



| Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jum'at | Sabtu | Minggu |
|-------|--------|------|-------|--------|-------|--------|
| V     |        |      | V     |        | V     | V      |

# TERAPI PROMAMA

dalam Asuhan Kebidanan Kehamilan

Nur Maziyah Hurin'in  
Tri Yunita Fitria Damayanti  
Nur Cholila

TERAPI PROMAMA  
DALAM ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN

Nur Maziyah Hurin'in  
Tri Yunita Fitria Damayanti  
Nur Cholila



**Tahta Media Group**

## UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

### **Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4**

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

### **Pembatasan Pelindungan Pasal 26**

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

### **Sanksi Pelanggaran Pasal 113**

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

# TERAPI PROMAMA DALAM ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN

Penulis:

Nur Maziyah Hurin'in  
Tri Yunita Fitria Damayanti  
Nur Cholila

Desain Cover:

Tahta Media

Editor:

Tahta Media

Proofreader:

Tahta Media

Ukuran:

vii, 67, Uk: 15,5 x 23 cm

ISBN: 978-634-262-022-9

Cetakan Pertama:

Oktober 2025

Hak Cipta 2025, Pada Penulis

---

Isi diluar tanggung jawab percetakan

---

**Copyright © 2025 by Tahta Media Group**

All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang  
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau  
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini  
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

**PENERBIT TAHTA MEDIA GROUP**  
**(Grup Penerbitan CV TAHTA MEDIA GROUP)**  
Anggota IKAPI (216/JTE/2021)

## PRAKATA

Selamat datang dalam panduan komprehensif ini, "Terapi Promama Dalam Asuhan Kebidanan Kehamilan". Buku ini hadir dari keprihatinan mendalam terhadap berbagai tantangan yang sering dialami ibu hamil, khususnya di trimester pertama. Mual muntah kehamilan/ *Nausea and vomiting of pregnancy* (NVP), kecemasan, anemia, dan masalah kenaikan berat badan seringkali menjadi penghalang bagi pengalaman kehamilan yang sehat dan bahagia. Kami memahami bahwa penanganan farmakologis memiliki keterbatasan dan terkadang menimbulkan kekhawatiran, oleh karena itu, kami menginisiasi penelitian mendalam untuk mencari solusi non-farmakologis yang aman, efektif, dan holistik. Buku ini merupakan hasil penelitian dan pengembangan konsep PROMAMA, sebuah kombinasi unik dari Akupresur pada titik P6 (Neiguan), Moksibusi pada titik ST36 (Zusanli), dan Aromaterapi Jahe. Kami menyajikan temuan-temuan ilmiah yang kuat, yang menunjukkan bagaimana intervensi komplementer ini dapat secara signifikan mengurangi mual muntah, meredakan kecemasan, dan meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Anda akan diajak memahami secara mendalam tentang NVP, anemia, dan kecemasan selama kehamilan, serta bagaimana setiap komponen PROMAMA bekerja secara sinergis untuk memberikan manfaat optimal.

Kami juga menyertakan panduan praktis implementasi PROMAMA, menjadikannya sumber daya yang aplikatif bagi Anda. Penyusunan buku ini tidak lepas dari dukungan berbagai pihak. Kami mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada seluruh tim peneliti, responden studi, lembaga pendidikan, dan penyandang dana yang telah memungkinkan terlaksananya penelitian ini. Apresiasi juga kami sampaikan kepada para ahli di bidang kebidanan, kedokteran komplementer, dan kesehatan masyarakat yang telah memberikan masukan berharga. Tak lupa, kami berterima kasih kepada keluarga dan kerabat atas pengertian dan dukungannya selama proses penyusunan buku ini. Mengapa buku ini layak untuk Anda baca? Karena buku ini menawarkan harapan dan solusi nyata. Jika Anda seorang ibu hamil yang mencari cara alami dan terbukti secara ilmiah untuk mengatasi ketidaknyamanan kehamilan, atau seorang praktisi kesehatan yang ingin memperkaya khazanah intervensi non-farmakologis, buku ini adalah

jawabannya. Kami percaya, dengan memahami dan menerapkan panduan di dalamnya, Anda dapat meraih pengalaman kehamilan yang lebih nyaman, sehat, dan penuh persiapan untuk menyambut buah hati Anda. Lebih dari itu, intervensi PROMAMA berkontribusi pada upaya pencegahan stunting dan peningkatan kualitas hidup ibu hamil, sebuah investasi berharga bagi generasi mendatang. Selamat membaca dan semoga buku ini menjadi bekal berharga bagi perjalanan kehamilan Anda.

Hormat kami,

Penulis

# DAFTAR ISI

|   |    |
|---|----|
| PRAKATA.....  | iv |
| DAFTAR ISI.....   | vi |
| BAB 1 TERAPI KOMPLEMENTER IBU HAMIL .....   | 1  |
| 1.1 Pendahuluan.....  | 1  |
| 1.2 Terapi Komplementer Mual Muntah untuk Ibu Hamil .....                             | 2  |
| Daftar Pustaka .....  | 4  |
| BAB 2 MUAL MUNTAH DALAM KEHAMILAN DAN ANEMIA PADA KEHAMILAN.....                      | 7  |
| 2.1 Mual Muntah dalam Kehamilan: Etiologi dan Mekanisme.....                          | 7  |
| 2.2 Anemia pada Kehamilan: Penyebab dan Dampak.....                                   | 9  |
| 2.3 Kecemasan pada Kehamilan dan Pengaruhnya .....                                    | 13 |
| 2.4 Pentingnya Kenaikan Berat Badan yang Sehat selama Kehamilan .                     | 16 |
| Daftar Pustaka .....  | 20 |
| BAB 3 INTERVENSI TERAPI KOMPLEMENTER PROMAMA .....                                    | 23 |
| 3.1 Akupresur pada Titik P6 (Neiguan).....  | 23 |
| 3.2 Konsep Moksibusi dan Titik Zusanli (ST36).....                                    | 26 |
| 3.3 Aromaterapi Jahe .....  | 30 |
| 3.4 Sinergi Kombinasi PROMAMA: Pendekatan Multimodal untuk Mual Muntah Kehamilan..... | 32 |
| Daftar Pustaka .....  | 37 |
| BAB 4 EFEKTIVITAS KLINIS PROMAMA .....  | 43 |
| 4.1 Pengaruh PROMAMA terhadap Mual Muntah Kehamilan.....                              | 43 |
| 4.2 Pengaruh PROMAMA terhadap Tingkat Kecemasan .....                                 | 44 |
| 4.3 Pengaruh PROMAMA terhadap Kadar Hemoglobin .....                                  | 44 |
| 4.4 Pengaruh PROMAMA terhadap Kenaikan Berat Badan .....                              | 45 |
| Daftar Pustaka .....  | 47 |
| BAB 5 IMPLEMENTASI KLINIS DAN IMPLIKASI KEBIJAKAN .....                               | 49 |
| 5.1 Panduan Praktis Penerapan PROMAMA .....   | 49 |
| 5.2 Manfaat PROMAMA dalam Layanan Antenatal.....                                      | 52 |
| 5.3 Implikasi untuk Kebijakan Kesehatan .....   | 54 |
| 5.4 Tantangan dan Arah Penelitian Selanjutnya .....                                   | 55 |
| Daftar Pustaka .....  | 56 |

|   |    |
|---|----|
| Bab 6 KONTRIBUSI TERAPI KOMPLEMENTER PROMAMA<br>TERHADAP KESEHATAN IBU DAN ANAK ..... | 58 |
| 6.1 Efektivitas Promama.....  | 58 |
| 6.2 Kontribusi PROMAMA terhadap Kesehatan Ibu dan Anak.....                           | 59 |
| 6.3 Rekomendasi Masa Depan .....  | 60 |
| Daftar Pustaka .....  | 61 |
| GLOSARIUM .....   | 62 |
| BIODATA PENULIS.....  | 65 |



---

# ***BAB 1***

## ***TERAPI KOMPLEMENTER***

### ***IBU HAMIL***

---

#### **1.1 PENDAHULUAN**

Kehamilan merupakan periode fisiologis yang penting dalam kehidupan seorang wanita, ditandai dengan perubahan fisik dan hormonal yang signifikan. Namun, bagi sebagian besar ibu hamil, trimester pertama seringkali diwarnai oleh keluhan mual dan muntah kehamilan, yang secara umum dikenal sebagai *morning sickness*. Meskipun sering dianggap sebagai bagian normal dari kehamilan, prevalensi NVP sangat tinggi, mencapai 50-90% secara global dan 50-80% di Indonesia, sebagaimana dicatat oleh Hu, Yang, & Hu (2024) dan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban (Sari et al., 2023).

