

MANFAAT METODE MASSAGE EFFLEURAGE DAN AROMA TERAPI LAVENDER SERTA METODE BONAPACE UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI IBU BERSALIN KALA I

Nailufar Firdaus¹, Iin Setiawati²

^{1,2}Program Studi Pendidikan Profesi bidan Stikes Ngudia Husada Madura

*e-mail: iensetia@gmail.com¹

Abstract

The phenomenon that occurs at this time, was found some during the first stage of the active phase, many mothers who gave birth experience severe pain. so the mother chose caesarean section even without a clear indication of normal delivery. Non-pharmacological efforts to reduce pain are by providing effleurage massage therapy with lavender aromatherapy and bonapace method therapy. This technical collaboration is very good, so we are interested in doing community service.

Community service is carried out by providing counseling then teaching mothers and families as well as midwives the effleurage technique with lavender aroma therapy and bonapace method therapy techniques. What is expected that mothers who give birth will not experience severe labor pain so that mothers who give birth choose normal delivery rather than cesarean delivery.

Keywords: massase effluerence, bonapace method, lavender aromatherapy

Abstrak ← Gill Sans MT, Bold, 11 pt

Fenomena yang terjadi saat ini, di temukan beberapa pada kala I fase aktif, ibu bersalin banyak yang mengalami nyeri berat. sehingga ibu memilih operasi sesar walaupun tanpa indikasi yang jelas dari pada persalinan normal. Upaya non farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri yaitu dengan pemberian terapi massage effleurage dengan aromaterapi lavender dan terapi metode bonapace. Kolaborasi teknik ini sangat bagus, sehingga kami tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat.

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan penyuluhan kemudian mengajari ibu dan keluarga serta bidan teknik effleurage dengan aroma terapi lavender dan teknik terapi metode bonapace. Yang diharapkan ibu bersalin tidak akan mengalami nyeri persalinan yang berat sehingga ibu bersalin memilih untuk persalinan normal dari pada persalinan sesar.

Kata kunci: massage effleurage, metode bonapace, aroma terapi lavender

I. PENDAHULUAN

Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi atau pemendekan otot rahim yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke paha (muhammad judha, 2013). Pada kala I fase aktif, ibu bersalin banyak yang mengalami nyeri berat. Upaya non farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah pemberian terapi massage effleurage dengan aromaterapi lavender dan terapi metode bonapace. Tujuan Penelitian ini adalah menganalisis keefektifan terapi massage effleurage dengan aromaterapi lavender dan terapi metode bonapace terhadap nyeri persalinan. Fenomena yang terjadi saat ini, di temukan bahwa beberapa ibu mengalami proses persalinan kala I fase aktif mengeluh rasa nyeri yang sangat kuat dan beberapa ibu memilih operasi sesar walaupun tanpa indikasi yang jelas. Hal ini terjadi pada ibu bersalin yang melakukan proses persalinan di BPM Mei Yuni, Bangkalan Madura pada bulan Juli 2019. Berdasarkan studi awal yang dilakukan, didapatkan hasil dari total persalinan sebanyak 7 terdapat 14,3% ibu bersalin mengalami nyeri ringan, 28,6% mengalami nyeri sedang dan 57,1% mengalami nyeri hebat. Upaya untuk

meningkatkan rasa nyaman dalam pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin, dapat dilakukan dengan menggunakan metode non farmakologi. Salah satu upaya dalam asuhan kebidanan komplementer yaitu dengan menggunakan teknik relaksasi dan massage (Yessie,2015). Oleh karena itu, seorang bidan perlu melakukan suatu intervensi untuk mengurangi resiko yang akan timbul selama proses persalinan. Terapi kombinasi massage effleurage dan aroma terapi lavender dengan metode bonapace menjadi pilihan.

Aromaterapi lavender memberikan efek tenang, bersifat antiseptik serta analgetik karena kandungan lavender yang utama adalah linalool dan linalyl acetate. Kandungan linalool dan linalyl acetate inilah yang merangsang parasimpatik dan memiliki efek narkotik dan linalool bertindak sebagai obat penenang (Koulivand, Khaleghi, dan Gorji, 2013). Selain aromaterapi untuk menurunkan rasa nyeri dapat dilakukan dengan massage effleurage berupa sentuhan lembut untuk merangsang hormon endorphin.

