

Upaya Pencegahan Stunting melalui Pelatihan Akupresur pada Kader Kesehatan di Wilayah Bambu Apus Cipayung

Wahyuningsih Djaali¹, Helda², Bazzar Ari Mighra³

¹Program Studi Akupunktur Medik, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia

²Departemen Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia

³Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia

Correspondence author: Wahyuningsih Djaali, inchy86@yahoo.com, Jakarta, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v5i2.1855>

Abstrak

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya di bawah standar. Berbagai faktor resiko baik dari faktor ibu maupun faktor anak, dapat memengaruhi terjadinya *stunting* dan berdampak secara luas dan jangka panjang kepada produktivitas masyarakat secara nasional. Salah satu faktor resiko yang berhubungan dengan kejadian *stunting* pada masa kehamilan adalah riwayat *hiperemesis* pada ibu hamil, dan berdasarkan penelitian terdahulu, akupresur pada titik PC6 Neiguan terbukti dapat menurunkan mual dan muntah. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan pemberdayaan kader kesehatan yang ada di wilayah Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayung melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan akupresur mandiri. Metode pelaksanaan adalah dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan akupresur mandiri mengenai manfaat akupresur untuk mengurangi mual dan muntah pada kehamilan sebagai pencegahan *stunting*. Tahapan pelaksanaan dimulai dari penyusunan modul penyuluhan dan pelatihan dalam bentuk *booklet*, pelaksanaan penyuluhan, kemudian pelaksanaan pelatihan untuk kader kesehatan mengenai akupresur mandiri untuk mual muntah pada kehamilan. Peserta kegiatan terdiri dari 30 kader kesehatan wilayah Bambu Apus. Hasil kegiatan berdasarkan nilai *pre-test* dan *post-test*, menunjukkan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan secara bermakna (dari rerata nilai $56,21 \pm 12,36$ menjadi $75,52 \pm 14,04$; dengan nilai $p < 0,001$) yang menunjukkan bahwa kegiatan ini memengaruhi pengetahuan kader kesehatan dalam hal *stunting*, pencegahan *stunting*, akupresur pada pencegahan *stunting*, dan akupresur pada mual muntah pada kehamilan. Diharapkan kegiatan ini selanjutnya dapat diterapkan sebagai program rutin di wilayah Bambu Apus sebagai upaya menurunkan angka kejadian *stunting*.

Kata Kunci: akupresur mandiri, mual muntah pada kehamilan, *stunting*.

Abstract

Stunting is a child's growth and development disorder due to chronic malnutrition and recurrent infections, which is characterized by a body length or height below standard. Various risk factors, both maternal and child factors, can influence the occurrence of *stunting* and have a broad and long-term impact on the productivity of society nationally. The aim of this community service is to empower health cadres in the Bambu Apus, Cipayung through counseling activities and self-care acupressure training. The implementation method is to provide counseling and self-care acupressure training regarding the benefits of acupressure to reduce nausea-vomiting in pregnancy as a prevention of *stunting*. The implementation stages start from preparing counseling and training modules in the form of booklets, implementing counseling, then implementing training for health cadres regarding self-care acupressure for nausea-vomiting in pregnancy. The activity participants consisted of 30 health cadres from the Bambu Apus area. The results of the activity, based on *pre-test* and *post-test* scores, showed a significant increase in the average knowledge score, indicating that this activity influenced health cadres' knowledge in terms of *stunting*, *stunting* prevention, acupressure for preventing *stunting*, and acupressure for nausea-vomiting in pregnancy. It is hoped that this activity can be implemented as a routine program in the Bambu Apus as an effort to reduce the incidence of *stunting*.

Keywords: self-care acupressure, nausea-vomiting in pregnancy, *stunting*.

