

## Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Manajemen Nyeri Persalinan

Lestari Puji Astuti<sup>1\*</sup>, Gunarmi<sup>2</sup>, Eka Vicky Yulivantina<sup>2</sup>, Mariza Mustika Dewi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Karya Husada Semarang

<sup>2</sup>STIKes Guna Bangsa Yogyakarta

\*Email korespondensi: [tari.stikeskh@gmail.com](mailto:tari.stikeskh@gmail.com)

### ABSTRAK

Nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin merupakan hal yang fisiologis dan perlu diberikan intervensi alami untuk mencegah komplikasi. Pengetahuan ibu hamil untuk persiapan persalinan terutama dalam manajemen nyeri persalinan kala I masih relatif rendah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai manajemen nyeri. Kegiatan dilakukan secara daring dengan media goole meet yang diikuti oleh ibu hamil di Desa Kendal Serut. Hasil pengabdian adalah adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai manajemen nyeri Persalinan kala I.

Kata Kunci: manajemen nyeri, persalinan, edukasi

### ABSTRACT

*Pain felt by maternity mothers is a physiological thing and natural interventions need to be given to prevent complications. The knowledge of pregnant women in preparing for labor is still low, especially in the management of labor pain in the first stage. Community service with the google meet media aims to increase the knowledge of pregnant women about pain management. The community service method uses the online google meet method. Community service is targeted at pregnant women in Kendal Serut Village. The result of the service is an increase in the knowledge of pregnant women regarding the management of labor pain in the first stage.*

*Keywords: pain management, birthing, education*

### PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses keluarnya hasil konsepsi berupa ketuban, bayi, dan plasenta di usia yang cukup bulan yaitu lebih dari 37 minggu baik melalui abdomen atau pervaginam (Sulfianti et al., 2020). Proses keluarnya hasil konsepsi diawali dengan proses pembukaan dan penipisan dari serviks dimana hal ini merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan (Sari, Rufaida, & Lestari, 2018). Faktor lain yang menyebabkan nyeri persalinan selain pembukaan dan penipisan serviks adalah adanya proses kontraksi pada otot rahim untuk membantu pembukaan serviks dan penurunan kepada bayi (Irawati, Susanti, & Haryono, 2019). Nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin menimbulkan ketegangan emosi yang dapat menyebabkan kepanikan, ketakutan, dan kecemasan yang dapat menyebabkan keluarnya hormone adrenalin dan katekolamin. Hormon tersebut menyebabkan kontraksi terasa lebih menyakitkan karena rahim yang berubah menjadi tegang sehingga mengurangi aliran darah dan oksigen ke otot yang menyebabkan bertambah panjangnya waktu persalinan (Dewi, Sukini, Thaariq, & Hidayati, 2017).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2015 menyatakan bahwa penyebab kematian ibu diantaranya adalah perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, infeksi, partus lama dan abortus (World Health Organization, 2015). Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menyatakan bahwa angka persalinan lama sebesar 41% dimana persalinan lama pada tahun ini memiliki nilai yang lebih tinggi

dari data SDKI 2012 (Kementerian Kesehatan RI, Badan Pusat Statistik, Badan Koordinasi Keluarga Berencanaan Nasional, & USAID, 2018).

Untuk menurunkan nyeri persalinan terdapat metode farmakologi dan non farmakologi. Counterpressure dan dance labour merupakan upaya menurunkan nyeri persalinan dengan metode non farmakologis. Penelitian yang dilakukan oleh Nadia pada tahun 2017 menyatakan bahwa pijat counterpressure dapat mengurangi nyeri persalinan dengan nilai signifikansi  $p=0,000$  (Endarti & Nadia, 2016). Counterpressure merupakan pijat yang ditujukan untuk ibu hamil dengan memberikan tekanan pada punggung ibu bersalin pada saat terjadi kontraksi (Ma'rifah & Surtiningsih, 2014). Counterpressure yang diaplikasikan di daerah lumbal V dapat mengurangi nyeri dengan menghambat sinyal nyeri dengan mengaplikasikan teori gate kontrol, serta meningkatkan aliran darah dan oksigenasi ke seluruh jaringan (Rahmawati & Ningsih, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Tobing pada tahun 2020 menyatakan bahwa belly dance dapat mengurangi nyeri pada ibu bersalin kala I (Lumbantobing, Sinaga, & Sianipar, 2020). Dance Labour merupakan perpaduan ibu yang sedang dalam persalinan kala I dengan posisi berdiri dan menggerakkan panggul dengan bantuan musik dengan tujuan untuk mendorong kepala bayi turun (Abdolahian, Ghavi, Abdollahifard, & Sheikhan, 2014). Musik yang digunakan merupakan musik yang dipilih sendiri oleh ibu bersalin. Tubuh yang terpapar musik dapat berubah menjadi rileks sehingga melebarkan pembuluh darah yang menyebabkan aliran darah menjadi lancar. Musik dapat meredakan intensitas nyeri dan mengurangi ketidaknyamanan ibu saat persalinan kala I (Rahayu & Kurniawati, 2020).

