

Terapi Akupresur terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I

Cynthia Eifel Alfarezita Sunarto¹

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, STIKes Karya Husada Semarang,
cynthia.eas0705@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 18 Juli 2021

Accepted, 26 Juli 2021

Published, 27 Juli 2021

Keywords:

Akupresur, intensitas
nyeri persalinan,
persalinan

Abstract

Labor pain is a subjective experience caused by uterine muscle ischemia, uterine ligament pulling and traction, ovarian traction, fallopian tube and lower uterine distension, pelvic floor muscles and perineum. The Data Center of the Association of Indonesian Hospitals explained that 15% of mothers in Indonesia experienced childbirth complications and 21% stated that the labor experienced was a painful delivery because it felt very painful, while 63% did not receive information about the preparations that must be made to reduce pain in labor. Various attempts to reduce pain in labor, both pharmacologically and non-pharmacologically. Acupressure is one of the most effective non-pharmacological techniques in labor pain management. Acupressure is known as needleless acupuncture, or massage acupuncture. This technique uses pressure, massage, and massage techniques along the body's meridians or energy flow lines. This technique can reduce pain and make labor more effective. Therefore, there is a need for literature review evidence that aims to determine the effect of acupressure therapy on the intensity of labor pain in the first stage. This study is a literature review that includes a systematic search for computerized data bases including research gate, pubmed, and google scholar. The search results obtained about 25 research articles on acupressure and the authors searched for articles with complete descriptions of research methods, actions taken and explanations of research results, so 3 international journal articles and 5 national journal articles were reviewed, analyzed, and concluded to have good quality so draw conclusions about the literature study. Writing this article using Harvard bibliography writing. Based on eight research articles showed that acupressure therapy at SP6 and Li4 points for 30 minutes was effective in reducing first stage labor pain.

Abstrak

Nyeri persalinan merupakan sebuah pengalaman subjektif disebabkan oleh iskemik otot uteri, penarikan dan traksi ligament uteri, traksi ovarium, tuba fallopii dan distensi bagian bawah uteri, otot dasar panggul dan perineum. Pusat Data Persatuan Rumah Sakit Seluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang

menyakitkan karena merasakan nyeri yang sangat, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan. Berbagai upaya untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi ataupun dengan nonfarmakologi. Akupresur merupakan salah satu teknik nonfarmakologi yang paling efektif dalam manajemen nyeri persalinan. Akupresur disebut juga akupunktur tanpa jarum, atau pijat akupunktur. Teknik ini menggunakan teknik penekanan, pemijatan, dan pengurutan sepanjang meridian tubuh atau garis aliran energi. Teknik akupresur ini dapat menurunkan nyeri dan mengefektifkan waktu persalinan. Oleh karena itu perlu adanya bukti literature review yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap intensitas nyeri persalinan kala I. Studi ini merupakan suatu tinjauan literatur (literature review) meliputi studi pencarian sistematis data base terkomputerisasi antara lain research gate, pubmed, dan google scholar. Hasil pencarian didapatkan sekitar 25 artikel penelitian tentang akupresur dan penulis mencari artikel yang lengkap penjabarannya dalam metode penelitian, tindakan yang dilakukan dan penjelasan hasil penelitian, maka didapatkan 3 artikel jurnal internasional dan 5 artikel jurnal nasional yang direview, dianalisis, dan disimpulkan memiliki kualitas baik sehingga mendapatkan kesimpulan mengenai studi literature. Penulisan artikel ini menggunakan penulisan daftar pustaka Harvard. Berdasarkan delapan artikel penelitian menunjukkan bahwa terapi akupresur yang dilakukan pada titik SP6 dan Li4 selama 30 menit efektif dapat mengurangi nyeri persalinan kala 1.

Pendahuluan

Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (bayi dan plasenta) secara alami, yang dimulai dengan adanya kontraksi yang adekuat pada uterus sehingga terjadi pembukaan dan penipisan serviks (Widiastini 2015). Saat persalinan, ibu merasakan nyeri yang dapat mengganggu kenyamanan pada saat terjadinya kontraksi, serta dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan menimbulkan komplikasi saat proses persalinan (Rahayu dkk, 2018 dalam Yulistiani, 2020). Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin (Supliyani 2017). Nyeri persalinan merupakan sebuah pengalaman subjektif disebabkan oleh iskemik otot uteri, penarikan dan traksi ligament uteri, traksi ovarium, tuba

fallopil dan distensi bagian bawah uteri, otot dasar panggul dan perineum (M.A.R Kb, Hasnah 2019). Ajartha dalam penelitiannya menyebutkan bahwa hanya 15% ibu bersalin melahirkan dengan nyeri ringan, 35% persalinan disertai nyeri sedang, 30% persalinan disertai nyeri hebat dan 20% persalinan dengan nyeri yang sangat hebat (Ayu & Supliyani, 2017).

Pada saat kala I persalinan, rasa nyeri akan muncul disebabkan karena adanya kontraksi otot-otot uterus, hipoksia dari otot-otot yang mengalami kontraksi, peregangan serviks, iskemia korpus uteri, dan peregangan segmen bawah rahim. Lewat segmen saraf spinalis T11-12 dan saraf – saraf asesori torakal bawah serta saraf simpatik lumbal atas reseptor nyeri akan ditransmisikan. Rangsangan nyeri ini berjalan mulai dari

perifer melalui medulla spinalis, batang otak, thalamus dan kortek serebri. Ketika persalinan mengalami kemajuan, intensitas setiap kontraksi akan meningkat dan menghasilkan intensitas nyeri yang lebih besar (Reeder S.J. Martin L.L, 2014).

Pusat Data Persatuan Rumah Sakit Seluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri yang sangat, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan (Yuliasari et al. 2015). Pemberi asuhan pelayanan harus memperhatikan kenyamanan ibu yang akan melahirkan, salah satunya adalah penanganan nyeri persalinan. Penolong persalinan seringkali melupakan untuk menerapkan teknik pengontrolan nyeri, hal ini akan menyebabkan ibu bersalin memiliki pengalaman persalinan yang buruk, mengalami trauma persalinan yang dapat menyebabkan postpartum blues, maka sangat penting untuk penolong persalinan untuk memenuhi kebutuhan ibu akan rasa aman dan nyaman. (Setyowati, 2018).

Berdasarkan dari uraian diatas, maka penting adanya penanganan untuk mengatasi nyeri persalinan dan meminimalkan dampak yang mungkin dapat terjadi. Bidan mempunyai peran utama dalam persalinan, sehingga penting mengenali rasa nyeri persalinan pada wanita untuk mengidentifikasi strategi terbaik mengelola rasa nyeri saat persalinan. Nyeri adalah salah satu faktor yang dominan dalam persepsi perempuan akan pengalaman persalinan, dan bidan harus menyadari peran pentingnya agar dapat memaksimalkan kesejahteraan selama dan setelah kelahiran pada semua wanita baik primipara maupun multipara. (Karlsdottir dkk, 2014) Berbagai upaya dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi ataupun dengan

nonfarmakologi. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding dengan metode nonfarmakologi, namun metode farmakologi lebih mahal, dan berpotensi mempunyai efek samping yang kurang baik. Sedangkan nonfarmakologi bersifat lebih efisien, murah, dan tanpa adanya efek yang merugikan. Metode nonfarmakologi yang dapat bermanfaat untuk mengurangi nyeri persalinan diantaranya musik, kompres air hangat, hipnoterapi, akupunktur dan akupresur. (Bobak, 2012)

Akupresur merupakan salah satu teknik nonfarmakologi yang paling efektif dalam manajemen nyeri persalinan. Akupresur disebut juga akupunktur tanpa jarum, atau pijat akupunktur. Teknik ini menggunakan tenik penekanan, pemijatan, dan pengurutan sepanjang meridian tubuh atau garis aliran energi. Teknik akupresur ini dapat menurunkan nyeri dan mengefektifkan waktu persalinan. (Mander 2008) Akupresur memberikan keuntungan yaitu secara fisiologis dapat mengendalikan nyeri persalinan dengan merangsang produksi endorpin lokal dan menutup *gate control* atau gerbang nyeri melalui serabut besar (Fengge, 2012).

Pengaruh akupresur terhadap penurunan nyeri persalinan ini telah diuji beberapa ahli dalam beberapa penelitian. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Mafetoni RR, Shimo AKK (2016) berjudul "*The effect of acupressure on labor pains during child birth*" hasilnya menunjukkan bahwa penggunaan akupresur dititik SP6 efektif dapat mengurangi nyeri persalinan pada primipara.

Berdasarkan latar belakang diatas penyusun tertarik untuk membuat literature review dengan judul "Terapi Akupresur terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I".

Metode

Studi ini merupakan suatu tinjauan literatur (literature review) yang mencoba menggali terapi akupresur

terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1. Strategi yang digunakan dalam mencari artikel menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris yang relevan dengan judul. Sumber untuk melakukan tinjauan literatur ini meliputi studi pencarian sistematis data base terkomputerisasi antara lain research gate, pubmed, google scholar dari tahun 2014 sampai tahun 2021. *Keyword* yang digunakan adalah terapi akupresur terhadap intensitas nyeri persalinan, *accupressure therapy for labor pain*. Peneliti membaca setiap abstrak dan *fulltext* dari setiap artikel penelitian untuk menilai kesesuaian artikel dengan judul, serta artikel tersebut layak untuk di review. Pada awal pencarian ditemukan sejumlah 283 artikel penelitian tentang akupresur dan nyeri persalinan. Setelah dilakukan identifikasi yang relevan dengan judul, didapatkan 3 artikel jurnal internasional dan 5 artikel jurnal nasional yang memiliki kualitas baik karena lebih lengkap dalam penjelasan metode penelitian, detail tindakan akupresur yang dilakukan dan pembahasan hasil penelitian yang lengkap. Artikel penelitian yang diperoleh direview, dianalisis, dan disimpulkan sehingga mendapatkan kesimpulan mengenai studi literature. Beberapa artikel tersebut disajikan dalam bentuk narasi. Penulisan artikel ini menggunakan penulisan daftar pustaka Harvard.

Hasil dan Pembahasan

Artikel penelitian pertama dilakukan oleh Munever Gonenc dan Fusun Terzioglu tahun 2020, yang berjudul "*Effect of Massage and Acupressure on Relieving Labor Pain, Reducing Labor Time and Increasing Delivery Satisfaction*". Penelitian ini merupakan uji coba terkontrol secara acak yang dilakukan di Rumah Sakit dengan jumlah responden berjumlah 120 responden yang terbagi menjadi 4 kelompok, yaitu 3 kelompok intervensi dan 1 kelompok kontrol. Kriteria inklusi adalah sebagai berikut: memiliki indikasi persalinan

pervaginam, primipara, berusia antara 20 dan 30 tahun, memiliki pembukaan serviks kurang dari 4 cm, berada pada usia kehamilan 38-42 minggu, memiliki janin tunggal dan sehat. Sebelum dilakukan tindakan, peneliti menilai skala nyeri responden menggunakan *Visual Analog Scale (VAS)*. Kelompok intervensi pertama diberikan akupresur pada titik Sanyinjiao (SP6) selama 30 menit, kelompok kedua diberikan terapi pijat dan kelompok ketiga diberikan terapi akupresur dan pijat. Setelah dilakukan tindakan, responden kembali dilakukan penilaian skala nyeri menggunakan kuisioner VAS. Hasil penelitian didapatkan, pada kelompok pijat saja, 89,3% melaporkan penurunan rasa sakit, 53,6% melaporkan mengalami relaksasi dengan perasaan positif, dan 14,3% melaporkan bahwa intervensi memperpendek durasi pengiriman. Pada kelompok akupresur saja, 82,5% melaporkan penurunan rasa sakit, 25% melaporkan persalinan dipercepat dengan rasa sakit saat melahirkan yang sering, dan 17,9% melaporkan mengalami relaksasi dengan perasaan positif. Pada kelompok pijat + akupresur, 96,7% melaporkan penurunan rasa sakit, 46,7% melaporkan mengalami relaksasi dengan perasaan positif, dan 13,3% melaporkan pengalaman melahirkan yang difasilitasi disertai dengan rasa percaya diri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengurangan nyeri persalinan dengan teknik akupresur, dan lebih efektif ketika ditambah dengan terapi pijat.

Artikel penelitian kedua dilakukan oleh Reginaldo Roque Mafetoni dan Antonieta Keiko Kakuda Shimo tahun 2016 tentang "*The effects of Acupressure on Labor Pains During Child Birth: Randomized Clinic Trial*". Penelitian ini merupakan uji klinis yang terkontrol, dilakukan secara acak dengan menggunakan profil pragmatis. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 156 responden dengan kehamilan lebih dari

37 minggu dan pembukaan serviks lebih 4 cm dengan dua atau lebih kontraksi dalam 10 menit. Responden dibagi kedalam 3 kelompok dengan 2 kelompok intervensi dan 1 kelompok kontrol. Pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi menggunakan *Visual Analog Scale* (VAS). Intervensi yang diberikan yaitu akupresur pada titik SP6 (Sanyinjiao Point) selama 20 menit untuk kelompok intervensi 1 dan selama 60 menit untuk kelompok intervensi 2. Hasil dari penelitian ini didapatkan tidak ada perbedaan yang signifikan untuk kelompok intervensi yaitu $p=0.0551$ untuk 20 menit dan $p=0.1287$ untuk 60 menit. Jadi dapat disimpulkan pemberian akupresur selama 20 dan 60 menit dapat menurunkan skala nyeri persalinan kala 1.

Artikel penelitian ketiga dilakukan oleh Hulya Turkmen dan Esin Ceber Turfan, yang berjudul "*The Effect of Acupressure on Labor Pain and The Duration of Labor When Applied to The SP6 Point: Randomized Clinical Trial*". Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen uji terkontrol. Rancangan dalam penelitian ini adalah *pre and post test with control group*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 responden, dengan 30 responden adalah kelompok intervensi dan 30 responden adalah kelompok kontrol. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dalam mengukur skala nyeri baik pre maupun post test. Intervensi yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu pemberian akupresur SP6 selama 30 menit. Hasil penelitian ini didapatkan kelompok kontrol 7.17 ± 0.89 vs. 7.66 ± 0.71 , $p = .002$ dan kelompok intervensi 4.88 ± 0.85 hr vs. 5.56 ± 0.66 , $p = .001$. Jadi dapat disimpulkan bahwa akupresur SP6 dapat menurunkan nyeri persalinan kala 1.

Artikel penelitian keempat dilakukan oleh Ririn Ariyanti dan Aulia tahun 2019 tentang "*Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif di PMB Ratri Restuni*

S.ST Samarinda". Desain penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan dua kelompok *pretest-post test equivalent-group*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30, dengan 15 orang sebagai kelompok perlakuan dan 15 orang sebagai kelompok kontrol. Penilaian pretest sebelum dilakukan intervensi menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Pemberian terapi akupresur dilakukan selama 1 menit di titik diantara ibu jari dan jari telunjuk. Penilaian kembali dilakukan setelah pemberian intervensi. Hasil penelitian didapatkan, rata-rata skala nyeri sebelum intervensi yaitu 6,87 dan setelah intervensi skala nyeri menurun menjadi 5,38. Hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, hal ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terapi akupresur terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1.

Penelitian yang dilakukan oleh Ririn Ariyanti dan Aulia didukung oleh artikel penelitian kelima yang dilakukan oleh Okta Vitriani, Lailiyana dan Kasmenita tahun 2017 tentang "*Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada ibu Bersalin Kala I di Puskesmas Sedinginan Tahun 2017*". Desain penelitian ini adalah *pre experimental* dengan pendekatan *two group pretest and posttest design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 ibu bersalin kala 1, dengan 15 orang sebagai kelompok intervensi dan 15 orang sebagai kelompok kontrol. Penilaian pretest sebelum dilakukan intervensi menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Pada penelitian ini, peneliti memberikan terapi akupresur kepada ibu bersalin kala I fase aktif (pembukaan serviks 4-8 cm) dengan penekanan pada titik SP 6 dengan penguatan (memijit > 40 kali berlawanan arah dengan jarum jam) dan L14 dengan pelemahan (memijit 30 kali searah jarum jam) selama 30 menit. Penilaian kembali dilakukan setelah pemberian intervensi. Hasil penelitian didapatkan, rata-rata skala nyeri sebelum intervensi yaitu 7,80 dan setelah diberikan intervensi nyeri menurun

menjadi 5,60. Hasil uji statistic t-Test Dependen pada derajat kepercayaan 95 % menunjukkan bahwa ada perbedaan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan terapi akupresur ($p = 0,000$)

Artikel penelitian yang keenam dilakukan oleh Awaludin Jahid Abdilah dan Iyus Meni yang berjudul “*Pengaruh Pemberian Teknik Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Primipara di Ruang Widya Rumah Sakit Ciremai Cirebon Tahun 2016*”. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre eksperiment* dengan rancangan *pre and post test design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 48 ibu bersalin terhitung dari bulan Januari-Februari di Ruang Widya tahun 2016. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk mengkaji skala nyeri pada pasien dengan menggunakan skala numerik yang terbagi dalam 5 kriteria yaitu (0) tidak nyeri, (1-3) nyeri ringan, (4-6) nyeri sedang, (7-9) nyeri berat, (10) nyeri sangat berat. Pada penelitian ini, peneliti melakukan penekanan secara perlahan pada bagian tangan (He Kuk) antara tulang metakarpal pertama dan kedua (antara ibu jari dan jari telunjuk) pada bagian distal lipatan pada kedua tangan. Teknik akupresurnya yaitu dengan cara memberikan penekanan pada titik ini dengan menggunakan ibu jari. Hasil penelitian didapatkan hampir seluruh (90,9%) ibu bersalin kala I primipara mengalami nyeri berat saat sebelum dilakukan teknik akupresur dan sebagian besar (77,3%) mengalami nyeri sedang setelah dilakukan teknik akupresur. Hasil uji statistik dengan menggunakan rumus Wilcoxon Sigend Rank Test di peroleh hasil $p\text{-value} < 0,05$) maka H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik akupresur dapat menurunkan intensitas nyeri pada persalinan kala I ibu primipara.

Artikel penelitian yang ketujuh dilakukan oleh Ghina Ayu Ariestya,dkk tahun 2021 tentang “Akupresur SP6 Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif”. Desain penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan pendekatan *pre-post test design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 28 responden yang didapatkan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Intensitas nyeri pre dan post dilakukan akupresur SP6 didapatkan dengan menggunakan skala *Visual Analog Scale (VAS)* yang merupakan salah satu alat ukur untuk menilai tingkat nyeri yang dialami pasien. Intervensi dilakukan dengan melakukan penekanan pada titik akupresur SP6 yaitu 4 jari diatas mata kaki sebanyak 30x dan diulangi per 30 menit hingga pembukaan mencapai pembukaan maksimal 8 cm. Hasil penelitian didapatkan nyeri persalinan sebelum pemberian akupresur SP6 7,3 dengan nyeri persalinan minimal 5,5 dan max 8,4 diyakini benar rata-rata nyeri persalinan sebelum pemberian akupresur SP6 adalah 7, 0 sampai dengan 7,6. Setelah pemberian akupresur SP6 5,47 dengan nyeri persalinan minimal 4 dan max 7,1 diyakini benar rata-rata nyeri persalinan setelah pemberian akupresur SP6 adalah 5,1 sampai dengan 5,7. Hasil uji statistik diperoleh $p\text{-values} 0,00 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh teknik akupresur SP6 terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif.

Penelitian yang dilakukan oleh Ghina Ayu Ariestya,dkk sejalan dengan artikel penelitian kedelapan yang dilakukan oleh Indah Sulistyoningrum yang berjudul “Pengaruh Teknik Akupresur Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Persalinan”. Desain penelitian ini menggunakan metoden *quasi experiment* dengan pendekatan *one group pretest posttest*. Peneliti mengukur intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif responden sebelum diberikan tehnik akupresur dan setelah diberikan tehnik akupresur. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 38 responden, dimana 25 adalah primipara dan sebanyak 13 adalah multipara. Intervensi yang

dilakukan dalam penelitian ini, akupresur dilakukan pada titik L14 dan Sp 6. Titik L14 terletak antara tulang metakarpal pertama dan kedua (antara ibu jari dan jari telunjuk) pada bagian distal lipatan pada kedua tangan. Penekanan yang bertujuan untuk reaksi menguatkan dapat dilakukan dengan melakukan 30 kali pijatan atau putaran searah dengan jarum jam. Sedangkan titik Sp 6 terletak empat jari di atas mata kaki dalam. Dilakukan dengan pemijatan yang bertujuan untuk melemahkan dengan melakukan pemijatan lebih dari 40 kali atau putaran berlawanan arah jarum jam. Diulangi selama 6 siklus. Hasil penelitian didapatkan sebelum dilakukan akupresur, sebanyak 11 responden mengalami nyeri berat dan 27 responden mengalami nyeri sedang. Setelah pemberian akupresur, didapatkan sebanyak 12 responden mengalami nyeri sedang dan 26 responden nyeri ringan. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada pengaruh akupresur terhadap pengurangan intensitas nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cilacap.

