

## Pengetahuan WUS tentang Akupresure Mengatasi Mual Muntah pada Ibu Hamil di RT 09 RW 05 Kelurahan Langensari

Rully Atia Wijaya<sup>1</sup>, Wahyu Kristiningrum<sup>2</sup>, Maria Emensia Ero Ruing<sup>3</sup> Ria Ma'rifah<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Progam Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, rullyatia02@gmail.com

<sup>2</sup> Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, kristiningrumwahyu1004@gmail.com

<sup>3</sup> Progam Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, mariaemensia05@gmail.com

<sup>4</sup> Progam Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, riamarifah@gmail.com

Korespondensi Email: nataliache13@gmail.com

---

### Article Info

Article History

Submitted, 2022-06-17

Accepted, 2022-06-23

Published, 2022-07-13

Keywords: Akupresure, WUS, Mual Muntah.

---

### Abstract

*Nausea and vomiting is a symptom that often occurs in the first trimester of pregnancy. Nausea occurs in the morning, but can occur at any time and at night. These symptoms occur approximately 6 weeks after the first day of the last menstrual period and last for approximately 10 weeks. This condition can be overcome with acupresure so as to suppress the occurrence of complications in the mother and fetus. The results of the family assessment in RT 09 RW 09 found 2 pregnant women who experienced nausea and vomiting. In connection with this problem, the community service program, especially in RT 09 RW 05, Langensari Village, provides a solution to this problem by conducting Health Promotion activities about acupresure at 13 WUS. The purpose of this activity is to increase WUS knowledge about acupresure to reduce nausea and vomiting. The results of this activity indicate that WUS knowledge increases after Health Promotion is carried out. Health promotion activities regarding acupresure to reduce nausea and vomiting were carried out on May 23, 2022 at the residence of RT 09 RW 05. The primary target of this activity is WUS. The activity was carried out through 3 stages, namely the preparation, implementation and evaluation stages. The results of the activity showed that before being given health promotion about acupresure to reduce nausea and vomiting in pregnant women the distribution of values from 13 WUS RT 09 RW 05 most of them had less knowledge as much as 11 WUS (86.6%) and 2 WUS (15.4) had sufficient knowledge. After being given health promotion about acupresure to reduce nausea and vomiting in pregnant women, the distribution of values from 13 WUS RT 09 RW 05 mostly had good knowledge of 13 people (100%). This shows that there is an increase in WUS knowledge after being given health promotion.*

### Abstrak

Mual muntah adalah gejala yang sering terjadi pada kehamilan trimester I. Mual terjadi pada pagi hari, tetapi dapat timbul setiap saat dan malam hari gejala-gejala ini

terjadi kurang lebih 6 minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu. Kondisi ini dapat diatasi dengan akupresure sehingga menekan terjadinya komplikasi pada ibu dan janin. Hasil pengkajian keluarga di RT 09 RW 05 Kelurahan Langensari dari 13 wanita usia subur terdapat 2 ibu hamil yang mengalami mual muntah. Berkaitan dengan masalah tersebut, program pengabdian masyarakat di RT 09 RW 05 Kelurahan Langensari memberi solusi untuk permasalahan mual muntah pada ibu hamil dengan melaksanakan kegiatan Promosi Kesehatan tentang akupresure untuk mengatasi mual muntah. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan WUS tentang akupresure untuk mengurangi mual muntah. Kegiatan promosi kesehatan tentang akupresure untuk mengurangi mual muntah dilaksanakan pada tanggal 23 Mei 2022 di rumah Bapak Suparno sebagai Ketua RT 09 RW 05, dihadiri oleh 13 WUS. Sasaran Primer kegiatan ini adalah WUS. Kegiatan dilakukan melalui 3 tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Hasil kegiatan diketahui bahwa sebelum diberi promosi kesehatan tentang akupresure untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil distribusi nilai dari 13 WUS RT 09 RW 05 sebagian besar memiliki pengetahuan kurang, sebanyak 11 WUS (86,6%) dan berpengetahuan cukup, sebanyak 2 WUS (15,4%). Kemudian setelah diberikan promosi kesehatan tentang akupresure untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil distribusi nilai dari 13 WUS RT 09 RW 05 sebagian besar memiliki pengetahuan baik sebanyak 13 orang (100%). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan WUS setelah diberi promosi Kesehatan.

---

## **Pendahuluan**

Praktik kerja lapangan ini merupakan aplikasi dari teori yang kami dapatkan dalam bidang kebidanan komunitas, sehingga nantinya dapat menghasilkan bidan yang terampil, berkompeten sesuai dengan tugas, peran dan tanggung jawab sebagai bidan. Strategi pendekatan pelaksanaan yang digunakan dalam praktik manajemen kebidanan komunitas adalah berorientasi pada program kerja puskesmas, yaitu program-program kesehatan ibu dan anak (PHC), yaitu lebih memfokuskan pada upaya membangkitkan peran serta masyarakat akan pentingnya perilaku hidup sehat, peningkatan pengetahuan masyarakat dalam hal kesehatan, sehingga masyarakat mampu mengenal kesehatan sendiri beserta keluarga. Sehingga memberikan kontribusi bagi mencapai SDG'S ditingkat keluarga dan masyarakat (Mubarak, 2014).

WHO sebagai badan PBB yang menangani masalah bidang kesehatan, mengatakan bahwa dalam masa kehamilan wanita akan mengalami kondisi ketidaknyamanan salah satunya yaitu mual muntah (*emesis*). Kondisi mual muntah yang fisiologis akan berubah menjadi kondisi patologis (*hiperemesis gravidarum*). Sebagian ibu hamil mengalami *hiperemesis gravidarum* diseluruh dunia, diantaranya negara-negara di benua Amerika dengan angka kejadian yang beragam. Sementara itu, kejadian *hiperemesis gravidarum* juga banyak terjadi terjadi di Asia contohnya di Pakistan, Turki dan Malaysia. Sementara itu, angka kejadian

*hiperemesis gravidarum* di Indonesia adalah mulai dari 1% sampai 3% dari seluruh kehamilan (Mariza, Ana dan Lia, Ayuningtiyas 2019).

Masalah tersebut menjadi hal yang perlu dilakukan penanganan, sebagai bentuk upaya dalam menekan angka kejadian *emesis gravidarum*. Pemerintah Menyusun *Sustainable Development Goals 2030 (SDGs)* sebagai bentuk strategi untuk dijadikan indikator pembangunan kesehatan. Sehingga dapat menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan semua masyarakat di Indonesia, dalam pencapaian tujuan tersebut dilakukan upaya untuk memberikan perhatian khusus pada penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) (Sulistiarini, 2018).

*Emesis gravidarum* (Mual dan muntah) merupakan suatu hal yang fisiologis yang terjadi pada ibu hamil diawal kehamilan. Kondisi ini perlu dilakukan penanganan untuk meningkatkan kondisi kenyamanan ibu. Apabila tidak dilakukan penanganan dapat menyebabkan komplikasi bagi ibu dan janin. Ibu hamil dapat mengalami kekurangan gizi yang berpengaruh terhadap janin, sehingga janin kurang mendapatkan nutrisi yang menyebabkan BBLR atau prematuritas. Oleh sebab itu perlu dilakukan upaya mengurangi keluhan mual muntah salah satunya dengan pemberian akupresure (Handayani, Nanik dan Afiah khairiyatul, 2019).

Desa Langensari merupakan desa yang terletak di Kabupaten Semarang dengan penduduknya adalah bayi, balita, remaja, PUS, Ibu hamil, Ibu nifas dan Lansia. Hasil saat dilakukan pengkajian pada 12-13 Mei 2022 dari 50 KK bahwa terdapat 2 ibu hamil, terdapat masalah yang menjadi perhatian yaitu ibu hamil yang mengalami mual muntah berlebihan. Program pengabdian masyarakat khususnya di RT 9 RW 5 Kelurahan Langensari memberikan solusi untuk permasalahan tersebut dengan melakukan kegiatan Promosi Kesehatan tentang akupresure mual muntah yang bertujuan agar WUS mengetahui cara mengatasi mual muntah yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu hamil.

Dalam rangka menghasilkan tenaga yang profesional, maka diperlukan adanya sumber daya kesehatan yang siap terjun ke lapangan, membantu menyelesaikan masalah kesehatan yang ada di masyarakat dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Universitas Ngudi Waluyo khususnya Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi melakukan Praktek Pengkajian Komunitas dengan pusat kegiatan di wilayah RT 09 di RW 05 Desa Langensari Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang Provinsi Jawa Tengah sejak tanggal 10 Mei – 11 Juni 2022.