Masa Pandemic Covid-19 berdampak pada pelayanan kesehatan ibu dan anak dimana ibu hamil takut memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan. Hal ini menyebabkan ibu hamil lebih memilih konsultasi telemedia online untuk berkonsultasi maupun berobat. Sebagai upaya dalam mempersiapkan persalinan yang sehat, alami, menyenangkan maka diperlukan upaya peningkatan pengetahuan ibu hamil dengan edukasi berbasis online seperti google meet. Pengabdian kepada masyarakat dengan media google meet ini diharapkan dapat membantu meningkatkan upaya persiapan dan pengetahuan ibu mengenai manajemen nyeri di masa persalinan kala I.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah edukasi dengan media online berupa google Meet. Edukasi berupa penyuluhan manajemen nyeri persalinan berupa massage lowback pain dan dance labour. Sebelum dan sesudah dilakukan edukasi ibu hamil diminta mengisi form mengenai tingkat pengetahuan mengenai manajemen nyeri dalam persalinan. Kegiatan ini dilakukan pada semua ibu hamil yang bertempat tinggal di Desa Kendal Serut Kabupaten Kendal pada Bulan Maret 2022 dengan jumlah 15 orang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

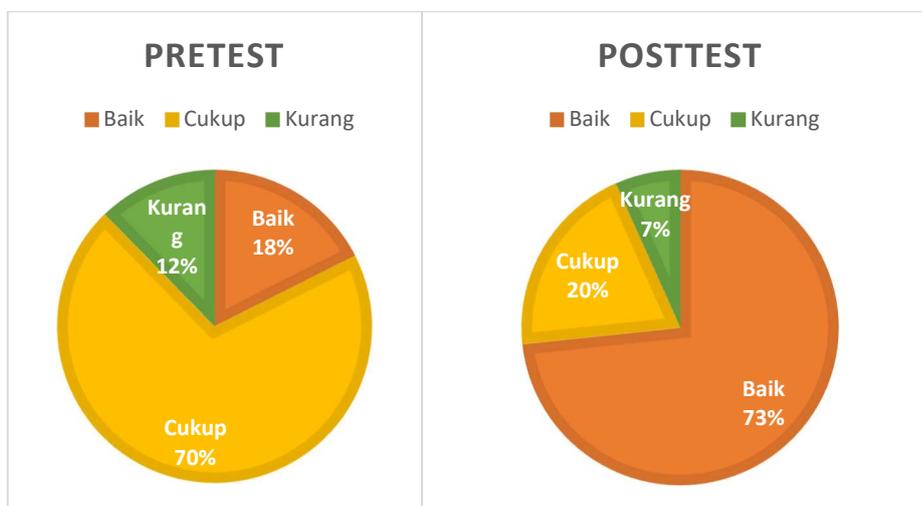
Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen homebase Sarjana Terapan Kebidanan Universitas Karya Husada Semarang pada 26 Maret 2022 dengan jumlah ibu hamil 15 orang mendapatkan hasil yang disajikan dalam tabel 1.

**Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil mengenai Manajemen Nyeri Persalinan**

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi		Prosentase (%)	
	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
Baik	2	11	13,3	73,3
Cukup	8	3	53,3	20
Kurang	5	1	33,4	66,7
Total	15	15	100	100

Tabel 1 menyatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu hamil mengenai manajemen nyeri yaitu sebelum edukasi sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang cukup (53,3%) mengenai manajemen nyeri persalinan, setelah diberikan edukasi sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik (73,3%) mengenai manajemen nyeri persalinan.

Peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai manajemen nyeri sebelum dan sesudah edukasi dapat terlihat pada Diagram 1.



**Diagram 1. Peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai manajemen nyeri persalinan**

Ibu hamil di Desa Kendal Serut setelah diberikan edukasi dengan goole meet mulai mengerti, memahami, dan dapat menjelaskan kembali cara mengatasi nyeri saat persalinan, hal ini diketahui dari proses tanya jawab dan diskusi sebelum dan setelah kegiatan berlangsung.

