

## Pelatihan Sehat (Sentuhan Akupresur Holistik untuk Atasi Emesis) bagi Kader Posyandu Mendukung Kesehatan Ibu Hamil

### *Holistic Acupressure Training for Posyandu Cadres to Reduce Emesis in Pregnant Women*

Sutrisna Altahira<sup>1\*</sup>, Hasty Hamzah<sup>2</sup>, Wa Ode Nurul Mutia<sup>1</sup>, Nutrika Rahma Dewi<sup>1</sup>, Suci Amaliyah<sup>1</sup>, Aprila Setiani Yanarianto<sup>1</sup>, Ayu Nugrawati Pratiwi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan, Politeknik Baubau, Baubau, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Farmasi, Politeknik Baubau, Baubau, Indonesia

### **Abstract**

*SEHAT (Holistic Acupressure Touch to Overcome Emesis Gravidarum) training for Posyandu cadres in supporting the health of pregnant women was held in Kondongia village, Lohia sub-district, Muna district on October 15–17, 2025. This activity aims to improve the skills of Posyandu cadres in performing acupressure as a non-pharmacological complementary effort to overcome emesis gravidarum. The implementation method includes socialization, theoretical and practical training, and direct assistance in the field. The results of the activity showed an increase in cadre skills. Before the training, 85,71% of cadres were in the category of unable or unskilled in performing acupressure techniques. After the training, cadre skills increased with 33,33% being able to perform acupressure with little guidance and 66,66% being able to do it independently and correctly. A positive impact was also seen in the condition of pregnant women who were the targets of assistance, where there was a significant decrease in the frequency of emesis gravidarum. Before acupressure, 49,33% of pregnant women experienced mild and 20% severe emesis gravidarum, while after the intervention, only 14,66% experienced mild, 4% severe, and 68% did not experience emesis gravidarum. These results indicate that acupressure is effective as a simple complementary therapy that can be taught to Posyandu cadres to improve the comfort of pregnant women and support holistic maternal health.*

**Keywords:** acupressure, cadres, emesis, pregnant women

---

### Article history:

#### **PUBLISHED BY:**

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

#### **Address:**

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru, Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

#### **Email:**

[info@salnesia.id](mailto:info@salnesia.id), [jagri@salnesia.id](mailto:jagri@salnesia.id)

#### **Phone:**

+62 85255155883

Submitted 12 Desember 2025

Revised 15 Desember 2025

Accepted 24 Desember 2025



## Abstrak

Pelatihan SEHAT (Sentuhan Akupresur Holistik untuk Atasi *Emesis gravidarum*) bagi kader Posyandu dalam mendukung kesehatan ibu hamil dilaksanakan di Desa Kondongia, kecamatan Lohia, kabupaten Muna pada tanggal 15–17 Oktober 2025. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan kader Posyandu dalam melakukan akupresur sebagai upaya komplementer nonfarmakologis untuk mengatasi *emesis gravidarum*. Metode pelaksanaan meliputi sosialisasi, pelatihan teori dan praktik, serta pendampingan langsung di lapangan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan keterampilan kader. Sebelum pelatihan, sebesar 85,71% kader berada pada kategori tidak mampu atau tidak terampil dalam melakukan teknik akupresur. Setelah pelatihan, keterampilan kader meningkat dengan 33,33% mampu melakukan akupresur dengan sedikit bimbingan dan 66,66% mampu secara mandiri dan benar. Dampak positif juga terlihat pada kondisi ibu hamil yang menjadi sasaran pendampingan, di mana terjadi penurunan frekuensi *emesis gravidarum* secara bermakna. Sebelum akupresur, 49,33% ibu hamil mengalami *emesis gravidarum* ringan dan 20% berat, sedangkan setelah intervensi hanya 14,66% ringan, 4% berat, dan 68% tidak mengalami *emesis gravidarum*. Hasil ini menunjukkan bahwa akupresur efektif diterapkan sebagai terapi komplementer sederhana yang dapat diajarkan kepada kader Posyandu untuk meningkatkan kenyamanan ibu hamil dan mendukung kesehatan maternal secara holistik.

