

## INTISARI

**Latar Belakang:** Mual dan muntah merupakan keluhan yang sering dialami oleh wanita hamil terutama trimester pertama dan mengenai sekitar 50-80% wanita hamil. Akupresur merupakan sebuah ilmu penyembuhan dengan cara menekan, memijat, mengurut bagian tubuh dengan mengaktifkan kembali keseimbangan energi dalam tubuh ibu karena tubuhnya beradaptasi dengan perubahan yang terjadi saat kehamilan. Dengan akupresur terutama pada titik perikardium 6 maka keseimbangan dalam tubuh ibu dapat diatasi.

**Tujuan Penelitian:** Diketuinya efektifitas terapi relaksasi akupresur terhadap penurunan keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I.

**Metode Penelitian:** Rancangan penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan desain *Case Control*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 22 responden dari Rumah Bersalin Rachmi Yogyakarta dengan teknik *Purposive Sampling*. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariabel dan bivariabel menggunakan *Mann Whitney U test* dengan tingkat kemaknaan  $p < 0,05$ .

**Hasil:** Ada perbedaan bermakna frekuensi mual dan muntah antara kelompok perlakuan dan kontrol. Penurunan frekuensi mual dan muntah pada kelompok perlakuan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok control ( $p = 0,026$ ).

**Kesimpulan:** Terapi akupresur efektif dalam menurunkan keluhan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Rumah Bersalin Rachmi Yogyakarta.

**Saran:** Memberikan terapi akupresur kepada ibu hamil yang mengeluh mual dan muntah pada trimester I. Membuat jadwal rutin pemberian terapi akupresur. Mengukur kadar HCG, hormon endorphin, peristaltik usus, intensitas dan durasi mual dan muntah.

**Kata kunci :** akupresur, mual muntah, ibu hamil

## ABSTRACT

**Background:** Nausea and vomiting are the most common symptoms in pregnancy and have affected 50-80% pregnant women. Acupressure is a science of healing by tapping, massaging, massage the body with the intention of reactivating the energy balance in mother's body because the body adapt to the changes that occur during pregnancy. With acupressure, especially at point pericardium 6 the balance in the body of mother can be overcome.

**Objective:** Known effectiveness of acupressure relaxation therapy to reducing complaints of nausea and vomiting in the first trimester pregnancy.

**Method:** This was a quasi experimental study with Case Control design. Sample size was 22 respondents from Rachmi Maternity Hospital Yogyakarta with purposive sampling technique. Data analysis used univariable analysis and bivariable with Mann Whitney U test with a significance level  $p < 0.05$ .

**Result:** There was a significant difference in the frequency of nausea and vomiting between treatment and control groups. The decreased of frequency of nausea and vomiting in the treated group was higher than the control group ( $p = 0.026$ ).

**Conclusion:** Acupressure therapy effective in reducing complaints of nausea and vomiting in first trimester pregnancy at Rachmi Maternity Hospital Yogyakarta.

**Suggestion:** Provide acupressure therapy to pregnant women who complained of nausea and vomiting in trimester I. Create a regular schedule acupressure therapy. Measure the levels of HCG, the hormone endorphin, intestinal peristalsis, the intensity and duration of nausea and vomiting.

**Keywords :** acupressure, nausea vomiting, pregnancy