Kondisi mual muntah dapat bervariasi dari ringan hingga parah, termasuk *hyperemesis gravidarum* (HG) yang memerlukan penanganan medis intensif (Fejzo et al., 2019; Bustos, Venkataramanan, & Caritis, 2017). NVP yang tidak tertangani dengan baik memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kualitas hidup ibu hamil, seringkali mengganggu aktivitas sehari-hari, waktu kerja yang hilang, dan peningkatan biaya perawatan kesehatan (Attard et al., 2002; Piwko et al., 2013). Lebih jauh lagi, NVP dapat menyebabkan risiko komplikasi kehamilan yang serius, termasuk dehidrasi, ketidakseimbangan elektrolit, penurunan berat badan, anemia, *intrauterine growth restriction* (IUGR), *berat badan lahir rendah* (BBLR), dan bahkan meningkatkan risiko *stunting* pada anak akibat asupan nutrisi ibu hamil yang tidak mencukupi selama kehamilan (Ramin, 2018;

## DAFTAR PUSTAKA

- Adlan, A. S., Chooi, K. Y., & Mat Adenan, N. A. (2017). Acupressure as adjuvant treatment for the inpatient management of nausea and vomiting in early pregnancy: A double-blind randomized controlled trial. *J Obstet Gynaecol Res*, 43(4), 662–668.
- Amzajerdi, A., Keshavarz, M., Montazeri, A., & Bekhradi, R. (2021). Effect of lavender oil on nausea, vomiting, and anxiety in pregnant women: a randomized clinical trial. *J Fam Med Prim care*, 8(8), 2597–601.
- Attard, C. L., Kohli, M. A., Coleman, S., Bradley, C., Hux, M., Atanackovic, G., et al. (2002). The burden of illness of severe nausea and vomiting of pregnancy in the United States. *Am J Obstet Gynecol*, 186(2), S220–7.
- Bustos, M., Venkataramanan, R., & Caritis, S. (2017). Nausea and Vomiting of Pregnancy—What's New? *Autonomic Neuroscience*, 176(3), 139–148.
- Chen, L., & Michalsen, A. (2017). Management of chronic pain using complementary and integrative medicine. *BMJ*, 357, j1284.
- Farlikhatun, L., & Rofiqoh, L. A. (2025). Pengaruh akupresur titik perikardium 6 (pc6) terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di pmb maya sofya kotaagung. *J Ilm Kesehat*, 14(1), 73–9.
- Fejzo, M. S., Trovik, J., Grooten, I. J., Sridharan, K., Roseboom, T. J., & Vikanes, Å. (2019). Nausea and vomiting of pregnancy and hyperemesis gravidarum. *Nat Rev Dis Prim*, 5(1).
- Hu, Y., Yang, Q., & Hu, X. (2024). The efficacy and safety of acupuncture and moxibustion for the management of nausea and vomiting in pregnant women: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 10(2), e24439.
- Mohd Nafiah, N. A., Chieng, W. K., Zainuddin, A. A., Chew, K. T., Kalok, A., Abu, M. A., et al. (2022). Effect of Acupressure at P6 on Nausea and Vomiting in Women with Hyperemesis Gravidarum: A Randomized Controlled Trial. *Int J Environ Res Public Health*, 19(17).
- Novita, W., Pusvita, H., Intan, M., & Susanti, H. (2023). The effectiveness of giving lemon aromatherapy to reduce the frequency of emesis gravidarum in pregnant women. *Int J Obgyn Heal Sci*, 1(3), 98–103.

- O'Brien, B., & Naber, S. (1992). Nausea and vomiting during pregnancy: effects on the quality of women's lives. *Birth*, 19(3), 138–43.
- Panchal, M., Rana, P., Garg, N., Dhankhar, S., Sharma, H., & Chauhan, S. (2024). A Comprehensive Review of Alternative Therapeutic Approaches for Nausea and Vomiting Relief in Pregnancy. *New Emirates Med J*, 5.
- Parker, S. E., Van Bennekom, C., Anderka, M., & Mitchell, A. A. (2018). Ondansetron for treatment of nausea and vomiting of pregnancy and the risk of specific birth defects. *Obstet Gynecol*, 132(2), 385–94.
- Piwko, C., Koren, G., Babashov, V., Vicente, C., & Einarson, T. R. (2013). Economic burden of nausea and vomiting of pregnancy in the USA. *J Popul Ther Clin Pharmacol*, 20(3), e149–60.
- Putri, G. A. A. A. D. H., Nurtini, N. M., & Teja, N. M. A. Y. R. (2024). Efektivitas Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil: Studi Kuasi-Eksperimental. *Bali Med J*, 11(1), 54–64.
- Putri, R. D., Astriana, A., Natalia, D. A., & Sari, N. E. (2022). Giving Aromatherapy Combination Of Lemon And Peppermint Affects The Intensity Of Nausea And Vomiting In Pregnant Women In Trimester I. *J Kebidanan Malahayati*, 8(2), 306–15.
- Rahma, M., & Rahayu, Y. S. (2024). The impact of using acupressure wristband on PC 6 point to reduce nausea and vomiting during pregnancy. *Malahayati Int J Nurs Heal Sci*, 7(1), 112–20.
- Raihanah, S., Djamil, M., & Jati, S. P. (2020). Moxibustion for nausea and vomiting in pregnancy. *J Kedokt dan Kesehatan Indones*, 11(1), 67–72.
- Ramin, S. M. (2018). ACOG PRACTICE BULLETIN No. 189 SUMMARY: Nausea and Vomiting of Pregnancy. *Obstet Gynecol*, 131(1), 190–3.
- Sari, A. P., Novitasari, I., & Cahyani, A. M. D. (2023). Kejadian Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 di Desa Suciharjo Kecamatan Pangenan Kabupaten Tuban. *Indonesian Health Science Journal*, 3(2), 19–25.
- Sari, B. P., Yuniarti, Y., & Heryati, K. (2023). The Effect of Lavender Aromatherapy in Reducing Emesis Gravidarum (First Trimester). *J Kebidanan*, 13(1), 27–33.

- Sebayang, W., Ramadhani, C. T., & Siregar, R. A. (2021). Pengaruh Aromatherapy Terhadap Mual Muntah Dalam Kehamilan (Systematic Riview). *J Ilm Kebidanan Imelda*, 7(2), 65–8.
- Yolency. (2024). *Pemkab Tuban Targetkan Angka Stunting Turun Lagi di Tahun 2024*. Diakses dari <https://tubankab.go.id/entry/pemkab-tuban-targetkan-angka-stunting-turun-lagi-di-tahun-2024>.

---

# ***BAB 2***

## ***MUAL MUNTAH DALAM KEHAMILAN DAN ANEMIA PADA KEHAMILAN***

---

### **2.1 MUAL MUNTAH DALAM KEHAMILAN: ETIOLOGI DAN MEKANISME**

*Nausea dan vomiting of pregnancy* (NVP) atau mual muntah dalam kehamilan, atau yang lebih dikenal sebagai *morning sickness*, adalah kondisi umum yang mempengaruhi sebagian besar wanita hamil. Kondisi ini dapat berkisar dari ringan hingga berat, bahkan berkembang menjadi *hyperemesis gravidarum* (HG) pada kasus yang lebih parah, yang dapat berdampak signifikan pada kualitas hidup wanita hamil dan kesehatan janin (Mohd Nafiah et al., 2022; Attard et al., 2002). Etiologi dan mekanisme NVP bersifat multifaktorial, melibatkan interaksi kompleks antara perubahan hormonal, respons neurologis, dan faktor plasenta.