**Kata Kunci:** akupresur, kader, emesis, ibu hamil

\*Penulis Korespondensi:

Sutrisna Altahira, email: [sutrisnaaltahirah@gmail.com](mailto:sutrisnaaltahirah@gmail.com)



This is an open access article under the CC-BY license

### Highlight:

- Pelatihan SEHAT berhasil mengubah kemampuan kader Posyandu secara drastis, dari yang sebelumnya 85,71% tidak terampil menjadi 66,66% mampu melakukan akupresur secara mandiri dan benar.
- Penerapan teknik penekanan pada titik P6 (Neiguan) terbukti secara signifikan menurunkan frekuensi mual muntah (*emesis gravidarum*), di mana 68% ibu hamil tidak lagi mengalami keluhan setelah mendapatkan intervensi.
- Kegiatan ini tidak hanya berhenti pada pelatihan, tetapi dilanjutkan dengan pembentukan kelompok "Kader Sehat" dan penyediaan platform digital (*Kader Sehat.com*) untuk memastikan teknik akupresur terus diterapkan sebagai gerakan kesehatan berbasis masyarakat

## PENDAHULUAN

*Emesis gravidarum* pada kehamilan merupakan salah satu keluhan yang sering dialami ibu hamil pada trimester pertama. Kondisi ini jika tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan gangguan nutrisi, dehidrasi, bahkan *hiperemesis gravidarum* (Rinata dan Ardillah, 2017). Penanganan emesis tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis, tetapi juga dapat dilakukan melalui pendekatan nonfarmakologis seperti akupresur (Maesaroh dan Putri, 2019). Akupresur merupakan teknik penekanan titik-

titik tertentu pada tubuh yang dipercaya mampu menyeimbangkan energi dan mengurangi gejala *emesis gravidarum*. Salah satu titik yang efektif adalah titik P6 (Neiguan) yang terletak di pergelangan tangan bagian dalam.

Penerapan teknik ini sederhana, aman, dan dapat dilakukan oleh tenaga nonmedis setelah mendapatkan pelatihan yang tepat (Permatasari, 2019). Melihat pentingnya peran kader Posyandu sebagai garda terdepan dalam pelayanan kesehatan ibu hamil, maka diperlukan kegiatan peningkatan kapasitas kader melalui Pelatihan SEHAT (Sentuhan Akupresur Holistik untuk Atasi *Emesis*). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan pendampingan nonfarmakologis bagi ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum (Desnita et al., 2024). Di wilayah kerja Puskesmas Waara, Kecamatan Lohia Kabupaten Muna, hasil observasi awal menunjukkan bahwa dari 61 ibu hamil aktif, sekitar 54%, khusus untuk Desa Kondongia terdapat 15 orang ibu hamil melaporkan keluhan *emesis gravidarum*, namun hanya sebagian kecil yang memperoleh penanganan nonfarmakologis. Kader Posyandu sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat belum memiliki keterampilan dalam memberikan alternatif pendampingan berbasis terapi komplementer. Kondisi ini menunjukkan perlunya upaya peningkatan kapasitas kader agar mampu memberikan layanan sederhana, efektif, dan aman dalam membantu ibu hamil mengatasi *emesis gravidarum*.

Kader Posyandu di wilayah ini berjumlah 12 orang, sebagian besar memiliki pengalaman dalam kegiatan kesehatan masyarakat tetapi belum terlatih dalam penerapan terapi komplementer. Hal ini menjadi peluang bagi kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan keterampilan kader melalui pelatihan akupresur sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang mudah dipelajari dan diterapkan. Potensi utama wilayah ini adalah keaktifan kader Posyandu, dukungan dari pihak puskesmas, serta tingginya partisipasi ibu hamil dalam kegiatan Posyandu. Selain itu, masyarakat memiliki keterbukaan terhadap metode tradisional dan alami dalam menjaga kesehatan, yang mendukung penerimaan terhadap penerapan akupresur sebagai terapi komplementer.

Kegiatan pengabdian dikembangkan dari teori dasar akupresur titik P6 (Neiguan), yang telah terbukti secara ilmiah dapat mengurangi *emesis gravidarum* melalui stimulasi sistem saraf vagus dan keseimbangan energi tubuh. Akupresur dipilih karena sifatnya noninvasif, mudah dipelajari, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh kader maupun ibu hamil di rumah (Efendi et al., 2021). Beberapa masalah yang harus diatasi yaitu, kader Posyandu belum memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam penerapan teknik akupresur untuk menangani *emesis gravidarum*, belum adanya kegiatan pelatihan yang berfokus pada penanganan nonfarmakologis berbasis terapi komplementer bagi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Waara khususnya di Desa Kondongia. Kurangnya pemanfaatan potensi kader dan dukungan komunitas dalam upaya peningkatan kesehatan ibu hamil.

