

Pendidikan Kesehatan Tentang Manajemen Nyeri Selama Persalinan Kala I Melalui Tindakan Akupresur SP6

Wiwi Wardani Tanjung*¹, Tetty Misbah², Dewi Aminasty Siregar³

^{1,2,3} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sentral

*e-mail:wiwiwardani85@gmail.com, tettymisbahharahap@gmail.com, dewiaminasty65@gmail.com³
081231825409

Abstrak

Masalah utama pada ibu bersalin adalah nyeri. Nyeri merupakan suatu sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus spesifik bersifat subyektif dan berbeda antara masing-masing individu karena dipengaruhi oleh faktor psikososial dan kultur endorpin seseorang, sehingga orang tersebut lebih merasakan nyeri. Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri persalinan pada ibu bersalin yaitu dengan menggunakan terapi farmaka dan non-farmaka. Salah satu terapi non-farmaka dalam mengatasi nyeri persalinan adalah dengan akupresur SP6. Manfaat yang dapat di peroleh dari terapi akupresur SP6 adalah mengatasi stres, meringankan nyeri baik nyeri persalinan maupun nyeri pada tubuh, meningkatkan daya tahan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pendidikan Kesehatan tentang manajemen nyeri persalinan kala I melalui Tindakan Akupresur SP6. Masalah yang ditemukan adalah akupresur Sp6 belum pernah dilakukan pada ibu di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Nelly M. Harahap. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada bidan mengatakan bahwa tidak pernah mendengar istilah akupresur Sp6 dan juga tidak tahu manfaat dari tindakan tersebut. Oleh karena itu diperlukan peningkatan kompetensi bidan praktik mandiri dalam upaya mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin agar terhindar dari komplikasi yang tidak diinginkan yaitu melalui Pendidikan Kesehatan tentang Akupresur Sp6. Kegiatan yang dilakukan dalam PKM ini adalah melakukan akupresur Sp6 bagi ibu bersalin. Metode yang digunakan adalah pendidikan kesehatan dan demonstrasi. Hasil dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu bersalin dan bidan tentang akupresur SP6 untuk mengurangi nyeri persalinan.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan, Akupresur SP6

Abstract

The main problem in laboring mothers is pain. Pain is a single sensation caused by a specific stimulus that is subjective and different between each individual because it is influenced by psychosocial factors and a person's endorphin culture, so that the person feels more pain. The efforts that can be made to overcome labor pain in laboring mothers are by using pharmacological and non-pharmacological therapies. One of the non-pharmacological therapies in overcoming labor pain is SP6 acupressure. The benefits that can be obtained from SP6 acupressure therapy are overcoming stress, relieving pain both labor pain and pain in the body, increasing endurance. The purpose of this activity is to provide health education about management of labor pain in the first stage through SP6 Acupressure Action. The problem found is that Sp6 acupressure has never been performed on mothers at the Nelly M. Harahap Independent Practice Midwife (BPM). Based on the results of interviews conducted with midwives said that they had never heard of the term Sp6 acupressure and also did not know the benefits of these actions. Therefore, it is necessary to increase the competence of independent practice midwives in an effort to reduce labor pain in laboring mothers in order to avoid unwanted complications, namely through Health Education on Sp6 Acupressure. The activity carried out in this PKM is to perform Sp6 acupressure for laboring mothers. The methods used were health education and demonstration. The result of this activity is the increased knowledge of laboring women and midwives about SP6 acupressure to reduce labor pain.

Keywords: Health Education, Acupressure SP6

1. PENDAHULUAN

Proses persalinan diawali dengan kontraksi rahim yang menimbulkan rasa nyeri dan tidak nyaman pada ibu yang akan bersalin. Sebagian besar perempuan akan mengalami nyeri persalinan rasa nyeri persalinan bersifat individual, setiap individu akan mempersepsikan rasa nyeri yang berbeda terhadap stimulus yang sama tergantung pada ambang nyeri yang dimilikinya (Lowdermik, dkk 2016).

World Health Organization (WHO) memperkirakan setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dari jumlah ini perempuan mengalami nyeri akibat dari persalinan. Sebanyak 8 juta mengalami komplikasi yang mengancam jiwa dan lebih dari 500.000 meninggal dunia (WHO Maternal Morbidity, 2018).

Di Negara Berkembang 20% hingga 50% persalinan di Rumah sakit dilakukan dengan Sectio Caesaria, tingginya operasi di sebabkan para ibu yang hendak bersalin lebih memilih operasi yang relatif tidak nyeri (ASEAN Secretariat, 2020).

Di Amerika Serikat mendapatkan 70% - 80% wanita yang melahirkan mengharapkan persalinan berlangsung tanpa nyeri dan sakit. Berbagai cara dilakukan agar ibu melahirkan tidak selalu merasa sakit dan akan merasa nyaman (Dahlan, 2017).