#### **1. Faktor hormonal (hCG, estrogen, progesteron) dan perannya dalam NVP**

Perubahan hormonal yang drastis selama kehamilan merupakan pemicu utama NVP. Hormon *human chorionic gonadotropin* (hCG) telah lama diidentifikasi sebagai salah satu kandidat utama (Jansen et al., 2021). Peningkatan kadar hCG yang cepat pada trimester pertama, bertepatan dengan puncak insiden NVP, mendukung perannya. Meskipun mekanisme pasti bagaimana hCG memicu NVP belum sepenuhnya dipahami, diduga hCG dapat berinteraksi dengan kelenjar

## DAFTAR PUSTAKA

- ACOG (American College of Obstetricians and Gynecologists). (2018). *Nausea and Vomiting of Pregnancy: ACOG Practice Bulletin, Number 189*. *Obstetrics & Gynecology*, 131(1), e15-e30.
- ACOG (American College of Obstetricians and Gynecologists). (2020). *Physical Activity and Exercise During Pregnancy and the Postpartum Period: ACOG Committee Opinion, Number 804*. *Obstetrics & Gynecology*, 135(5), e178-e188.
- ACOG. (2018). *ACOG Practice Bulletin Summary: Clinical Management Guidelines for Obstetrician-Gynecologists, Number 189, January 2018 (Replaces Practice Bulletin 153, September 2015)*. The American College of Obstetricians and Gynecologists.
- ACOG. (2018). *ACOG Practice Bulletin Summary: Clinical Management Guidelines for Obstetrician–Gynecologists, Number 189, January 2018*. The American College of Obstetricians and Gynecologists.
- Amzajerdi, A., Keshavarz, M., Montazeri, A., & Bekhradi, R. (2021). Effect of Lavender Oil on Nausea, Vomiting, and Anxiety in Pregnant Women: A Randomized Clinical Trial. *Research Square (Preprint)*. doi:10.21203/rs.3.rs-681694/v1
- Attard, C.L., Kohli, M.A., Coleman, S., Bradley, C., Hux, M., Atanackovic, G., et al. (2002). The burden of illness of severe nausea and vomiting of pregnancy in the United States. *Am J Obstet Gynecol*, 186(S220–7).
- Attard, C.L., Kohli, M.A., Coleman, S., Bradley, C., Hux, M., Atanackovic, G., et al. (2002). The burden of illness of severe nausea and vomiting of pregnancy in the United States. *Am J Obstet Gynecol*, 186(S220–7).
- Blackburn, S. T. (2013). *Maternal, Fetal, & Neonatal Physiology: A Clinical Perspective* (4th ed.). Elsevier Saunders.
- Boelig, R.C., Barton, S.J., Saccone, G., Kelly, A.J., Edwards, S.J., & Berghella, V. (2018). Interventions for treating hyperemesis gravidarum: A Cochrane systematic review and meta-analysis. *J Matern Fetal Neonatal Med*, 31, 2492-2505.
- Brent, R. (2002). Medical, social, and legal implications of treating nausea and vomiting of pregnancy. *Am J Obstet Gynecol*, 186(S262–6).

- Butte, N. F., Shapiro, A. L., & Bacha, F. (2023). Gestational weight gain and body composition in pregnancy: A narrative review. *Obesity Research & Clinical Practice*, 17(1), 1–11.
- Chen, T., Zhang, W.W., Chu, Y.X., & Wang, Y.Q. (2020). Acupuncture for Pain Management: Molecular Mechanisms of Action. *Am J Chin Med*, 48, 793-811.
- Fejzo, M.S., Trovik, J., Grooten, I.J., Sridharan, K., Roseboom, T.J., Vikanes, Å., Painter, R.C., & Mullin, M.P. (2019). Nausea and vomiting of pregnancy and hyperemesis gravidarum. *Nat Rev Dis Primers*, 5, 62.
- Hu, Y., Yang, Q., & Hu, X. (2024). The efficacy and safety of acupuncture and moxibustion for the management of nausea and vomiting in pregnant women: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 10, e24439.
- Hurin'in, N. M., Cholila, N., & Damayanti, T. Y. F. (2024). Acupressure, Moxibustion, and Aromatherapy for Nausea and Vomiting in First Trimester Pregnancy: A Literature Review on Potential Stunting Prevention from the Womb. *Int. J. Midwifery Res*, 4(1), 48-57.
- Idawati, Novita, W., Pusvita, H., Intan, M., & Susanti, H. (2023). The effectiveness of giving lemon aromatherapy to reduce the frequency of emesis gravidarum in pregnant women. *International Journal on Obgyn and Health Sciences*, 1(3), 98-103.
- Jansen, L., Koot, M., Hooft, J.V., Dean, C., Bossuyt, P., Ganzevoort, W., Gauw, N., Van der Goes, B., Rodenburg, J., Roseboom, T., et al. (2021). The windsor definition for hyperemesis gravidarum: A multistakeholder international consensus definition. *Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol*,
- Kominiarek, M. A., & Rajan, P. (2016). Nutrition in Pregnancy. *Obstetrics and Gynecology Clinics of North America*, 43(2), 297–306.
- O'Brien, B. & Naber, S. (1992). Nausea and vomiting during pregnancy: effects on the quality of women's lives. *Birth*, 19(138-43).
- O'Brien, B., & Naber, S. (1992). Nausea and vomiting during pregnancy: effects on the quality of women's lives. *Birth*, 19(3), 138-143.
- Parker, S.E., Van Bennekom, C., Anderka, M., & Mitchell, A.A. (2018). Ondansetron for Treatment of Nausea and Vomiting of Pregnancy and the Risk of Specific Birth Defects. *Obstet Gynecol*, 132(2), 385–394.

- Piwko, C., Koren, G., Babashov, V., Vicente, C., & Einarson, T.R. (2013). Economic burden of nausea and vomiting of pregnancy in the USA. *J Popul Ther Clin Pharmacol*, 20, e149-60.
- Rahayu, S., Sanjaya, R., Mariatina, & Apriningrum, N. (2023). The Effect Of Lemon Aromatherapy On The Reduction Of Nausea And Vomiting In Pregnant Women In The First Trimester. *4th IC-RMUTK International Conference Proceedings*, 258.
- Rahma, M., & Rahayu, Y. S. (2024). The impact of using acupressure wristband on PC 6 point to reduce nausea and vomiting during pregnancy. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 7(1), 112-120.
- Rasmussen, K. M., & Yaktine, A. L. (Eds.). (2009). *Weight Gain During Pregnancy: Reexamining the Guidelines*. National Academies Press.
- Sari, A. R., Harismayanti, & Abunio, I. (2024). Penerapan Akupresur dan Terapi Aroma Lavender pada Ibu Hamil Trimester Pertama untuk Mengurangi Morning Sickness Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Edisi Khusus 2024*, 46-53.
- Sulistyowati, R., & Wulandari, R. C. L. (2021). Literature Review: The Effect of Lemon Aromatherapy on Emesis Gravidarum. *Eduvest – Journal of Universal Studies*, 1(9), 931-942.
- WHO. (2011). *Iron deficiency anaemia: assessment, prevention and control. A guide for programme managers*. World Health Organization.

---

# ***BAB 3***

## ***INTERVENSI TERAPI***

### ***KOMPLEMENTER PROMAMA***

---

#### **3.1 AKUPRESUR PADA TITIK P6 (NEIGUAN)**

Terapi komplementer telah semakin banyak digunakan sebagai pendekatan pelengkap atau alternatif dalam manajemen berbagai kondisi kesehatan, termasuk gejala mual dan muntah yang sering dialami ibu hamil. Salah satu metode terapi komplementer yang menarik perhatian adalah akupresur, khususnya pada titik P6 (Neiguan). Bagian ini akan mengulas sejarah, prinsip, mekanisme kerja, serta aplikasi dan keamanan akupresur P6 pada ibu hamil.

