

Nyeri Persalinan dengan Pijat Akupressure

Dyah Puji Astuti^{*1}, Adinda Putri Sari Dewi².

^{1,2} Prodi DIII Kebidanan, Stikes Muhammadiyah Gombong

*Email: dyahpuji090384@gmail.com

stikesmuhgombong@yahoo.com

Abstrak

Keywords:
Nyeri persalinan,
pijat akupressure

Nyeri persalinan merupakan salah satu penyebab terjadinya partus lama dan kematian janin. Partus lama memberikan sumbangsih 5 % terhadap penyebab kematian ibu di Indonesia. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menunjukkan bahwa Angka Kematian Bayi (AKB) adalah 32/1000 kelahiran hidup, Angka Kematian Ibu (AKI) sebesar 359/100.000 kelahiran hidup sedangkan target Millenium Developmen Golds (MDG's) pada tahun 2015 untuk AKB adalah 23/1000 kelahiran hidup dan untuk AKI 102/100.000 kelahiran hidup. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid sehingga dapat menyebabkan terjadinya partus lama pada saat persalinan. Akupresur merupakan salah satu teknik nonfarmakologi dalam mengatasi nyeri persalinan. Tujuan penelitian ini adalah perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan pijat akupressure pada saat proses persalinana kala I. Desain penelitian ini pre experimental dengan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian ini diambil secara purposive sebanyak 35 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi. Teknik analisis data menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariate dengan uji wilcoxon (Wilcoxon Signed Ranks Test). Hasil penelitian sebelum diberikan pijat akupressure nyeri yang dialami responden sebagian besar dalam kategori nyeri berat yaitu sebanyak 29 responden (82,9%). sesudah diberikan pijat akupressure nyeri yang dialami responden sebagian besar dalam kategori nyeri sedang yaitu sebanyak 22 responden (62,9%). Berdasarkan hasil uji analisis wilcoxon pada kelompok perlakuan didapatkan taraf signifikan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan pijat akupressure terhadap penurunan nyeri persalinan kala I.

1. PENDAHULUAN

Nyeri persalinan merupakan salah satu penyebab terjadinya partus lama dan kematian janin. Partus lama memberikan sumbangsih 5 % terhadap penyebab kematian ibu di Indonesia. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menunjukkan bahwa Angka Kematian Bayi (AKB) adalah 32/1000 kelahiran hidup, Angka Kematian Ibu (AKI) sebesar 359/100.000 kelahiran hidup sedangkan target Millenium Developmen Golds (MDG's) pada tahun 2015 untuk AKB adalah 23/1000 kelahiran hidup dan untuk AKI 102/100.000 kelahiran hidup. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid sehingga dapat menyebabkan terjadinya partus lama pada saat persalinan. Akupresur merupakan salah satu teknik nonfarmakologi dalam mengatasi nyeri persalinan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan pijat akupressure

pada saat proses persalinan kala I. Pengaruh akupresur terhadap penurunan nyeri persalinan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Chung, Hung, Kuo dan Huang (2003) bertujuan untuk mengetahui tentang efek titik akupresur L14 dan BL67 dalam mengurangi nyeri persalinan dan kontraksi uterus pada kala satu persalinan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari tiga kelompok yang mendapat perlakuan akupresur, rangsang cahaya, percakapan di dapat bahwa akupresur secara signifikan berpengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan pada tahap pertama persalinan tetapi tidak menunjukkan pengaruh terhadap kontraksi uterus. Hipotesis penelitian ini adalah ada perbedaan tingkat nyeri persalinan kala I sebelum dan sesudah diberikan teknik acupressure.

2. METODE

Desain penelitian ini pre experimental dengan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian ini diambil secara purposive sebanyak 35 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi. Lokasi penelitian dilakukan di Rumah Bersalin Restu Bunda. Sampel diambil sebanyak 35 responden secara purposive sampling selama kurun waktu tanggal 1 Juni- 31 Juli 2017. Tingkat nyeri persalinan diukur menggunakan lembar observasi nyeri persalinan kombinasi *wong baker faces pain rating scale* dan skala nyeri 0-10 (*Numeric Pain Rating Scale*). Pengukuran tingkat nyeri dilakukan sebelum pijat acupressure dan sesudah dilakukan pijat acupressure. Kemudian dilihat tingkat perbedaan nyeri persalinan pada kala I. Definisi variable operasional terlihat pada table 1 dibawah ini:

