



TEKNIK KNEADING MENURUNKAN TINGKAT NYERI PERSALINAN KALA I PADA IBU BERSALIN DI KABUPATEN SEMARANG

Sova Erlina Felaili¹⁾, Machmudah²⁾

¹⁾²⁾ Universitas Muhammadiyah Semarang

E-mail: sova.e.felaili@gmail.com, machmudah@unimus.ac.id

ABSTRAK

Nyeri saat melahirkan merupakan suatu proses alamiah, nyeri saat melahirkan terjadi karena proses dilatasi serviks dan hipoksia otot uterus saat kontraksi. Ketidaknyamanan dan nyeri yang dirasakan selama proses persalinan dapat menjadi penyebab memanjangnya lama kala I. Terapi non farmakologi dapat digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan salah satunya adalah teknik *kneading*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik *kneading*, dan perbedaan lama kala I setelah diberikan teknik *kneading* dengan teori lama kala I. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *quasy experiment Pretest-Posttest one group Design*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 18 Juni sampai dengan 10 Juli 2016 di UPTD Puskesmas Bancak Kabupaten Semarang dengan jumlah sampel sebanyak 16. Hasil uji ststistik *Paired Samples t Test* diperoleh *p value* sebesar 0.000, sehingga disimpulkan ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik *kneading* terhadap tingkat nyeri ibu bersalin kala I dan rata-rata lama kala I setelah diberikan teknik *kneading* selama 4 jam 32 menit atau kurang dari 6 jam. Penerapan teknik *kneading* merupakan salah satu terapi non farmakologis mandiri keperawatan dalam memberikan perawatan dasar pertolongan persalinan Rekomendasi dari penelitian ini agar perawat dapat memberikan Asuhan Keperawatan mandiri dengan memberikan *massage* teknik *kneading* untuk manajemen nyeri persalinan dan mencegah partus lama.

Kata kunci : Nyeri persalinan, lama kala I, Teknik *Kneading*

KNEADING TECHNIQUES REDUCE LEVEL OF PAIN LABOR MOTHER MATERNITY ACTIVE IN STAGE I PHASE IN SEMARANG

ABSTRACT

Pain during labor is a physiologic process, pain of childbirth occurs due to the process of cervix dilatation and hypoxia of uterus muscle during contraction. Causing the prolonged labor is discomfort and pain felt by women along with the progress of labor. Non-pharmacological therapy can be used to reduce pain during labor as massage such as kneading technique. This study aims to analyze the difference pain level before and after giving kneading technique and the difference of duration on the first stage after giving kneading technique with the theory of first stage duration. This research was quasy experimental with pretest-posttest one group design. The research was conducted on 18 Juny to10 July 2016 at UPTD Puskesmas Bancak Kabupaten Semarang with 16 samples. From the Paired Samples t Test this research showed p 0.000 so, there is any difference pain level on the pretest and posttest at the first stage of labor toward parturients and duration of first stage after giving kneading technique showed mean 4 hour 32 minutes or faster that theory of first stage duration. Kneading technique is one of non-pharmacological therapy as independent nursing care in providing basic care at childbirth aid delivery. Recommendation from this research may nurses using kneading technique to manage pain and avoid prolonged first stage in labor as care giver.

Keywords : Pain labor, first stage duration, kneading technique

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator yang peka terhadap kualitas dan aksesibilitas fasilitas pelayanan kesehatan. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, AKI (yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas) sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angka kematian ibu Provinsi Jawa Tengah tahun 2014 berdasarkan laporan dari kabupaten/kota sebesar 126,55/100.000 kelahiran hidup, mengalami peningkatan bila dibandingkan dengan AKI pada tahun 2013 sebesar 118,62/100.000 kelahiran hidup. Jumlah kasus kematian maternal di kabupaten Semarang sendiri sebanyak 20 kasus kematian. Sebesar 57,95% kematian maternal terjadi pada waktu nifas, pada waktu hamil sebesar 27,00% dan pada waktu persalinan sebesar 15,05%. Sedangkan penyebab kematian ibu di provinsi Jawa Tengah adalah 22,93% karena perdarahan, 26,44 karena hipertensi, 3,66% karena infeksi, gangguan peredaran darah sebesar 4,64% , dan penyumbang kematian terbanyak karena faktor lain yaitu 42,33 % (www.dinkesjatengprov.go.id).

Faktor penyebab kematian ibu dibagi menjadi dua yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung.

Faktor penyebab langsung kematian ibu di Indonesia masih didominasi oleh perdarahan, eklamsia, dan infeksi. Sedangkan faktor tidak langsung karena masih banyaknya kasus 3 terlambat dan 4 terlalu. Penyebab langsung kematian ibu di Indonesia adalah salah satunya partus lama yang menyumbang sebesar 5% (Kementian Kesehatan RI tahun 2010). Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2012 partus lama menyumbang sebanyak 0.3% penyebab kematian ibu di Jawa Tengah.