##### **1. Sejarah dan Prinsip Akupresur**

Akupresur adalah teknik penyembuhan kuno yang berasal dari pengobatan tradisional Tiongkok, dengan akar yang sama dengan akupunktur. Kedua metode ini didasarkan pada konsep energi vital atau "Qi" yang mengalir melalui jalur-jalur tertentu dalam tubuh yang disebut meridian. Perbedaan utamanya terletak pada alat yang digunakan: akupunktur menggunakan jarum halus untuk merangsang titik-titik meridian, sementara akupresur menggunakan tekanan fisik dari jari, ibu jari, atau alat tumpul lainnya. Titik-titik ini, yang dikenal sebagai titik akupresur atau akupoin, diyakini memiliki hubungan dengan organ internal dan fungsi tubuh tertentu. Dengan memberikan tekanan pada titik-titik ini, aliran Qi dapat diseimbangkan, yang pada gilirannya dapat meredakan gejala dan mempromosikan penyembuhan (Ernst & White, 2000).

## DAFTAR PUSTAKA

- Basirat, N. (2008). *The Effect of Ginger on Nausea and Vomiting in Pregnancy: A Randomized Clinical Trial*. Journal of Gorgan University of Medical Sciences.
- Carlsson, C., Sahlén, N., & Lindgren, B. (2017). Acupressure for morning sickness: a systematic review. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 62(1), 54-61.
- Chen, S., Li, Y., Wu, M., & Yang, X. (2018). Immunomodulatory effects of moxibustion on inflammatory diseases: A systematic review. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 38(2), 263-272.
- Citrawati, N. K., & Arwidiana, I. D. P. (2022). Penggunaan Aromaterapi Jahe pada Ibu Hamil Trimester I untuk Mengatasi Emesis Gravidarum. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(2), 171-180.
- Citrawati, N. K., & Arwidiana, I. D. P. (2022). Penggunaan Aromaterapi Jahe pada Ibu Hamil Trimester I untuk Mengatasi Emesis Gravidarum. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(2), 171-180.
- Dewi, A. K., Dary, D., & Tampubolon, R. (2021). Status Gizi dan Perilaku Makan Ibu Selama Kehamilan Trimester Pertama. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 6(1), 135-144. <https://doi.org/10.14710/jekk.v6i1.10413>
- Dewi, A. K., Dary, D., & Tampubolon, R. (2021). Status Gizi dan Perilaku Makan Ibu Selama Kehamilan Trimester Pertama. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 6(1), 135-144. <https://doi.org/10.14710/jekk.v6i1.10413>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Bali 2021*. Dinas Kesehatan Provinsi Bali.
- Dundee, J.W., & Sourial, F.B. (1993). Serotonin and its role in nausea and vomiting. *Journal of Pharmacy and Pharmacology*, 45(Suppl 1), 60-64.
- Ekacahyaningtyas, M., Murti, D. K., & Nurlaily, A. P. (2022). Aromaterapi Ginger Oil untuk Menurunkan Derajat Morning Sickness pada Ibu Hamil Trimester I. 3(1), 1-5.
- Ekacahyaningtyas, M., Murti, D. K., & Nurlaily, A. P. (2022). Aromaterapi Ginger Oil untuk Menurunkan Derajat Morning Sickness pada Ibu Hamil Trimester I. 3(1), 1-5.

- Ernst, E., & White, A.R. (2000). Acupressure for nausea and vomiting: a systematic review of randomised clinical trials. *Archives of Internal Medicine*, 160(21), 3298-3304.
- Ezzo, J., Streitberger, B.W., & Schneider, R. (2006). Is acupuncture effective for the treatment of nausea in pregnancy? A meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 14(3), 227-234.
- Fauziah, Q., Wiratmo, P. A., & Sutandi, A. (2019). Hubungan Status Gravida Terhadap Tingkat Keparahan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil. *Binawan Student Journal*, 1(3), 160-166. <https://doi.org/10.54771/bsj.v1i3.81>
- Fauziah, Q., Wiratmo, P. A., & Sutandi, A. (2019). Hubungan Status Gravida Terhadap Tingkat Keparahan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil. *Binawan Student Journal*, 1(3), 160-166. <https://doi.org/10.54771/bsj.v1i3.81>
- Guo, J., Li, X., Wang, Y., & Liu, P. (2021). Effects of acupuncture and moxibustion on gastrointestinal motility disorders: A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 56, 102604.
- Harmon, D., Gardiner, J., Kelly, A., & Bowen, M. (2000). Acupressure and antiemetic drugs for the prevention of postoperative nausea and vomiting. *British Journal of Anaesthesia*, 84(6), 701-705.
- Herni, K. (2019). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan, Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 44-51. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v11i1.617>
- Herni, K. (2019). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan, Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 44-51. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v11i1.617>
- Hu, S., Stener-Victorin, E., & Lundeberg, T. (2005). Electroacupuncture and sensory stimulation (ES) as alternatives to opioid administration for postoperative pain control. *Current Drug Targets - CNS & Neurological Disorders*, 4(4), 415-420.

- Hu, S., Yang, Q., & Hu, X. (2024). The efficacy and safety of acupuncture and moxibustion for the management of nausea and vomiting in pregnant women: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 10(1), e24439.
- Hu, Y., Yang, Q., & Hu, X. (2024). The efficacy and safety of acupuncture and moxibustion for the management of nausea and vomiting in pregnant women: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 10(2), e24439.
- Kim, K. H., Park, C. S., & Kim, C. H. (2019). Activation of TRPV1 by moxibustion mediates analgesic and anti-inflammatory effects. *Pain Research and Management*, 2019, 7659021.
- Kim, S. J., & Kang, C. H. (2020). Acupuncture and autonomic nervous system regulation: A review of current evidence. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 13(1), 1-8.
- Lee, J. S., & Jo, G. Y. (2018). Nitric oxide as a mediator of acupuncture and moxibustion. *Molecules*, 23(6), 1435.
- Lin, R., Wu, Q., Li, J., & Chen, S. (2017). Moxibustion for functional gastrointestinal disorders: A systematic review and meta-analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2017, 6418932.
- Mann, T.A., Lee, H., & Kim, M.S. (2011). Neurophysiological mechanisms of acupuncture-induced analgesia. *Pain*, 152(Suppl 1), S10-S17.
- Marlina, H., & Astina, N. P. (2017). Manfaat Permen Jahe dan Permen Mint Dalam Mengatasi Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Teknologi Kesehatan*, 8(1).
- Marlina, H., & Astina, N. P. (2017). Manfaat Permen Jahe dan Permen Mint Dalam Mengatasi Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Teknologi Kesehatan*, 8(1).
- Mudlikah, S., & Ningrum, N. I. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Mual Muntah Kehamilan dengan Waktu Mual. *Jurnal Kebidanan*, 5(April), 1-6.  
<https://doi.org/10.21070/mid.v5i1.2480>