Tabel 1: Definisi Operasional Variabel Penelitian

No	Variabel	Jenis	Pengertian	Alat Ukur	Skala
1	Pijat akupressure	Varibel independen	suatu teknik pijat dengan menekan dan memijat bagian tubuh pada titik SP6 dan L14 yang dilakukan pada saat proses persalinan	Lembar observasi	Nominal
2	Nyeri persalinan kala I	Variabel dependen	Nyeri merupakan perasaan tubuh atau bagian dari tubuh manusia yang tidak menyenangkan pada saat proses persalinan	Lembar observasi: Nyeri ringan: skala nyeri 1-3 Nyeri sedang: skala nyeri 4-6 Nyeri berat: skala nyeri 7-10	Ordinal

Teknik analisis data menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariate dengan uji wilcoxon (Wilcoxon Signed Ranks Test). Penelitian ini memperhatikan prinsip etika justice, anonymity dan menghargai hak pasien.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Nyeri Sebelum Diberikan Teknik Akupressure

Tabel 2: Nyeri pada Persalinan Kala I Sebelum Diberikan Teknik Akupresur

No	Nyeri	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Nyeri sedang	6	17.1
2	Nyeri berat	29	82.9
	Total	35	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebelum diberikan pijat akupressure nyeri yang dialami responden sebagian besar dalam kategori nyeri berat yaitu sebanyak 29 responden (82,9%).

b. Nyeri Sesudah Diberikan Teknik Akupressure

Tabel 3: Nyeri pada Persalinan Kala I Sesudah Diberikan Teknik Akupresur

No	Nyeri	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Nyeri sedang	22	62.9
2	Nyeri berat	13	37.1
Total		35	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sesudah diberikan pijat akupressure nyeri yang dialami responden sebagian besar dalam kategori nyeri sedang yaitu sebanyak 22 responden (62,9%).

Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perubahan skala nyeri sebelum diberikan pijat dan sesudah dilakukan pijat acupressure. Nyeri saat persalinan menurut Judha 2012 disebabkan karena 1) membukanya mulut rahim. Nyeri pada kala pembukaan terutama disebabkan oleh membukannya mulut rahim misalnya peregangan otot polos merupakan rangsangan yang cukup menimbulkan nyeri. Terdapat hubungan erat antara besar pembukaan mulut rahim dengan intensitas nyeri (makin membuka makin nyeri), dan antara timbulnya rasa nyeri dengan timbulnya kontraksi rahim (rasa nyeri terasa ± 15-30 detik setelah mulainya kontraksi). 2). Kontraksi dan peregangan Rahim. Rangsang nyeri disebabkan oleh tertekannya ujung syaraf sewaktu rahim berkontraksi dan teregangnya rahim bagian bawah. 3).Peregangan jalan lahir bagian bawah. Peregangan jalan lahir oleh kepala janin pada akhir kala pembukaan dan selama kala pengeluaran menimbulkan rasa nyeri paling hebat dalam proses persalinan (Judha, 2012).

Gangguan yang paling umum terjadi selama persalinan dan melahirkan adalah hambatan dalam meridian. Merangsang acupoints sepanjang saluran dengan akupresur dapat membantu menghilangkan penghalang, merevitalisasi meridian, dan membantu memulihkan kesehatan. Beberapa ilmuwan menunjukkan bahwa alasan mengapa nyeri dapat terjadi pada akupresur adalah bahwa ada hal yang mengganggu transmisi rangsangan nyeri dan mungkin meningkatkan pengeluaran endorphin dalam darah. Akupresur juga dapat merangsang pelepasan oksitosin dari kelenjar hipofisis, yang secara langsung merangsang kontraksi rahim. Karena itu, jika proses persalinan lambat, kontraksi lemah dan leher rahim lambat untuk membesar, merangsang acupoints dapat membantu mengatur kontraksi dan mengembalikan keseimbangan untuk proses persalinan (Turana, 2006).

