

**EFEKTIVITAS PIJAT AKUPRESURE TERHADAP PENGURANGAN NYERI
PERSALINAN DI KLINIK TRIMEDIKA BINTARA BEKASI BARAT**

**THE EFFECTIVENESS OF ACUPRESSURE MASSAGE ON REDUCING LABOR PAIN
AT TRIMEDIKA BINTARA CLINIC WEST BEKASI**

Murti Sari Rangkuti¹, Jenny Anna Siauta², Suprihatin^{3*}

^{1,2,3}Program Sarjana Kebidanan Universitas Nasional

Jl. Sawo Manila, Pejaten Ps. Minggu Jakarta. Indonesia

***Authors Correspondence : suprihatin@civitas.unas.ac.id**

ARTICLE INFO

Article history

Received: Aug 2023

Accepted: Nov 2023

Published Online :

Dec 2023

Keywords:

Acupressure
Massage; Pain;
Labor; Active
phase

ABSTRACT

Labor pain is a manifestation of uterine muscle contractions that can cause uncomfortable pain and can affect the labor process and the type of labor, one of the effects of old partus which results in the demand for cesarean sections increasing. Based on researchers observed in April 2023 at the Timedika Bintara Clinic, it showed that 8 primigravida pregnant women experienced anxiety when facing labor pains so that their contact pain was not managed properly by their own mothers. This study was intended to determine the effectiveness of acupressure massage therapy on reducing labor pain in maternity mother. The research design used pre-experiment without a control group with a pretest and posttest design approach. The study sample was 15 primigravida pregnant women. The sample technique uses Purposive sampling. Labor pain measuring instrument using NRS (Numerical Rating Scale). Data normality test using shapro wilk and bivariate test using paited t-test to determine the effectiveness of acupressure massage on reducing labor pain during the active phase I. The results of the statistical test obtained sig.2 tailed = 0.000. This means that acupressure massage is effective in helping reduce labor pain in pregnant women during the active phase.

Kata kunci:

Pijat
Akupresure;
Nyeri;
Persalinan Kala
I Fase Aktif

Nyeri persalinan merupakan manifestasi dari kontraksi otot rahim yang dapat menimbulkan rasa sakit yang tidak nyaman dan dapat memengaruhi proses persalinan dan jenis persalinan salah satu dampaknya partus lama yang berakibat pada permintaan untuk section sesarea semakin meningkat. Pada bulan April tahun 2023 di Klinik Timedika Bintara menunjukkan bahwa 8 ibu bersalin primigravida mengalami cemas pada saat menghadapi nyeri persalinan sehingga tidak termanajemen nyeri kontakasinya dengan baik oleh ibunya sendiri. Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui efektivitas terapi pijat akupresure terhadap pengurangan nyeri persalinan pada ibu bersalin. Desain penelitian menggunakan pre-eksperimen tanpa adanya kelompok kontrol dengan pendekatan pretest and posttest design. Sampel penelitian sebanyak 15 ibu bersalin primigravida. Teknik sampel menggunakan Purposive sampling. Alat ukur nyeri persalinan menggunakan NRS (Numerical Rating Scale). Uji normalitas data menggunakan shapro wilk serta uji bivariat menggunakan paited t-test untuk mengetahui efektivitas pijat akupresure terhadap pengurangan nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Hasil uji statistik didapatkan sig.2 tailed = 0,000. Artinya pijat akupresure efektif membantu mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif.



An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal) is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International (CC BY NC) license. Copyright © 2023 by Authors

PENDAHULUAN

Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2018, menunjukkan bahwa angka kejadian persalinan melalui operasi caesaria di Indonesia sebanyak 17,6% dari 78.736 persalinan di Indonesia. Sedangkan di Jawa Barat jumlah persalinan dengan metode operasi caesaria sebanyak 15,48% dari 5.850 persalinan. Penyebab salah satu persalinan *sectio caesaria* adalah partus lama dengan persentase 4,3%, tanpa komplikasi atau permintaan ibu sendiri akibat salah satunya tidak kuat menahan nyeri kontraksi persentasenya 4,6 % dari jumlah keseluruhan persalinan *sectio caesaria* di Indonesia. Sedangkan untuk wilayah Jawa barat kasus partus lama 4,1%, dan tanpa komplikasi 4,6% dari keseluruhan persalinan *sectio caesaria* (1).