Metode Bonapace menggunakan beberapa tehnik monejemen nyeri untuk mengontrol nyeri berdasarkan tiga model modulasi nyeri neurofisiologis, pertama pengendalian sistem saraf pusat melalui relaksasi pernafasan dan pengaturan kognitif, kedua penggunaan stimulus menyakitkan atau akupresure yang mengatakan bahwa adanya stimulasi tersebut mengakibatkan pesan berlawanan yang lebih kuat, cepat dan berjalan sepanjang serat saraf kecil gelatinosa lalu Latar belakang penelitian tidak lebih dari 500 kata yang berisi latar belakang dan permasalahan yang akan diteliti, tujuan khusus, dan urgensi penelitian. Pada bagian ini perlu dijelaskan uraian tentang spesifikasi khusus terkait dengan skema. memblokir pesan nyeri sehingga otak tidak mencatat pesan nyeri tersebut (Kozier, 2000) dan ketiga menurunkan penghambat oleh hiperstimulasi akupresure yang terkuat.

2. METODE

Metode pelaksanaan merupakan landasan atau acuan agar proses dalam program pengabdian masyarakat ini berjalan secara sistematis, terstruktur dan terarah. Setelah proses observasi lapangan dan identifikasi permasalahan dilakukan, maka akan dilakukan metode pelaksanaan solusi. Selanjutnya solusi yang sudah direncanakan akan ditawarkan pada mitra, metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini ada beberapa tahapan

- a. Observasi lapangan Observasi ini dilakukan kepada tempat yang akan dilakukan pengabdian masyarakat, apakah sasaran ada ditempat yang sudah ditentukan dan koordinasi waktu yang tepat untuk dilakukan pengabdian masyarakat.
- b. Perizinan pada mitra Perizinan pada mitra harus dilakukan apakah diizinkan untuk dilakukan pengabdian masyarakat tentang Manfaat metode massage effleurage dan aroma terapi lavender serta metode bonapace untuk menurunkan skala nyeri ibu bersalin kala I
- c. Koordinasi teknik wawancara, kuesioner dan pemeriksaan ibu hamil Setelah mendapatkan izin dari mitra setempat untuk dilakukan pengabdian masyarakat maka, melakukan koordinasi bagaimana teknik pengabdian masyarakat, waktu dan tempat, teknik wawancara, penyuluhan dan mengajari ibu, keluarga dan bidan untuk melakukan massage effleurage dan aroma terapi lavender serta metode bonapace
- d. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan cara mengumpulkan ibu hamil sebanyak 16 ibu hamil, ibu hamil UK 38 minggu keatas atau menjelang persalinan. Untuk dilakukan penyuluhan tentang Manfaat metode massage effleurage dan aroma terapi lavender serta metode bonapace untuk menurunkan skala nyeri ibu bersalin kala I

- e. Evaluasi akan dilakukan secara rutin setiap bulan yang bekerjasama dengan mitra/bidan setempat dan hasil dari pengajaran pada bidan yang sudah disepakati akan dilaporkan kepada kami tim dari STIKes Ngudia Husada Madura, pengabdian masyarakat ini akan dilakukan secara berkelanjutan setiap semester di daerah binaan STIKes Ngudia Husada Madura atau ditempat masalah yang ada.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Pelaksanaan Penyuluhan pada ibu hamil pada usia kehamilan 38 minggu ke atas sebanyak 16 ibu hamil pada tanggal 27 Oktober 2020 pukul 08.00 WIB s/d selesai dengan tema manfaat terapi kombinasi massage effleurage dan aromaterapi lavender dengan metode bonapace untuk menurunkan skala nyeri ibu bersalin kala I



Gambar 1 foto bersama bidan

2. Memberikan pengajaran teknik terapi kombinasi massage effleurage dan aromaterapi lavender dengan metode bonapace pada bidan pada tanggal 28 Oktober 2020 pukul 08.00 WIB s/d selesai. Sehingga nanti bisa diterapkan pada ibu bersalin yang mengalami nyeri saat kala I