- Mudlikah, S., & Ningrum, N. I. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Mual Muntah Kehamilan dengan Waktu Mual. *Jurnal Kebidanan*, 5(April), 1-6. <https://doi.org/10.21070/mid.v5i1.2480>
- Park, J., Sohn, Y., White, A.R., & Lee, H. (2014). The safety of acupuncture during pregnancy: a systematic review. *Acupuncture in Medicine*, 32(3), 257-266.
- Parker, S. E., Van Bennekom, C., Anderka, M., & Mitchell, A. A. (2018). Ondansetron for Treatment of Nausea and Vomiting of Pregnancy and the Risk of Specific Birth Defects. *Obstetrics & Gynecology*, 132(2), 385–394. <https://doi.org/10.1097/AOG.0000000000002679>
- Pebrianty, L., & Ritonga, N. (2021). Efektivitas Seduhan Zingiber Officinale (Jahe) dalam Mengatasi Mual Muntah pada Kehamilan Trimester I. 10(1), 176-181. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.297>
- Pebrianty, L., & Ritonga, N. (2021). Efektivitas Seduhan Zingiber Officinale (Jahe) dalam Mengatasi Mual Muntah pada Kehamilan Trimester I. 10(1), 176-181. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.297>
- Pitriani, P., Patimah, S., & Kurnia, H. (2019). Pengaruh Hipnoterapi terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Tasikmalaya Tahun 2019. *Midwife Journal*, 5(02), 1-10.
- Pitriani, P., Patimah, S., & Kurnia, H. (2019). Pengaruh Hipnoterapi terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Tasikmalaya Tahun 2019. *Midwife Journal*, 5(02), 1-10.
- Pramesti, N. A., Surtikanti, S., & Puspita, D. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Muntah (Emesis) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Durian Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11(1), 21-32. <https://doi.org/10.54630/jk2.v11i1.115>
- Pramesti, N. A., Surtikanti, S., & Puspita, D. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Muntah (Emesis) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Durian Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11(1), 21-32. <https://doi.org/10.54630/jk2.v11i1.115>

- Qin, Y., Liu, P., Lu, C., & Zhang, Y. (2022). The role of TRPV1 in the mechanism of moxibustion. *Journal of Traditional Chinese Medical Sciences*, 9(3), 265-272.
- Retni, A., & Damansyah, H. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. 2(1), 106-115.
- Retni, A., & Damansyah, H. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. 2(1), 106-115.
- Roscoe, D.L., & Blake, G.J. (2002). Acupressure for the control of nausea and vomiting in pregnancy. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 31(2), 221-228.
- Schiff, E., Arad, M., & Schiff, E. (2011). Acupressure and acupuncture for nausea and vomiting of pregnancy. *Obstetrics & Gynecology Clinics of North America*, 38(4), 793-802.
- Siwi, R. P. Y., Retnaningtyas, E., Wulandari, A., & Jayat, L. D. (2022). The Effectiveness of Ginger Oil Aromatherapy and Lemon Oil Aromatherapy on Reducing Emesis Gravidarum in Pregnant Women. 10(5). <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i5.992>
- Siwi, R. P. Y., Retnaningtyas, E., Wulandari, A., & Jayat, L. D. (2022). The Effectiveness of Ginger Oil Aromatherapy and Lemon Oil Aromatherapy on Reducing Emesis Gravidarum in Pregnant Women. 10(5). <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i5.992>
- Soa, U. O. M., Amelia, R., & Octaviani, D. A. (2018). Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Merah dan Daun Mint dengan Jeruk Nipis dan Madu terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Waepana, Ngada, NTT. *Jurnal Kebidanan*, 8, 157-167. <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3745>
- Soa, U. O. M., Amelia, R., & Octaviani, D. A. (2018). Perbandingan Efektivitas Pemberian Rebusan Jahe Merah dan Daun Mint dengan Jeruk Nipis dan Madu terhadap Mual Muntah pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Waepana, Ngada, NTT. *Jurnal Kebidanan*, 8, 157-167. <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3745>

- Tania, A. A., Yudianti, I., Sendra, E., & Indriani, R. (2022). The Effect of Herbal Therapy on Emesis Gravidarum. 1(1), 11-38. <https://doi.org/10.55927/ijsmpe.v1i1.2207>
- Tania, A. A., Yudianti, I., Sendra, E., & Indriani, R. (2022). The Effect of Herbal Therapy on Emesis Gravidarum. 1(1), 11-38. <https://doi.org/10.55927/ijsmpe.v1i1.2207>
- Vickers, A., & Smith, C. (2001). Acupuncture for nausea and vomiting: an update. *British Journal of Anaesthesia*, 86(3), 325-333.
- Wang, K., Kain, Z.N., & White, P.F. (2001). Acupressure and acupuncture for the prevention of postoperative nausea and vomiting: a review. *Anesthesia & Analgesia*, 92(6), 1438-1444.
- Wang, L., Zhang, Y., & Li, M. (2023). Mechanisms of acupuncture and acupressure at PC6 (Neiguan) for nausea and vomiting: A review. *Journal of Clinical Acupuncture and Moxibustion*, 43(1), 58-63.
- Wirda, Ernawati, Oktaviana, D., Suardi, & Nofia. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangarabombang Kabupaten Takalar. *Journal of Islamic Nursing*, 5(2), 127. <https://doi.org/10.24252/join.v5i2.17631>
- Wirda, Ernawati, Oktaviana, D., Suardi, & Nofia. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangarabombang Kabupaten Takalar. *Journal of Islamic Nursing*, 5(2), 127. <https://doi.org/10.24252/join.v5i2.17631>
- Xiong, Y., Wang, P., Wang, Z., & Chen, S. (2017). Zusanli (ST36) acupoint: A review of its role in gastrointestinal diseases. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 10(3), 162-168.
- Zhao, L., Huang, S., Chen, S., & Li, H. (2020). The effects of moxibustion on local blood circulation: A review. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 40(1), 108-115.

---

# *BAB 4*

## *EFEKTIVITAS KLINIS PROMAMA*

---

### **4.1 PENGARUH PROMAMA TERHADAP MUAL MUNTAH KEHAMILAN**

Mual dan muntah kehamilan merupakan keluhan umum yang sering dialami oleh wanita hamil trimester pertama, berdampak pada asupan nutrisi dan kualitas hidup (Hurin'in et al., 2025). Intervensi PROMAMA menunjukkan efektivitas yang signifikan dalam mengurangi tingkat keparahan NVP. Pada analisis data pre-test, post-test 1 (minggu ke-2), dan post-test 2 (minggu ke-4) menggunakan kuesioner PUQE-24, kelompok intervensi, terutama kelompok intensif, menunjukkan penurunan yang paling mencolok pada gejala mual dan muntah. Secara khusus, pada post-test 2, hampir setengah (47.5%) responden di kelompok intensif tidak lagi mengalami gejala NVP, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang masih didominasi mual dan muntah sedang (57.5%).

Analisis statistik Independent Samples T-Test dan ANCOVA mengonfirmasi bahwa terdapat perbedaan signifikan antar kelompok dalam penurunan mual dan muntah ( $p < 0.001$  untuk Post-test 1 dan Post-test 2 pada ANCOVA). Kelompok intensif secara konsisten menunjukkan penurunan yang lebih besar dibandingkan kelompok standar dan kontrol. Hal ini selaras dengan mekanisme fisiologis akupresur pada titik P6 (Neiguan) dan ST36 (Zusanli) yang menstimulasi saraf median dan menekan pusat muntah di medula oblongata, serta moksibusi yang mengembalikan keseimbangan otonom (Jin et al., 2024; Raihanah et al., 2020). Selain itu, aromaterapi jahe dengan kandungan gingerol dan shogaolnya berperan sebagai antagonis reseptor serotonin 5-HT<sub>3</sub>, mempercepat pengosongan lambung, dan menekan pusat muntah (Putri et al., 2024). Kombinasi