Titik akupresur yang biasa digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu teknik akupresur titik pada tangan dilakukan pada titik yang terletak sepanjang lipatan tangan ketika jari jari menyatu pada telapak tangan. Titik ini membantu pelepasan endorphin ke dalam tubuh sehingga sangat membantu untuk menurunkan nyeri saat kontraksi.

Berdasarkan teori tersebut hasil penelitian menunjukkan adanya kesesuaian dengan adanya perubahan skala nyeri sebelum di pijat sebagian responden mengalami skala nyeri berat sebanyak 29 responden (82,9%), dan setelah dilakukan pemijatan acupressure sebagian besar responden mengalami skala nyeri sedang sebanyak 22 responden (62,9%).

c. Pengaruh Teknik Akupressure Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Pada Kala I

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh pijat akupressure terhadap nyeri persalinan kala I di RB Restu Bunda maka dilakukan pengujian hipotesis. Sebelumnya dilakukan uji beda terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro Wilk* karena sampel yang digunakan <50 responden. Berdasarkan pengujian normalitas data sebelum

dan sesudah pada kelompok perlakuan asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,000 dan 0,000 yang berarti data pada kelompok perlakuan terdistribusi tidak normal.

Setelah diketahui hasil uji normalitas data maka akan dianalisis menggunakan uji statistik non parametrik dengan menggunakan uji analisis *wilcoxon*. Adapun hasil uji analisis sebagai berikut:

Tabel 4: Pengaruh Teknik Akupresure Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Pada Kala I dengan Uji *Wilcoxon*

Variabel	<i>Uji wilcoxon Z</i>	<i>p-value</i>	Keterangan
Kelompok perlakuan			Terdapat
<i>Pre-post</i>	-3.771	0,000	Penurunan

Berdasarkan hasil uji analisis *wilcoxon* pada kelompok perlakuan didapatkan taraf signifikan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan pijat akupresure terhadap penurunan nyeri persalinan kala I di RB Restu Bunda.

Berdasarkan hasil uji analisis *wilcoxon* pada kelompok perlakuan didapatkan taraf signifikan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan pijat akupresure terhadap penurunan nyeri persalinan kala I di RB Restu Bunda.

Pijat akupresure dalam penelitian ini dengan melakukan penekanan pada titik SP6 dan LI4. Titik ini merupakan titik utama untuk masalah rahim dan nyeri. Penekanan pada titik ini dilakukan dengan cara: SP6 diperlemah dan LI4 diperkuat. Efek yang dihasilkan oleh penekanan pada titik SP6 dan LI4 memperbaiki energi yang tidak seimbang, tersumbat atau kurang disepanjang organ atau meridian yang melewatinya (Dibble, *et al*, 2007).

Teknik akupresur ini menggunakan teknik penekanan, pemijatan, dan pengurutan sepanjang meridian tubuh atau garis aliran energi. Tekanan atau pijatan sepanjang garis meridian dapat menghilangkan penyumbatan yang ada dan memperbaiki keseimbangan alami tubuh. Akupresur lebih menitik beratkan pada keseimbangan semua unsur kehidupan dengan memberikan perangsangan pada titik-titik tertentu dengan menggunakan jari tangan, telapak tangan, siku, lutut, dan kaki (Fengge, 2011).

Akupresur memiliki keunggulan atau kelebihan dibandingkan dengan teknik atau metode lainnya. Akupresur sangat praktis karena tidak memerlukan banyak alat dan cukup dengan jari tangan, ibu jari, telunjuk, telapak tangan serta murah dan aman (Fengge, 2011). Akupresur adalah ilmu penyembuhan yang didasarkan pada keseimbangan antara *yin* dan *yang* serta menganggap meridian sebagai saluran energy. Akupresur dapat menghasilkan efek melalui beberapa mekanisme yang berbeda. Suatu hipotesis menyebutkan bahwa titik akupresur memiliki sifat listrik yang ketika dirangsang dapat mengubah tingkat neurotransmitter kimia dalam tubuh. Hipotesis lain menyebutkan bahwa aktivasi titik-titik tertentu di sepanjang sistem meridian, yang ditransmisi melalui serabut syaraf besar ke formatio reticularis, thalamus dan sistem limbik akan melepaskan endorfin dalam tubuh. Endorfin adalah zat penghilang rasa sakit secara alami di produksi dalam tubuh, yang memicu respons menenangkan dan membangkitkan semangat di dalam tubuh, memiliki efek positif pada emosi, dapat menyebabkan relaksasi dan normalisasi fungsi tubuh. Sebagai hasil dari pelepasan endorfin, tekanan darah menurun dan meningkatkan sirkulasi darah (Fengge, 2007).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chung, Hung, Kuo dan Huang (2003) bertujuan untuk mengetahui tentang efek titik akupresur dalam mengurangi nyeri persalinan dan kontraksi uterus pada kala satu persalinan. Meskipun dalam penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pijat akupresure terhadap penurunan nyeri kala I persalinan namun masih ada responden yang mengalami skala nyeri berat sebanyak 13 orang (31,7%). Hal ini karena faktor faktor yang mempengaruhi nyeri