Rasa nyeri persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke arah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks), sehingga akan terjadi persalinan (2). Teknik akupresure salah satu metode yang digunakan untuk mengurangi rasa nyeri selama kala I persalinan. Teknik non-farmakolgi yang dapat menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin dengan menggunakan teknik pijat akupresure GB21, SP6, dan LI4. Metode akupresure keuntungan, karena selain murah, aman. Teknik penekanan pada titik tersebut dapat menstimulasi sel saraf sensorik yang akan merangsang produksi endofrin dan oksitosin yang dapat membantu mengelola nyeri persalinan (3).

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada bulan April tahun 2023 di Klinik Trimedika, pengamatan dilakukan terhadap 8 ibu bersalin primigravida yang mengalami cemas pada saat menghadapi nyeri persalinan. Ada beberapa ibu yang tidak termanajemen nyeri kontraksinya, sehingga proses persalinan mengalami kendala seperti partus lama atau ibu mengalami stress dan merasa letih. Teknik akupresure sendiri masih sangat asing di Klinik Trimedika ini bahkan belum pernah dilakukan sebelumnya.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimen tanpa adanya kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan dengan rancangan one group pretest posttest yaitu suatu kelompok eksperimen yang diukur variabel dependennya (*pre-test*) sebelum dilakukan intervensi, kemudian diberikan intervensi diukur variabel dependennya (*post-test*) (4). Pada penelitian ini dilakukan pengambilan data terkait nyeri persalinan pada kala I fase aktif sebelum dilakukan intervensi dan setelah intervensi pemberian terapi akupresure GB21, SP6, LI4 kepada ibu bersalin. Populasi pada penelitian ini sebesar 54 ibu bersalin, besar sample menggunakan *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling* sebesar 15 ibu bersalin. Pada penelitian ini peneliti menggunakan instrumen kuisioner NRS (*Numeric Rating Scale*). Penelitian ini juga lolos kaji etik dengan No. surat 04/23.11/09182 KEPKK : 3175022S.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji Saphiro Wilk didapatkan hasil uji Normalitas *pre-test* dan *post-test* efektivitas pijat akupresure terhadap pengurangan nyeri persalinan yaitu nilai *pre-test* 0,072 dan nilai *post-test* 0,070 sehingga data berdistribusi normal. Didapatkan hasil univariat sebagai berikut:

Tabel.1 Rata-Rata intensitas nyeri

Intensitas Nyeri	N	Rata-Rata	Standar Deviasi	Min	Max
Sebelum	15	6.40	1.121	5	9
Sesudah	15	4.33	0.976	3	6

Tabel 2. Efektivitas Pijat Akupresure Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Variabel	N	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>M-DF</i>	<i>T</i>	Sig. (2-tailed)
		M	M			
Intensitas Nyeri Persalinan	15	6,40	4,33	2,06	11,374	0,000

Efektivitas Pijat Akupresure Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Klinik

Hasil Analisa bivariat diketahui bahwa selisih rata-rata penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah dilakukan akupresure sebesar 2,06. Hasil uji statistik didapatkan nilai uji paired t-test sebesar 11,374 nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya H_1 diterima diterima. Pijat akupresure efektif dalam membantu mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Trimedika Bintara.

Nyeri persalinan sebenarnya wajar namun apabila seseorang tidak siap dan kurang pengetahuan dalam menghadapi persalinan bisa berdampak pada psikologi ibu yang dapat menghambat proses persalinan. Salah satu alternatif non-farmakologi untuk membantu mengurangi nyeri persalinan dengan metode akupresure (5).

Pijat akupresure SP6, LI4, dan GB 21 dapat membantu mengurangi nyeri persalinan dengan melakukan penekanan atau pijatan pada kulit dapat menstimulasi titik syaraf sensorik yang akan mengirim sinyal ke otak sehingga memproduksi hormon endorfin dan mengeluarkan hormon oksitosin sehingga dapat memblok rasa sakit yang dirasakan seseorang dan juga memberikan efek menenangkan dan rileks (6).