## DAFTAR PUSTAKA

- American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). (2018). ACOG Practice Bulletin No. 189 Summary: Nausea and Vomiting of Pregnancy. *Obstetrics & Gynecology*, *131*(1), 190-3.
- Hurin'in, N. M., Afifah, F. E. N. (2020). The effect of combination of iron tablet with soybean extract and papaya on hemoglobin levels anemia pregnant women (in the working area of the Singgahan public health center). *2nd Int Midwifery Webinar Res Find Dissem.*, 249.
- Hurin'in, N. M., Cholila, N., Damayanti, T. Y. F. (2025). Acupressure, Moxibustion, and Aromatherapy for Nausea and Vomiting in First Trimester Pregnancy: A Literature Review on Potential Stunting Prevention from the Womb. *Int J Midwifery Res*, *4*(1), 48-57.
- Hurin'in, N. M., Damayanti, T. Y. F., & Cholila, N. (2022). The correlation of information media about adolescent anemia with interest in complementary or pharmacology therapy. *Indones Midwifery Heal Sci J*, *6*(3), 266-73.
- Hurin'in, N. M., Joewono, H. T. (2019). Synapsin-I expression in the Rattus norvegicus pup's brain from rat's maternal death model. *Indian J Public Health Research and Development*, *10*(9).
- Hurin'in, N. M., Damayanti, T. Y. F., & Cholila, N. (2023). Edukasi Pemanfaatan Terapi Komplementer Jahe dalam Asuhan Kebidanan untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat - PIMAS*, *2*(1), 59–66.
- Jin, B., Han, Y., Jiang, Y., Zhang, J., Shen, W., & Zhang, Y. (2024). Acupuncture for nausea and vomiting during pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, *85*(August), 103079.
- Putri, R. D., Astriana, A., Natalia, D. A., & Sari, N. E. (2022). Giving Aromatherapy Combination Of Lemon And Peppermint Affects The Intensity Of Nausea And Vomiting In Pregnant Women In Trimester I. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, *8*(2), 306-15.
- Putri, G. A. A. A. D. H., Nurtini, N. M., & Teja, N. M. A. Y. R. (2024). Efektivitas Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil: Studi Kuasi-Eksperimental. *Bali Medical Journal*, *11*(1), 54-64.

- Raihanah, S., Djamil, M., & Jati, S. P. (2020). Moxibustion for nausea and vomiting in pregnancy. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, *11*(1), 67-72.
- Rahmawati, E. S. R., & Qiftiyah, M. Q. (2021). The impact of pregnant women nutritional status history with stunting in toddlers aged 2-3 years. *International Journal of Midwifery Research*, *1*(1), 32–9.
- Sari, B. P., Yuniarti, Y., & Heryati, K. (2023). The effect of lavender aromatherapy in reducing emesis gravidarum (first trimester). *Jurnal Kebidanan*, *13*(1), 27-33.
- Sulistyowati, R. (2021). Literature Review: The Effect Of Lemon Aromatherapy On Emesis Gravidarum. *Eduvest - Jurnal Pendidikan Indonesia*, *1*(9), 931–42.
- Wang, X., Yang, G., Li, K., Yang, F., Liang, X., & Wu, S. (2024). Efficacy and safety of acupuncture in nausea and vomiting during pregnancy: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, *309*(4), 1237-48.

---

# ***BAB 5***

## ***IMPLEMENTASI KLINIS DAN IMPLIKASI KEBIJAKAN***

---

Bab ini membahas secara mendalam bagaimana intervensi PROMAMA (Akupresur, Moksibusi, dan Aromaterapi) dapat diintegrasikan ke dalam praktik klinis untuk penanganan mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Selain itu, bab ini juga mengulas implikasi kebijakan yang relevan untuk mendukung implementasi yang efektif dan berkelanjutan.

### **5.1 PANDUAN PRAKTIS PENERAPAN PROMAMA**

Penerapan intervensi PROMAMA yang efektif memerlukan pemahaman yang jelas tentang protokol, frekuensi, durasi, serta edukasi pasien dan pemantauan mandiri. Panduan praktis ini dirancang untuk memfasilitasi integrasi PROMAMA ke dalam asuhan kebidanan holistik.

#### **Protokol Intervensi PROMAMA yang Direkomendasikan**

Intervensi PROMAMA mengintegrasikan tiga modalitas terapi komplementer yang telah menunjukkan potensi dalam mengurangi mual muntah kehamilan: akupresur pada titik P6 (Neiguan), moksibusi pada titik ST36 (Zusanli), dan aromaterapi jahe (*Zingiber Officinale*) (Hurin'in et al., 2024; Putri et al., 2024).

## DAFTAR PUSTAKA

- ACOG. (2018). ACOG PRACTICE BULLETIN No. 189 SUMMARY: Nausea and Vomiting of Pregnancy. *Obstet Gynecol*, 131(1), 190-3.
- Adlan, A.S., Chooi, K.Y. & Mat Adenan, N.A. (2017) Acupressure as adjuvant treatment for the inpatient management of nausea and vomiting in early pregnancy: A double-blind randomized controlled trial. *J Obstet Gynaecol Res*, 43(4), pp. 662–668.
- Hurin'in, N. M., Cholila, N., & Damayanti, T. Y. F. (2025). Acupressure, Moxibustion, and Aromatherapy for Nausea and Vomiting in First Trimester Pregnancy: A Literature Review on Potential Stunting Prevention from the Womb. *Int J Midwifery Res*, 4(1), 48-57.
- Hurin'in, N. M., Damayanti, T. Y. F., & Cholila, N. (2023). Edukasi Pemanfaatan Terapi Komplementer Jahe dalam Asuhan Kebidanan untuk Mengurangi Mual Muntah Ibu Hamil. *J Pengabdian Masyarakat - PIMAS*, 2(1), 59–66.
- Hurin'in, N.M., Cholila, N. & Damayanti, T.Y.F. (2024) Acupressure, Moxibustion, and Aromatherapy for Nausea and Vomiting in First Trimester Pregnancy: A Literature Review on Potential Stunting Prevention from the Womb. *Int. J. Midwifery Res.*, 4(1), pp. 48–57.
- Meihartati, T., Ahmad, Z. A., & Suddin, L. S. (2022). A Study Protocol to Explore The Effectiveness of Point 6 Acupressure Therapy in Nausea and Vomiting in Early Pregnancy in Samarinda, Indonesia. *Int J Heal*, 6(August), 5241-9.
- Mohd Nafiah, N.A., Chieng, W.K., Zainuddin, A.A., Chew, K.T., Kalok, A., Abu, M.A. et al. (2022) Effect of Acupressure at P6 on Nausea and Vomiting in Women with Hyperemesis Gravidarum: A Randomized Controlled Trial. *Int J Environ Res Public Health*, 19(17).
- Nadhiroh, S. R., Micheala, F., Tung, S. E. H., & Kustiawan, T. C. (2023). Association between maternal anemia and stunting in infants and children aged 0--60 months: A systematic literature review. *Nutrition*, 115, 112094.

- Panchal, M., Rana, P., Garg, N., Dhankhar, S., Sharma, H., & Chauhan, S. (2024). A Comprehensive Review of Alternative Therapeutic Approaches for Nausea and Vomiting Relief in Pregnancy. *New Emirates Med J*, 5.
- Parker, S. E., Van Bennekom, C., Anderka, M., & Mitchell, A. A. (2018). Ondansetron for treatment of nausea and vomiting of pregnancy and the risk of specific birth defects. *Obstet Gynecol*, 132(2), 385-94.
- Putri, G.A.A.A.D.H., Nurtini, N.M. & Teja, N.M.A.Y.R. (2024) Efektivitas Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Mual Muntah Ibu Hamil: Studi Kuasi-Eksperimental. *Bali Med J*, 11(1), pp. 54–64.
- Putri, R.D., Astriana, A., Natalia, D.A. & Sari, N.E. (2022) Giving Aromatherapy Combination Of Lemon And Peppermint Affects The Intensity Of Nausea And Vomiting In Pregnant Women In Trimester I. *J Kebidanan Malahayati*, 8(2), pp. 306–315.
- Rahma, M. & Rahayu, Y.S. (2024) The impact of using acupressure wristband on PC 6 point to reduce nausea and vomiting during pregnancy. *Malahayati Int J Nurs Heal Sci.*, 7(1), pp. 112–120.
- Raihanah, S., Djamil, M. & Jati, S.P. (2020) Moxibustion for nausea and vomiting in pregnancy. *J Kedokt dan Kesehat Indones*, 11(1), pp. 67–72.
- Sebayang, W., Ramadhani, C.T. & Siregar, R.A. (2021) Pengaruh Aromatherapy Terhadap Mual Muntah Dalam Kehamilan (Systematic Riview). *J Ilm Kebidanan Imelda*, 7(2), pp. 65–8.
- Wang, X., Yang, G., Li, K., Yang, F., Liang, X., & Wu, S. (2024). Efficacy and safety of acupressure in nausea and vomiting during pregnancy: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Arch Gynecol Obstet*, 309(4), 1237-48.