## **Metode**

Sasaran dalam kegiatan ini adalah WUS RT 09 RW 05 Kelurahan Langensari sedangkan bentuk kegiatannya meliputi persiapan, pelaksanaan kegiatan dan evaluasi kegiatan. Persiapan dilakukan dengan melakukan survey awal yang dilakukan di RT 09 RW 05 Desa Langensari Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang Provinsi Jawa Tengah. Survey dilakukan dengan pendataan keluarga dimasyarakat secara *door to door* kemudian menentukan masalah, prioritas masalah, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan. Pelaksanakan kegiatan dengan penyuluhan dan demonstrasi tentang akupresure untuk mengatasi mual muntah. Promosi kesehatan di rumah Bapak Suparno sebagai Ketua RT 09 RW 05 Kelurahan Langensari dilaksanakan pada tanggal 23 Mei 2022. Sarana yang digunakan untuk mendukung kegiatan adalah menggunakan *leaflet* tentang akupresure untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

## **Hasil dan Pembahasan Kegiatan Persiapan**

Kegiatan persiapan diawali dengan advokasi kepada penentu kebijakan, dengan menyampaikan ijin untuk melakukan kegiatan promosi kesehatan. Advokasi dilakukan

sebagai upaya pendekatan kepada pimpinan/pengambil keputusan agar dapat memberi dukungan, kemudahan, dan semacamnya pada kegiatan yang diusulkan. Menurut Muh. Zainal S (2018) Advokasi dilakukan untuk mendapatkan dukungan baik berupa kebijakan, tenaga, dana, sarana, kemudahan, keikutsertaan dalam kegiatan maupun berbagai bentuk lainnya sesuai keadaan dan usaha. Selain menyampaikan ijin, advokasi kepada bapak Suparno sebagai Ketua RT 09 RW 05 yaitu dengan menyampaikan kegiatan penyuluhan dan demonstrasi cara mengatasi mual muntah dengan akupresure dan banyak manfaat yang akan diterima oleh WUS sehingga ketua RT 09 memberikan izin dan menyediakan sarana untuk kegiatan promosi kesehatan ini. Sasaran primer dalam kegiatan promosi kesehatan ini yaitu WUS, sedangkan sasaran sekundernya adalah kader dan bidan sebagai bimbingan dan konseling. Menurut Ratih Gayatri Setyabudi (2017) bahwa sasaran primer adalah mereka yang perilakunya perlu diubah sedangkan sasaran sekundernya adalah sasaran yang dapat mempengaruhi mereka yang akan diubah, sehingga perlu dilakukan persiapan dengan melibatkan pengelola bimbingan dan konseling. Perubahan yang diharapkan pada sasaran primer adalah peningkatan pengetahuan tentang cara mengatasi mual muntah dengan menggunakan akupresure, mengingat sasaran primer yaitu WUS. Permasalahan yang sering terjadi adalah masih adanya WUS yang sedang hamil dan WUS yang berkeinginan untuk hamil lagi, sehingga perlu dilakukan upaya promosi kesehatan yang disiapkan dengan baik.

Kegiatan persiapan promosi kesehatan pada WUS RT 09 RW 05 Kelurahan Langensari dilakukan pada tanggal 15 Mei 2022 di rumah Bapak Suparno sebagai Ketua RT 09 RW 05. Persiapan kegiatan tersebut meliputi bentuk pelaksanaan kegiatan yaitu penyuluhan dan demonstrasi, sesuai dengan kebutuhan WUS yang pada saat pengkajian terdapat WUS belum mengetahui cara mengatasi mual muntah dengan akupresure. Kemudian dilakukan persiapan tempat dan media yang akan di gunakan pada saat promosi kesehatan.

### **Pelaksanaan**

Kegiatan promosi kesehatan tentang cara mengatasi mual muntah pada ibu hamil di RT 09 RW 05 Kelurahan Langensari dilaksanakan di rumah Bapak Suparno sebagai Ketua RT 09 RW 05 pada tanggal 23 Mei 2022 pukul 16.00 WIB dihadiri 13 WUS.

Kegiatan promosi kesehatan diawali dengan pemberian pre test untuk mengetahui pengetahuan awal WUS, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi tentang cara mengatasi mual muntah pada ibu hamil. Materi disampaikan dengan tujuan agar WUS dapat menambah pengetahuan tentang cara mengatasi mual muntah pada ibu hamil. Materi yang disampaikan dalam penyuluhan meliputi permasalahan yang ditemukan saat pengkajian, pengertian mual muntah, penyebab mual muntah, pengertian akupresure, manfaat akupresure. Selanjutnya melakukan demonstrasi terkait langkah-langkah akupresure.