Kegiatan Pelatihan SEHAT (Sentuhan Akupresur Holistik untuk Atasi *Emesis*) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader Posyandu tentang konsep dasar akupresur dan penanganan *emesis gravidarum*, meningkatkan keterampilan kader Posyandu dalam menerapkan teknik akupresur titik P6 secara benar dan aman, meningkatkan kualitas pelayanan Posyandu ibu hamil melalui pendekatan komplementer yang mendukung kenyamanan dan kesehatan ibu. Mendorong pemberdayaan kader sebagai agen perubahan dalam penerapan layanan kebidanan berbasis komunitas.

## METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Waara Desa Kondongia kecamatan Lohia, kabupaten Muna Sulawesi Tenggara dengan Mitra Kader Posyandu Desa Kondongia berjumlah 12 orang yang berasal dari 2 Posyandu. Jumlah ibu hamil dalam pengabdian ini sebanyak 15 orang. Kegiatan ini dilaksanakan selama 3 bulan. Persiapan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 8 Januari tahun 2025. Tim melakukan diskusi awal (*pra-proposal*) dengan calon mitra. Diskusi dengan mitra untuk mendapatkan kondisi real permasalahan mitra, membahas ruang lingkup kegiatan yang akan dikerjakan. Pembentukan Tim sesuai dengan bidang kelimuan untuk penyelesaian permasalahan pada mitra dan mengadakan kerja sama dengan calon mitra (Gambar 1).



**Gambar 1. Foto perjalanan menggunakan feri menuju lokasi Puskesmas**

Sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 11-13 September tahun 2025. Tim Melakukan sosialisasi melalui pertemuan langsung dengan mitra sasaran dan pemerintah setempat untuk membahas lanjutan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat, membangun pemahaman dan dukungan masyarakat khususnya mitra tentang program yang akan dijalankan, memberikan gambaran umum terkait program kegiatan pelatihan SEHAT bagi kader Posyandu dalam mendukung kesehatan ibu hamil (Gambar 2).



**Gambar 2. Foto sosialisasi bersama mitra**

Pelaksanaan pelatihan dan penerapan teknologi dilaksanakan pada tanggal 15-17 Oktober tahun 2025. Tim memberikan *pre-test* sebelum kegiatan pelatihan, setelah itu *post-test* dilakukan setelah kegiatan. Implementasi di masyarakat dilaksanakan pada tanggal 24-25 Oktober tahun 2025. Kader Posyandu mulai menerapkan teknik akupresur titik P6 kepada ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*. Setiap kader didampingi oleh tim pelaksana untuk memastikan prosedur dilakukan sesuai standar.