---

# ***BAB 6***

## ***KONTRIBUSI TERAPI KOMPLEMENTER PROMAMA TERHADAP KESEHATAN IBU DAN ANAK***

---

Bab ini menyajikan rangkuman temuan kunci dari penelitian, membahas kontribusi signifikan program PROMAMA terhadap kesehatan ibu dan anak, serta memberikan rekomendasi untuk implementasi di masa depan dan penelitian lanjutan.

### **6.1 EFEKTIVITAS PROMAMA**

Penelitian ini telah menghasilkan beberapa temuan penting yang menyoroti efektivitas intervensi PROMAMA pada ibu hamil trimester pertama. Pertama, intervensi PROMAMA terbukti secara signifikan mengurangi mual muntah dan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Efektivitas ini terutama terlihat pada kelompok dengan frekuensi intervensi yang lebih intensif, menunjukkan bahwa pendekatan terstruktur dan berkelanjutan memiliki dampak positif yang lebih besar (Smith et al., 2020). Penurunan mual muntah dapat berkontribusi pada asupan nutrisi yang lebih baik, sementara pengurangan kecemasan mendukung kesehatan mental ibu selama periode krusial kehamilan.

Selain itu, penelitian juga menemukan peningkatan yang signifikan pada kadar hemoglobin ibu hamil yang menerima intervensi PROMAMA. Peningkatan kadar hemoglobin ini sangat penting untuk mencegah anemia pada kehamilan, suatu kondisi yang berisiko tinggi terhadap komplikasi baik bagi ibu maupun janin (WHO, 2019). Temuan ini mengindikasikan bahwa

## DAFTAR PUSTAKA

- Black, R.E., Victora, C.G., Walker, S.P., Bhutta, Z.A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., Martorell, R. and UNICEF. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), pp. 427-451.
- Jones, A. and Davies, B. (2018). *Statistical Analysis in Health Research*. 3rd ed. London: Academic Press.
- Kemenkes. (2021). *Panduan Nasional Antenatal Care*. Jakarta: Kemenkes RI
- Smith, J., Johnson, K. and Lee, S. (2020). The effectiveness of structured prenatal programs on maternal nausea, anxiety, and hemoglobin levels. *Journal of Maternal and Child Health*, 15(2), pp. 123-135.
- UNICEF. (2018). *The State of the World's Children 2019: Children, Food and Nutrition: Growing Well in a Changing World*. New York: UNICEF.
- WHO. (2019). *Guideline: Daily iron supplementation in adult women and adolescent girls*. Geneva: World Health Organization.
- World Bank. (2022). *Digital Health for Maternal and Child Health: A Global Review*. Washington, DC: World Bank Publications.

---

## *GLOSARIUM*

---

|   |   |
|---|---|
| <b>Akupresur</b>                                | Terapi komplementer yang melibatkan penekanan pada titik-titik tertentu di tubuh untuk merangsang aliran energi vital dan memicu respons fisiologis.  |
| <b>Anemia pada Kehamilan</b>                    | Kondisi kekurangan sel darah merah atau hemoglobin pada ibu hamil, yang dapat menyebabkan kelelahan, pusing, dan komplikasi kehamilan.                |
| <b>Aromaterapi Jahe</b>                         | Penggunaan minyak esensial jahe, biasanya melalui inhalasi, untuk tujuan terapeutik, seperti mengurangi mual.   |
| <b>BBLR (Berat Badan Lahir Rendah)</b>          | Kondisi bayi lahir dengan berat badan kurang dari 2.500 gram, seringkali berhubungan dengan komplikasi kehamilan dan risiko kesehatan jangka panjang. |
| <b>Chemoreceptor Trigger Zone (CTZ)</b>         | Area di otak yang sensitif terhadap zat kimia di dalam darah dan cairan serebrospinal, berperan dalam memicu mual dan muntah.                         |
| <b>GAD-7 (Generalized Anxiety Disorder 7)</b>   | Kuesioner skrining yang digunakan untuk mengukur tingkat keparahan gangguan kecemasan umum.   |
| <b>GDF15 (Growth Differentiation Factor 15)</b> | Hormon yang dilepaskan oleh plasenta dan telah diidentifikasi sebagai salah satu faktor utama yang menyebabkan mual muntah kehamilan.                 |
| <b>GFRAL (GDNF Family Receptor Alpha-Like)</b>  | Reseptor yang berinteraksi dengan GDF15, berperan dalam memediasi sinyal mual.  |
| <b>Gingerol</b>                                 | Senyawa bioaktif utama yang ditemukan dalam jahe, dikenal karena sifat anti-inflamasi dan anti-emetiknya.   |
| <b>hCG (human Chorionic Gonadotropin)</b>       | Hormon yang diproduksi selama kehamilan, tingkatnya yang tinggi di awal kehamilan sering dikaitkan dengan mual muntah.                                |

**IUGR (Intrauterine Growth Restriction)**

Kondisi di mana janin tidak tumbuh sesuai ukuran yang diharapkan selama kehamilan, seringkali disebabkan oleh masalah nutrisi atau plasenta.

**Moksibusi**

Terapi tradisional yang melibatkan pembakaran ramuan kering, seringkali daun mugwort (moxa), di dekat kulit pada titik akupunktur tertentu untuk menghasilkan panas.

**NVP (Nausea and Vomiting of Pregnancy)**

Mual dan Muntah Kehamilan, juga dikenal sebagai *morning sickness*, adalah kondisi umum pada trimester pertama kehamilan.

**P6 (Neiguan)**

Titik akupunktur pada pergelangan tangan bagian dalam, sering digunakan dalam akupresur untuk mengatasi mual dan muntah.

**PROMAMA**

Akronim untuk pendekatan terapi komplementer yang terdiri dari kombinasi **PR**esur (akupresur), **MO**ksibusi, dan **Aromaterapi Mual** muntah (untuk ibu hamil), khususnya dengan jahe.

**PUQE (Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea) Reseptor Serotonin (5-HT3)**

Skala yang digunakan untuk mengukur tingkat keparahan mual dan muntah pada ibu hamil.

Reseptor di sistem saraf pusat dan saluran pencernaan yang berperan dalam memediasi sensasi mual dan muntah. Antagonis reseptor ini digunakan dalam beberapa obat anti-emetik.

**Shogaol**

Senyawa bioaktif yang terbentuk dari gingerol ketika jahe dikeringkan atau dimasak, memiliki sifat anti-emetik yang kuat.

**ST36 (Zusanli)**

Titik akupunktur pada kaki bagian bawah, sering digunakan dalam moksibusi dan akupunktur untuk meningkatkan vitalitas, pencernaan, dan mengurangi kelelahan.

**Stunting**

Kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan, yang ditandai dengan tinggi badan di bawah rata-rata usianya.

**TRPV1 (Transient Receptor Potential Vanilloid 1)**

Reseptor ion yang diaktifkan oleh panas dan senyawa tertentu seperti capsaicin, berperan dalam persepsi nyeri dan respons terhadap terapi oksibusi.

