandirian ibu dalam mengatasi keluhan selama masa kehamilan.

Simpulan dan Saran

Program pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat akupresur titik Perikardium 6 (PC6) sebagai salah satu metode nonfarmakologis dalam membantu mengurangi keluhan mual dan muntah selama kehamilan. Kegiatan yang melibatkan 23 ibu hamil ini dilaksanakan melalui metode penyuluhan kesehatan, demonstrasi, praktik langsung, dan diskusi interaktif. Hasil penyuluhan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta setelah mendapatkan edukasi dan pelatihan mengenai emesis gravidarum serta teknik akupresur titik PC6. Evaluasi bersama tenaga kesehatan setempat juga telah dilakukan sebagai langkah untuk menyusun tindak lanjut keberlanjutan program di RSUD dr. H. Jusuf SK Kota Tarakan, Puskesmas Sesayap Hilir, dan Posyandu Kedondong.

Agar program edukasi akupresur dapat memberikan dampak yang berkelanjutan, disarankan untuk menetapkan jadwal pelaksanaan kelas ibu hamil secara rutin dan terstruktur. Kegiatan ini dapat dijadikan bagian dari program tetap di fasilitas kesehatan seperti rumah sakit, puskesmas, maupun posyandu. Selain itu, kegiatan promosi dan penyuluhan kesehatan mengenai penanganan mual dan muntah pada kehamilan secara nonfarmakologis sebaiknya dilaksanakan secara berkala, baik melalui pertemuan langsung maupun media edukatif lainnya. Dengan upaya yang konsisten, diharapkan praktik akupresur titik PC6 dapat menjadi salah satu keterampilan yang diterapkan oleh ibu hamil untuk membantu mengurangi keluhan mual dan muntah selama kehamilan.

Ucapan Terimakasih

Kami menyampaikan ucapan terima kasih kepada Rektor Universitas Ngudi Waluyo, Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, Ketua Program Studi S1 Kebidanan, Pembimbing Klinik dan Akademik, Direktur RSUD dr. H. Jusuf SK Kota Tarakan, Kepala Puskesmas Sesayap Hilir, kader Posyandu Kedondong, serta seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi dan turut mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Aribah, S., Hatika, R., Dewi, E., & Simbolon, H. (2026). Manajemen Asuhan Kebidanan Pada Ny. S G2 P1 A0 Usia Kehamilan 9 Minggu Dengan Morning Sickness Di Bpm Hanna Simbolon Tahun 2025. *Prosiding Forum Ilmiah Dan Diskusi Mahasiswa*, 7(2026), 227–235.
- Megasari, M., & Pitriani, R. (2025). Penerapan Akupreseur Titik P6 pada Ibu Hamil dengan Emesis Gravidarum di Klinik Pratama Arrabih. *Year: 2025*, 4(4), 1028–1033.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Konsep Pengetahuan, dan Sikap*.
- Permayanti, H., & Veftisia, V. (2024). Pendidikan Kesehatan dan Demontrasi Akupresur untuk Mengurangi Mual dan Muntah pada Kehamilan di Desa Pungkit. *Prosiding Seminar Nasional Dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, 3(1), 837–846.

- Sutarmanto, E., & Amalia, A. (2026). Gambaran Dan Keberhasilan Terapi Nonfarmakologi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Di Puskesmas “X” Di Kota Salatiga Tahun 2025. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 10(2), 95–100.
- Syafei, I. (2025). *Media Pembelajaran*. Penerbit Widina.
- Wahid, A., Inayati, H., Rasyidah, R., & Purmahardini, N. (2024). Pengaruh Akupresur Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Osadhawedyah*, 2(2), 114–120.