**Gambar 3. Foto bersama Kepala Desa dan Perangkat Desa**

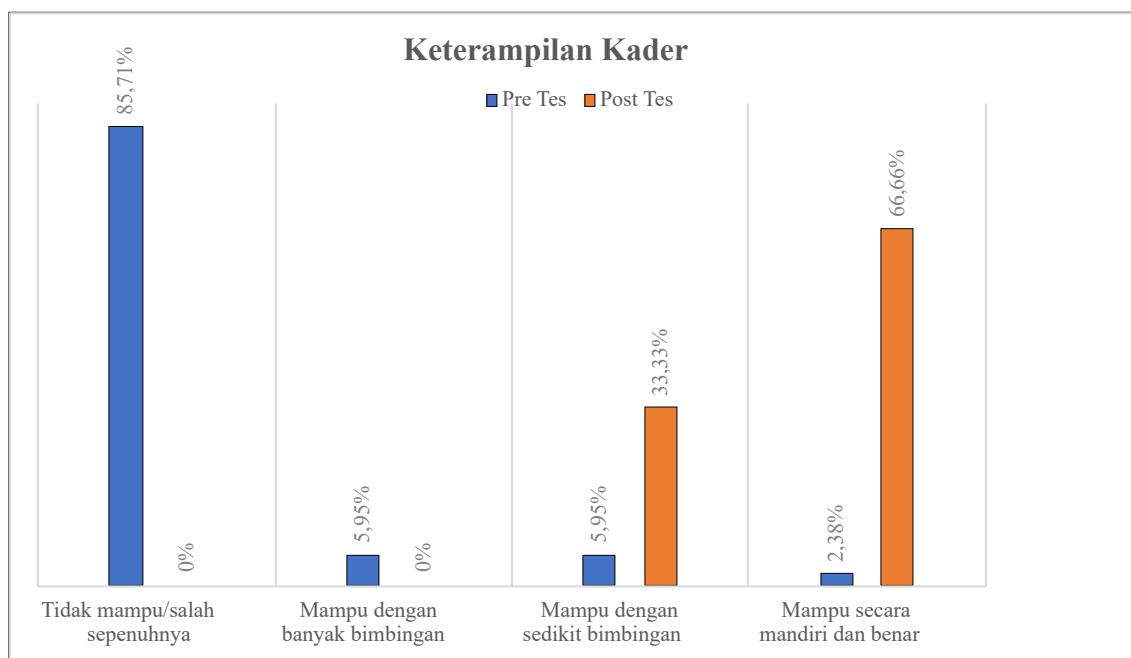
Pendampingan dilaksanakan pada tanggal 26-27 Oktober tahun 2025. Tim pelaksana melakukan kunjungan rutin ke lokasi mitra untuk memberikan bimbingan teknis kepada kader dalam menerapkan keterampilan yang telah diperoleh selama pelatihan. Pendampingan dilakukan dengan mengamati secara langsung penerapan teknik akupresur titik P6 oleh kader kepada ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*, kemudian memberikan umpan balik terhadap cara, durasi, dan ketepatan titik pijat.

Monitoring dan evaluasi dilaksanakan pada tanggal 28 Oktober tahun 2025. Tim memastikan kehadiran dan partisipasi peserta, seperti kader posyandu dan ibu hamil, memastikan kesesuaian jadwal dan materi pelaksanaan, apakah sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun, memastikan ketersediaan alat, bahan, dan media pelatihan yang digunakan selama kegiatan, mengamati respons dan keterlibatan peserta selama proses pelatihan dan pendampingan.

Keberlanjutan program dilaksanakan pada tanggal 29-30 Oktober 2025, tim memastikan kesinambungan kegiatan dibentuk kelompok kader sehat di tingkat posyandu atau kelurahan (Gambar 3). Kelompok ini berfungsi sebagai wadah berbagi pengalaman, saling memantau penerapan teknik akupresur, dan melaporkan hasil kegiatan kepada pihak puskesmas atau tim pelaksana PkM (Hikmahrachim et al., 2020). Dengan adanya kelompok ini, diharapkan kegiatan tidak hanya berhenti pada pelatihan awal, tetapi berkembang menjadi gerakan kesehatan berbasis masyarakat. Tim dosen dan mahasiswa tetap melakukan pemantauan secara berkala, baik secara langsung maupun daring, untuk memastikan kegiatan tetap berjalan. Tim juga membuka jalur komunikasi melalui grup media sosial, *web* Kader Sehat.com, dan pelaporan kegiatan lanjutan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat melalui kegiatan *Pelatihan SEHAT (Sentuhan Akupresur Holistik untuk Atasi Emesis)* menunjukkan adanya peningkatan kapasitas kader Posyandu dalam pengetahuan, sikap, dan keterampilan terkait penanganan *emesis* pada ibu hamil. Pelatihan ini dirancang untuk membekali kader dengan pendekatan nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan berbasis sentuhan holistik, sehingga dapat digunakan sebagai upaya promotif dan preventif di tingkat komunitas (Prastyawati et al., 2025). Selama proses pelatihan, kader menunjukkan partisipasi aktif dan antusiasme tinggi, khususnya pada sesi praktik akupresur, yang mengindikasikan penerimaan positif terhadap metode yang diberikan. Temuan ini menegaskan bahwa pelatihan berbasis keterampilan praktis dan pendekatan holistik berpotensi meningkatkan peran kader Posyandu dalam mendukung kesehatan ibu hamil secara berkelanjutan.