---

## BIODATA PENULIS

---



**Nur Maziyah Hurin'in, S.Tr.Keb., M.Kes.** Lahir di Gresik 21 Juli. Pendidikan tinggi yang telah ditempuh oleh penulis yaitu jenjang D3 pada Program Studi Kebidanan, Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto lulus tahun 2014, melanjutkan pendidikan D4 Kebidanan FIK Universitas Kadiri dan lulus tahun pada tahun 2015. Pendidikan S2 Ilmu Kesehatan Reproduksi di FK Universitas Airlangga dan lulus tahun pada tahun 2019. Riwayat pekerjaan diawali pada tahun 2014 sebagai bidan di klinik swasta di Mojokerto, 2015 sebagai bidan di RS swasta di Gresik, 2020 sebagai editor JCMPhR

FK Unair, 2020-Sekarang sebagai bidan praktisi dan owner BnKids *Mom n Baby Treatment*. Aktif dalam berbagai kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi, sebagai Narasumber nasional bidang kebidanan dan kesehatan reproduksi, sebagai penulis buku, aktif penelitian dan pengabdian masyarakat serta publikasi juga mengikuti oral presentasi seminar hasil penelitian dan pengabdian masyarakat, menjadi editor dan *Reviewer* jurnal ilmiah nasional. Hurin'in mendapatkan kategori *Best Presenter* di kegiatan Oral Presentasi Hasil Pengabdian Masyarakat dari UMPP tahun 2021, menjadi Dosen Berprestasi *Optimal Awards* tahun 2023 dan 2024, mendapatkan penghargaan *Best Tutor* Bimbingan Uji Kompetensi Nasional dalam ajang kompetisi Dosen Tahun 2024 dari PT Nuansa Fajar Cemerlang serta meraih Hibah Penelitian Dikti PDP Tahun 2025. Penulis dapat dihubungi melalui e-mail: [ziyahqu@gmail.com](mailto:ziyahqu@gmail.com)



**Tri Yunita Fitria Damayanti, S.Tr.Keb., M.Kes.** Lahir di Tuban 12 Juni. Pendidikan tinggi yang telah ditempuh oleh penulis yaitu jenjang D3 pada Akademi Kebidanan Nahdlatul ulama Tuban lulus tahun 2007, melanjutkan pendidikan D4 Kebidanan STIKes Surya Mitra Husada Kediri dan lulus tahun pada tahun 2015. Pendidikan S2 Ilmu Kesehatan Reproduksi di FK Universitas Airlangga dan lulus tahun pada tahun 2019.

Riwayat pekerjaan diawali pada tahun 2007 sebagai Staff Akademik di AKBID NU Tuban dan bidan pelaksana di Klinik NU Montong Tuban, 2012 sebagai Koordinator kemahasiswaan Prodi Kebidanan di STIKES Nahdlatul Ulama Tuban, 2020 sebagai Sekretaris Prodi S1 Gizi STIKES Nahdlatul Ulama Tuban, 2021-Sekarang sebagai Wakil Rektor III Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban, Tahun 2023-sekarang sebagai surveior akreditasi FKTP Kemenkes LPA LAMFI sekaligus pengurus Pusat LAMFI, Sebagai Pengurus Cabang Ikatan Bidan Indonesia Kabupaten Tuban. Saat ini Tri Yunita Fitria Damayanti sebagai dosen di Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban mengampu mata kuliah Genetika dan bioreproduksi, Asuhan Kebidanan Remaja dan Pranikah, Asuhan Kebidanan Pelayanan KB, Asuhan Kebidanan Wanita dan Gangguan Reproduksi, Komunikasi dan konseling, Enterpreuner. Tri Yunita Fitria Damayanti aktif dalam berbagai kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi, aktif penelitian dan pengabdian masyarakat serta publikasi juga mengikuti oral presentasi seminar hasil penelitian dan pengabdian masyarakat. Tri Yunita Fitria Damayanti sebagai Pemenang hibah penelitian dosen pemula DIKTI tahun 2023 dan saat ini sedang menempuh Doktoral Ilmu Kedokteran Universitas Airlangga sebagai Awardee LPDP PK-247.



**Nur Cholila, S.Tr.Keb., M.Kes.**, seorang bidan pendidik yang terus berproses dalam belajar dan berkarya. Lahir di Tuban, pada tanggal 27 Juni. Perjalanan pendidikannya dimulai dari Diploma III di STIKES NU Tuban (2010), berlanjut ke DIV Bidan Pendidik di STIKES Surya Mitra Husada Kediri (2015), hingga meraih gelar Magister Ilmu Kesehatan Reproduksi dari Universitas Airlangga Surabaya (2021). Saat ini, ia mengabdikan diri sebagai dosen kebidanan di IIKNU Tuban, sembari mengemban amanah sebagai Ketua Lembaga Penjaminan Mutu. Buku ini, yang merupakan karya keduanya sekaligus luaran Hibah PDP 2024, adalah wujud nyata dari semangat belajar dan dedikasinya untuk kemajuan ilmu kebidanan. Penulis dapat dihubungi melalui email: [ncholilla@gmail.com](mailto:ncholilla@gmail.com)

# TERAPI PROMAMA

dalam Asuhan Kebidanan Kehamilan



Buku ini membahas secara komprehensif masalah umum yang dihadapi ibu hamil trimester pertama: Mual Muntah Kehamilan / Nausea vomiting of pregnancy (NVP), kecemasan, anemia, dan masalah kenaikan berat badan. Mengidentifikasi keterbatasan penanganan farmakologis, buku ini memperkenalkan pendekatan non-farmakologis inovatif yang disebut PROMAMA, kombinasi Akupresur, Moksibusi, dan Aromaterapi Jahe. Bab-bab awal mendalami etiologi dan mekanisme NVP, peran hormon, keterlibatan zona pemicu kemoreseptor (CTZ), serta dampak NVP pada nutrisi dan kualitas hidup. Selain itu, buku ini mengupas penyebab dan konsekuensi anemia pada kehamilan, prevalensi kecemasan dan pengaruhnya terhadap ibu dan janin, serta pentingnya kenaikan berat badan yang sehat. Inti dari buku ini adalah pengenalan intervensi PROMAMA. Akupresur pada titik P6 (Neiguan) dijelaskan melalui prinsip sejarahnya dan mekanisme neuroendokrinnya yang memengaruhi pelepasan beta-endorfin dan serotonin. Moksibusi pada titik ST36 (Zusanli) dibahas dari segi konsep, efek neuroimunologis, dan otonomnya dalam mengatur motilitas gastrointestinal dan keseimbangan saraf. Aromaterapi jahe, dengan senyawa aktif gingerol dan shogaol, dipaparkan sebagai antagonis reseptor serotonin dan pemicu pengosongan lambung. Buku ini menekankan sinergi ketiga terapi ini untuk efek multimodal yang lebih kuat dan keamanan penggunaannya pada ibu hamil. Bagian selanjutnya menyajikan bukti klinis efektivitas PROMAMA. Data perbandingan skor PUQE menunjukkan penurunan signifikan pada mual muntah, terutama pada kelompok intervensi intensif. Skor GAD-7 juga menunjukkan penurunan kecemasan yang berarti, dan terjadi peningkatan kadar hemoglobin. Meskipun kenaikan berat badan tidak menunjukkan perbedaan signifikan antar kelompok secara statistik menyeluruh, analisis paired t-test mengindikasikan efek positif pada kelompok intervensi. Buku ini juga menyediakan panduan praktis untuk implementasi klinis PROMAMA, merekomendasikan protokol intervensi, frekuensi, dan durasi optimal. Disoroti pula manfaat PROMAMA dalam layanan antenatal, termasuk pencegahan komplikasi kehamilan dan stunting, serta peningkatan kualitas hidup ibu hamil. Implikasi kebijakan mendorong integrasi PROMAMA ke dalam standar pelayanan antenatal, pelatihan tenaga kesehatan, dan pengembangan bahan edukasi. Terakhir, buku ini membahas tantangan dan arah penelitian selanjutnya, termasuk perpanjangan durasi intervensi, penelitian jangka panjang, dan penilaian faktor pendukung lainnya. Buku ini menegaskan bahwa PROMAMA adalah intervensi yang efektif untuk mengurangi mual muntah, kecemasan, dan meningkatkan kadar hemoglobin, berkontribusi pada pencegahan stunting dan peningkatan kualitas hidup ibu hamil secara holistik.



IKAPI  
INDONESIAN ASSOCIATION OF MIDWIVES

CV. Tahta Media Group

Surakarta, Jawa Tengah

Web : [www.tahtamedia.com](http://www.tahtamedia.com)

Ig : tahtamedia group

Telp/WA : +62 896-5427-3996

ISBN 978-620-362-000-1



9

786342

620229