

# **LAMPIRAN**

**PENJELASAN PENELITIAN**

---

Nama : Rika Herawati  
NIM : P17320321070  
Judul Penelitian : Penerapan Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor

Saya mahasiswa Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor) Program Diploma Tiga Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung, bermaksud melakukan studi kasus dengan tujuan mengetahui tingkat mual muntah dan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester I. Ibu hamil yang sedang dalam kondisi mual muntah ringan maupun sedang disertai kecemasan ringan maupun sedang yang berpartisipasi akan menjadi responden dalam studi kasus ini. Studi kasus ini akan dilaksanakan selama 2 minggu dimulai pada tanggal 1 April – 6 April 2024 dan 15 April – 20 April 2024.

Penulis akan meminta persetujuan dari responden dalam kegiatan diatas setelah penulis menjelaskan tujuan, manfaat, tindakan yang akan dilakukan, resiko penulisan, waktu kegiatan, dan kerahasiaan data. Penulisan ini tidak beresiko apa-apa karena tidak ada tindakan invasif. Semua informasi dan hasil dari kegiatan ini yang berkaitan dengan responden akan dijaga kerahasiaannya. Responden yang berpartisipasi didalam penulisan ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila responden merasa tidak nyaman, maka dapat mengundukan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Berdasarkan penjelasan ini, saya mengharapkan kesediaan responden. Atas perhatian dan partisipasi responden, saya mengucapkan terimakasih.

Bogor, April 2024

Rika Herawati

**LEMBAR PESETUJUAN**

---

Setelah mendapatkan penjelasan tentang studi kasus ini secara lisan dan tulisan, saya mengerti tujuan studi kasus ini untuk diketahuinya Penerapan terapi akupresur terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester I dengan Emesis Gravidarum di Puskesmas Sindang Barang  
Dengan ini saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Bersedia menjadi responden yang berpartisipasi dalam penulisan penerapan terapi akupresur terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester I dengan Emesis Gravidarum di Puskesmas Sindang Barang secara sukarela dan tanpa paksaan. Bila responden merasa tidak nyaman, maka dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu.

Bogor, 01 April 2024

Peneliti

Responden

Rika Herawati

(.....)

**KUESIONER IDENTITAS DIRI**

---

Nama :

Usia :

Pendidikan : ( ) SD ( ) SMP ( ) SMA ( ) Perguruan Tinggi

Pekerjaan :

Paritas : ( ) 1 anak ( ) 2 anak ( ) >3 anak

Usia kehamilan : ( ) 1- 4 minggu ( ) 5 – 8 minggu ( ) 9 - 12 minggu

## Lampiran 4

### KEUSIONER PENULISAN *PREGNANCY-UNIQE QUANTIFICATION OF EMESIS/NAUSEA (PUQE)*

---

Diharapkan responden mengisi kuesioner ini dengan jujur, tanpa paksaan dan tidak dalam keadaan tertekan. Semua respon yang anda berikan dapat diterima dan tidak ada benar atau salah. Keseriusan anda dalam mengisi keusioner ini sangat diharapkan demi keberhasiam penulisan. Jawaban yang anda berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab penulis. Adapun cara pengisian kuesioner ini, yaitu :

1. Bacalah setiap pertanyaan di bawah ini dengan seksama
2. Setiap pertanyaan mempunyai skor yang berbeda-beda
3. Berilah jawaban pada setiap pertanyaan berikut ini dengan cara melingkari salah satu angka pada setiap pilihan dalam pertanyaan sesuai pengalaman yang anda alami

Berilah tanda ceklis (✓) sesuai dengan jawaban pada kolom yang telah disediakan

No	Pertanyaan	Kriteria				
1.	Dalam 24 jam terakhir, sudah berapa kali anda merasa mual atau tidak nyaman pada perut ?	>6 jam (5 poin)	4-6 jam (4 poin)	2-3 jam (3 poin)	<1 jam (1 poin)	Tidak ada sama sekali (1 poin)
2.	Dalam 24 jam terakhir, apakah anda pernah muntah-muntah ?	>7 kali (5 poin)	5-6 kali (4 poin)	3-4 kali (3 poin)	1-2 kali (2 poin)	Tidak muntah (1 poin)
3.	Dalam 24 jam terakhir, berapa kali anda mengalami muntah kering ?	>7 kali (5 poin)	5-6 kali (4 poin)	3-4 kali (3 poin)	1-2 kali (2 poin)	Tidak sama sekali (1 poin)

- a. Mual dan muntah ringan skor PUQE  $\leq 6$
- b. Mual dan muntah sedang skor PUQE 7 – 12
- c. Mual dan muntah berat skor PUQE  $\geq 13$

