**PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA IBU BERSALIN DENGAN DAN TANPA TERAPI KONTRAKSI NYAMAN DI KLINIK PRATAMA AFIYAH KOTA PEKANBARU**

Juliana Harningsih*\**, Melly Wardanis*\**, Yan Sartika*\**

*\* Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau*

**ABSTRAK**

Persalinan merupakan peristiwa alami yang di dalam prosesnya dapat menimbulkan nyeri hebat. Rasa nyeri tersebut merupakan nyeri kontraksi uterus yang dapat menyebabkan peningkatan sistem syaraf simpatis. Nyeri persalinan dapat menyebabkan perubahan-peruban fisiologi tubuh, termasuk meningkatkan rasa khawatir, takut dan stress yang dapat menyebabkan persalinan menjadi lama. tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin dengan dan tanpa terapi kontraksi nyaman. Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan posttest only control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru. Sampel penelitian sebanyak 20 orang ibu bersalin dengan teknik purposive sampling. Analisis menggunakan uji Mann Whitney. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri ibu bersalin tanpa terapi kontraksi nyaman adalah 8,4 sedangkan rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin dengan terapi kontraksi nyaman adalah 5,9. Ada perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin dengan dan tanpa terapi kontraksi nyaman di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru dengan nilai p : 0,000 < 0,05. Diharapkan kepada tenaga kesehatan di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru agar lebih mensosialisasikan metode terapi kontraksi nyaman yang bertujuan untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan pada kala I fase aktif.

Kata kunci : Kala I Fase Aktif, Nyeri Persalinan, Terapi Kontraksi Nyaman

**PENDAHULUAN**

Persalinan kala I merupakan titik waspada bagi bidan untuk mengetahui apakah pasien dapat bersalin secara normal atau tidak. Kala I merupakan kala yang paling lama dengan nyeri yang diakibatkan oleh his dan dilatasi servik yang harus dihadapi oleh pasien. Bagi primigravida diberikan waktu 1 jam untuk membuka servik sebanyak 1 cm dan bagi multigravida hanya ½ jam untuk membuka servik sebanyak 1 cm. Sehingga pada kala ini peran bidan benar-benar diharapkan, bidan harus memberikan motivasi serta kenyamanan agar pasien tetap tenang dalam menghadapi persalinannya (Armi & Oktriani, 2014).

Persalinan merupakan peristiwa alami yang dalam prosesnya dapat menimbulkan nyeri hebat. Rasa nyeri tersebut merupakan nyeri kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas sistem syaraf simpatis. Nyeri yang hebat pada persalinan dapat menyebabkan perubahan- perubahan fisiologi tubuh, seperti kenaikan tekanan darah, kenaikan denyut jantung dan kenaikan laju pernapasan, dan apabila tidak segera diatasi maka keadaan ini akan meningkatkan rasa khawatir, takut dan stress. Peningkatan konsumsi glukosa tubuh pada ibu bersalin yang mengalami stress menyebabkan kelelahan dan sekresi katekolamin yang menghambat kontraksi uterus dan hal tersebut menyebabkan persalinan menjadi lama (Bobak, 2005).

Berbagai upaya untuk mengatasi nyeri sudah banyak dilakukan, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Seperti yang ditulis oleh Y. Demir di dalam bukunya yang berjudul *“Non-Pharmachological Therapies in Pain Management”* pada tahun 2012 telah ditulis bahwa terdapat banyak cara yang dapat digunakan sebagai terapi untuk mengatasi nyeri, misalnya *hot-cold treatment, acupunture and acupressure, massage, hydrotherapy, yoga, hypnosis, aromatheraphy, musical therapy* dan lain-lain (Demir, 2012).

Akhir- akhir ini metode *hypnobirthing* memang sedang banyak diperbincangkan dalam dunia kesehatan khususnya dalam pelayanan persalinan. Sudah banyak dilakukan berbagai pelatihan ataupun kelas ibu hamil yang mengorientasikan *hypnobirthing* dalam upaya mengatasi nyeri persalinan dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian Galih dan Winarsih pada tahun 2010 di Surakarta ditemukan bahwa terjadi penurunan angka nyeri pada responden yaitu dari 18 orang ibu bersalin yang sebelum mendapatkan terapi *hypnobirthing* menunjukkan angka 67% mengalami nyeri yang menggelisahkan, namun setelah diberikan terapi *hypnobirthing* angka nyeri ringan mengalami peningkatan yaitu sebesar 78%. Hal ini menjadi titik penting yang dapat disimpulkan bahwa nyeri persalinan dapat diatasi dengan terapi nonfarmakologis salah satunya yaitu terapi *hypnobirthing* (Galih & Winarsih, 2010).

Di Indonesia sendiri belum banyak praktik kebidanan yang menerapkan metode *hypnobirthing* sebagai salah satu usaha untuk mengatasi masalah nyeri persalinan. Telah banyak hasil penelitian yang menyatakan bahwa metode *hypnobirthing* memiliki manfaat yang cukup signifikan dalam mengatasi nyeri persalinan. Hal ini didukung dalam penelitian yang dilakukan oleh Marfuah (2010) menunjukkan jumlah presentase 30 responden yang diberi *hypnobirthing*, hasil yang didapat pada nyeri berat 40%, nyeri sedang 53,3% dan nyeri ringan 6,7%. Sedangkan yang tidak diberi *hypnobirthing* hasil yang didapat pada nyeri berat 66,7%, nyeri sedang 30%, dan nyeri ringan 3,3% (Anggaini, 2015).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap penilaian intensitas nyeri persalinan pada 4 orang ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru, peneliti memberikan terapi kontraksi nyaman pada 2 orang ibu bersalin sedangkan 2 orang ibu bersalin lainnya tidak diberikan intervensi. Hasil intensitas nyeri yang dirasakan oleh 1 orang ibu bersalin yang diberi terapi kontraksi nyaman berada pada skala 5 dan 1 orang ibu bersalin lainnya berada pada skala 6. Dapat diketahui bahwa skala 5 dan 6 tersebut dikategorikan sebagai nyeri sedang. Namun hasil intensitas nyeri pada 2 orang ibu bersalin tanpa terapi kontraksi nyaman didapatkan hasil bahwa intensitas nyeri kedua orang ibu bersalin tersebut berada pada skala 8 dan dikategorikan sebagai nyeri berat terkontrol. Berdasarkan hasil survey pendahuluan tersebut dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif dengan dan tanpa terapi kontraksi nyaman.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk melihat efektifitas metode *hypnobirthing* dengan menggunakan aplikasi kontraksi nyaman sebagai antisipasi mengatasi nyeri persalinan dengan judul penelitian “Perbedaan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin dengan dan tanpa terapi kontraksi nyaman di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru Tahun 2017”.

**METODE PENELITIAN**

 Jenis penelitian bersifat kuantitatif analitik dengan pendekatan *pre-eksperimental.* Penelitian dilaksanakan pada bulan September 2016 hingga Juli 2017 di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru. Populasi adalah ibu bersalin normal dan sampel berjumlah 20 orang. Pengolahan data dilakukan secara komputerisasi dengan analisa data bivariat menggunakan uji statistik *Mann Whitney*.

**HASIL PENELITIAN**

1. **Analisis Univariat**

**Tabel 1. Gambaran Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Dengan dan Tanpa Terapi Kontraksi Nyaman di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | Kelompok | N | Mean | SD | Min | Max |
| 1 | Intervensi | 10 | 5,9 | 0,738 | 5 | 7 |
| 2 | Kontrol | 10 | 8,4 | 0,699 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |  |

1. **Analisis Bivariat**

**Tabel 2. Perbedaan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Kelompok | N | Mean Rank | P.value |
| Intervensi | 10 | 5,9 | 0.000 |
| Kontrol | 10 | 8,4 |

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada 10 orang responden tanpa terapi kontraksi nyaman berada pada skor 9 sebanyak 5 orang (50%). Rata-rata intensitas nyeri secara keseluruhan adalah 8,4. Sedangkan pada 10 orang responden pada kala I fase aktif dengan terapi kontraksi nyaman diketahui bahwa intensitas nyeri yang dirasakan responden adalah dengan skor 6 sebanyak 5 orang (50%). Nilai rata-rata intensitas nyeri secara keseluruhan pada responden dengan terapi kontraksi nyaman adalah sebesar 5,9. Dari nilai rata-rata terlihat terjadi perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin dengan dan tanpa terapi kontraksi nyaman di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru.

Selama persalinan kala satu, tidak ada seorang pun responden yang tidak mengalami nyeri walaupun tingkat nyeri setiap responden berbeda, terutama dialami karena rangsangan nosiseptor dalam adneksa, uterus dan ligamen pelvis. Banyak penelitian yang mendukung bahwa nyeri persalinan kala I adalah akibat dilatasi serviks dan segmen uterus bawah, dengan distensi lanjut (Prawirohardjo, 2010).

Aplikasi terapi kontraksi nyaman adalah bentuk stimulasi positif yang diberikan dengan menggunakan metode hypnobirthing. Terapi ini diberikan dengan cara mendengarkan berbagai sugesti positif dalam bentuk audio kepada responden. Seperti halnya hypnobirthing, terapi kontraksi nyaman adalah upaya alami menanamkan niat ke pikiran ibu bersalin untuk menghadapi persalinan dengan tenang dan nyaman. Upaya ini diharapkan dapat memperoleh persalinan yang lancar, aman dan nyaman. Selain itu ketika ibu bersalin sudah merasakan nyaman dengan persalinannya hal itu akan menimbulkan penurunan rasa nyeri persalinan yang dirasakan oleh ibu bersalin (Maryunani, 2010).

Hasil uji statistik dengan menggunakan metode uji Mann Whitney, didapatkan nilai probabilitas (p) 0,000 < α 0,05. Hal ini memiliki arti bahwa ada perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin dengan dan tanpa terapi kontraksi nyaman di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Prananingrum (2015) yang berjudul Pengaruh Penerapan Hypnobirthing Terhadap Nyeri Persalinan Normal di RB. Harapan Bunda Surakarta. Hasil penelitian tersebut disimpulkan adanya pengaruh hypnobirthing terhadap tingkat nyeri persalinan normal di RB. Harapan Bunda Surakarta dengan nilai p: 0,000 < 0,05 pada signifikansi 5%.

Terjadinya perbedaan intensitas nyeri antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dalam penelitian ini disebabkan karena kelompok intervensi diberikan terapi kontraksi nyaman. Terapi ini dapat menimbulkan efek relaksasi. Dalam persalinan terapi kontraksi nyaman dilakukan dengan cara mendengarkan ibu bersalin aplikasi terapi kontraksi nyaman dalam bentuk audio. Audio ini didengarkan selama 30 menit pada saat ibu sudah memasuki persalinan kala I fase aktif. Tujuan utama dari pemberian terapi ini adalah relaksasi.

Selain dari efek relaksasi, perbedaan nyeri persalinan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor perhatian dari ibu bersalin. Dalam memberikan terapi kontraksi nyaman terapi ini juga dapat mengalihkan perhatian ibu bersalin dengan suara dan sugesti yang terdapat pada aplikasi terapi kontraksi nyaman ini. Stimulasi dari terapi yang diberikan bersifat menghambat sensasi nyeri yang diterima oleh medula spinalis, sehingga sensasi nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin akan berkurang daripada yang tidak diberikan stimulasi apapun.

Dalam penelitian ini, didapatkan hasil bahwa masih ada 3 orang responden yaitu 1 orang (10%) dari kelompok kontrol dan 2 orang (20%) dari kelompok intervensi yang memiliki intensitas nyeri persalinan yang sama yaitu pada skor 7. Menurut asumsi peneliti, bahwa banyak faktor yang menentukan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin, artinya tidak hanya karena diberikan intervensi seperti terapi kontraksi nyaman ini. Misalnya karena faktor psikologis seperti faktor pendamping, yang mana dari hasil tersebut diatas ibu bersalin tidak didampingi oleh suaminya. Selain itu setiap ibu bersalin kemungkinan memiliki teknik koping yang berbeda. Namun demikian sebagian besar masing-masing kelompok responden memiliki intensitas nyeri persalinan yang berbeda. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Manurung S (2011) dan Potter & Perry (2009) yang menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengalaman nyeri masing-masing individu antara lain usia, perhatian, pengalaman sebelumnya, keluarga dan dukungan sosial, kecemasan, teknik koping dan makna nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa terdapat efektifitas penggunaan terapi kontraksi nyaman karena adanya perbedaan intensitas nyeri persalinan dari masing-masing kelompok responden. Pada kelompok intervensi memiliki nilai Mean intensitas nyeri persalinan yang lebih rendah dibandingkan dengan nilai Mean pada kelompok kontrol. Selain itu juga hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa nilai p 0,000 < 0,05 yang artinya ada perbedaan yang signifikan. Kelompok responden intervensi memiliki nilai intensitas nyeri yang lebih rendah karena terapi kontraksi nyaman memberikan kenyamanan kepada responden, sehingga proses persalinan berjalan lancar, mudah dan nyaman. Selain itu hal ini juga didukung dengan kondisi klinik yang sangat kondusif serta dukungan dari bidan yang melakukan pertolongan persalinan dengan sangat lembut dan nyaman.

**KESIMPULAN**

1. Rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin tanpa terapi kontraksi nyaman adalah 8,4.
2. Rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin dengan terapi kontraksi nyaman adalah 5,9.
3. Ada perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin dengan dan tanpa terapi kontraksi nyaman. (Nilai probabilitas (p) 0,000 < α 0,05).

**SARAN**

1. **Bagi Tempat Penelitian**

Diharapkan kepada tenaga kesehatan di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru agar dapat menerapkan metode terapi kontraksi nyaman sebagai alternatif yang bertujuan untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan pada kala I fase aktif.

1. **Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa dan mahasiswi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau khususnya Prodi DIV Kebidanan yang ingin mengetahui tentang perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin dengan dan tanpa terapi kontraksi nyaman serta dapat melakukan metode terapi kontraksi nyaman ini dalam memberikan asuhan persalinan normal kepada pasien.

1. **Bagi Peneliti Lain**

Merupakan bahan masukan dan informasi awal yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya dan juga dapat mengkombinasikannya dengan metode non farmakologi yang lainnya.

**DAFTAR PUSTAKA**

Anggaini, Nanda. 2015. *Pengaruh Teknik Relaksasi Hypnobrthing Terhadap Penurunan Nyeri Pada Persalinan Kala I di BPS Lilik Sudjiati Hula’an.* Gresik : Universitas Gresik

Arifin, et.al. 2012. *Hypnobirthing dan Counter Pressure untuk Pengurangan Nyeri Pinggang pada Kala I Persalinan.* Surakarta : Politeknik Kesehatan Surakarta

Armi, Y & Oktriani, T. 2014. *Efektivitas Hypnobirthing Terhadap Skala Nyeri Persalinan Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Malalo.* Bukit Tinggi : Stikes Prima Nusantara

Asrinah, et.al. 2010. *Konsep Kebidanan.* Yogyakarta : Graha Ilmu

Astuti & Noviyanti, 2014. *Pengaruh Hypnobirthing terhadap Tingkat Nyeri dan Kemajuan Persalinan pada Ibu Bersalin di BPM Kota Cimahi.* Cimahi : Stikes Jend. A. Yani Cimahi

Bobak, L. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas.* Jakarta: EGC

 . 2012. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas.* Jakarta: EGC

Chuningham, F. Gary, et,al. 2012. *Obstetri Williams*, terj pendit, U Brahm, dkk. Jakarta: EGC

Demir, Y. 2012. *Non Pharmacological Therapies in Pain Management.* Turkey : Abant Izzet Baysal University

Galih P & Winarsih. 2010. *Pengaruh Hypnotherapy Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Intranatal Kala I Di Rb Kharisma Husada*. Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta

Hoan T & Rahardja K., 2007. *Obat-obat Penting, Khasiat, Penggunaan dan Efek-efek Sampingnya*. Jakarta: Gramedia

*International Association for the Study of Pain.* 2008. IASP *Pain Terminology*. Tersedia online: [[www.iasp-pain.org/AM/Template.cfm?Section=General\_Resource\_Links&Template+/CM/HTMLDIsplay.cfm&ContentID=3058](http://www.iasp-pain.org/AM/Template.cfm?Section=General_Resource_Links&Template+/CM/HTMLDIsplay.cfm&ContentID=3058)] diakses 11 November 2016

JNPK-KR. 2010. *Asuhan Persalinan Normal dan Inisiasi Menyusu Dini*. Jakarta : JHPIEGO

JNPK-KR. 2007. *Asuhan Persalinan Normal dan Inisiasi Menyusu Dini*. Jakarta : JHPIEGO

Madden K, et al. 2012. *Hypnosis for pain management during labour and childbirth*. Australia : The Cochrane Collaboration

Manuaba, et al. 2007. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: EGC.

Manurung, S. 2011. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas : Asuhan Keperawatan Intranatal.* Jakarta : Trans Info Media

Maryunani, A. 2010. *Nyeri Dalam Persalinan " Teknik dan Cara Penanganannya*. Jakarta : Trans Info Media

Mochtar, et.al. 2012. *Sinopsis Obstetri.* Jakarta : EGC

Muttaqin A., 2008. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan dengan Gangguan Sistem Persarafan.* Jakarta: Salemba Medika

Prananingrum, 2014. *Pengaruh Penerapan Hypnobirthing terhadap Nyeri Persalinan Normal.* Surakarta : STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

Prawirohardjo, et.al. 2010. *Ilmu Kebidanan.* Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Reeder, et.al. 2011. Keperawatan *Maternitas, Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga*. Jakarta : EGC

Regina N. 2011. *Keperawatan Maternitas.* Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia

Simkin P.T, et.al. 2008. *Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan & Bayi*, Arcan, Jakarta.

Sulistyawati, A. 2010. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan.* Jakarta : Salemba Medika

Sumarah. 2008. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin.* Yogyakarta : Fitramaya

Tamsuri A, 2007. *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri.* Jakarta: EGC

Uliyah M, Alimul Aziz. 2009.  *Keterampilan Dasar Praktik Klinik untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika

Varney, Helen. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan.* Jakarta : EGC