**Gambar 4. Diagram keterampilan kader**

Gambar 4 menunjukkan bahwa berdasarkan hasil *pre-test* atau observasi terhadap keterampilan kader Posyandu di Desa Kondongia sebelum pelaksanaan kegiatan *Pelatihan SEHAT (Sentuhan Akupresur Holistik untuk Atasi Emesis)*, diperoleh data bahwa sebagian besar kader belum memiliki kemampuan dasar dalam melakukan teknik akupresur. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa sebesar 85,71% kader berada pada kategori tidak mampu atau tidak terampil dalam melakukan tindakan akupresur, khususnya pada titik P6 (Neiguan) yang berfungsi untuk mengatasi keluhan *emesis gravidarum* pada ibu hamil. Kondisi ini mencerminkan bahwa kader Posyandu di wilayah kondongia belum pernah mendapatkan pelatihan khusus terkait teknik akupresur sebagai salah satu bentuk terapi komplementer dalam pelayanan kesehatan ibu hamil. Selain itu, sebagian besar kader masih memiliki keterbatasan dalam mengenali lokasi titik akupresur, cara memberikan tekanan yang tepat, serta memahami prinsip keamanan dan kontraindikasi dalam pelaksanaan tindakan (Vitrianingsih dan

Khadijah, 2019).

Kurangnya keterampilan ini berpotensi memengaruhi efektivitas peran kader dalam memberikan dukungan kepada ibu hamil di tingkat komunitas (Via et al., 2021). Oleh karena itu, hasil evaluasi awal ini menjadi dasar penting bagi pelaksanaan program pelatihan SEHAT, yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan kader dalam melakukan akupresur secara benar, aman, dan berbasis bukti ilmiah (Permatasari, 2019). Dengan adanya pelatihan yang terstruktur, diharapkan para kader dapat meningkatkan kompetensi praktis mereka sehingga mampu memberikan kontribusi nyata dalam mendukung kesehatan ibu hamil, khususnya dalam mengatasi masalah *emesis gravidarum* secara nonfarmakologis dan holistik.

Hasil *post-test*, diketahui bahwa sebanyak 33,33% kader berada pada kategori mampu dengan sedikit bimbingan, artinya kader telah memahami langkah-langkah dasar dan mampu melakukan teknik akupresur dengan benar, meskipun masih membutuhkan arahan atau koreksi ringan dari fasilitator. Sementara itu, 66,66% kader berada pada kategori mampu secara mandiri dan benar, yang menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah menguasai teknik akupresur dengan baik tanpa perlu bimbingan tambahan. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas program pelatihan dalam meningkatkan kompetensi kader Posyandu.

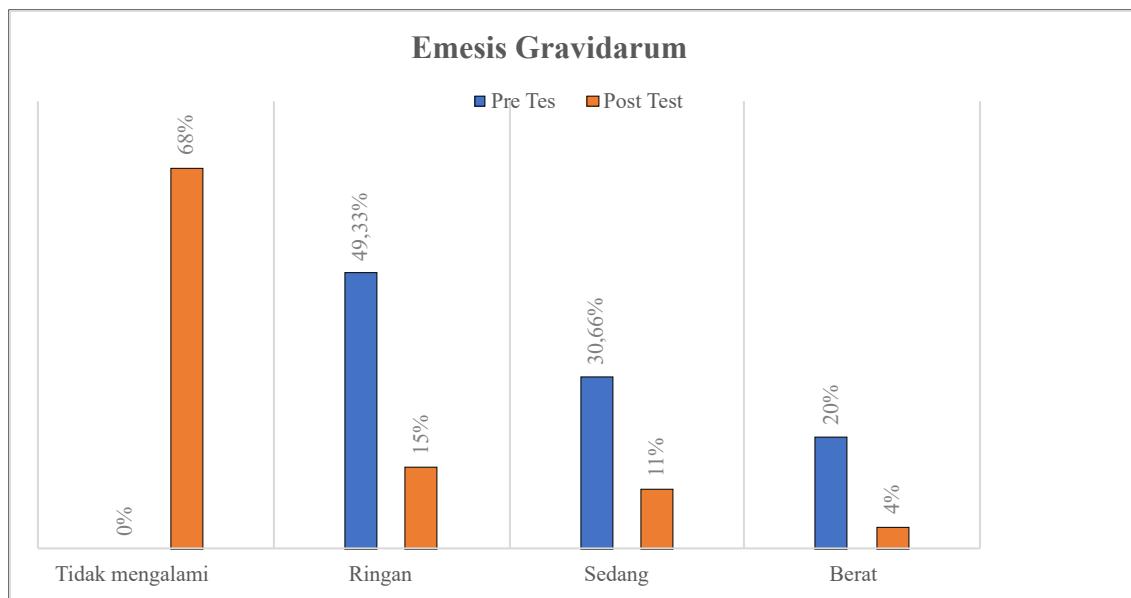
Kader tidak hanya mampu mengenali titik akupresur yang tepat, seperti titik P6 (Neiguan) untuk mengatasi *emesis gravidarum*, tetapi juga telah memahami prinsip tekanan, durasi, dan keamanan dalam penerapannya. Selain itu, para kader menunjukkan kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam mempraktikkan teknik akupresur sebagai salah satu bentuk pelayanan komplementer di Posyandu (Musalamah, 2025). Secara keseluruhan, hasil evaluasi pascapelatihan ini menunjukkan bahwa pelatihan SEHAT telah berhasil meningkatkan keterampilan kader secara nyata.

