

PENGARUH TEKNIK AKUPRESURE L14 (HEGU) TERHADAP PENGURANGAN NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF

Iis Tri Utami^{1*}, Yetty Dwi Fara²

^{1,2}Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu; Jl. A. Yani No. 1 A Tambak Rejo, Wonodadi, Kec. Pringsewu, Kabupaten Pringsewu

*Corresponding Email: jannatunnaim892@gmail.com

Email: yettydwifara@gmail.com

Submitted: 18-10-2023, Reviewed: 03-11-2023, Accepted: 15-11-2023

ABSTRACT

A woman giving birth will feel pain during the delivery process; contractions in the uterus are the source of labor pain. In Brazil, labor discomfort is reported by more than 50% of mothers. Only 15% of labor was painless or light, 35% of labor was accompanied by moderate pain, 30% of labor was accompanied by severe pain, and 20% of labor was accompanied by extremely severe pain, according to 2,700 women giving birth in 121 obstetric centers in 36 nations. Using non-pharmacological methods, such as the L14 point acupressure treatment on the back of the hand 1.5 cun, which effectively reduces pain during childbirth, it is possible to lower the number of cesarean section births. This research used quantitative analytics, using an experimental design with a one-group pre-test and post-test design approach. The population in this study were mothers in the first active phase of labor with a dilation of 4-8 cm. The sample in this study was 19 people. Incidental sampling is the method employed for sampling. The dependent t test was utilized in both bivariate and univariate analysis. The average pain level experienced by moms giving delivery before receiving the L14 point acupressure technique was 7.32, and the average pain level after receiving the technique was 5.42, obtaining a p-value of 0.000, according to the research findings. In order to employ the L14 point acupressure technique to lessen labor pain and boost the rate of normal labor, it is advised that health personnel undergo acupressure training.

Keywords: Acupressure, Point L14, Maternity, Complementary

ABSTRAK

Wanita bersalin akan mengalami nyeri pada saat proses persalinan, terjadinya nyeri persalinan disebabkan karena adanya kontraksi uterus. Di Negara Brazil, lebih dari 50% ibu mengatakan nyeri persalinan. 2.700 ibu bersalin di 121 pusat obstetrik dari 36 negara menemukan bahwa hanya 15% persalinan yang berlangsung tanpa nyeri atau nyeri ringan, 35% persalinan disertai nyeri sedang, 30% persalinan disertai nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri yang sangat hebat. Untuk menurunkan angka persalinan secara operasi sesar bisa dilakukan dengan teknik non farmakologi dengan teknik akupresure titik L14 dibagian punggung tangan 1,5 cun jari yang efektif untuk mengurangi nyeri pada saat proses persalinan. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik kuantitatif, menggunakan desain eksperimen dengan pendekatan one group pre test and post test design. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin kala I fase aktif dengan pembukaan 4-8 cm. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 19 orang. Teknik sampling yang di gunakan yaitu acidental sampling. Analisa Univariat dan Bivariat menggunakan

uji t dependen. Hasil penelitian didapatkan nilai rata-rata tingkat nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan teknik akupresure titik L14 adalah 7.32 dan tingkat nyeri persalinan sesudah diberikan teknik akupresure titik L14 adalah 5.42, didapatkan nilai p value 0.000. Di sarankan tenaga kesehatan untuk melakukan pelatihan akupresure untuk mengurangi nyeri persalinan sehingga bisa mengaplikasikan teknik akupresure titik L14 untuk mengurangi nyeri persalinan dan angka persalinan normal bisa meningkat.

Kata Kunci: *Akupresure, Titik L14, Ibu bersalin, Komplementer*

PENDAHULUAN

Proses persalinan diawali dengan kontraksi rahim yang menimbulkan rasa nyeri yang tidak nyaman pada ibu yang akan bersalin (Rejeki and Hartiti, 2015). Melahirkan merupakan salah satu proses fisiologi, persalinan dengan rasa sakit akan selalu dialami ibu sepanjang hidupnya (Sumadi, 2018). Salah satu kekhawatiran dan ketakutan paling mendesak bagi ibu hamil adalah rasa sakit saat melahirkan, sehingga ibu hamil memilih untuk bersalin secara operasi yang menyebabkan peningkatan jumlah Operasi Caesar. Nyeri persalinan disebabkan oleh kontraksi uterus pada saat persalinan. 80% ibu bersalin mengatakan nyeri yang sangat parah dan tidak tertahankan. Nyeri persalinan merupakan masalah utama yang dialami oleh ibu bersalin. Di Negara Brazil, lebih dari 50% ibu mengatakan nyeri persalinan ini merupakan presentase tertinggi di seluruh dunia (Alam H.S., 2020).