Masalah utama pada ibu bersalin adalah nyeri. Nyeri merupakan suatu sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus spesifik bersifat subyektif dan berbeda antara masing-masing individu karena dipengaruhi oleh faktor psikososial dan kultur endorpin seseorang, sehingga orang tersebut lebih merasakan nyeri (Potter, 2009).

Data yang diperoleh di RSI Kota Magelang 2017 terdapat 35 persalinan normal. Pada bulan Maret 28 pasien ibu dan multipara dan 100%) mengalami nyeri persalinan. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi nyeri pada ibu bersalin di RSI Kota Magelang menggunakan terapi farmaka dan non-farmaka. Terapi yang digunakan salah satunya adalah ketorolac (anti nyeri), namun terapi ini mempunyai efek samping bagi penggunaannya. Sedangkan terapi non-farmaka yang biasa digunakan adalah teknik distraksi (nafas dalam), namun nyeri masih belum teratasi (kemenkes RI, 2017).

Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait

dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan. Respon fisiologis terhadap nyeri, meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, keringat, diameter pupil, dan ketegangan otot (Lowdermik, dkk 2014).

Nyeri yang tidak dapat teratasi akan berdampak pada persalinan yang berlangsung lama. Persalinan yang berlangsung lama dapat menimbulkan dampak buruk, baik terhadap ibu maupun bayi yang dikandungnya serta dapat meningkatkan angka kematian ibu dan anak. Persalinan yang lama dapat menimbulkan dampak, seperti dehidrasi, infeksi, kelelahan pada ibu, asfiksia pada bayi serta kematian janin dalam kandungan (Mc Mahon, dkk 2013).

Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri persalinan pada ibu bersalin yaitu dengan menggunakan terapi farmaka dan non-farmaka. Terapi farmaka yang biasanya diberikan untuk mengatasi nyeri persalinan adalah dengan obat-obatan analgesik. Sedangkan terapi non-farmaka yang dapat diberikan adalah akupresur, akupuntur, relaksasi, hipnoterapi, hipnotis dan musik (Rudra, 2009 dalam Supliyani, 2017).

Salah satu terapi non-farmaka dalam mengatasi nyeri persalinan adalah dengan akupresur. Akupresur adalah pendekatan penyembuhan yang berasal dari daerah timur (Cina). Akupresur termasuk ke dalam jenis terapi alternatif atau komplementer yang merupakan pengembangan dari akupuntur. Akupresur merupakan perkembangan terapi pijat dengan menggunakan jari tangan sebagai titik-titik tertentu yang dapat memberikan rasa nyaman pada tubuh ibu sendiri.

Salah satu jenis Akupresur untuk mengurangi nyeri persalinan adalah SP6, titik SP6 di anggap sebagai salah satu poin yang lebih serbaguna dan umum digunakan. Ini digunakan untuk banyak kondisi termasuk induksi persalinan dikenal sebagai *Sanyinjiao* atau persimpangan tiga *Yin*. SP6 terletak di atas pergelangan kaki, di bagian belakang tulang kering (betis bawah), titik ini penting untuk membantu dilatasi serviks dan dapat digunakan ketika serviks tidak efektif berdilatasi selama proses persalinan. Titik ini terletak empat jari di atas mata kaki dalam.

Manfaat yang dapat di peroleh dari terapi akupresur SP6 adalah mengatasi stres, meringankan nyeri baik nyeri persalinan maupun nyeri pada tubuh, meningkatkan daya

tahan seks Yunus, 2016). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu, 2017) bahwa akupresur dapat meningkatkan sirkulasi darah, memulihkan keseimbangan yin dan yang sehingga dapat mengembalikan fungsi tubuh.

Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan Pendidikan Kesehatan kepada ibu tentang Manajemen Nyeri Selama Persalinan Kala I Melalui Tindakan Akupresur SP6.

2. METODE

Bentuk kegiatan yang akan dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan ibu bersalin melalui pendidikan kesehatan tentang Manajemen Nyeri Selama Persalinan Kala I Melalui Tindakan Akupresur SP6. Kegiatan ini melibatkan ibu bersalin di Klinik Bidan Nelly M. Harahap dan bersedia mengikuti kegiatan ini hingga selesai. Kegiatan di mulai dengan Studi Pendahuluan ke Klinik Bidan, dilanjutkan dengan survey ibu bersalin yang bersalin ke klinik bidan, setelah itu dilakukan pemberian kuesioner tentang akupresur, kemudian melakukan pendidikan kesehatan serta demonstrasi Akupresur SP6 pada ibu bersalin.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendidikan kesehatan tentang manajemen nyeri selama persalinan kala I melalui tindakan akupresur SP6 ini berjalan dengan baik. Sebelum dilakukan kegiatan terlebih dahulu pemateri memberikankuesioner kepada peserta, setelah itu pemateri menyampaikan materi tentang nyeri persalinan dan akupresur SP6 serta melakukan demonstrasi akupresur SP6. Peserta kegiatan sangat antusias menerima materi yang disampaikan, hal ini terlihat dari perasaan ibu yang sangat senang Ketika dilakukan akupresur SP6. Selama pelaksanaan kegiatan terlihat antusias dari ibu tersebut dalam mengikuti dengan begitu banyak memberikan pertanyaan seputar Akupresur SP6 yang disampaikan oleh pemateri, ibu bersalin yang mengikuti kegiatan terlihat tertib dan sesuai idengan yang darahkan oleh panitia kegiatan.