Pengetahuan adalah suatu proses dari hasil belajar seseorang yang terjadi setelah terpapar informasi dengan bantuan indera yang dimiliki. Pengetahuan seseorang akan terus meningkat jika diiringi dengan proses belajar yang berkelanjutan dan terus menerus. Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa aspek yaitu pendidikan, pekerjaan, keluarga, lingkungan, dan minat (Dewi, et al., 2019). Pendidikan ibu hamil yang tinggi akan menyebabkan pengetahuan dan wawasan ibu menjadi luas (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan ibu hamil meningkat dengan diberikan edukasi online via google meet mengenai manajemen nyeri pada persalinan kala I. Pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mufidha pada tahun 2021 yang menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian penyuluhan dengan media audiovisual mengenai pijat efflurage terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil dengan nilai  $p=0,000$  (Mufidha, Maulida, Nadra, Fitri, & Yulia, 2021). Google meet merupakan salah satu aplikasi yang dibuat oleh Google yang dapat digunakan dalam berbagai macam kegiatan yang membutuhkan jarak dengan proses dalam jaringan (daring). Google meet merupakan suatu aplikasi yang mudah digunakan karena tidak perlu mengunduh terlebih dahulu sehingga tidak memakan memori, bisa digunakan baik di handphone maupun laptop dengan daya tampung 250 setiap pertemuan. Edukasi dengan google meet selain menggunakan suara juga memudahkan orang-orang yang sedang berkomunikasi untuk melihat satu sama lain dari video (Wiratama, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Suyani pada tahun 2016 menyatakan bahwa massase counterpressure dapat menurunkan skala nyeri pada ibu bersalin jika dibandingkan dengan perawatan standar dengan nilai  $p=0,000$  (Suyani, Anwar, Mohammad, Kurniawati, & Fitriana, 2016). Counterpressure merupakan pijatan yang dilakukan oleh pendamping persalinan baik bidan maupun suami yang dilakukan di daerah punggung pada daerah lumbal. Lumbal V merupakan daerah dimana saraf sensorik pada uterus berjalan dengan saraf simpatis dengan saraf torakal ke 10, 11, dan 12 hingga lumbal pertama memasuki sumsum tulang belakang. Pijat counterpressure melakukan pemblokiran impluls nyeri dengan teori gate control yang akan disampaikan lebih cepat ke otak (Angraeni, Setyowati, & Wijayanti, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Yulianingsih pada tahun 2019 menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian pijat counterpressure terhadap penurunan intensitasi nyeri kala I fase aktif di RSUD Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. Yulianingsih berpendapat bahwa pengurangan rasa nyeri untuk ibu bersalin dapat diberikan secara non farmakologis untuk mengurangi ketidaknyamanan dengan melakukan penekanan terus menerus pada daerah sacrum oleh bidan, suami, maupun keluarga pendamping ibu bersalin dengan tangan yang mengepal. Pijat counterpressure diyakini dapat menutup gerbang nyeri yang akan ditransmisikan ke medulla spinalis dan otak serta dapat merangsang keluarnya hormone endorphine yaitu hormone cinta sebagai pembunuh rasa sakit alami yang dapat dikeluarkan oleh tubuh. (Yulianingsih, Porouw, & Loleh, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Bihter pada tahun 2020 menyatakan bahwa dance labour berpengaruh terhadap penurunan nyeri, kepuasan ibu dalam persalinan dan kesehatan bayi. Dance labour adalah suatu gerakan yang dilakukan oleh ibu bersalin dengan pengawasan bidan, suami, atau keluarga pendamping yang dilakukan di persalinan kala I fase aktif hingga persalinan yang bertujuan untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kepuasan serta kepercayaan diri pada ibu bersalin. Ibu bersalin menggerakkan pinggul dengan tangan diletakkan pada pinggang dan bergoyang ke kanan dan ke kiri (Akin & Saydam, 2020). Dance labour merupakan gabungan dari pergerakan pelvic, pergerakan badan dengan irama, posisi tegak dan melenggak lenggok yang diyakini dapat membuat otot panggul lebih kuat ketika persalinan dengan bantuan music yang akan membuat tubuh menjadi rileks dan memudahkan kepala bayi turun menuju panggul (Toberna et al., 2020).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Kendal Serut bisa dilihat pada gambar 1.