persalinan menurut Menurut Judha, 2012, Nyeri yang dialami oleh pasien dipengaruhi oleh sejumlah factor termasuk pengalaman masa lalu dengan nyeri, usia, budaya, paritas dan pengharapan tentang penghilang nyeri. Faktor-faktor ini dapat meningkatkan atau menurunkan persepsi nyeri pasien, meningkat dan menurunnya toleransi terhadap nyeri dan pengaruh sikap respon terhadap nyeri. Sehingga dari terori Judha tersebut menyiratkan bahwa ambang rasa nyeri seseorang juga berpengaruh terhadap respon nyeri seseorang meskipun telah dilakukan sebuah upaya (dalam hal ini pijat acupressure).

4. KESIMPULAN

Skala nyeri yang dialami responden sebelum dilakukan pijat acupressure sebagian besar dalam kategori nyeri berat yaitu sebanyak 29 responden (82,9%). Berdasarkan hasil uji analisis *wilcoxon* pada kelompok perlakuan didapatkan taraf signifikan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan pijat acupressure terhadap penurunan nyeri persalinan kala I di RB Restu Bunda

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada LP3M Stikes muhamamdiyah Gombang yang telah mendanai pelaksanaan program penelitian ini dan kepada RB Restu Bunda dan seluruh responden yang terlobat dalam kegiatan riset ini.

REFERENSI

- Arifin, Z. (2008). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Surabaya: Lentera Cendekia
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Abdul, Muhid, 2010, *Analisis Statistik*, IAIN Sunan Ampel Surabaya: CV.Duta Aksara
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI). (2008). *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta: Depkes RI.
- Fengge, Antoni. (2012). *Terapi Akupresur Manfaat dan Teknik Pengobatan*. Yogyakarta: Crop Circle Corp
- Herdiansyah, H. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Hidayat, A. (2010). *Asuhan Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- JNPK-KR. (2008). *Pelatihan Klinik Asuhan Persalinan Normal Asuhan Esensial, Pencegahan dan Penanggulangan Segera Komplikasi Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: JHPIEGO
- Judha, M. dkk. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kusuma, H. (2012). *Handbook for Health Student*. Yogyakarta: Mediacion Publishing
- Mander. (2012). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC
- Manuaba, I. (2007). *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: EGC
- Marmi. (2012). *Intranatal Care Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryunani, A. (2010). *Nyeri dalam Persalinan*. Jakarta: Trans Info Media
- Mochtar, R. (2007). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC

- Nanur, N.F. (2013). *Pengaruh Pemberian Teknik Akupresur Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Di RSUD Ambarawa*. <http://jurnal.unimus.ac.id>. Diakses tanggal 20 Februari 2016.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Bandung: PT Rineka Cipta
- Prawirohardjo, S. (2009). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: YBPSP
- Rohani, dkk. (2011). *Asuhan Pada Masa Persalinan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Saifuddin. (2009). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Sumarah. (2009). *Perawatan Ibu Bersalin : Asuhan Pada Ibu Bersalin*. Yogyakarta: Fitramaya
- Sukanta. (2008). *Pijat Akupresur untuk Kesehatan*. Jakarta: EGC
- Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI). (2012). *Prevalensi Hipertensi*. <http://surveidemografidankesehatanindonesiaSDKI.com>. Di akses tanggal 12 April 2016
- Turana, Y. (2004). *Akupresur*. <http://www.medikaholistik.com>. Di akses tanggal 10 April 2016
- Wiknjastro, Hanifa. (2005). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo