



JM

Volume 11 No. 2 (Oktober 2023)

© The Author(s) 2023

**ASUHAN KEBIDANAN PENANGANAN NYERI IBU BERSALIN DENGAN NAFAS
DALAM DAN PIJAT OKSITOSIN**

**MIDWIFERY CARE FOR MANAGING MOTHER'S MOTHER'S PAIN WITH DEEP
BREATHING AND OXYTOCIN MASSAGE**

**VIDAYAWATI, AGENG SEPTA RINI, RIZKIANA PUTRI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN, PROGRAM PROFESI
PROGRAM STUDI KEBIDANAN, PROGRAM SARJANA TERAPAN,
FAKULTAS VOKASI, UNIVERSITAS INDONESIA MAJU, JAKARTA**

Email: agengseptarini06@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan merupakan proses pergerakan keluarnya janin, plasenta, dan membran dari dalam rahim melalui jalan lahir. Dilaporkan dari 2.700 ibu bersalin 15 % persalinan yang berlangsung dengan nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% nyeri sangat hebat. Nyeri persalinan mulai timbul pada kala I fase laten pembukaan serviks sampai 3 cm dan fase aktif pembukaan serviks dari 4 cm sampai 10 cm. Tujuan dalam asuhan ini adalah untuk melihat penurunan nyeri persalinan Kala I dengan relaksasi nafas dalam dan pijat oksitosin. Metode dalam studi kasus ini menggunakan manajemen SOAP dan lembar observasi, dengan instrumen NRS. Asuhan diberikan kepada 2 ibu bersalin pada saat Kala I Fase Aktif. Responden 1 melakukan relaksasi nafas dalam dan responden 2 diberikan pijat oksitosin. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat skor penurunan nyeri persalinan pada Kala I Fase Aktif sebelum dan sesudah diberikan intervensi, dengan Skor metode relaksasi nafas dalam dari Nyeri Berat skor 7 menjadi Nyeri Sedang dengan skor 4, sedangkan yang diberikan pijat oksitosin dari Nyeri berat skor 7 menjadi nyeri ringan dengan skor 2. Dapat disimpulkan bahwa relaksasi nafas dalam dan pijat oksitosin sama-sama bisa menurunkan nyeri persalinan, dan yang lebih efektif adalah pemberian pijat oksitosin. Saran agar Bidan dapat memberikan asuhan kebidanan secara komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan terutama dengan Pijat Oksitosin.

Kata Kunci: Nafas Dalam, Oksitosin, Nyeri Persalinan

ABSTRACT

Childbirth is the process of movement of the fetus, placenta and membranes from the uterus through the birth canal. It was reported that of 2,700 mothers who gave birth, 15% of births occurred with mild pain, 35% with moderate pain, 30% with severe pain and 20% with very severe pain. Labor pain begins to appear in the first stage, the latent phase of cervical opening up to 3 cm and the active phase of cervical opening from 4 cm to 10 cm. The aim of this care is

to see a reduction in first stage labor pain with deep breathing relaxation and oxytocin massage. The method in this case study uses SOAP management and observation sheets, with the NRS instrument. Care was provided to 2 mothers giving birth during Stage I of the Active Phase. Respondent 1 did deep breathing relaxation and respondent 2 was given an oxytocin massage. The results of this study were that there was a decrease in labor pain scores in the First Stage of the Active Phase before and after the intervention was given, with the score for the deep breathing relaxation method from Severe Pain with a score of 7 to Moderate Pain with a score of 4, while those given oxytocin massage went from Severe Pain with a score of 7 to mild pain with a score of 2. It can be concluded that deep breathing relaxation and oxytocin massage can both reduce labor pain, and what is more effective is giving oxytocin massage. Suggestions for midwives to provide complementary midwifery care to reduce labor pain, especially with Oxytocin Massage.

Keywords: Deep Breathing, Oxytocin, Labor Pain

PENDAHULUAN

Persalinan adalah suatu kondisi fisiologis yang dialami oleh ibu hamil di seluruh dunia. Persalinan normal (fisiologi) adalah proses dimana keluarnya janin cukup bulan (37-42 minggu) dan plasenta melalui jalan lahir secara spontan tanpa adanya masalah atau komplikasi. Persalinan itu terbagi menjadi 4 tahap yaitu kala 1, kala 2, kala 3 dan kala 4. Tahap kala 1 terbagi menjadi 2 fase yaitu fase laten pembukaan (1-3) dan fase aktif pembukaan (4-10 lengkap). Fase aktif ditandai dengan adanya peregangan uterus dan dilatasi serviks yang menyebabkan terjadinya nyeri persalinan. Pada ibu yang belum pernah melahirkan sebelumnya, nyeri persalinan merupakan nyeri yang paling menyakitkan apalagi bagi ibu-ibu yang baru pertama kali merasakannya.(1)

Menurut WHO Nyeri selama persalinan dan melahirkan adalah peristiwa nyeri yang unik dan paling berat dalam kehidupan wanita. Lebih dari 90% ibu pernah mengalami ketegangan dan stres selama persalinan. Di Belanda dilaporkan sebanyak 54,6% wanita yang melahirkan kehilangan kontrolnya dalam mengendalikan nyeri persalinan. Sebuah studi yang dilakukan di Swedia menunjukkan bahwa 41% peserta melaporkan bahwa nyeri persalinan sebagai pengalaman terburuk yang mereka miliki. Nyeri merangsang sistem saraf simpatis, yang menyebabkan peningkatan denyut jantung,

tekanan darah, produksi keringat, dan fungsi hyper endokrin.(2)

Murray melaporkan di Indonesia kejadian nyeri persalinan pada 2.700 ibu bersalin hanya 15% persalinan yang berlangsung dengan nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat berat. Nyeri pada kala 1 disebabkan karena peregangan perineum, tarikan peritonium, kekuatan yang mendorong pengeluaran janin serta tekanan dari traktus urinarius bagian bawah dan pelvis. Rangsangan nyeri disebarkan melalui saraf parasimpatis dari jaringan perinium. Nyeri yang timbul dirasakan pada daerah dasar panggul dan selangkangan maupun paha.(3)

Nyeri persalinan mulai timbul pada kala I fase laten, yaitu pembukaan serviks sampai 3 cm dan fase aktif, yaitu pembukaan serviks dari 4 cm sampai 10 cm. Pada fase aktif terjadi peningkatan intensitas dan frekuensi kontraksi, sehingga respon puncak nyeri berada pada fase ini. Di Banten angka kejadian nyeri persalinan yaitu 30% nyeri ringan, 30% nyeri sedang dan 40% nyeri berat. Di UPT Puskesmas Labuan dalam 1 tahun terakhir angka kejadian nyeri persalinan yaitu 15% nyeri ringan, 30% nyeri sedang dan 55% nyeri berat. Upaya yang bisa dilakukan oleh bidan adalah memberikan asuhan secara komprehensif dan asuhan sayang ibu, untuk mengurangi nyeri persalinan dalam asuhan ini pengkaji

memberikan asuhan dengan relaksasi nafas dalam dan pemberian Pijat oksitosin.

Relaksasi pernapasan adalah suatu tehnik untuk mencapai kondisi relaks pada saat persalinan. Metode tersebut sering dilakukan dalam Asuhan Kebidanan ibu bersalin kala I. Hasil penelitian yang dilakukan bahwa tindakan massage dan relaksasi pada kala I fase aktif dapat membuat persalinan berlangsung lebih cepat, dan secara statistik mempunyai pengaruh yang bermakna ($p\text{-value} = 0.023$ atau < 0.05). Tindakan massage dan relaksasi pernafasan dapat menimbulkan dan mempertahankan kontraksi uterus, dan relaksasi pernafasan dapat menimbulkan dan mempertahankan kontraksi uterus.(4)

Pijat oksitosin adalah salah satu pemijatan yang sering diajarkan kepada keluarga ibu nifas untuk membantu meningkatkan produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan pemijatan tulang belakang mulai dari nervus ke 5 - 6 sampai scapula dengan menekan titik akupresur tertentu.(5) Berdasarkan hal tersebut maka pengkaji tertarik untuk mengambil asuhah kepada ibu bersalin dengan intervensi relaksasi nafas dalam dan pijat oksitosin untuk mengurangi nyeri persalinan pada Kala I Fase Aktif di UPTD Puskesmas Labuan Tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Metode dalam studi kasus ini menggunakan manajemen SOAP dan lembar observasi, dengan instrumen NRS. 2 responden ibu bersalin pada Fase aktif Kala I, responden 1 intervensi dengan relaksasi nafas dalam dan responden 2 intervensi dengan pijat oksitosin. Asuhan Kebidanan ini dilakukan di UPTD Puskesmas Labuan Tahun 2023, asuhan diberikan pada tanggal 29 Mei Tahun 2023.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa terdapat perbedaan intensitas nyeri pada ibu bersalin Kala I Fase Aktif yang

diberikan intervensi relaksasi nafas dalam dan Pijat Oksitosin.

Distribusi Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Nama	Usia	Pekerjaan	Pendiidkan Terakhir	Paritas
1.	Ny.F	23 Tahun	IRT	SMA	G1P0A0
2.	Ny.D	21 Tahun	IRT	SMA	G1P0A0

Pada Tabel 1 Responden Pertama yaitu ibu berslain bernama Ny.F usia 23 Tahun, Pekerjaan Ibu Rumah Tangga dan ini merupakan kehamilan pertama, belum pernah melahirkan dan keguguran. Dan Responden kedua yaitu ibu berslain bernama Ny.D usia 21 Tahun, Pekerjaan Ibu Rumah Tangga dan ini merupakan kehamilan pertama, belum pernah melahirkan dan keguguran.

Hasil Intervensi Relaksasi Nafas dalam dan Pijat oksitosin

Tabel 2. Intervensi Skala Nyeri Pada Ibu Bersalin Menggunakan Lembar Observasi NRS (Numeric Rating Scale)

No	Nama	Relaksasi Nafas Dalam			
1.	Ibu Bersalin 1 (Ny.F)	Interven si	Observa si Ke-1	Observa si Ke-2	Observas i Ke-3
		Skala Nyeri	7 (Berat)	6 (Sedang)	4 (Sedang)
2.	Ibu Bersalin 2 (Ny.D)	Pemberian Jus Wortel			
		Interven si	Observa si Ke-1	Observa si Ke-2	Observas i Ke-3
		Skala Nyeri	7 (Berat)	4 (Sedang)	2 (Ringan)

Sumber: Lembar Observasi NRS

Pada tabel 2 menunjukkan, bahwa skala nyeri persalinan pada ibu bersalin yang di berikan Relaksasi nafas dalam observasi pertama yaitu 7 (rasa nyeri berat), observasi kedua yaitu 6 (nyeri sedang), dan observasi ke 3 yaitu 4 (nyeri sedang). Sedangkan skala nyeri persalinan pada ibu bersalin yang menggunakan pijat oksitosin observasi pertama yaitu 7 (nyeri berat), observasi kedua yaitu 4 (nyeri sedang), dan observasi ketiga yaitu 2 (nyeri ringan).

Ibu bersalin yang diberikan relaksasi nafas dalam mengalami penurunan rasa nyeri dan juga ibu bersalin yang diberikan pijat oksitosin mengalami penurunan rasa nyeri. Intervensi pijat oksitosin lebih efektif membantu menurunkan skala nyeri persalinan di bandingkan dengan ibu bersalin yang hanya diberikan intervensi pemberian relaksasi nafas dalam.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa terdapat perbedaan intensitas nyeri yang dialami oleh ibu bersalin Kala I Fase Aktif yang melakukan tehnik relaksasi nafas dalam dan ibu bersalin Kala I Fase Aktif yang diberikan Pijat Oksitosin.

Relaksasi Nafas Dalam

Hasil asuhan yang diberikan oleh pengkaji kepada ibu bersalin yang melakukan tehnik relaksasi nafas dalam yaitu skala nyeri persalinan pada ibu bersalin yang di berikan Relaksasi nafas dalam observasi pertama yaitu 7 (rasa nyeri berat), observasi kedua yaitu 6 (nyeri sedang), dan observasi ke 3 yaitu 4 (nyeri sedang).

Asuhan yang diberikan oleh pengkaji sejalan dengan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rini, dkk, hasil nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin mengalami penurunan dengan selisih nilai mean 4,40 nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian pijat endorphan mengalami penurunan dengan

selisih nilai mean sebesar 3,06. Adapun hasil dependen t-test pijat oksitosin (p value 0,00) dan pijat endorphan (p value 0,00). Dan hasil independen t-test dengan p value 0,006.(6)

Relaksasi diperbaiki serta dilaksanakan sejak awal persalinan dan kemudian dilanjutkan bersama dengan pemberian dorongan semangat, pendampingan serta pengalihan perhatian. Pengalihan perhatian tersebut dengan konsentrasi pada pernapasan, dilakukan secara lebih intensif ketika kala satu sampai titik puncaknya. Manfaat relaksasi selama persalinan yaitu dapat mengurangi nyeri, relaksasi mengurangi ketegangan dan kelelahan yang mengintensifkan nyeri yang dirasakan selama persalinan. Relaksasi memungkinkan ketersediaan oksigen dalam jumlah maksimal untuk rahim, yang juga mengurangi nyeri, karena otot kerja (yang membuat rahim berkontraksi) menjadi sakit jika kekurangan oksigen. Selain itu relaksasi dapat menenangkan pikiran dan mengurangi stress, tubuh yang relaks membuat pikiran relaks yang akan mengurangi respons stress. Relaksasi merupakan manajemen yang sangat mudah dilakukan. Pernapasan dengan teknik inhalasi (hirup) dan ekshalasi (hembuskan) yang dilakukan secara teratur dan mendalam akan menghasilkan efek yang baik yaitu menghasilkan oksigen yang cukup. Oksigen yang masuk secara optimal kedalam tubuh dapat merileksasi ketegangan otot dan menenangkan pikiran, mengurangi stress baik fisik maupun emosional sehingga dapat menurunkan intensitas nyeri dan mengurangi kecemasan pada ibu bersalin, (7).

Peneliti berasumsi bahwa saat proses persalinan dilakukan teknik relaksasi napas dalam maka akan berkurang rasa nyeri. Ibu yang melakukan teknik relaksasi napas dalam tersebut akan turun rasa nyerinya sesuai dengan his/kontraksi yang dialami. Semakin kuat kontraksi maka nyeri yang dirasakan semakin bertambah. Dengan adanya pemberian Teknik relaksasi napas dalam maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang positif bagi ibu bersalin yang melakukan teknik relaksasi napas dalam dibandingkan

ibu yang tidak melakukan teknik relaksasi napas dalam pada saat menjalani proses persalinan.

Pijat Oksitosin

Hasil asuhan yang diberikan oleh pengkaji kepada ibu bersalin yang diberikan pijat oksitosin didapatkan hasil intensitas nyeri ibu bersalin tersebut adalah observasi pertama yaitu 7 (nyeri berat), observasi kedua yaitu 4 (nyeri sedang), dan observasi ketiga yaitu 2 (nyeri ringan).

Asuhan yang diberikan oleh pengkaji sejalan dengan penelitian Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rini,dkk nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin mengalami penurunan dengan selisih nilai mean 4,40 nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian pijat endorpin mengalami penurunan dengan selisih nilai mean sebesar 3,06. Adapun hasil dependen t-test pijat oksitosin (p value 0,00) dan pijat endorpin (p value 0,00). Dan hasil independen t-test dengan p value 0,006. (6)

Metode pijat oksitosin saat persalinan membantu meningkatkan pelepasan zat oksitosin, sebuah hormon yang memfasilitasi persalinan, mengendalikan rasa nyeri yang menetap, mengendalikan perasaan stress, mengurangi atau meringankan rasa sakit pada ibu yang akan melahirkan, dapat meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit, mengurangi risiko terjadinya komplikasi dalam persalinan dan terjadinya perdarahan. Kondisi yang tenang membuat keseimbangan hormon dalam tubuh, dan pijat ini juga sangat membantu menguatkan ikatan antara istri dan suami atau penolong persalinan yang memijat ibu.(8)

Peneliti berasumsi bahwa dengan diberikan intervensi Pijat endorpin dan pijat oksitosin mengalami perubahan penurunan intensitas nyeri persalinan karena Endorpin adalah hormon alami yang diproduksi tubuh manusia, maka endorpin adalah penghilang rasa sakit yang terbaik. Dan pada Pemijatan

yang diberikan memberi manfaat pada ibu bersalin yaitu melancarkan peredaran darah dan meregangkan daerah otot-otot sehingga nyeri yang dialami selama proses persalinan juga semakin berkurang.

Perbandingan Relaksasi Nafas Dalam dan Pijat Oksitosin

Hasil skor intensitas nyeri dalam asuhan kebidanan ini yang di berikan Relaksasi nafas dalam observasi pertama yaitu 7 (rasa nyeri berat), observasi kedua yaitu 6 (nyeri sedang), dan observasi ke 3 yaitu 4 (nyeri sedang). Sedangkan skala nyeri persalinan pada ibu bersalin yang menggunakan pijat oksitosin observasi pertama yaitu 7 (nyeri berat), observasi kedua yaitu 4 (nyeri sedang), dan observasi ketiga yaitu 2 (nyeri ringan). Relaksasi Nafas Dalam dan Pijat Oksitosin sama-sama dapat menurunkan nyeri persalinan, intervensi pijat oksitosin lebih efektif membantu menurunkan skala nyeri persalinan di bandingkan dengan ibu bersalin yang hanya diberikan intervensi pemberian relaksasi nafas dalam.

Asuhan Kebidanan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Titik Hindriyati 2017, berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tindakan massage dan relaksasi pada kala I fase aktif dapat membuat persalinan berlangsung lebih cepat, dan secara statistik mempunyai pengaruh yang bermakna (p-value = 0.023 atau <0.05). Tindakan massage dan relaksasi pernafasan dapat menimbulkan dan mempertahankan kontraksi uterus.(4)

Pengkaji berasumsi bahwa pemberian adanya pengaruh penurunan nyeri yang signifikan setelah dilakukan pijat oksitosin, maka pijat oksitosin ini dapat dijadikan pilihan karena tidak ada efek samping bagi ibu ataupun janinnya, dibandingkan dengan beberapa metode persalinan yang biasa ibu pilih untuk mengurangi nyeri persalinan. Sepatutnya petugas kesehatan (Bidan) dapat menerapkan metode nonfarmakologis untuk menurunkan intensitas nyeri kala I fase laten dalam pemberian asuhan persalinan normal

yang fisiologis, sehingga dapat mengurangi nyeri pada persalinan kala I fase laten dan menghilangkan resiko yang terjadi pada ibu dan janin apabila menggunakan metode farmakologis maupun tidak menggunakan metode apapun. Sehingga asuhan sayang ibu dapat diterapkan lebih baik lagi dari sebelumnya.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin setelah diberikan intervensi relaksasi nafas dalam di Puskesmas Labuan tahun 2023, dengan nilai skala nyeri pada observasi ke-1 nilai 7 (nyeri berat), observasi ke-2 nilai 6 (nyeri sedang) dan observasi ke-3 bernilai 4 (nyeri sedang). Terdapat penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin setelah diberikan intervensi pijat oksitosin di Puskesmas Labuan tahun 2023, dengan nilai skala nyeri pada observasi ke-1 nilai 7 (nyeri berat), observasi ke-2 nilai 4 (nyeri sedang) dan observasi ke-3 bernilai 2 (nyeri ringan).

SARAN

Ibu bersalin sebaiknya diberikan intervensi pijat oksitosin, karena lebih cepat mengalami penurunan nyeri persalinan dibandingkan dengan ibu bersalin yang diberikan intervensi relaksasi nafas dalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Sulfianti S. Asuhan Kebidanan Pada Persalinan. In Yayasan Kita Menuli; 2020.
- WHO. Angka Kematian Ibu di Dunia. 2019; Dyah dkk. NYERI PERSALINAN. Mojokerto: STIKes Majapahit; 2018.
- Hindriati T. Pengaruh Masase Dan Relaksasi Pernafasan Terhadap Lamanya Persalinan Kala I Fase Aktif Di Rumah Bersalin Kota Jambi Tahun 2015. J Bahana Kesehat Masy. 2017;1(2):121–31.
- Karyati S, Siswanti H. Pijat Oksitosin Dan

Pijat Endorphin Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Ibu Nifas. J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. 2023;14(1):307–14.

- Rini Kundaryanti, Evi Rizkiyani JAS. Perbandingan Nyeri Persalinan Pada Ibu Yang Mendapatkan Pijat Oksitosin Dengan Pijat Endorphin. 2023;6(1):1–23.
- Tri Handayani, Mahyunidar, Windi Novita Sari. Pengaruh Rebusan Daun Pepaya Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Nifas. J Cakrawala Kesehat. 2022;13:73–81.
- Himawati, Laily Kodiyah N. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Rumah Sakit Permata Bunda Purwodadi Grobogan. J Midwifery. 2020;8(1):17–22.