**Gambar 1:** Edukasi Manajemen Nyeri Persalinan via Google Meet

## SIMPULAN DAN SARAN

Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Kendal Serut Kabupaten Tegal dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan oleh ibu hamil mengenai manajemen nyeri saat persalinan melalui edukasi online dengan google meet.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdolahian, S., Ghavi, F., Abdollahifard, S., & Sheikhan, F. (2014). Effect of dance labor on the management of active phase labor pain & clients' satisfaction: a randomized controlled trial study. *Global Journal of Health Science*, 6(3), 219–226. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v6n3p219>
- Akin, B., & Saydam, B. K. (2020). The effect of labor dance on perceived labor pain, birth satisfaction, and neonatal outcomes. *Explore*, 16(5).
- Angraeni, P. D., Setyowati, H., & Wijayanti, K. (2013). Efektifitas Teknik Abdominal Lifting Dan Counter Pressure Effectiveness Technic of Abdominal Lifting and Counter Pressure in the Fight Labor Pains Active Phase I At General Government Tidar Hospital Magelang. *Artikel Penelitian Universitas Muhammadiyah Magelang*, 031.
- Dewi, M. M., Djamil, M., & Anwar, M. C. (2019). Education M-Health Android-based Smartphone Media Application “Mama ASIX” for Third Trimester Pregnant Women as Preparation for Exclusive Breastfeeding. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 4(2), 98–109. <https://doi.org/10.26911/thejhp.2019.04.02.02>
- Dewi, M. M., Sukini, T., Thaariq, N. A. A., & Hidayati, N. W. (2017). EFFECTIVENESS OF ENDORPHINS MASSAGE AND ICE PACKS TO RELIEVE THE FIRST STAGE OF LABOR PAIN AMONG THE PREGNANT WOMEN IN CANDIMULYO HEALTH CENTER , 2 nd International Conference on Applied Science. *Proceedings of the International Conference on Applied Science and Health*, 2, 109–114.
- Endarti, A. T., & Nadia, &. (2016). Pengaruh Massage Counter-Pressure terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala 1 dan Kecepatan Pembukaan Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(September), 7–13.
- Irawati, A., Susanti, S., & Haryono, I. (2019). Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Teknik Birthing Ball. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(3), 129. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i3.282>
- Kementerian Kesehatan RI, Badan Pusat Statistik, Badan Koordinasi Keluarga Berencanaan Nasional, & USAID. (2018). *Survei Demografi Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta.
- Lumbantobing, H. P., Sinaga, R., & Sianipar, K. (2020). Pengaruh Belly Dance Dikombinasikan Dengan Pijat Endorfin Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala 1. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 15(1), 109–115. <https://doi.org/10.36911/panmed.v15i1.660>
- Ma'rifah, A. R., & Surtiningsih. (2014). Efektifitas Tehnik Counter Pressure Dan Endorfin Massageterhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Pada Ibu Bersalin Di Rsud Ajibarang. *Prosiding Seminar Nasional*, 2–9. Retrieved from <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/1255>

- Mufiha, I. D., Maulida, Nadra, M., Fitri, & Yulia, E. (2021). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL TERHADAP PENGETAHUAN MENGENAI EFFLEURAGE MASSAGE UNTUK MENGATASI NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL. *Sriwijaya Universiti Insitutional Repository*.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahayu, N. A., & Kurniawati, H. F. (2020). Efektivitas Music Therapy terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan: Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(2), 83. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.55252>
- Rahmawati, L., & Ningsih, M. P. (2019). Efektifitas Teknik Counter Pressure Dan Abdominal Lifting Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Bpm Kota Padang. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 6(2), 217–224. <https://doi.org/10.36743/medikes.v6i2.190>
- Sari, D. P., Rufaida, Z., & Lestari, S. W. P. (2018). *Nyeri Persalinan*. Mojokerto: STIKes Majapahit.
- Sulfianti, Indryani, Purba, D. H., Sitorus, S., Yuliani, M., Hasliana, H., ... Aini. (2020). *Asuhan Kebidanan pada Persalinan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Suyani, Anwar, Mohammad, Kurniawati, & Fitriana, H. (2016). PENGARUH MASSAGE COUNTERPRESSURE TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF. *Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, 12(1), 21–28.
- Toberna, C. P., Horter, D., Heslin, K., Forgie, M. M., Malloy, E., & Kram, J. J. (2020). Dancing During Labor: Social Media Trend or Future Practice? *Journal of Patient Centered Research and Reviews*, 7(2).
- Wiratama, N. A. (2020). Penerapan Google Meet Dalam Perkuliahan Daring Mahasiswa PGSD Pada Mata Kuliah Konsep Dasar PKN SD Saat Pandemi COVID 19. *Jttee*, 4(2), 1–8.
- World Health Organization. (2015). *World Health Statistic Report*. Geneva.
- Yulianingsih, E., Porouw, H. S., & Loleh, S. (2019). Teknik Massage Counterpressure terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD. Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. *Gaster*, 17(2), 231. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i2.374>