

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dialami oleh setiap wanita selama masa reproduksi, dimulai sejak fertilisasi hingga persalinan. Selama periode ini, tubuh mengalami perubahan anatomi dan fisiologi yang kompleks sebagai adaptasi terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Perubahan hormonal, khususnya peningkatan kadar human chorionic gonadotropin (hCG), estrogen, dan progesteron, memengaruhi berbagai sistem tubuh, termasuk sistem gastrointestinal. Peningkatan hormon tersebut berkaitan erat dengan timbulnya keluhan mual dan muntah pada awal masa kehamilan, yang umumnya dikenal sebagai morning sickness (Cunningham et al., 2018; Huang, 2024).

Mual dan muntah pada kehamilan merupakan keluhan yang sangat umum terjadi, terutama pada trimester pertama. Berdasarkan data global yang terbaru, sekitar 70–80% ibu hamil mengalami keluhan ini, dengan sebagian besar berada dalam kategori ringan hingga sedang (Y. ; Z. H. ; L. X. ; C. R. Wang, 2024) . Meskipun sering dianggap sebagai kondisi fisiologis, gejala yang tidak tertangani dengan baik dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan ibu dan janin, seperti dehidrasi, gangguan elektrolit, penurunan berat badan, gangguan nutrisi, dan menurunnya kualitas hidup (S. H. ; K. M. J. ; P. J. W. Lee, 2023) . Kondisi yang parah, yakni hiperemesis gravidarum,

dapat menyebabkan komplikasi serius seperti gangguan fungsi hati dan ginjal serta defisiensi (Kelly, 2022)

Di Indonesia, sebagaimana dilaporkan oleh Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023, cakupan kunjungan antenatal pertama (K1) telah mencapai lebih dari 95%, sedangkan kunjungan keempat (K4) mencapai di atas 85%, yang menunjukkan akses pelayanan kesehatan ibu hamil relatif baik (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023) Di Provinsi Jawa Tengah, angka ini bahkan lebih tinggi dengan K1 $\geq 98\%$ dan K4 $\geq 95\%$ (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2024) . Di Kabupaten Semarang sendiri, skor K4 mencapai 97,2% berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Semarang Tahun 2025 (Badan Pusat Statistik Kabupaten Semarang, 2025) Namun demikian, tingginya cakupan kunjungan tidak serta merta menghilangkan keluhan fisiologis yang dirasakan ibu hamil, salah satunya adalah mual dan muntah. Di wilayah kerja Puskesmas Jimbaran tercatat 485 ibu hamil yang menjalani pemeriksaan K4 pada tahun 2025, dan terdapat 28 ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah, dengan 15 di antaranya (53,3%) berada pada kategori sedang hingga berat (Puskesmas Jimbaran, 2025)

Desa Jimbaran merupakan sebuah desa yang secara geografis berada di wilayah kerja Puskesmas Jimbaran, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah. Desa ini memiliki jumlah penduduk ± 3.200 jiwa dengan jumlah ibu hamil trimester I yang cukup signifikan setiap tahunnya. Mayoritas penduduk desa bekerja sebagai buruh pabrik, pedagang kecil, atau petani rempah. Desa Jimbaran dikenal sebagai salah satu sentra penghasil rempah jahe di wilayah

Kabupaten Semarang, di mana komoditas jahe (*Zingiber officinale*) telah lama menjadi bagian dari kultur lokal dan digunakan masyarakat sebagai bahan minuman tradisional untuk membantu menjaga kesehatan pencernaan dan mengurangi rasa mual. Secara kultural, konsumsi jahe juga sering dipadukan dengan pola makan sehari-hari masyarakat sebagai upaya tradisional untuk mengatasi gangguan pencernaan. Meskipun demikian, pemanfaatan terapi nonfarmakologis lainnya seperti akupresur masih belum banyak dikenal dan diterapkan oleh ibu hamil di desa ini, terutama dalam konteks pelayanan kesehatan dasar.

Penatalaksanaan mual muntah selama kehamilan dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis umumnya meliputi pemberian vitamin B6 (piridoksin), antihistamin, kombinasi doxylamine-pyridoxine, serta antiemetik lain sesuai indikasi medis. Namun, penggunaan obat-obatan pada ibu hamil harus memperhatikan keamanan janin dan efek samping, sehingga sering kali menjadi kekhawatiran bagi ibu hamil dan tenaga kesehatan (American College of Obstetricians and Gynecologists, 2024)

Pendekatan nonfarmakologis menjadi alternatif yang penting dalam praktik kebidanan untuk membantu ibu hamil mengatasi mual muntah dengan risiko efek samping yang minimal. Berbagai strategi nonfarmakologis yang telah diteliti meliputi modifikasi pola makan (makan sedikit tetapi sering, menghindari makanan berbau tajam), konsumsi jahe, teknik relaksasi, aromaterapi, serta terapi komplementer seperti akupresur (Viljoen, 2014; Y. ;

Z. H. ; L. X. ; C. R. Wang, 2024). Khususnya, akupresur merupakan metode terapi yang melibatkan pemberian tekanan pada titik-titik akupunktur tertentu yang diyakini dapat merangsang saraf perifer untuk mengatur respons pusat muntah.