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks, dan janin turun ke dalam jalan lahir. Kelahiran adalah proses dimana janin dan ketuban didorong keluar melalui jalan lahir (Saifuddin, 2006). Proses dinamik dari persalinan meliputi empat komponen yaitu power (kontraksi uterus), passanger (janin), passage (pelvis ibu), dan psikis (status emosi ibu). Empat komponen ini saling berkaitan yang mempengaruhi baik mulainya dan kemajuan persalinan (Walsh, 2008).

Kemajuan persalinan pada kala I fase aktif merupakan saat yang paling melelahkan, berat, dan kebanyakan ibu merasakan sakit atau nyeri dalam fase ini karena kegiatan rahim mulai lebih aktif (Danuatmaja & Meiliasari, 2008).

Nyeri persalinan dapat menimbulkan stress yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan penyempitan pembuluh darah yang dapat menyebabkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi ke ureteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus serta iskemia jaringan yang mengakibatkan proses persalinan lama dan membuat impuls nyeri semakin banyak (Sumarah, 2009).

Rasa nyeri pada persalinan adalah nyeri kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas sistem syaraf simpatis. Nyeri yang hebat dan tidak teratasi pada persalinan dapat menyebabkan perubahan-perubahan fisiologis tubuh, seperti kenaikan tekanan darah, kenaikan denyut jantung, dan kenaikan laju pernafasan, dan apabila tidak segera diatasi, maka keadaan ini akan menyebabkan peningkatan konsumsi glukosa tubuh pada ibu bersalin yang menghambat kontraksi uterus, dan hal tersebut menyebabkan persalinan menjadi lama (Bobak, 2005, Cuningham 2013), selain itu menurut (Hamilton, 2005) nyeri yang berlebihan pada ibu bersalin dapat menyebabkan

keinginan untuk segera mengakhiri masa persalinan. Mengejan sebelum dilatasi serviks maksimal menyebabkan pembengkakan pada mulut rahim yang berdampak pada distosia persalinan.

Perawat dapat membantu mengurangi nyeri dan mengupayakan pengurangan *stressor* dan kelelahan guna mencegah komplikasi partus lama adalah dengan teknik nonfarmakologi salah satunya adalah menggunakan *massage*. *Massage* merupakan suatu metode menurunkan nyeri dengan memberikan sentuhan yang berguna untuk menghilangkan rasa lelah ditubuh, memperbaiki sirkulasi darah, merangsang tubuh mengeluarkan racun, dan meningkatkan kesejahteraan pikiran (Walsh, 2008). Sentuhan yang nyaman seperti menggosok punggung dengan hentakan, memegang tangan dapat memperkuat kontraksi uterus menjadi lebih kuat dan sering (Simkin & Ancheta, 2007).

Salah satu jenis *massage* yang dapat dimanfaatkan untuk menurunkan nyeri persalinan adalah teknik *kneading*. *Kneading* adalah memijat menggunakan tekanan yang sedang dengan sapuan yang panjang, meremas menggunakan jari-jari tangan diatas lapisan *superficial* dari jaringan otot. Teknik *kneading* membantu mengontrol

rasa sakit lokal dan meningkatkan sirkulasi (Inkeles, 2007).

Berdasarkan data di UPTD Puskesmas Bancak Kabupaten Semarang selama tahun 2015 diperoleh data terdapat 49 persalinan mengalami partus lama dari 326 persalinan. Upaya yang dilakukan Puskesmas Bancak untuk menangani partus lama yaitu dengan penambahan energi pada ibu bersalin dengan memberikan nutrisi melalui makanan, pemberian infus glukosa dan RL, mengkaji ulang partograf, stimulasi puting dan pengurangan nyeri persalinan dengan pengaturan pola nafas, memberikan perubahan posisi, namun belum dilakukan upaya pengurangan nyeri dengan *massage*, terutama *massage* teknik *kneading* (Data UPTD Puskesmas Bancak Kabupaten Semarang tahun 2015). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 22-24 Februari 2015 di UPTD Puskesmas Bancak diperoleh hasil bahwa dari 5 ibu bersalin, 3 mengalami nyeri berat, 2 mengalami nyeri sedang dan tidak ada yang mengalami nyeri ringan. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi efektifitas pemberian teknik *kneading* terhadap penurunan tingkat nyeri kala I dan lama persalinan kala I pada ibu bersalin.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif *quasy experimental design* dengan rancangan yang digunakan adalah *one-group pre-post test design*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu bersalin sejumlah 16 responden, dengan metode *purposive sampling*, penelitian dilakukan di UPTD puskesmas Bancak Kabupaten Semarang. Alat pengumpul data menggunakan *Numeric Rating Scale* untuk mengukur tingkat nyeri dan lama kala I diidentifikasi menggunakan lembar partograf, data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *paired sample t test* Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 Juni sampai dengan 10 Juli 2016.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh bahwa rata - rata responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (75%), dengan tingkat pendidikan rata-rata SMA (75%) dan rentang usia responden antara 20 tahun sampai dengan 31 tahun. Rata-rata responden mengalami kategori nyeri berat sebanyak 12 responden (75%) sebelum diberikan teknik *kneading* tetapi setelah diberikan teknik *kneading* ada penurunan tingkat nyeri yang dirasakan yaitu sebanyak 9 responden atau 56.2 % merasakan nyeri dengan kategori nyeri sedang. Dari