Setelah peserta mengikuti kegiatan, dilakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan

dengan memberikan kembali kuesioner pada peserta dengan hasil sebagaimana terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu tentang Akupresur SP6 Untuk Mengurangi Nyeri sebelum dan Sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan dan Demonstrasi Akupresur SP6

Pengetahuan	Sebelum Pendidikan kesehatan dan Demonstrasi		Setelah Pendidikan kesehatan dan Demonstrasi	
	(N)	(%)	(N)	(%)
Baik	1	10	8	80
Cukup	5	50	2	20
Kurang	4	40	-	-
Total	10	100	10	100

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan bahwa kegiatan didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu bersalin tentang akupresur SP6 untuk mengurangi nyeri persalinan setelah dilakukan pendidikan kesehatan dan demonstrasi akupresur SP6. Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan mayoritas peserta memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 50% dan minoritas memiliki pengetahuan baik sebesar 10 %. Setelah dilakukan kegiatan pendidikan kesehatan dan demonstrasi akupresur SP6 mayoritas peserta memiliki pengetahuan baik sebesar 80% dan minoritas memiliki pengetahuan cukup sebesar 20 %.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pendidikan kesehatan dan demonstrasi yang dilaksanakan berjalan dengan baik.. Ibu Bersalin di Klinik Bidan Nelly M Harahap Kota Padangsidempuan yang mengikuti kegiatan tampak antusias dalam mengikuti kegiatan Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa meningkatnya pengetahuan ibu bersalin tentang akupresur SP6 untuk mengurangi nyeri persalinan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Aristya, Ghina Ayu, dkk (2021). *Akupresur SP6 Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. MJ (Midwifery journal),
- AS Lailiyana, Ani Laila, Isrowayatun Daiyah (2011). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Jakarta, EGC.
- ASEAN Sectariat, (2020) *eperients. Poltekkesjogja. ac. Id*
- Bobak I, Lowdermik D, Jensen M. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Martenitas*. Jakarta: EGC.
- Calik KY, Komurchu N. (2014). *Effectts of SP6 Acupunture Point Stimulation on Labor Pain and Duration of Labor*. Iran Red Crescent Med J. 2014 October: 16 (10): e16461.
- Cynthia Eifel Alfarezita Sunarto (2021). *Terapi Akupresur terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I*.
- Hamlin, A. S., dan Robertson, T. M (2017). *Pain and Complementary Therapies*. Crit Care Nurs Clin North Am.
- Hartati, Walin, dan Widiyanti, E. D. (2015). *Pengaruh Tehnik Relaksasi Front Effleurage Terhadap Nyeri Dismenore*. Jurnal Riset Kesehatan, 4 (3).
- Hartono, Radyanto Iwan Widya (2012). *Akupresur Untuk Berbagai Penyakit*. Yogyakarta; Rapha Publishing.
- Hilda Sulistia Alam, (2020) *Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Metode Akupresur*. Bandung : CV. Media Sains
- Jayantika, T. G. N. A. (2018). *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik Dengan SPSS*. Yogyakarta. Deepublish.
- Kemendes RI, (2019) [https : // sehatnegeriku.kemkes.go.id](https://sehatnegeriku.kemkes.go.id)
- Kementerian Kesehatan Provinsi Lampung, (2015). *Renstra Dinas Kesehatan Provinsi Lampung*, Bandar Lampung.
- Kozier, B. (2011). *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process and Practice*: Pearson Education, Limited.
- Kusmiran, (2014) *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta. Selemba medika.
- Lowdermik, D. L., Perry, S. E., dan Cashion, K. R., dan Olshansky, E. F., (2016) *Maternity & women's health care* (11 th edition .ed.).
- Ma' rifah, A. R. (2014) . *Ektifitas Tehnik Counter Pressure Dan Endorphin Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di RSUD Ajibarang*. Paper presented at the Prosiding Seminar Nasional & Internasional.
- Potter, P. A (2009). *Fundamental of Nursing* (Edisi 7 ed. Vol. Volume 1). Jakarta: Selemba Medika.
- Rahayu, Hani SE (2017). *Mother's Experience In Managing Pain In Central Java Indonesia*. International Jurnal Of Research In Medical Sciences July 2017, Vol 5. FIKES UMM.
- Reeder, M & G, (2013). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta. PT. Bina Pustaka.
- Weiner, R. S. (2001). *Pain Management: A Practical Guide for Clinicians*, Sixth Edition: Taylor & Francis.
- World Health Organization (WHO, 2018). *Maternal Morbidity Melalui : <https://.who.int/newsroom/factsheets/detail/maternal-morbidity>*, Di akses pada tanggal 18 february 2019.

6. DOKUMENTASI