Kader Posyandu di Desa Kondongia kini memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memberikan intervensi nonfarmakologis untuk membantu ibu hamil mengurangi keluhan *emesis gravidarum*, sekaligus memperkuat peran mereka dalam mendukung kesehatan ibu hamil secara holistik di tingkat komunitas (Munjiah et al., 2015). Selain pelatihan teori dan praktik, kegiatan juga mencakup pemberian modul dan media pembelajaran berupa buku panduan sederhana tentang teknik akupresur, poster titik P6, serta alat bantu visual lainnya agar peserta dapat terus berlatih secara mandiri di Posyandu masing-masing (Permatasari, 2019).

Pada akhir kegiatan, dilakukan refleksi dan evaluasi bersama, di mana peserta menyampaikan kesan, saran, serta komitmen mereka untuk menerapkan teknik akupresur dalam pelayanan kepada ibu hamil. Implementasi ini dilakukan dengan pendekatan partisipatif, di mana kader Posyandu menjadi pelaku utama dalam penerapan dan edukasi kepada sasaran langsung, sedangkan tim dosen dan mahasiswa berperan sebagai pendamping dan pengawas kegiatan.

Gambar 5 menunjukkan bahwa berdasarkan hasil pengukuran awal terhadap ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum* sebelum dilakukan intervensi akupresur, diperoleh data bahwa 49,33% responden berada pada kategori ringan, sedangkan 20% responden berada pada kategori berat. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil sudah mulai mengalami gejala *emesis gravidarum* yang cukup mengganggu aktivitas sehari-hari, meskipun masih dalam batas ringan, namun, terdapat pula sebagian ibu hamil yang mengalami gejala dengan intensitas berat yang dapat berdampak terhadap kondisi fisik dan psikologis mereka (Fitri et al, 2020). Kondisi ini menggambarkan bahwa masalah *emesis gravidarum* pada awal kehamilan masih menjadi keluhan umum yang signifikan di kalangan ibu hamil.

Gejala ini biasanya disebabkan oleh peningkatan kadar hormon human chorionic gonadotropin (hCG) dan perubahan metabolisme tubuh selama kehamilan (Desnita et al., 2024). Apabila tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat menurunkan asupan nutrisi, menyebabkan dehidrasi, serta menimbulkan rasa lemah yang dapat mengganggu kesejahteraan ibu hamil dan perkembangan janin. Hasil *pre-test* ini menjadi dasar penting dalam pelaksanaan terapi akupresur sebagai intervensi nonfarmakologis untuk mengatasi *emesis gravidarum* pada ibu hamil. Akupresur, khususnya pada titik P6 (Neiguan) di pergelangan tangan bagian dalam, diketahui mampu menstimulasi saraf vagus dan sistem saraf otonom sehingga membantu mengurangi gejala *emesis gravidarum* (Afifah et al., 2025). Dengan demikian, intervensi ini diharapkan dapat menurunkan frekuensi dan intensitas *emesis gravidarum* pada ibu hamil, sekaligus meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup mereka selama masa kehamilan. Secara keseluruhan, tingginya proporsi ibu hamil dengan kategori ringan hingga berat sebelum dilakukan akupresur menunjukkan pentingnya penerapan pendekatan komplementer ini sebagai salah satu upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu (Hartati et al., 2017).