Penelitian Bonica terhadap 2.700 ibu bersalin di 121 pusat obstetrik dari 36 negara menemukan bahwa hanya 15% persalinan yang berlangsung tanpa nyeri atau nyeri ringan, 35% persalinan disertai nyeri sedang, 30% persalinan disertai nyeri

hebat dan 20% persalinan disertai nyeri yang sangat hebat. Berdasarkan pusat data persalinan Rumah Sakit seluruh Indonesia diketahui bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan (Febrianti *et al.*, 2020).

Adapun komplikasi nyeri yang sering terjadi pada ibu bersalin adalah ketegangan, kecemasan, persalinan lama, detak jantung janin abnormal sehingga ibu memilih untuk bersalin secara SC sehingga bisa menyebabkan gangguan mental pada ibu bersalin jangka panjang (Utami, 2022)

Hasil Penelitian Hamlaci dkk 2017, yang berjudul tentang The Effect of Acupresure Applied to point L14 on perceived labor pains dimana sebelum dilakukan akupresure rata-rata nyeri persalinan pada ibu bersalin 7.37 dimana termasuk kedalam kategori nyeri berat. Setelah dilakukan akupresure rata-rata nyeri persalinan menjadi 0.58 ibu mengatakan nyeri berkurang, jadi dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan



bahwa ada perbedaan yang signifikan pengurangan nyeri persalinan sebelum dan setelah pemberian teknik akupresure.

Berdasarkan studi pendahuluan pada bulan Juni 2022 diperoleh data ibu bersalin selama bulan Juni-Juli 2022 sebanyak 27 orang, rata-rata 10-15 orang tiap bulan. Berdasarkan pre-survey terhadap 12 orang yang sedang dalam persalinan kala I fase aktif, menyatakan tidak tahan dengan nyeri yang dirasakan Selain itu di wilayah Puskesmas Gedung Karya Jitu hanya memberikan teknik teknik akupresure L14 dalam pada pasien dengan nyeri persalinan dan belum pernah memberikan terapi non farmakologis berupa akupresure L14 kepada ibu yang melahirkan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik kuantitatif, untuk mengetahui pengaruh teknik akupresure L14 terhadap intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif Tahun 2021/2022. Penelitian dilakukan pada bulan September dengan variabel independent adalah pemberian akupresure L14 dan variabel dependent adalah nyeri persalinan. Subjek dalam penelitian adalah ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan sedangkan objek pada saat penelitian adalah nyeri persalinan.

Responden penelitian ini adalah wanita yang bersalin kala 1 fase aktif yang sesuai dengan kriteria inklusi dimana wanita yang bersalin normal yang bersedia untuk dilakukan teknik akupresure dan tidak ada riwayat Operasi Caesar.

Titik akupuntur terpenting dalam tubuh yang dapat meredakan nyeri di bagian tubuh manapun. Titik Hegu terletak dipunggung tangan, antara tulang metacarpal pertama dan kedua, antara ibu jari dan jari telunjuk. Titik L14 terletak dimana aliran energy dapat distimulasi oleh tekanan jarum atau suhu dingin yang Intens (Waters and Raisler, 2003)

Penekanan titik akupresure dimulai pada fase aktif pembukaan 4-5 cm dan 7-8 cm. responden akan menerima tekanan pada kedua tangan. 5 kali tekanan pada titik L14 dilakukan selama 10 detik tekanan dan istirahat 2 detik. Tekanan ini dilakukan pada saat kontraksi uterus selama 20 menit. Penilaian nyeri dilakukan setelah 1 jam pemberian intervensi (Hamidzadeh *et al.*, 2012).

Rancangan penelitian yang digunakan adalah pre experimental designs dengan tipe one group pre test – post tes design rancangan ini untuk mengungkapkan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok intervensi. Data yang digunakan adalah data primer dimana dilakukan dengan pengamatan langsung (observasi) dengan berpedoman pada instrument penelitian menggunakan lembar observasi dan skala pengukuran intensitas nyeri numerik. Populasi penelitian ini adalah seluruh wanita yang menjalani persalinan dengan jumlah sampel 19 wanita yang menjalani persalinan.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *Accidental sampling* dimana responden datang ke tempat praktik bidan. Alat ukur yang digunakan adalah



lembar observasi berupa NRS dengan hasil ukur skala nyeri 0 sampai 10 dan skala ukur Rasio. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat yang bertujuan untuk mencari nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi dan analisis bivariate dilakukan dengan Uji t dependen untuk mengukur rata-rata nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik akupresure. Uji normalitas data yang digunakan adalah Shapiro- Wilk, dimana data berdistribusi normal jika taraf signifikan $> \alpha$ (0,05).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rasa nyeri persalinan bersifat personal, setiap orang mempersepsikan rasa nyeri yang berbeda terhadap hasil stimulus yang sama tergantung pada ambang nyeri yang dimilikinya. Sebagian besar ibu menganggap dan membayangkan nyeri persalinan sebagai suatu hal atau pengalaman yang menakutkan (Andarmoyo dkk 2013).

Hasil penelitian (Dabiri and Shahi, 2014) diketahui ibu bersalin dengan pendidik SMP 22 (44%) dengan pekerjaan rumah tangga sebanyak 47 (94%), usia kehamilan, paritas tidak ada perbedaan signifikan dalam karakteristik demografis. Hasil Penelitian (Hamlaci and Yazici, 2017), juga menyatakan bahwa Tidak ada hubungan antara umur, status pendidikan, masalah saat hamil, dismenore sebelum hamil, tempat lahir, pemberian obat selama persalinan dengan pengaruh nyeri persalinan dengan akupresure L14.

Analisis Univariat

Tabel 1 Rata-rata nyeri persalinan kala 1 Fase aktif sebelum diberikan perlakuan akupresure L 14

Variabel	N	Mean	SD	SE
Sebelum diberikan teknik Akupresure tiik L14	19	7.32	1.250	0.287

Berdasarkan tabel 1.1 ibu mengatakan bahwa nyeri hebat, dapat diketahui dari nilai rata-rata tingkat nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan perlakuan Teknik Akupresure L14 adalah 7.32.

Tabel 2 Rata-rata nyeri persalinan kala 1 Fase aktif setelah diberikan perlakuan akupresure L 14

Variabel	N	Mean	SD	SE
Setelah diberikan teknik Akupresure L14	19	5.42	1.346	0.309

Berdasarkan tabel 2 ibu mengatakan bahwa nyerinya berkurang (nyeri sedang), dapat diketahui dari nilai rata-rata tingkat nyeri pada ibu bersalin sesudah diberikan perlakuan Teknik Akupresure L14 adalah 5.42.

Dilihat dari standar deviasinya Sebelum Akupresure diberikan lebih kecil dibandingkan dengan Setelah Akupresure diberikan, yaitu 1.25 Sebelum Akupresure diberikan dan 5.42 Setelah Akupresure diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa setelah pemberian intervensi, terjadi penurunan rata-rata nyeri persalinan.



Analisis Bivariat

Tabel 3 Pengaruh Akupresure L14 terhadap Pengurangan Nyeri saat Persalinan Kala 1 Fase aktif

Variable	N	Mean	SD	P value	CI 95%
Sebelum di berikan teknik Akupresure L14		7.32	1.250		
setelah di berikan teknik Akupresure L14	19	5.42	1.346	0,000	1.077 – 2.712

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan teknik akupresure L14 adalah 7.32 katagori nyeri berat, tingkat nyeri minimal 5 maksimal 9, dengan standar deviasi 1.250. Rata-rata tingkat nyeri pada ibu bersalin sesudah berikan teknik Akupresure adalah 5,42 katagori nyeri sedang tingkat nyeri minimal 3 maksimal 8, dengan standar deviasi 1.347. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* 0,000, maka dapat disimpulkan ada pengaruh teknik akupresure terhadap penurunan nyeri persalinan.

Titik L14 Hugo (Usus Besar) merupakan salah satu meridian utama pada tubuh yang dapat mengurangi nyeri persalinan (Dabiri and Shahi, 2014). Metode non farmakologi dengan akupresure dimana titik akupunture dirangsang oleh tangan, jari, ibu jari atau manik-manik kecil metode ini bekerja

yang dapat merangsang rasa sakit yang besar dan mentransmisikan impuls saraf ke sumsum tulang belakang. Stimulasi berkelanjutan dapat menjaga pintu transmisi nyeri tetap tertutup sehingga menyebabkan kurangnya nyeri pada saat persalinan (Dabiri and Shahi, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hamizadeh dkk 2012 dimana teknik akupresure L14 merupakan teknik yang efektif untuk mengurangi nyeri persalinan. dan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Dabiri dkk 2014 dimana penggunaan teknik akupresure L14 secara signifikan efektif dalam mengurangi intensitas nyeri dan tidak mengganggu proses persalinan. dan Penelitian (Hamlacı and Yazıcı, 2017), dimana teknik akupresur titik L14 terbukti efektif dalam mengurangi nyeri dalam persalinan dimana nilai $p < 0.05$

Menurut asumsi peneliti teknik akupresure L14 sangat efektif dan bisa digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan selain itu teknik akupresure L14 tidak terdapat efek samping yang merugikan ibu dan janin. Teknik ini juga mudah dilakukan dan tidak menggunakan biaya untuk melakukan teknik tersebut. dan sebagian ibu bersalin mengatakan bahwa mengalami lebih sedikit rasa sakit.

SIMPULAN

Teknik akupresure L14 merupakan terapi non farmakologi yang sangat efektif dan bisa digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan. Hasil penelitian ada pengaruh yang signifikan



teknik akupresure L14 mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin Kala 1 Fase Aktif didapatkan nilai p value 0,000.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima Kasih kepada teman-teman yang sudah memberi support dan dukungan pada saat melakukan penelitian dan terima kasih juga untuk PMB yang sudah memberi izin untuk melakukan penelitian dan tidak lupa kami ucapkan terima kasih juga kepada responden yang sudah berpartisipasi dan bekerjasama.

REFERENSI

- Alam, H. S (2020). Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Metode Akupresur. Media Sains Indonesia
- Dabiri, F. and Shahi, A. (2014) ‘The effect of LI4 acupressure on labor pain intensity and duration of labor: A randomized controlled trial’, *Oman Medical Journal*, 29(6), pp. 425–429. doi: 10.5001/omj.2014.113.
- Febrianti *et al.* (2020) ‘Differences Giving Of Endorphine Massage Towards Reduction Of Labor Pain 1 Active Phase In Pmb Tias Lampung Utara Tahun 2020 The 2(1).
- Hamidzadeh, A. *et al.* (2012) ‘Effects of LI4 Acupressure on Labor Pain in the First Stage of Labor’, *Journal of Midwifery and Women’s Health*, 57(2), pp. 133–138. doi: 10.1111/j.1542-2011.2011.00138.x.
- Hamlacı, Y. and Yazıcı, S. (2017) ‘The effect of acupressure applied to point LI4 on perceived labor pains’, *Holistic Nursing Practice*, 31(3), pp. 167–176. doi: 10.1097/HNP.000000000000205.
- Rejeki, S. and Hartiti, T. (2015) ‘Tingkat Nyeri Persalinan Melalui Acupressure Metakarpal pada Ibu Dalam Proses Persalinan Kala I’, pp. 278–283.
- Samadi, dkk. 2018. *Nyeri Persalinan Merupakan Suatu Proses Fisiologi*. Kanisius. Yogyakarta.
- Utami, I. T. (2022) *Pada ibu bersalin*. 1st edn. Edited by M. P. Ahmad Kori. Lampung: Pustaka Egaliter.
- Waters, B. L. and Raisler, J. (2003) ‘Ice massage for the reduction of labor pain’, *Journal of Midwifery and Women’s Health*, 48(5), pp. 317–321. doi: 10.1016/S1526-9523(03)00277-0.