Hasil penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian Rosyidah et al. (2020) di Indonesia yang menunjukkan hasil bahwa, akupresure LI4 dapat membantu mengurangi nyeri persalinan dengan penilaian skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) yaitu sebelum dilakukan intervensi rata-rata skala nyeri sebesar 6,30 dengan standar deviasi 0,988 dan setelah dilakukan intervensi skala nyeri responden berkurang dengan skala nyeri sebesar 3,03 dengan standar deviasi 0,669 dengan nilai uji statistik $p=0,001$ yang artinya pijat akupresure dapat membantu mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin (7). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Linda et al. (2020) Hasil penelitian menunjukkan responden merasa puas dan nyaman dilakukan akupresure sehingga berdasarkan pernyataan penelitian ini sangat direkomendasikan sebagai alternatif dalam membantu mengatasi nyeri persalinan (8).

Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian bahwa adanya penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin terjadi karena saat dilakukan penelitian semua ibu bersalin sangat menyukai dilakukan pemijatan akupresure. Berdasarkan pengamatan peneliti efektivitas akupresure mulai terlihat pada ibu bersalin setelah dilakukan pemijatan selama 30 menit pertama bisa

dilihat dari tingkah laku dan rawut wajah ibu yang lebih rileks dan mudah tersenyum serta mudah diajak komunikasi dibanding sebelum dilakukan intervensi (9). Peneliti berasumsi dengan melakukan pemijatan akupresure dapat mengurangi nyeri persalinan.

Dapat peneliti amati bahwa dengan pendampingan keluarga, bidan, lingkungan yang kondusif pemberian informasi yang baik dan jelas serta pemijatan akupresure yang benar dan tepat dapat membuat ibu bersalin menjadi lebih tenang sehingga berdampak pada pengurangan nyeri selama persalinan (10).

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan skala nyeri ibu bersalin pada persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan pijat akupresure nilai rata-rata 6,40 dan setelah dilakukan pijat akupresure skala nyeri mengalami penurunan dengan nilai rata-rata 4,33. Pijat akupresure efektif dalam membantu mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin di Klinik Trimedika Bintara Bekasi Barat pada Tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ahmad, M., Liantanty, F., Fatmasari, B. D., Bakri, K. R. R., Hilinti, Y., & Sukarta, A. (2023). *Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Non Farmakologis*. CV.Samu untung.
2. Rejeki, S. (2020). *Buku Ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan (Non Farmaka)*. Unimus Press.
3. Muayah, M., Septiani, L., Sabarudin, U., Wijayanegara, H., Sastramihardja, H., & Novy, T. (2021). Pengaruh Kombinasi Akupresur Pada Titik Sp6 (San Yin Ciau) Dan Gb21 (Jian Jing) Terhadap Pemendekan Kala I Fase Laten Pada Primigravida. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 6(1), 14–19.
4. Rukminingsih, Adnan, G., & Latief, Mohammad Adnan. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan*. Erhana Utama. <http://www.erhakautama.com>
5. Hanum, Farida, S.M., Hesty, W., & Widi, A. (2021). *Akupresure Untuk Ibu Dan Bayi*. Bfs Medika.
6. Kemenkes, R.I.,(2021). *Petunjuk Praktis Asuhan Mandiri Manfaat Toga Dan Akupresur* (Buku Saku).
7. Rosyidah, R., Azizah, N., & Arti, W. (2020). The Effectiveness of Acupressure Hegu LI 4 on Decreasing Labor Pain During Active Phase. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 127–134. http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jur_bid/article/view/815/868
8. Fitriawati, L., Kuniawati, D., & Juliningrum,

- Perdani, P. (2020). Artikel Penelitian. Perbedaan Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Terapi Acupressure Point For Locatation Pada Ibu Bersalin Kala I Di Rumah Sakit Jember Klinik Kabupaten Jember, 7, 36.
9. Hendari, R., Ahmad, D. d, Aniharyati, Ramhmad, I., & Sukmawati. (2023). pengaruh massage racrum terhadap pengurangan rasa nyaman nyeri persalinan primigravida kala 1. *Bima Nursing Journal*, 105.
 10. Ekajayanti, P. P. N., Parwati, N. W. M., Astiti, N. K. E., & Lindayani, I. K. (2021). *Pelayanan Kebidanan Komplementer*. Syiah Kuala University Press.

1. Pengetah	2. R	3. 0,448
uan		