PENDAHULUAN

Stunting menurut *World Health Organization* (WHO) adalah gangguan perkembangan pada anak yang disebabkan gizi buruk, terserang infeksi yang berulang, maupun stimulasi psikososial yang tidak memadai. Jika mengutip dari Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021, *stunting* adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan. Sehingga, *stunting* merupakan gangguan pertumbuhan yang dialami oleh balita yang mengakibatkan keterlambatan pertumbuhan anak yang tidak sesuai dengan standar sehingga mengakibatkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang.

Prevalensi *stunting* bayi berusia di bawah lima tahun (balita) di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013 adalah sebesar 37,2% dan jumlahnya turun menjadi 30,8% pada tahun 2018. Di wilayah DKI Jakarta sendiri, prevalensi *stunting* pada usia balita di tahun 2022 mencapai sebesar 14,8% di mana angka ini menurun 2% dari tahun 2021. Meskipun jumlahnya menurun, namun resiko *stunting* masih terus ditemukan.

Dari penelitian oleh Zurhayati (2022) tentang faktor resiko *stunting*, ditemukan bahwa terdapat hubungan antara pendapatan orang tua, tingkat pendidikan orang tua dan riwayat kunjungan *antenatal care* (ANC) dengan kejadian *stunting* di wilayah puskesmas Tanjung Batu Kepulauan Riau. *Stunting* dapat terjadi mulai saat janin masih di dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. *Stunting* yang telah terjadi bila tidak diimbangi oleh “tumbuh kejar” akan mengakibatkan menurunnya pertumbuhan. Masalah *stunting* merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya resiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental. *Stunting* dibentuk oleh *growth faltering* dan *catch up growth* yang tidak memadai yang mencerminkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan optimal, hal tersebut mengungkapkan bahwa kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal dapat mengalami *stunting* bila pemenuhan kebutuhan selanjutnya tidak terpenuhi dengan baik.

Salah satu faktor resiko yang berhubungan dengan kejadian *stunting* pada masa kehamilan adalah riwayat *hiperemesis* pada ibu hamil. Penelitian oleh Multazam (2023) menunjukkan bahwa *hiperemesis gravidarum* berpengaruh signifikan terhadap kejadian *stunting* di Puskesmas Somba Opu Kabupaten Gowa. Studi oleh Santosa (2022) faktor-faktor yang berpengaruh pada kejadian *stunting* juga menunjukkan bahwa faktor maternal memengaruhi secara langsung kejadian *stunting* dengan efek sebesar 30,3%. Faktor maternal di sini antara lain tingkat pendidikan, umur, status sosial ekonomi, kehamilan yang tidak diinginkan, konsumsi suplemen selama kehamilan, anemia selama kehamilan, status nutrisi ibu dan peningkatan BB ibu selama kehamilan, dan riwayat *hiperemesis gravidarum*.

Kecamatan Cipayung adalah sebuah kecamatan yang terletak di Jakarta Timur, DKI Jakarta. Kecamatan ini memiliki 9 kelurahan. Jarak dari Universitas Indonesia ke Kecamatan Cipayung adalah \pm 25 km. Prevalensi *stunting* di wilayah Jakarta Timur masih relatif tinggi dibandingkan dengan prevalensi *stunting* di kota lainnya. Di wilayah kecamatan ini cukup banyak aktivitas kader kesehatan yang tergabung dalam wilayah Kecamatan Cipayung.

Berdasarkan kondisi di atas, meskipun prevalensi *stunting* jika dilihat secara jumlah menurun, namun berbagai faktor resiko yang ditemukan baik dari faktor ibu maupun faktor anak, menunjukkan bahwa faktor-faktor tersebut secara langsung memengaruhi terjadinya *stunting* pada anak dan berdampak secara luas dan jangka panjang bukan hanya kepada anak, namun juga kepada produktivitas masyarakat secara nasional.