## Lampiran 5

### **KUESIONER HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)**

---

Pernyataan dibawah ini menggambarkan perasaan yang dialami ibu/saudari

Adapun cara pengisian kuesioner ini, yaitu :

1. Bacalah setiap pertanyaan di bawah ini dengan seksama
2. Setiap pertanyaan mempunyai skor yang berbeda-beda
3. Berilah jawaban pada setiap pertanyaan berikut ini dengan cara melingkari salah satu angka pada setiap pilihan dalam pertanyaan sesuai pengalaman yang anda alami

Ceklis (✓) salah satu dari 5 pilihan dibawah ini (0-4)

0 = tidak ada gejala

1 = 1 dari gejala yang ada

2 = separuh dari gejala yang ada

3 = lebih dari separuh gejala yang ada

4 = semua gejala yang ada

No.	Pertanyaan	Nilai (Skore)				
		0	1	2	3	4
1.	Perasaan cemas : khawatir, pikiran buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung					
2.	Ketegangaan : merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar, gelisah					
3.	Ketakutan : pada gelap, orang asing, ditinggal sendiri, pada binatang besar, keramaian lalu lintas, kerumunan orang banyak					
4.	Gangguan tidur : sukar untuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyenyak, bangun dengan lesu, banyak mimpi-mimpi, mimpi buruk, mimpi menakutkan					
5.	Kecerdasan : sulit konsentrasi, daya ingat buruk Perasaan depresi : hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah-ubah sepanjang hari					
7.	Gejala somatik (otot) : sakit dan nyeri otot, kaku, kedutan, suara tidak stabil, gigi gemelutuk					

8.	Gejala soematik (sensori) : telinga berdengung, penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lelah, perasaan ditusuk-tusuk					
9.	Gejala pada jantung : nadi cepat, berdebar, nyeri di dada, denyut nadi kuat, perasaan lesu/lemas seperti mau pingsan, detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10.	Gejala pernafasan : rasa tertekan atau sempit di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas, napas pendek/sesak					
11.	Gejala pada pencernaan : sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut, rasa penuh atau kembung, mual, muntah, buang air besar lembek, kehilangan berat badan, sukar buang air besar (kontipasi)					
12.	Gejala perkemihan dan reproduksi : sering buang air kecil, tidak dapat menahan air seni, amenorrhoe, menorrhagia, menjadi dingin (frigid), ejakasi praecoeks, eraksi hilang, impotensi					
13.	Gejala otonom : muka merah, mudah berkeringat, pusing, sakit kepala, bulu kuduk berdiri					
14.	Tingkah laku pada wawancara : gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kening mengerut, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek dan cepat, muka merah					
Total						

- a. Skor < 14 : tidak ada kecemasan
- b. Skor 15-17 : kecemasan ringan
- c. Skor 18 – 30 : kecemasan sedang
- d. Skor >30 : kecemasan berat

**Lampiran 6**

**LEMBAR OBSERVASI**

---

Nama :

Usia :

No.	Tanggal	Penerapan Terapi Akupresur		Keterangan
		<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	

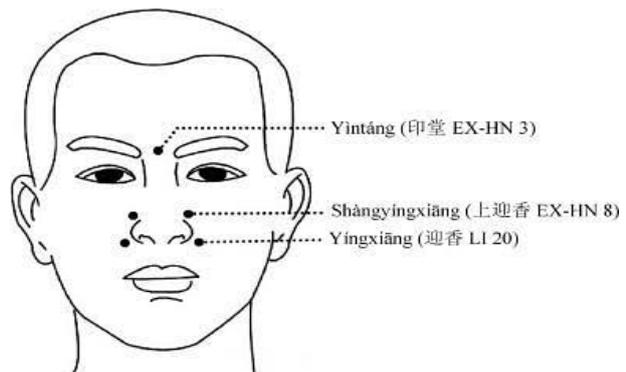
## Lampiran 7

### STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TERAPI AKUPRESUR

---

Pengertian	Akupresur berasal dari kata "accus" dan "pressure", yang masing-masing berarti "jarum" dan "menekan". Istilah "akupresur" mengacu pada teknik penekanan untuk merangsang titik akupuntur.
Tujuan	Akupresur dapat merelaksasi sirkulasi darah, meredakan gejala penyakit, dan membantu ibu hamil dengan nyeri panggul, stres, cemas, gangguan tidur, dan persalinan yang sulit.
Indikasi	Ibu hamil dengan riwayat mual dan muntah, kecemasan, masalah tidur, kelelahan, depresi atau stress
Kontraindikasi	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Beberapa titik yang tidak boleh dipijat di sekitar perut bagian bawah, punggung tangan, dan, bahu</li><li>2. Terdapat luka atau bengkak pada titik akupresur</li><li>3. Memiliki riwayat diabetes melitus, dan</li><li>4. Demam dengan suhu 38°C</li></ol>
Persiapan alat	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Alkohol 70% untuk membersihkan area pijat</li><li>2. Handuk / perlak</li><li>3. Minyak Zaitun</li></ol>
Persiapan lingkungan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ruangan tempat pemijitan hendaknya tidak pengap dan mempunyai sirkulasi baik</li><li>2. Pemijatan dilakukan di tempat yang bersih</li></ol>
Persiapan responden	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ibu hamil sebaiknya dalam posisi yang nyaman</li><li>2. Ibu dalam keadaan rileks, tidak emosional (marah, takut, terlalu gembira, atau sedih), terlalu lapar atau terlalu kenyang</li></ol>
Persiapan perawat	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Cuci tangan , kuku jari tidak boleh panjang atau tajam</li><li>2. Dalam keadaan bebas bergerak dengan posisi nyaman</li><li>3. Tidak memijat daerah yang luka atau bengkak</li></ol>
Cara kerja	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mencuci tangan</li><li>2. Identifikasi klien</li><li>3. Klien duduk dengan posisi yang nyaman, klien pada posisi terlentang (supinasi), duduk, duduk dengan tangan bertumpu di meja, berbaring miring, atau tengkurap dan berikan alas</li><li>4. Bantu menggulung baju bagian tangan dan melepas aksesoris yang dapat menghambat tindakan akupresur yang akan dilakukan, jika perlu</li><li>5. Melakukan pengkajian skala mual muntah PUQE, dan pengkajian tingkat kecemasan dengan kuesioner HARS pada klien.</li><li>6. Pasang handuk agar pakaian tidak terkena minyak</li></ol>

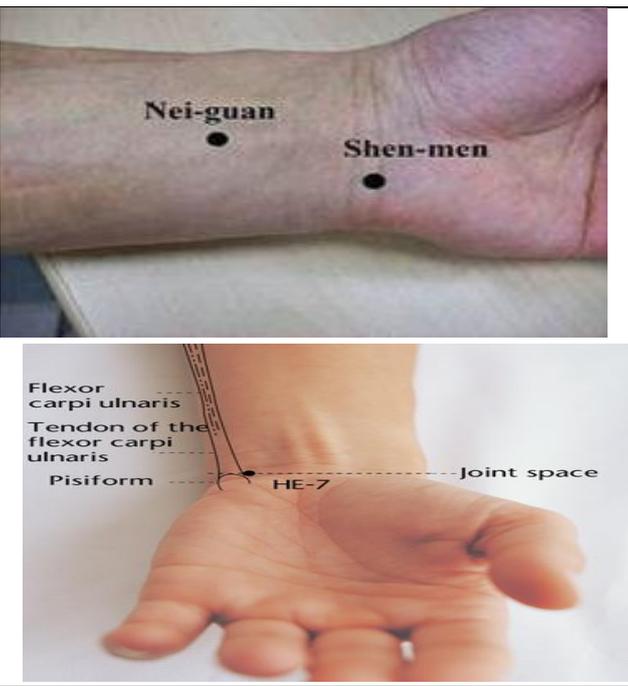
7. Usapkan alkohol 70% pada area pijat
8. Oles minyak zaitun pada area pemijatan
9. Mulai melakukan akupresur pada masing-masing titik lakukan penekanan 3 detik dalam satu kali tekan dan dilakukan sebanyak 30 kali
10. Cari titik EX-HN3 (yintang) yang berada pada batang hidung, pertengahan jarak ujung antara alis dan mata, sebanyak 30 kali penekanan.



11. Kemudian titik P6 (neiguan) yang berada di daerah pergelangan tangan yaitu 3 jari dari daerah distal pergelangan tangan antara dua tendon (flexor carpi radialis dan otot palmaris longus) sebanyak 30 kali penekanan.



12. Terakhir pada titik HT-7 (shenmen) pada bagian anteromedial pergelangan tangan, radial ke tendon fleksor karpus ulnaris, pada lipatan pergelangan tangan palmar. Dalam depresi radial ke proksimal perbatasan tulang pisiform, pada lipatan pergelangan tangan palmar.