**Gambar 5. Tingkat *emesis gravidarum***

Pelatihan akupresur kepada kader Posyandu menjadi langkah strategis untuk memperluas akses intervensi yang aman, mudah, dan efektif bagi ibu hamil di tingkat komunitas, setelah dilakukan intervensi akupresur pada titik P6 (Neiguan), terjadi perubahan terhadap frekuensi *emesis gravidarum* yang dialami oleh ibu hamil. Berdasarkan hasil evaluasi pascaintervensi, diketahui bahwa sebanyak 14,66% ibu hamil berada pada kategori ringan, 4% pada kategori berat, dan 68% tidak lagi mengalami. Jika dibandingkan dengan kondisi sebelum dilakukan akupresur, terlihat adanya penurunan yang bermakna pada frekuensi *emesis gravidarum*. Sebelum intervensi, sebanyak 49,33% ibu hamil mengalami *emesis gravidarum* ringan dan 20% mengalami *emesis gravidarum* berat. Setelah dilakukan terapi akupresur selama beberapa kali sesi, terjadi penurunan sebesar 34,67% pada kategori *emesis gravidarum* ringan dan penurunan sebesar 16% pada kategori mual muntah berat. Sementara itu, proporsi ibu hamil yang tidak mengalami *emesis gravidarum* meningkat drastis dari

30,67% menjadi 68%, menunjukkan peningkatan kenyamanan yang signifikan setelah penerapan terapi akupresur.

Perubahan ini menunjukkan bahwa akupresur memberikan efek positif dalam menurunkan intensitas dan frekuensi *emesis gravidarum* pada ibu. Secara fisiologis, stimulasi pada titik P6 (Neiguan) mampu memengaruhi aktivitas sistem saraf otonom, khususnya meningkatkan tonus saraf vagus yang berperan dalam mengontrol aktivitas lambung dan mengurangi sensasi *emesis* (Altahira, 2023). Tekanan lembut pada titik ini juga membantu menyeimbangkan energi tubuh (Qi) menurut konsep terapi tradisional Timur, yang berkaitan erat dengan keseimbangan fungsi organ pencernaan (Haridawati, 2020). Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa akupresur merupakan intervensi komplementer yang efektif, aman, dan mudah diterapkan oleh kader Posyandu maupun tenaga kesehatan dalam membantu ibu hamil mengatasi keluhan *emesis gravidarum*. Selain menurunkan gejala secara signifikan, terapi ini juga memberikan manfaat psikologis berupa rasa rileks dan nyaman bagi ibu hamil.

Penurunan frekuensi *Emesis Gravidarum* dari total 69,33% (kategori ringan dan berat) menjadi hanya 18,66% setelah intervensi menggambarkan keberhasilan penerapan teknik akupresur sebagai upaya peningkatan kesehatan ibu hamil melalui pendekatan nonfarmakologis yang berbasis bukti (*evidence-based complementary care*), secara keseluruhan, kegiatan pendampingan di masyarakat telah memberikan dampak dalam memperkuat keberlanjutan program Pelatihan SEHAT. Melalui pendampingan yang berkelanjutan, kader Posyandu tidak hanya menjadi pelaksana teknik akupresur, tetapi juga bertransformasi menjadi pendidik dan penggerak kesehatan berbasis komunitas (Tiala et al., 2023). Dengan demikian, kegiatan ini menjadi landasan kuat bagi pengembangan model layanan kebidanan komplementer berbasis kearifan lokal yang dapat diterapkan di wilayah lain di masa mendatang.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Apresiasi dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Direktorat Riset, Teknologi, dan pengabdian kepada masyarakat (DRTPM), atas dukungan dan pendanaan yang telah diberikan dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini. Bantuan pendanaan dari DRTPM nomor kontrak induk pengabdian Nomor: 341/C3/DT.05.00/PM-BACTH III/2025 sangat berperan penting dalam mendukung keberhasilan kegiatan serta memberikan manfaat nyata bagi mitra dan masyarakat sasaran. Tak lupa pula kerja sama tim dosen pengabdi dari Politeknik Baubau dan mahasiswa serta pemerintah Desa Kondongia, Kader, ibu hamil petugas kesehatan yang telah bekerja dengan baik demi suksesnya kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N., Krisnasari, A.S., Sarasputri, N.P.E., Karima, F.H., Suharti, S., Ramadhani, L., 2025. Optimalisasi Akupresur pada Hipertensi: Upaya Promotif dan Preventif Kesehatan Jamaah Haji dan Umroh. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara 6(3), 4057–4064.  
<https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/view/6669>
- Altahira, S., 2023. Combination of Aroma Therapy and P6 (Neiguan) Point Acupressure on Emesis Gravidarum in Primipara. Jurnal Eduhealth 14(2), 547–550.  
<https://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/healt/article/view/1941>
- Desnita, R., Amelia, W., Guci, A., Efendi, W.S., Fatrisia, T., 2024. Implementasi