Gambar Penyuluhan

Penyuluhan diawali dengan penyampaian materi kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi akupresure untuk mengatasi mual muntah. Diskusi secara berkelompok dalam 1 ruangan. Hal ini sesuai dengan teori menurut Notoadmojo (2012), berdasarkan pendekatan sasaran yang ingin dicapai, penggolongan metode pendidikan ada 3 (tiga) yaitu metode berdasarkan pendekatan perorangan, metode berdasarkan pendekatan kelompok, metode berdasarkan pendekatan massa, untuk metode berdasarkan pendekatan kelompok penyuluhan. Penyuluhan berhubungan dengan sasaran secara kelompok. Dalam menyampaikan promosi kesehatan dengan metode ini perlu mempertimbangkan besarnya kelompok sasaran serta tingkat pendidikan formal dari sasaran.



Gambar Proses Penyuluhan Media Leaflet

Proses penyuluhan dengan dibantu menggunakan media leaflet yang dipilih dengan harapan dapat membantu proses penyampaian pesan sehingga lebih mudah di pahami oleh WUS. Hal ini sesuai dengan teori menurut Notoadmojo (2012), media sebagai alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan, alat-alat bantu tersebut mempunyai fungsi menimbulkan minat sasaran, mencapai sasaran yang lebih banyak, membantu dalam mengatasi banyak hambatan dan pemahaman, menstimulasi sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima orang lain, mempermudah penyampaian bahan atau informasi kesehatan, mempermudah penyampaian bahan atau informasi kesehatan, mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran/masyarakat, mendorong keinginan orang untuk mengetahui, kemudian lebih mendalami, dan akhirnya mendapatkan pengertian yang lebih baik, membantu menegakkan pengertian yang diperoleh.

Keaktifan WUS dalam proses penyuluhan bisa terlihat saat sesi tanya jawab atas pertanyaan yang diajukan. Kegiatan promosi kesehatan di akhiri dengan pemberian post test untuk mengetahui pengetahuan WUS setelah diberikan materi dan demonstrasi akupresure untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil.

Keberhasilan dari kegiatan promosi kesehatan bisa dilihat dari peningkatan pengetahuan WUS setelah dilakukan penyuluhan dan demonstrasi cara mengatasi mual muntah yang dilihat dari hasil pre dan post test berikut ini :

#### **Distribusi Frekuensi Pengetahuan WUS Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan (Pre Test) Tentang Akupresure Untuk Mengatasi Mual Muntah**

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan WUS Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan (Pre Test) Tentang Akupresure

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Cukup (56%- 75%)	2	15.4	15.4	15.4
	Kurang (40%- 55%)	11	84.6	84.6	100.0
	Total	13	100.0	100.0	



Gambar 4.1 Pre test Akupresure Untuk Mengatasi mual muntah

Tabel 4.1 diketahui bahwa pengetahuan tentang akupresure untuk mengatasi mual muntah sebelum diberi penyuluhan yaitu sebagian besar berpengetahuan kurang sebanyak 11 WUS (86,6%) dan berpengetahuan cukup sebanyak 2 WUS (15,4%). Setelah dilakukan Pre test maka kegiatan dilanjutkan dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang akupresure untuk mengatasi mual muntah.

Berdasarkan data diatas rata-rata pengetahuan WUS sebelum diberi penyuluhan kesehatan cukup baik, namun masih ada yang memiliki pengetahuan yang kurang baik. Hal ini dikarenakan belum pernah ada informasi di RT 09 RW 05 tentang akupresure untuk mengatasi mual muntah. Masing-masing WUS mendapatkan informasi ini dari sumber yang beragam atau bahkan ada yang belum pernah mendengar informasi ini. Menurut Paulus Wahana (2016) pengetahuan adalah hasil “tahu” dan setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan yakni penglihatan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Pengetahuan WUS Tentang Tentang Akupresure Untuk Mengatasi Mual Muntah Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan (Post Test)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik (76%- 100%)	13	100.0	100.0



Gambar 4.2 *Post test* Akupresure Untuk Mengatasi mual muntah

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa sesudah dilakukan penyuluhan akupresure untuk mengatasi mual muntah pengetahuan WUS mengalami peningkatan pengetahuan baik yaitu 100 %.