hasil uji statistik menggunakan *paired sample t test* terdapat perbedaan

tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik *kneading*.

Tabel 1. Distribusi rerata tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik *kneading* di UPTD Puskesmas Bancak Kabupaten Semarang

Nilai	Tingkatan nyeri persalinan		Mean Difference	SD	P value
	sebelum	sesudah			
Upper (Skor tertinggi tk nyeri)	10	9			
Lower (Skor terendah tk nyeri)	5	4	1.438	0.727	0.000
Mean	7.69	6.25			

Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan teknik *kneading* pada responden yang mengalami nyeri kala I. Berdasarkan tabel diatas menunjukkan skala nyeri tertinggi yang dirasakan oleh responden adalah 10 dan skala nyeri terendah adalah 5. Sedangkan setelah diberikan teknik *kneading* terjadi perubahan skala nyeri yang dirasakan dengan skala nyeri tertinggi adalah 9 dan terendah adalah 4. Hal ini dibuktikan dengan uji Paired Sample t Test didapatkan hasil rerata perbedaan sebelum dan sesudah (*mean difference*) diberikan teknik *kneading* adalah 1.438 dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan (adanya penurunan) tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik *kneading*. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Hastami, Asiandi, dan Handayani,

2011) dengan judul “ Efektifitas Teknik Kneading dan Counterpressure terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di RSIA Bunda Arif Purwokerto “ dengan hasil menunjukkan $p = 0,000 < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *massage* dengan menggunakan teknik *kneading*. Teknik *kneading* merupakan gerakan memijit atau meremas menggunakan telapak tangan atau jari-jari tangan untuk menjepit beberapa bagian kulit (Inkeles, 2007). Teknik *kneading* dapat memberikan efek fisiologis berupa peningkatan aliran darah, aliran limfatik, stimulasi sistem saraf, menghilangkan rasa sakit dengan cara meningkatkan ambang rasa sakit oleh karena merangsang peningkatan produksi hormon endorpin, meningkatkan aliran balik vena yang akan membantu secara efisien

pengembalian darah ke jantung, serta membantu mengalirkan asam laktat yang tertimbun dalam otot sehingga membantu mempercepat eliminasi asam laktat dalam darah dan otot (Wijanarko, 2010). Adanya sistem sirkulasi yang baik dapat menghantarkan zat asam dan bahan

makanan ke sel-sel akan lebih maksimal dan sisa-sisa dari zat - zat yang tidak terpakai akan diperbaiki. Jadi akan timbul proses pertukaran yang lebih baik, aktifitas sel yang meningkat akan mengurangi rasa sakit lokal (Kusyati, 2006).

Tabel 2. Distribusi nilai sentral lama kala I setelah diberikan teknik *kneading*

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviasi
Lama kala I ssdh diberikan teknik <i>kneading</i>	16	2.00	4.40	4.32	0.62248

Tabel 2 menunjukkan setelah diberikan teknik *kneading* seluruh responden menjalani lama kala I tidak lebih dari 6 jam, rata-rata responden menjalani lama kala I selama 4 jam 32 menit. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Lestari Indah, Abadi Agus, dan Purnomo Windhu, 2010) dengan judul penelitian “ *Pengaruh Deep Back Massage* terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif dan Kecepatan Pembukaan pada Ibu Bersalin Primigravida “ dengan hasil uji t 2 sampel bebas didapatkan $p = 0,000 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak yang membuktikan terdapat hubungan antara pemberian *deep back massage* terhadap kecepatan pembukaan servik. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh

(Nurochmi Endang, Nurasih, dan Amaliani Riqki Romadon, 2014) dengan judul “Pengaruh Kombinasi *Metode Zilgrei* dan *Endorphin Massage* Pada Ibu Inpartu Primigravida Terhadap Lamanya Kala I Fase Aktif di RSUD Indramayu Periode April sampai dengan Mei 2013” penelitian ini mendapatkan hasil nilai P-value (0.002) sehingga H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara pemberian kombinasi *metode Zilgrei* dan *endorphine massage* pada ibu inpartu primigravida terhadap lamanya kala I fase aktif. *Massage* merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kontraksi persalinan. *Massage* terbukti dapat menurunkan kadar hormon stress dalam tubuh yaitu adrenalin. Faktanya, stress dapat berkontribusi dalam

menghambat atau menurunkan kontraksi uterus. *Massage* dapat membantu menurunkan produksi kadar hormon adrenalin dan membuat ibu yang bersalin menjadi relaks (Leino,2006). Relaksasi yang dialami ibu merangsang otak untuk menurunkan kadar hormon adrenalin dan meningkatkan produksi oksitosin yang merupakan faktor penting timbulnya kontraksi uterus yang adekuat (Vicky, 2006).

Adapun keterbatasan penelitian ini antara lain :

1. Dalam memberikan Teknik *Kneading* kekuatan peremasan dalam melakukan teknik *kneading* tidak dapat diukur secara objektif sehingga intervensi disesuaikan dengan rasa nyaman yang dirasakan oleh responden. Peneliti tidak membedakan responden berdasarkan tingkat nyeri yang disebabkan pembukaan serviks, semua responden yang datang ke UPTD puskesmas Bancak untuk melahirkan diikutkan dalam penelitian ini.
2. Penelitian ini hanya mendeskripsikan lama kala I setelah dilakukan tindakan tehnik *kneading*, tidak mendeskripsikan lama kala I sebelum dan setelah dilakukan tehnik *kneading*.

3. Variabel Penelitian

Terdapat beberapa faktor yang berpengaruh terhadap tingkat nyeri dan lama kala I yang tidak diteliti oleh peneliti seperti budaya, *support system*, persiapan persalinan, dan emosi.

PENUTUP

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga, dengan tingkat pendidikan rata-rata SMA dan berada dalam masa reproduksi sehat, mayoritas pendidikan SMA dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik *kneading*, selain itu rata-rata responden menjalani lama kala I selama 4 jam 32 menit setelah diberikan teknik *kneading*, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa teknik *kneading* efektif dalam mengurangi nyeri persalinan dan mencegah terjadinya partus lama.

Peneliti menyarankan bagi fasilitas layanan kesehatan teknik *kneading* dapat dikembangkan atau diaplikasikan sebagai salah satu alternatif penatalaksanaan non farmakologis pada asuhan keperawatan ibu bersalin dalam memfasilitasi

kebutuhan rasa nyaman dan pencegahan partus lama, selain itu teknik kneading dapat digunakan sebagai salah satu sumber referensi dalam Ilmu Keperawatan khususnya Keperawatan Maternitas terkait pengembangan teknik-teknik penatalaksanaan keperawatan mandiri untuk mengurangi nyeri persalinan dan mencegah terjadinya partus lama.

DAFTAR PUSTAKA

- Bobak. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Bobak, I. M, Lowdermik, D. L. & Jensen, M. D. (2005). *Maternity nursing : 4th Ed*. Alih bahasa : Maria A. Wijayarini, Peter I. Jakarta : EGC.
- Cunningham, F. G. (2013). *Williams Obstetri* (23 ed., Vol. 1). Jakarta: EGC.
- Danuatmaja, B., & Meiliasari, M. (2008). *Persalinan Normal tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hamilton, P. (2005). *Dasar Dasar Ilmu Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Hastami, R. S., Asiandi, & Handayani, R. (2011). *Efektivitas Teknik Kneading dan Counterpressure terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di RSIA Bunda Arif Purwokerto*.
<http://www.dinkesjatengprov.go.id>.
Diunduh tanggal 7 Januari 2015.
- <http://www.depkes.go.id>. Diunduh tanggal 19 Maret 2016.
- Inkeles, G. (2007). *Massage for a Peaceful Pregnancy : a Daily Book for New Mother*. Archata arts.
- Kusyati. (2006). *Keterampilan dan Prosedur Laboratorium*. Jakarta: EGC.
- Lestari, Indah, and Agus Abadi. (2010). *"Pengaruh Deep Massage terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif dan Kecepatan Pembukaan pada Ibu Bersalin Primigravida."*
- Nurrochmi, E., Nurasih., Amaliani Riqki R. (2013). *" Pengaruh Kombinasi Metode Zilgrei dan Endhorpin Massage pada Ibu Inpartu Primigravida Terhadap Lamanya Kala I Fase Aktif di RSUD Indramayu Periode April-Mei 2013"*
- Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014. Indonesia : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Saifuddin, Abdul Bari. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Simkin, P., & Ancheta, R. (2007). *Buku Saku Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Vicky, C. (2006). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Kelahiran*. Jakarta: EGC.