Berdasarkan 8 artikel penelitian didapatkan bahwa pemberian akupresur pada titik SP6 (4 jari di atas mata kaki) dan titik Li4 (tulang metakarpal kedua yaitu antara ibu jari dan jari telunjuk) selama 30 menit dapat mengurangi nyeri persalinan kala I. Rata-rata setelah diberikan terapi akupresur skala nyeri berat dapat berkurang menjadi skala nyeri sedang dan dari skala nyeri sedang dapat berkurang menjadi skala nyeri ringan. Terapi akupresur ini dapat mengurangi skala nyeri persalinan bukan untuk menghilangkan nyeri.

Nyeri persalinan dapat diatasi dengan pemberian stimulus, antara lain dengan pemberian terapi akupresur. Akupresur seperti halnya akupunktur merupakan terapi yang menekankan titik-titik tertentu pada tubuh yang diyakini dapat mengatasi rasa tidak nyaman selama hamil maupun saat mengalami kontraksi menjelang persalinan. Akupresur memberikan rasa nyaman selama proses

persalinan atau merelaksasi. Selain itu juga untuk meningkatkan intensitas kontraksi itu sendiri. Pada sebagian orang, akupresur ini juga dikenal banyak digunakan untuk merangsang kontraksi atau mendorong kemajuan kontraksi agar pembukaan lebih cepat terjadi dan ibu merasa nyaman saat proses persalinan berjalan. (Widyaningrum, 2013)

Dengan dilakukannya akupresur ini bisa menawarkan banyak manfaat untuk wanita bersalin karena membantu melepaskan endorfin yang akan meningkatkan relaksasi, membantu meredakan nyeri, dan membantu mekanisme coping. Karena nyeri yang timbul akibat persalinan maka hormon endorfin akan disekresikan kelenjar hipofise yang berfungsi memblokir reseptor opioid pada sel – sel syaraf, sehingga mengganggu transmisi sinyal rasa sakit dan bisa meredakan nyeri. Hal ini membuktikan efek akupresur bekerja pada sinyal rasa sakit sehingga rasa sakit tidak dirasakan oleh penderita tanpa menghilangkan penyebab rasa sakit yaitu his persalinan, jadi his persalinan tetap berlangsung normal dan proses pembukaan servik tetap berjalan normal. Dapat dijelaskan juga bahwa dengan keluarnya hormon endorfin tidak menghambat keluarnya hormon oksitosin karena hormon oksitoksin yang disekresi oleh lobus posterior hipofise merangsang kontraksi otot polos pada saat kontraksi dalam persalinan tetapi endorfin berfungsi mentolerir rasa sakit pada setiap individu (Sherwood, 2010).

Metode nonfarmakologi seperti akupresur ini dapat menjadi terapi alternatif bagi penanganan nyeri persalinan kala I. Selain mampu efektif menangani nyeri, terapi akupresur juga sangat efektif dari segi biaya, keamanan dan mudah dalam pelaksanaannya.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil literatur review dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi akupresur pada titik SP6 dan Li4 selama 30 menit mampu menurunkan intensitas

nyeri persalinan kala I. Terapi akupresur merupakan salah satu terapi komplementer nonfarmakologi yang dapat digunakan tenaga kesehatan khususnya bidan sebagai asuhan penanganan nyeri pada ibu bersalin kala I. Dan juga dapat menjadi salah satu alternatif pilihan bagi fasilitas pelayanan kesehatan seperti rumah sakit atau klinik bersalin untuk menjadikan terapi akupresur sebagai daya tarik untuk menarik minat ibu-ibu hamil untuk bersalin di tempat tersebut. Selanjutnya perlu adanya penelitian tentang efektifitas titik acupoint yang lain sehingga dapat menambah referensi jumlah titik untuk dilakukannya akupresur dalam upaya mengurangi intensitas nyeri persalinan kala I.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kami ucapkan kepada para editor dan reviewer yang telah berkontribusi dalam terbitnya artikel literatur review ini. Dan juga orangtua yang selalu memberikan support serta semangat sehingga artikel literatur review ini dapat terselesaikan tepat waktu. Saran dan kritik selalu kami harapkan demi tercapainya manfaat dari penerbitan artikel ini.

Daftar Pustaka

Abdillah, Awaludin Jahid dan Iyus Meni. (2016). *'Pengaruh Pemberian Teknik Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Primipara di Ruang Widya Rumah Sakit Ciremai Cirebon Tahun 2016'*. Jurnal Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon, Vol 7, No 2 Tahun 2016.

Aristya, Ghina Ayu, dkk. (2021). *'Akupresur SP6 Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif'*. MJ (Midwifery Journal), Vol.1, No.2 Juni 2021.

Ariyanti, Ririn dan Aulia. (2019). *'Pengaruh Terapi Akupresur Pada Tangan Terhadap Nyeri*

Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Ratri Restuni S.ST Samarinda'. Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam Vol 7, No.1 2019.

Ayu, Ni Gusti Made & Supliyani, Elin. (2017). *Karakteristik Ibu Bersalin Kaitannya Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Kota Bogor*. Jurnal Kebidanan Vol 3, No 4, 204-210.

Bobak I, Lowdermilk D, Jensen M. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta: EGC.

Fengge, Antoni. (2012). *Terapi Akupresur Manfaat & Teknik Pengobatan*, Yogyakarta : Crop Circle Crop.

Gonenc, Ilknur Munevver dan Fusun Terzioglu. (2020). *'Effect of Massage and Acupressure on Relieving Labor Pain, Reducing Labor Time, and Increasing Delivery Satisfaction'*. The Journal of Nursing Research Vol. 28 No. 1, February 2020.

Karlsdottir, S. I., Halldorsdottir, S., & Lundgren, I. (2014). *'The third paradigm in labour pain preparation and management: The childbearing woman's paradigm'*. Scandinavian Journal of Caring Sciences, 28(2), 315–327.
<https://doi.org/10.1111/scs.12061>

M.A.R Kb, Hasnah, Muaningsih. (2019). *"Literatur Review: Tinjauan Tentang Efektifitas Terapi Non Farmakologi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I."* Journal of Islamic Nursing 3(2): 45.

Mafetoni RR, Shimo AKK. (2016). *'The Effects of Accupressure on Labor Pain during child birth'*.24:e2738.

- Reeder S.J. Martin L.L, K. D. (2014). *Maternity Nursing, Family, Newborn and Women's Health*. Lippincolt, Philadelphia.
- Sherwood L, (2010). *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. Jakarta: EGC.
- Setyowati, H. (2018). *Akupuntur untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian*. Unimma Press.
- Sulistiyoningrum, Indah. (2017). *'Pengaruh Teknik Akupresur Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Persalinan'*. 2-TRIK:Tunas-Tunas Riset Kesehatan, Volume VII, No.2, Mei 2017.
- Supliyani, Elin. (2017). *"Pengaruh Masase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Kota Bogor."* *Bidan* 3(1): 22–29.
- Vitriani, Okta, Lailiyana dan Kasmenita. (2017). *'Pengaruh Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I di Puskesmas Sedinginan Tahun 2017'*. *Jurnal Ibu dan Anak*, volume 5, Nomor 2, November 2017.
- Widiastini, Luh Putu. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin Dan Bayi Baru Lahir*. Bogor: In Media.
- Widyaningrum, H. (2013). *Pijat Refleksi dan 6 Terapi Alternatif Lainnya*. Yogyakarta. Media Pressindo.
- Yuliasari, Dewi et al. (2015). *"Hubungan Counterpressure Dengan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Ibu Primipara Di BPS Hj. SULASTRI, Amd.Keb Pekalongan Lampung Timur Tahun 2013."* *Februari* 1(2015): 9–12.
- Yulistiani, Virgiana. (2020). *Efektivitas Teknik Counter Pressure Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Intranatal (Kala I)*. Tugas Akhir. Jakarta : Universitas Pendidikan Indonesia.