Titik akupresur PC6 (Neiguan) terletak pada pergelangan tangan bagian dalam dan secara luas telah diteliti terkait efeknya dalam mengurangi mual dan muntah dengan mekanisme modulasi sistem saraf otonom yang menurunkan impuls mual menuju pusat muntah di medula oblongata (N. M. ; F. A. Lee, 2009) . Titik ST36 (Zusanli) berada di bawah lutut dan berperan dalam meningkatkan motilitas lambung dan fungsi pencernaan, sehingga memberikan efek positif pada pengurangan gejala gastrointestinal termasuk mual dan muntah (J. H. ; P. S. Y. ; L. H. J. Kim, 2024)

Beberapa penelitian terbaru menunjukkan efektivitas akupresur dalam mengurangi mual muntah pada kehamilan trimester I. Sulistiani dan Kamidah (2024) menemukan bahwa akupresur pada titik PC6 dan ST36 secara signifikan menurunkan frekuensi emesis gravidarum dari rata-rata 4,65 kali menjadi 2,70 kali per hari (Sulistiani & Kamidah, 2024). Temuan serupa juga dilaporkan oleh Wang et al. (2024) dalam meta-analisisnya yang menunjukkan bahwa akupresur merupakan intervensi nonfarmakologis efektif dan aman untuk mengurangi gejala mual muntah selama kehamilan, dengan bukti yang konsisten dari studi klinis terkontrol (Y. ; Z. H. ; L. X. ; C. R. Wang, 2024).

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada Oktober 2025 di Desa Jimbaran terhadap 30 ibu hamil trimester I menunjukkan bahwa 21 responden (70%) mengalami mual muntah, dan frekuensi rata-rata mual muntah sebelum intervensi akupresur mencapai 6,53 kali per hari (SD 1,060; rentang 5–8 kali). Sebagian besar responden hanya mendapatkan penanganan farmakologis berupa vitamin B6 dan antiemetik serta anjuran pola makan sederhana, sementara edukasi mengenai terapi nonfarmakologis akupresur belum pernah diterima. Hal ini menunjukkan adanya gap antara kebutuhan ibu hamil akan penanganan mual muntah yang aman dan efektif dengan tingkat pemahaman dan layanan edukatif yang tersedia.

Berdasarkan kondisi di lapangan, tingginya kejadian mual muntah pada ibu hamil trimester I di Desa Jimbaran, rendahnya pengetahuan tentang terapi nonfarmakologis, serta keberadaan potensi lokal berupa rempah jahe yang secara tradisional digunakan masyarakat untuk mengatasi keluhan gastrointestinal, menjadi alasan kuat untuk melakukan penelitian tentang pengaruh terapi akupresur titik PC6 dan ST36 terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah yang kuat untuk memperkuat praktik kebidanan komplementer dalam asuhan antenatal di tingkat pelayanan primer dan mendukung pemanfaatan kearifan lokal dalam menunjang kesehatan ibu hamil.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana Efektifitas terapi akupresure titik PC 6 dan ST 36 terhadap Frekuensi mual muntah ibu hamil trimester 1 Desa Jimbaran Kabupaten Semarang?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektifitas terapi akupresur titik PC 6 terhadap Frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester Desa Jimbaran Kabupaten Semarang

2. Tujuan Khusus

- a. Mengambarkan Frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I sebelum dilakukan terapi akupresure titik PC 6 dan ST 36 Desa Jimbaran Kabupaten Semarang
- b. Mengambarkan Frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I Sesudah dilakukan terapi akupresure titik PC 6 dan ST 36 Desa Jimbaran Kabupaten Semarang
- c. Mengetahui efektifitas terapi akupresure titik PC 6 dan ST 36 terhadap Frekuensi mual muntah ibu hamil trimester 1 Desa Jimbaran Kabupaten Semarang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Universitas Ngudi Waluyo

Penelitian ini dapat memberikan wawasan berharga bagi program studi kebidanan, sehingga fakultas dapat memperkaya kurikulum yang berkaitan dengan praktik akupresur dan penanganan mual muntah. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat mendorong kerja sama antara universitas dan puskesmas dalam program pengabdian kepada masyarakat.

2. Bagi Ibu Hamil dan Mahasiswa

Penelitian ini saran menjadi sumber referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa dan ibu hamil dalam memahami teknik akupresur, khususnya pada titik PC6 dan ST 36, serta efektivitasnya dalam mengurangi mual muntah. Informasi ini penting untuk meningkatkan kesejahteraan ibu hamil, terutama pada trimester pertama, serta memperkaya wawasan mahasiswa dalam praktik kebidanan.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini saran dapat menjadi dasar bagi studi-studi berikutnya dalam mengeksplorasi lebih lanjut manfaat akupresur. Misalnya, penelitian lanjutan dapat meneliti pengaruh akupresur terhadap aspek kesehatan mental ibu hamil atau melihat hubungan antara teknik ini dengan faktor lain yang berkontribusi terhadap mual muntah.