- Akupresur dan Digitalisasi Layanan Posyandu Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat* 6(4), 1811-1818.  
<https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/4735>
- Efendi, S., Sriyanah, N., Cahyani, A.S., Hikma, S., Kiswati, K., 2021. Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif untuk Mencegah Stunting pada Anak. *Idea Pengabdian Masyarakat* 1(2), 107–111. <Https://Doi.Org/10.53690/Ipm.V1i01.71>
- Haridawati, H., 2020. Pengaruh Jahe (Zingiber Officinale) Hangat dalam Mengurangi Emesis Gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Kebidanan* 9(1), 1-7.  
<https://jurnal.ikta.ac.id/kebidanan/article/view/424>
- Hartati, N.N., Runiari, N., Rahayu, N.M.M., 2017. Perilaku Ibu Primigravida Trimester I dalam Mengatasi Emesis Gravidarum. *Jurnal Gema Keperawatan* 10(2), 161–168.
- Hikmahrachim, H.G., Rohsiswatmo, R., Ronoatmodjo, S., 2020. Efek ASI Eksklusif terhadap Stunting pada Anak Usia 6-59 bulan di Kabupaten Bogor tahun 2019. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia* 3(2), 76–82.  
<https://scholarhub.ui.ac.id/epidkes/vol3/iss2/6/>
- Maesaroh, S., Putri, M., 2019. Inhalasi Aromaterapi Lemon Menurunkan Frekuensi Mual Muntah pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai* 12(1), 30-41.  
<Https://Doi.Org/10.26630/Jkm.V12i1.1741>
- Munjiah, I., Madjid, T.H., Herman, H., 2015. Perbedaan Pengaruh Akupunktur dan Vitamin B6 terhadap Penurunan Intensitas Mual Muntah pada Emesis Gravidarum Berat. *Jurnal Pendidikan dan Pelayanan Kebidanan Indonesia* 2(2), 1-6.
- Musalamah, S., 2025. Lowering Blood Pressure Using Acupressure Therapy in Hypertensive Patients. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale* 8(2), 126-134.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.52774/jkfn.v8i2.247>
- Permatasari, R.D., 2019. Efektivitas Teknik Akupresur pada Titik BL23, GV 3, GV 4 terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Kehamilan Trimester III di Puskesmas Jelakombo Jombang. *Journal of Health Educational and Science and Technology* 2(1), 33-42. <Https://Doi.Org/10.25139/Htc.V2i1.1518>
- Prastyawati, I.Y., Lusiani, E., Kristiyono, J., Jesus, D.G.D., Muda, M.A., 2025. Revitalisasi Kesehatan Berbasis Kemandirian Digital pada Kader Posyandu untuk Peningkatan Kualitas Kesehatan Daerah Pesisir Kepetungan, Sidoarjo. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat* 8(11), 5528-5541.
- Rinata, E., Ardillah, F.R., 2017. Penanganan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil di BPM Nunik Kustantinna Tulangan-Sidoarjo. [Prosiding]. Seminar Moving Towards New Scientific Research in Midwifery Practice.
- Tiala, N.H., Tampubolon, N.R., Abu, M., 2023. Penerapan Terapi Akupresur terhadap Mual Muntah Post Kemoterapi pada Anak Kanker: Literature Review. *Jurnal Skolastik Keperawatan* 9(1), 114–123.  
<https://jurnal.unai.edu/index.php/jsk/article/view/3105>
- Via, D.O., Maternity, D., Yantina, Y., Yuliasari, D., 2021. Aromaterapi Citrus Aurantium Mempengaruhi Kecemasan Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Jurnal Kebidanan Malahayati* 7(3), 371–375. <Https://Doi.Org/10.33024/Jkm.V7i3.1723>
- Vitrianingsih, V., Khadijah, S., 2019. Efektivitas Aroma Terapi Lemon untuk Menangani Emesis Gravidarum. *Jurnal Keperawatan* 11(4), 227-284.  
<Https://Doi.Org/10.32583/Keperawatan.V11i4.598>