Mitra yang dipilih dalam kegiatan program pemberdayaan berbasis masyarakat ini adalah Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur, yang berjarak \pm 25 km dari Universitas Indonesia. Prevalensi *stunting* di wilayah Jakarta Timur masih relatif tinggi dibandingkan dengan prevalensi *stunting* di kota lainnya. Di wilayah kelurahan ini cukup banyak aktivitas kader kesehatan yang tergabung dari berbagai RW di wilayah Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Cipayung.

Permasalahan mitra yang ada saat ini adalah pada masalah kesehatan, masalah pendidikan, dan masalah pelayanan, yakni: (1) Cukup tingginya prevalensi ibu hamil dengan mual muntah pada kehamilan; (2) Tingkat pendidikan orang tua yang tergolong kurang di wilayah ini yang juga menjadi faktor resiko kejadian *stunting*; (3) Masih kurangnya pengetahuan para kader kesehatan mengenai manfaat akupresur pada mual muntah; (4) Belum terdapat program mengenai kemandirian kesehatan dalam hal menanggapi mual muntah pada kehamilan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menawarkan solusi berupa peningkatan pengetahuan tentang akupresur untuk mual muntah dan peningkatan keterampilan dalam melakukan akupresur secara mandiri, yang mana hal ini merupakan hasil publikasi "*Acupressure PC6 Self-Care For Hyperemesis Gravidarum During The Covid-19 Pandemic*" pada *Proceeding Book of The 6th International Conference and Exhibition on IMERI* pada tahun 2022.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di sini adalah melakukan pemberdayaan kader kesehatan yang ada di wilayah Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayung melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan akupresur mandiri dalam upaya pencegahan *stunting*.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan akupresur mandiri mengenai manfaat akupresur untuk mengurangi mual dan muntah pada kehamilan sebagai pencegahan *stunting*. Tahapan pelaksanaan kegiatan

dimulai dari Penyusunan modul penyuluhan dan pelatihan dalam bentuk *booklet* untuk dibagikan kepada peserta penyuluhan dan pelatihan, pelaksanaan penyuluhan mengenai *stunting*, mual muntah pada kehamilan, dan mengenai peran akupresur untuk mual muntah pada kehamilan, dan dilanjutkan dengan pelaksanaan pelatihan kepada kader kesehatan mengenai akupresur mandiri untuk mual muntah pada kehamilan.

Partisipasi mitra Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayung dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat disini adalah sebagai wilayah sasaran dilakukannya peningkatan pengetahuan dan keterampilan para kader kesehatan untuk melakukan akupresur mandiri untuk mengurangi mual muntah pada kehamilan. Selanjutnya diharapkan adanya program penerapan akupresur mandiri untuk mual muntah pada ibu hamil yang berada di wilayah Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayung yang berjalan secara rutin.

Evaluasi pelaksanaan program kegiatan kepada masyarakat ini dilakukan dengan mengukur peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan dan pelatihan melalui pelaksanaan *pre-test* dan *post-test*. Evaluasi pada kegiatan pelatihan kepada kader kesehatan dilakukan dengan pelaksanaan ujian praktek akupresur mandiri oleh fasilitator akupresur. Dan direncanakan juga evaluasi sebagai kerjasama berkelanjutan antara pengabdian dan mitra yang dilakukan secara berkala pada 6 bulan dan 1 tahun setelah kegiatan pengabdian untuk memastikan jalannya program penerapan akupresur mandiri untuk mual muntah pada kehamilan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Pemberdayaan Kader Kesehatan dalam Upaya Pencegahan *Stunting* melalui Pelatihan Akupresur di Wilayah Kecamatan Cipayung” adalah kegiatan yang dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan akupresur mandiri mengenai manfaat akupresur untuk mengurangi mual dan muntah pada kehamilan sebagai pencegahan *stunting*. Kegiatan ini dilaksanakan secara offline pada Agustus dan September 2023 di wilayah Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Cipayung, yang diikuti oleh peserta kader kesehatan di wilayah Bambu Apus. Pada kegiatan tahap pertama, kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh peserta kader kesehatan sebanyak 30 orang sebagai mitra sasaran. Kader kesehatan ini adalah kader posyandu dan ibu-ibu PKK di wilayah Bambu Apus.

Kegiatan ini diawali dengan kegiatan penyuluhan dan pelatihan pada kader kesehatan wilayah Bambu Apus, yang bertempat di Aula Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Cipayung. Kegiatan dibuka oleh Ketua Tim Pengabdian, dr. Wahyuningsih Djaali, M.Biomed, Sp.Ak, yang menyebutkan bahwa Kelurahan Bambu Apus merupakan mitra sasaran yang tepat untuk dilakukannya kegiatan PkM ini mengingat masih cukup tingginya angka *stunting* di wilayah ini. Pembukaan dilanjutkan oleh Lurah Bambu Apus, yang diwakili oleh Kepala Seksi Kesejahteraan

Bambu Apus, ibu Hj. Sanita, SE, yang menerima dengan senang hati dan mengharapkan dengan kegiatan PkM ini para kader kesehatan di wilayah Bambu Apus dapat mendapatkan banyak ilmu dan manfaat mengenai akupresur untuk pencegahan *stunting*. Acara dilanjutkan dengan penyerahan plakat dan sertifikat dari Tim Pengabdian kepada Lurah Bambu Apus, Bapak Noviant Wijanarko, ST, MM dan Kasi Kesra Bambu Apus, Hj. Sanita, SE.

Kegiatan tersebut terdiri dari penyuluhan mengenai *stunting* dan bagaimana akupunktur/akupresur dapat berperan pada pencegahan *stunting*. Setelah penyuluhan, dilakukan juga pelatihan akupresur secara langsung pada 30 kader kesehatan di wilayah Bambu Apus yang merupakan target sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Pada kegiatan ini juga diberikan pre-test dan posttest pada sebelum dan setelah kegiatan, untuk mengukur peningkatan pengetahuan mengenai *stunting*, pencegahan *stunting*, dan peran akupresur pada pencegahan *stunting* secara umum, dan pada mual muntah kehamilan secara khusus. Nilai pre-test dan posttest dari kegiatan pengabdian ini ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Skor pengetahuan (pretest dan posttest).

	Mean ± SD	Median	Min	Maks	Nilai p
Pre-test	56,21 ± 12,36	60	30	70	<0,001*
Posttest	75,52 ± 14,04	80	50	100	

*Uji Wilcoxon

Pada Tabel 1 terlihat peningkatan rerata skor pengetahuan yang terjadi setelah dilakukannya penyuluhan dan pelatihan. Hasil analisis statistik uji beda rerata antara nilai pretest dan posttest, didapatkan nilai $p < 0,001$ pada uji Wilcoxon. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rerata skor pengetahuan yang bermakna secara statistik, yang menunjukkan bahwa penyuluhan dan pelatihan ini memengaruhi pengetahuan kader kesehatan dalam hal *stunting*, pencegahan *stunting*, akupresur pada pencegahan *stunting*, dan pada mual muntah pada kehamilan.



Gambar 1. Foto kegiatan penyuluhan dan pelatihan

Pembahasan

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi utama pada balita di Indonesia yang belum teratasi. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan prevalensi balita dengan status pendek dan sangat pendek di Indonesia adalah 37,2% pada tahun 2013, dan menurun menjadi 30,8% pada tahun 2018. Sedangkan untuk baduta, prevalensi pada tahun 2018 sebesar 29,9% yang mengalami penurunan dari 32,8% pada tahun 2013. Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021 di 34 provinsi menunjukkan angka *stunting* nasional turun dari 27,7% tahun 2019 menjadi 24,4% di tahun 2021. Prevalensi tersebut mengalami penurunan, namun berdasarkan kriteria WHO masih tergolong kategori tinggi (>20%). Oleh karena itu, pemerintah melalui Peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021 mengeluarkan aturan yang bertujuan mempercepat penurunan *stunting*.

Penyebab *stunting* antara lain adalah faktor genetik dengan riwayat ibu pendek, status ekonomi yang lebih rendah, jarak kelahiran yang terlalu dekat, riwayat kelahiran bayi dengan BBLR (berat badan lahir rendah), anemia pada ibu, higienitas lingkungan yang kurang, dan defisiensi berbagai zat gizi baik pada calon ibu maupun pada anak yang kurang dari 2 tahun. Dari berbagai penyebab ini, dapat dilakukan berbagai upaya untuk mencegah terjadinya *stunting* baik dari saat masa kehamilan maupun setelah kelahiran.

Mual muntah pada kehamilan atau yang biasa disebut dengan *emesis gravidarum*, adalah kondisi yang terjadinya mual dan/atau muntah yang parah yang terjadi pada masa kehamilan. Gejala yang dirasakan adalah mual yang terjadi terus menerus, muntah, sampai dengan penurunan berat badan. Kejadian mual muntah pada kehamilan dapat terjadi pada 50-90% ibu hamil, terutama pada umur kehamilan 16-20 minggu, dan sekitar 0,5-2% ibu hamil dapat menderita mual muntah yang berlebihan (*hyperemesis gravidarum*) sampai membutuhkan perawatan di rumah sakit.⁹ Hal ini menyebabkan asupan nutrisi pada ibu hamil menjadi tidak adekuat sehingga meningkatkan resiko terjadinya *stunting* pada anak di kemudian hari.

Bedasarkan penelitian terdahulu, akupunktur maupun akupresur pada titik PC6 Neiguan telah terbukti dapat menurunkan mual dan muntah yang dinilai berdasarkan skor *Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea* (PUQE), dan dapat menurunkan kebutuhan obat antiemetik pada ibu hamil. Pada tinjauan sistematis dan meta-analisis oleh Haizhen Lu tahun 2021 yang menilai efikasi klinis akupunktur pada *hyperemesis gravidarum* (HG), menyimpulkan bahwa akupunktur efektif dalam menterapi HG. Studi ini menginklusi 16 studi uji klinis dengan total subjek 1.043 ibu hamil, dan menunjukkan hasil akupunktur memiliki nilai efektivitas yang lebih tinggi, menurunkan frekuensi mual dan muntah, memperbaiki *intake* pada ibu hamil, dan memperpendek waktu hospitalisasi, meskipun masih terdapat beberapa studi dengan kualitas studi rendah. Pada uji klinis RCT oleh Nafiah tahun 2022, meneliti efek ekupresur pada ibu

hamil dengan umur kehamilan ≤ 16 minggu yang mengalami HG. Total subjek adalah 90 ibu hamil yang dirandomisasi ke dalam dua kelompok, di mana pada kelompok perlakuan dilakukan pemberian gelang akupresur pada titik PC6. Hasil uji klinis menunjukkan bahwa terjadi pengurangan derajat mual dan muntah yang bermakna, dan terdapat perbedaan kebutuhan antiemetik yang bermakna di antara kedua kelompok. Selain itu, tidak didapatkan efek samping pada kedua kelompok.

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, salah satunya diterapkan hasil publikasi “*Acupressure PC6 Self-Care For Hyperemesis Gravidarum During The Covid-19 Pandemic*” oleh Viventius dkk tahun 2022. Pemberian penyuluhan dan pelatihan akupresur pada kader kesehatan dilakukan dengan tujuan pencegahan *stunting* (secara umum), dan untuk mengurangi mual dan muntah pada kehamilan (secara khusus). Diharapkan dengan kegiatan ini dapat menambah pengetahuan dan keterampilan para kader kesehatan, yang selanjutnya dapat diterapkan program rutin di wilayah Bambu Apus sebagai upaya menurunkan angka kejadian *stunting* di wilayah Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Cipayung.



Gambar 2. Lokasi titik PC6 Neiguan.

Sumber gambar:

- Petunjuk Praktis Asuhan Mandiri Pemanfaatan Toga dan Akupresur. Buku saku 3. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2021.
- Region WWP. WHO standard acupuncture point locations in the western Pacific region. Seoul: Elsevier Korea, LCC. 2009:67.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Pemberdayaan Kader Kesehatan dalam Upaya Pencegahan *Stunting* melalui Pelatihan Akupresur di Wilayah Kecamatan Cipayung”, disimpulkan sebagai berikut: (1) Kegiatan diadakan dalam bentuk

penyuluhan dan pelatihan akupresur mandiri pada kader kesehatan; (2) Peserta kegiatan terdiri dari 30 kader kesehatan wilayah Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Cipayung; (3) Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* kegiatan, terlihat adanya peningkatan rerata skor pengetahuan secara bermakna yang menunjukkan bahwa kegiatan ini memengaruhi pengetahuan kader kesehatan dalam hal *stunting*, pencegahan *stunting*, akupresur pada pencegahan *stunting*, dan akupresur pada mual muntah pada kehamilan.

REFERENSI

1. Restu LW. Stunting, Apa, Penyebab dan Upaya Penanganannya? 2022 [Available from: <https://djp.kemenukeu.go.id/kppn/lubuksikaping/id/data-publikasi/artikel/3012-stunting,-apa,-penyebab-dan-upaya-penanganannya.html#:~:text=Stunting%20jika%20dikutip%20dari%20Peraturan,oleh%20menteri%20yang%20menyelenggarakan%20urusan.>
2. Kemenkes RI. Hasil Utama RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Jakarta. 2018.
3. Kusnandar VB. Prevalensi Balita Stunting DKI Jakarta (2015-2022) 2023 [Available from: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/02/14/stunting-dki-jakarta-turun-pada-2022-terbaik-dalam-7-tahun.>
4. Zurhayati Z, Hidayah N. Faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. JOMIS (Journal of Midwifery Science). 2022;6(1):1-10.
5. Rahmadhita K. Permasalahan stunting dan pencegahannya. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada. 2020;9(1):225-9.
6. Multazam AM, Kurnaesih E, Patimah S, Ahri RA, Rusydi AR. Determinan Kehamilan Usia Muda Dengan Hiperemesis Gravidarum Terhadap Kejadian Stunting Di Puskesmas Somba Opu Kabupaten Gowa. Journal of Muslim Community Health. 2023;4(3):93-107.
7. Santosa A, Arif EN, Ghoni DA. Effect of maternal and child factors on stunting: partial least squares structural equation modeling. Clinical and experimental pediatrics. 2022;65(2):90.
8. Peta Administrasi Kecamatan Cipayung, Kota Jakarta Timur 2020 [Available from: [https://neededthing.blogspot.com/2020/09/peta-administrasi-kecamatan-cipayung.html.](https://neededthing.blogspot.com/2020/09/peta-administrasi-kecamatan-cipayung.html)
9. Viventius Y, Mihardja H, Djaali W. Acupressure PC6 Self-Care for Hyperemesis Gravidarum during the Covid-19 Pandemic. 2022.
10. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/1928/2022 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Stunting; Kementerian Kesehatan RI.
11. Aryu C. Buku Epidemiologi Stunting. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro; 2020.

12. Lu H, Zheng C, Zhong Y, Cheng L, Zhou Y. Effectiveness of acupuncture in the treatment of hyperemesis gravidarum: a systematic review and meta-analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. 2021;2021:1-14.
13. Mohd Nafiah NA, Chieng WK, Zainuddin AA, Chew KT, Kalok A, Abu MA, et al. Effect of acupressure at P6 on nausea and vomiting in women with hyperemesis gravidarum: a randomized controlled trial. *International journal of environmental research and public health*. 2022;19(17):10886.