### **Evaluasi**

Evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan dilakukan untuk melihat keberhasilan kegiatan. Evaluasi dilaksanakan dengan mendiskusikan hasil evaluasi pre dan post test. Hasil tersebut diberikan kepada pengelolaan layanan untuk selanjutnya didiskusikan bersama upaya tindak lanjut yang dapat dilakukan oleh RT 09 RW 05. Media promosi kesehatan dengan leaflet sangat membantu dalam pelaksanaan penyuluhan.

### **Simpulan dan Saran**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat melalui promosi kesehatan cara mengatasi mual muntah dengan akupresure dilaksanakan di rumah Bapak Suparno sebagai Ketua RT 09 RW 05 pada tanggal 23 Mei 2022. Sasaran Primer kegiatan ini adalah WUS. Kegiatan dilakukan melalui 3 tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

Hasil kegiatan diketahui bahwa sesudah diberi promosi kesehatan cara mengatasi mual muntah dengan akupresure pengetahuan WUS mengalami peningkatan, pengetahuan baik sebanyak 13 WUS (100%). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan WUS setelah diberi promosi kesehatan. Adapun saran yang diberikan yaitu :

1. Untuk WUS dapat mencari informasi terkait kondisi kesehatan di tenaga kesehatan seperti bidan atau dokter. Informasi yang didapatkan tentunya harus akurat dari ahlinya

(Bidan/Dokter). WUS bisa mendapatkan informasi terkait proses kehamilan. Kita ketahui bahwa dalam masa kehamilan ibu dapat mengalami ketidaknyamanan selama hamil sehingga ibu hamil dapat mengetahui bagaimana cara mengatasi kondisi tersebut secara mandiri sehingga dapat menekan komplikasi untuk ibu dan juga janin.

2. Saran dalam pelaksanaan kegiatan ini bahwa bidan dan kader perlu menghimbau WUS untuk melakukan ANC terpadu pada saat mengalami kehamilan. ANC terpadu bertujuan untuk mendeteksi masalah kesehatan ibu saat hamil, sehingga dapat diatasi sedini mungkin dan tidak menyebabkan komplikasi selama kehamilan.

### **Ucapan Terimakasih**

Peneliti mengucapkan terimakasih untuk Masyarakat RT 09 RW 05 Kelurahan Langensari, Ketua RT 09, Ketua RW 05 dan Bapak Lurah, Bidan Desa dan Kader dan Universitas Ngudi Waluyo yang telah membantu proses penelitian ini. Diharapkan setelah diberikan penyuluhan dan demonstrasi ini masyarakat dapat menambah pengetahuan dalam menjaga kesehatan, perawatan kesehatan secara mandiri dan melakukan hal penting dalam memprioritaskan kondisi kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang untuk menekan Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi.

### **Daftar Pustaka**

- Gayatri Ratih Setyabudi. (2017). Analisis Strategi Promosi Kesehatan dalam Rangka Meningkatkan Kesadaran Hidup Sehat oleh Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal komunikasi*. 12-1
- Handayani, Nanik dan Afyah khairiyatul. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Di Praktek Mandiri Bidan Sidoarjo. Embrio, *Jurnal Kebidanan*. Vol XI No. 2 November 2019.
- Maulana, HD.J. (2009).Promosi Kesehatan. EGC.Jakarta. Mengurang Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*. Vol. 8 No. 2 October 2018.
- Mubarak, A. (2014). Model Impelementasi Program dalam Upaya Pencapaian Sasaran MDGs 2015 (Strategi Bagi Birokrasi Sebagai Ujung Tombak Implementasi 8 sasaran MDGs). Universitas Terbuka, 1–14.
- Notoatmodjo,Soekidjo. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta:Jakarta.
- Paulus Wahana. (2016). *Filsafat Ilmu Pengetahuan*. Pustaka Diamont: Yogyakarta
- Sulistiarini,dkk. (2018). *Acupressure Pericardium Dan Aromatherapy Citrus*.
- Zainal S. Muh (2018). Implementasi Advokasi, Komunikasi, Mobilisasi Sosial Dalam Program Pembangunan Bidang Kesehatan [Sebuah Tinjauan Teoritis]. *Jurnal Perspektif Komunikasi*. 1-3