	 <p>The top photograph shows the inner wrist of a person with two black dots marking the acupoints. The dot on the left is labeled 'Nei-guan' and the dot on the right is labeled 'Shen-men'. The bottom photograph shows the back of a hand with a black dot marking the acupoint 'HE-7'. Anatomical labels include 'Flexor carpi ulnaris', 'Tendon of the flexor carpi ulnaris', 'Pisiform', and 'Joint space'.</p>
<p>Terminasi</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Mengevaluasi tindakan dan respon saat dilakukan tindakan terapi akupresur</li> <li>2.Membersihkan dan merapihkan alat</li> <li>3.Mencuci tangan</li> <li>4.Dokumentasi</li> </ol>

**DOKUMENTASI KEGIATAN STUDI KASUS**

---





**Kementerian Kesehatan**  
Poltekkes Bandung

Jalan Pajajaran No.56, Pasir Kaliki, Cicendo,  
Bandung, Jawa Barat 40171  
(022) 4231627  
<https://poltekkesbandung.ac.id>

**BIMBINGAN UJIAN AKHIR KARYA TULIS ILMIAH (KTI)  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR) PROGRAM  
DIPLOMA TIGA TA. 2023 / 2024**

NAMA MAHASISWA : Rika Herawati

NIM : P17320321070

NAMA PEMBIMBING : Agustina SKM, MKM

JUDUL KTI : Penerapan Terapi Akupresur Dalam Upaya Penurunan  
Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Emesis Gravidarum Di  
Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor

TAHUN AKADEMIK : 2023/2024

**CATATAN PROSES BIMBINGAN**

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Rekomendasi (Perubahan Isi Dan Bahan Bacaan)	Tanda Tangan Pembimbing
1	Kamis, 25 Januari 2024	ACC Judul	Melanjutkan BAB 1 dan BAB 2, membahas kerangka teori BAB 1	

2	Rabu, 31 Januari 2024	Analisis masalah topik studi kasus	Pelajari studi literatur dan angka kejadian masalah	
3	Kamis, 1 Februari 2024	Konsultasi BAB 1 dan BAB 2	Memperbaiki kalimat- kalimat, menambahkan keterkaitan antara kecemasan dengan mual muntah, mencari penelitian sebelumnya	
4	Kamis, 15 Februari 2024	Konsultasi BAB 1 dan BAB 2	Menambahkan akupresur pada titik yang menurunkan kecemasan, perbaiki urutan sub BAB 2, mencari faktor dan bentuk kecemasan pada ibu hamil	
5	Kamis, 14 Maret 2024	Konsultasi BAB 2 dan BAB 3	ACC BAB 1, perbaiki penulisan BAB 3	
6	Senin, 18 Maret 2024	Konsultasi BAB 2 dan BAB 3	ACC BAB 2 dan BAB 3	

7	Selasa, 02 April 2024	Revisi dan masukan penguji	Mengirimkan hasil revisi KTI	
8	Rabu, 15 Mei 2024	Konsultasi BAB 4	Perbaiki tabel karakteristik responden, pebanyak teori penguat di pembahasan	
9	Jum'at, 17 Mei 2024	Konsultasi BAB 4	Jabarkan proses selama penerapan, Lanjutkan ke BAB 5	
10	Senin, 20 Mei 2024	Konsul dan revisi BAB 4 dan BAB 5	Perbaiki penyajian data tabel, hasil studi kasus dan kesimpulan	
11	Selasa, 21 Mei 2024	Konsul abstrak dan revisi BAB 5	Abstrak sesuaikan denga nisi dan materi dari KTI, dan tambahkan karakteristik responden di kesimpulan	

12	Rabu, 22 Mei 2024	Konsul BAB 1 s.d BAB 5	ACC KTI, Lanjutkan membuat PPT	
----	-------------------------	---------------------------	-----------------------------------	---

Bogor, 22 Mei 2024

Pembimbing



(Agustina SKM, MKM)

NIP : 196808161988122001



## RIWAYAT HIDUP



Nama : Rika Herawati  
NIM : P17320321070  
Tempat, Tanggal Lahir : Bogor, 26 Agustus 2003  
Nama Ayah : Anan  
Nama Ibu : Ami Nurhayati  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kewarganegaraan : WNI  
Status : Belum Menikah  
Agama : Islam  
Alamat : Jl. Kemang Batas Parung Bogor RT03/01 Kec. Kemang  
Kab. Bogor Jawa Barat 16310  
Telpon, Hp : 0812-9361-9089  
Alamat Email : [rikaherawt26@gmail.com](mailto:rikaherawt26@gmail.com)

### Pendidikan

2008-2009 : Paud Harapan Bangsa  
2009-2015 : SD Angkasa 01  
2015-2018 : SMP NEGRI 06 KOTA BOGOR  
2018-2021 : SMA TARUNA TERPADU 01  
2021-2024 : Poltekkes Kemenkes Bandung Program Studi Keperawatan  
(Kampus Bogor)