# **BAB V**

# **PENUTUP**

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis studi yang telah dilakukan terkait dengan pengaruh terapi komplementer akupresur terhadap penurunan mual muntah pada kehamilan melalui *Literature Review* didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran kejadian mual muntah pada ibu hamil yang di peroleh dari beberapa studi yang ditemukan mampu menjawab tujuan khusus dari peneliti. Gambaran kejadian mual muntah tersebut meliputi usia responden yang mayoritas berada pada range usia 25-35 tahun, dimana range usia tersebut termasuk dalam usia wanita subur. Kedua, usia kehamilan responden yang ditemukan sebagian besar berada di trimester I. Hal ini sesuai dengan teori bahwa kejadian mual muntah pada ibu hamil merupakan ketidaknyamanan yang terjadi di awal kehamilan atau trimester I. Ketiga, mayoritas pendidikan responden dalam beberapa studi adalah SMA. Keempat, sebagian besar pekerjaan responden adalah ibu rumah tangga. Kelima, paritas responden dalam studi paling banyak adalah multigravida. Dan yang terakhir derajat mual muntah responden dari beberapa studi mayoritas mual muntah derajat sedang.
2. Teknik terapi akupresur ditemukan ada 2 macam yaitu menggunakan jari dan gelang atau band. Adapun yang menggunkan jari paling cepat menurunkan mual muntah pada ibu hamil dengan durasi 1 menit 40 putaran sebanyak 2 kali sehari selama 4 hari, disusul dengan durasi 7 menit

sebanyak 1 kali selama 4 hari dan yang terakhir dengan durasi 2 menit sebanyak 1 kali selama 7 hari. Sedangkan yang menggunakan gelang paling cepat menurunkan mual muntah dengan durasi 10 menit sebanyak 4 kali selama 4 hari dan yang kedua dengan lama pemberian 4 sampai 7 hari untuk durasi dan frekuensinya tidak dijelaskan.

1. Dari berbagai studi peneliti mengambil kesimpulan bahwa akupresur dapat mempengaruhi penurunan mual muntah pada kehamilan terutama pada trimester I, namun ada studi yang mengatakan bahwa lebih efektif jahe dari pada akupresur dalam menurunkan mual muntah sehingga intervensi tersebut dapat dipertimbangkan untuk mengatasi mual muntah. Menurut peneliti karena jahe mempunyai aroma yang khas belum tentu semua ibu hamil dapat menerima aroma tersebut karena beberapa ibu hamil tidak menutup kemungkinan tidak menyukai bau-bauan tertentu diawal kehamilan atau bahkan cukup rumit untuk menyeduh minuman jahe. Maka dari itu alternative paling sederhana adalah menggunakan terapi komplementer akupresur untuk menurunkan mual muntah pada kehamilan.

## **Saran**

1. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan bagi tenaga kesehatan khususnya Bidan dapat menambah ilmu pengetahuan dan keterampilan terkait terapi akupresur dengan durasi, frekuensi dan lama pemberian untuk menurunkan mual muntah secara efektif. Dimana untuk selanjutnya dapat diaplikasikan pada pasien atau ibu hamil dengan keluhan mual muntah dengan teknik pemberian akupresur yang sesuai.

1. Bagi masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat khususnya ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah dapat mempertimbangkan untuk mengatasi mual muntahnya dengan terapi akupresur, sehingga mual muntahnya dapat teratasi sebelum berubah menjadi yang lebih parah.

1. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melaksanakan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh pemberian akupresur terhadap penurunan mual muntah pada kehamilan dengan menggunakan data primer sehingga dapat memaparkan kefektifan dari pemberian akupresur terhadap mual muntah pada kehamilan.