Gambar 2 Gerakan massage effleurage



Gambar 3 Aroma terapi lavender

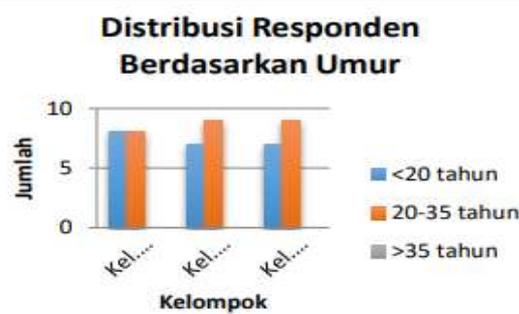


Gambar 4 metode bonapace

3. Pemantauan teknik kombinasi massage effleurage dan aromaterapi lavender dengan metode bonapace yang dilakukan oleh bidan Meiyuni pada ibu hamil yang akan bersalin sebanyak 16 ibu bersalin. Menentukan teknik yang dilakukan berhasil untuk menurunkan tingkat nyeri ibu bersalin pada kala I

Data Umum

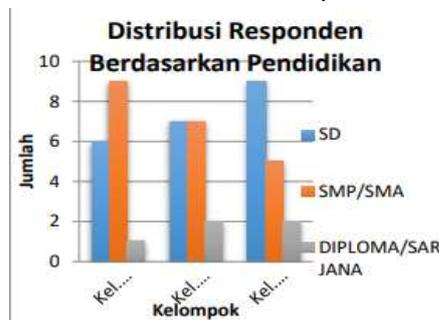
1. Karakteristik ibu bersalin berdasarkan usia



Gambar 5 karakteristik berdasarkan umur

Dari gambar bisa dijelaskan karakteristik ibu bersalin sebagian besar berusia 20-35 tahun

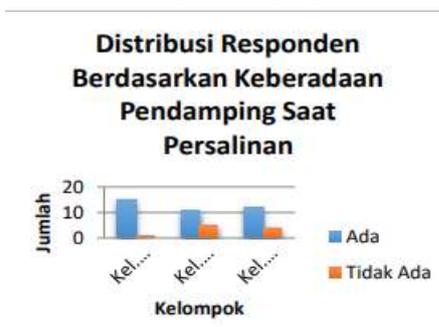
2. Karakteristik ibu bersalin berdasarkan pendidikan



Gambar 6 karakteristik ibu bersalin berdasarkan pendidikan

Berdasarkan gambar dapat diketahui karakteristik ibu bersalin sebagian besar berpendidikan SD

3. Karakteristik ibu bersalin berdasarkan pendampingan



Gambar 7 karakteristik ibu bersalin berdasarkan pendampingan

Berdasarkan gambar dapat diketahui sebagian besar ibu bersalin didampingi oleh keluarga atau suami saat bersalin.

Data Khusus

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan pelaksanaan pengabdian masyarakat didapatkan data sebagai berikut :

I. Skala nyeri pada ibu bersalin kala I dengan teknik kombinasi massase effleurage dan aroma terapi lavender

No	Skala Nyeri	F (Pretest)	%	f (Posttest)	%
1	0	0	0	0	0
2	1-3	0	0	0	0
3	4-6	8	50	12	75
4	7-9	8	50	4	25
5	10	0	0	0	0
Jumlah		16	100	16	100
Shapiro-Wilks		0,48		0,12	
p-Value (t-test)					0,001

Gambar 8 perbandingan skala nyeri sebelum dan setelah diberikan teknik kombinasi

2. Skala nyeri pada ibu bersalin kala I dengan metode bonapace

No	Skala Nyeri	F (Pretest)	%	f (Posttest)	%
1	0	0	0	0	0
2	1-3	0	0	0	0
3	4-6	6	37,5	13	81,25
4	7-9	10	62,5	3	18,75
5	10	0	0	0	0
Jumlah		16	100	16	100
Shapiro-Wilks		0,52		0,42	

Gambar 9 perbandingan skala nyeri sebelum dan setelah diberikan metode bonapace

PEMBAHASAN

1. Perbedaan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Primigravidarum Kala I Fase Aktif Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Kombinasi Massage Effleurage Dan Aromaterapi Lavender

Berdasarkan hasil penelitian ada perbedaan pengontrolan skala nyeri antara sebelum dan sesudah diberikan terapi kombinasi massage effleurage dan aroma terapi lavender. Berdasarkan hasil penelitian tentang nyeri persalinan terhadap ibu bersalin primigravidarum kala I fase aktif sebelum diberikan terapi kombinasi massage effleurage dan aromaterapi mawar menunjukkan bahwa separuh responden mengalami nyeri berat yaitu sebanyak 8 ibu primigravidarum (50 %). Hal ini disebabkan oleh kontraksi yang dirasakan ibu yang telah berada pada kala I fase aktif persalinan dimana nyeri yang dirasakan semakin sering dan semakin kuat. Sesuai dengan teori bahwa nyeri pada kala pembukaan terutama disebabkan oleh membukanya mulut rahim, misalnya peregangan otot polos merupakan rangsangan yang cukup menimbulkan nyeri. Terdapat hubungan erat antara besar pembukaan mulut rahim dengan intensitas nyeri (semakin membuka semakin nyeri). Dan antara timbulnya rasa nyeri dengan timbulnya kontraksi rahim rasa nyeri terasa +15-30 detik setelah dimulainya kontraksi (Judha,2012). Penelitian juga menunjukkan bahwa 8 ibu primigravidarum pada kelompok perlakuan mengalami nyeri sedang. Perbedaan perkembangan akan mempengaruhi reaksi nyeri terhadap persalinan. Perkembangan kematangan psikis menyebabkan reaksi pada nyeri yang timbul akan lebih parah (Judha, 2012). Hal tersebut sesuai dengan teori (Yanti, 2010) yaitu usia yang terlalu muda akan sulit untuk mengendalikan rasa nyeri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya dari ibu primigravidarum adalah ibu primigravidarum kala I fase aktif di dampingi oleh suami yaitu sebanyak 16 ibu primigravidarum pada kelompok perlakuan. Kehadiran seseorang yang di anggap sangat penting saat persalinan akan menurunkan rasa kesepian dan ketakutan sehingga ibu merasa lebih nyaman (Judha, 2012). Peran pasangan dalam persalinan yakni memberikan dukungan dengan penuh rasa cinta, pasangan dapat melakukan berbagai cara untuk membantu ibu bertahan menghadapi rasa sakit dan proses persalinan (stoppard, 2009). Aromaterapi mempunyai efek yang positif karena di ketahui bahwa aroma yang harum, segar akan merangsang sensori, reseptor dan pada akhirnya mempengaruhi organ yang lainnya sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap emosi. Aroma di tangkap oleh reseptor di hidung yang kemudian memberikan informasi lebih jauh ke area di otak yang mengontrol emosi dan memori maupun memberikan informasi juga ke hipotalamus yang merupakan sistem internal tubuh. Aromaterapi dapat menimbulkan gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu menciptakan keadaan yang rileks (Hutasoit, 2012)

2. Perbedaan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Primigravidarum Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Metode Bonapace Pada Persalinan Kala I Fase Aktif

Berdasarkan hasil penelitian terdapat perubahan kearah positif yaitu setelah diberikan intervensi dengan memberikan metode bonapace terjadi penurunan nyeri persalinan. hal ini disebabkan karena Bonapace dinilai efektif dalam penanganan nyeri persalinan karena metode ini menggunakan beberapa tehnik manajemen nyeri untuk mengontrol nyeri berdasarkan tiga model modulasi, nyeri neurofisiologis , pertama pengendalian sistem saraf relaksasi pernafasan dan pendampingan keluarga, kedua penggunaan stimulus akupresure pada titik akupoint yang berpengaruh pada proses persalinan, dan menurunkan penghambat oleh hiperstimulasi akupresure yang terkuat. Menurut Maryunani (2010) Relaksasi pernafasan selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem saraf simpatis dalam keadaan homeostatis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah dan mengurangi kecemasan serta ketakutan agar ibu dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan. Sedangkan akupresure pada beberapa titik sakral yang dikenal dengan istilah blader 31-34 pada tulang punggung bagian bawah menimbulkan rasa hangat, geli dan agak sakit. Penekan pada titik-titik ini banyak digunakan karena menimbulkan efek anestesi yang sangat efektif untuk mengatasi nyeri saat kontraksi termasuk saat kontraksi merambat sampai ke bagian pinggang, titik yang kedua yaitu pada titik poin di tangan (Hegu LI4) letaknya berada antara tulang mata karpal pertama dan bagian distal lipatan kedua pada tangan. Meridian usus besar ini berjalan menyusuri tepi luar lengan naik ke bahu, dari bahu bercabang ke tengkuk mencapai benjolan ruas tulang leher 7 (cervical 7) dan tulang punggung I dan kembali ke bahu, penekanan pada titik secara umum dapat mengurangi nyeri bersalin dan merangsang kontraksi (Bonapace,2013). Penelitian yang dilakukan Oleh Nasriyah, Fania Nurul K (2014) tentang aplikasi metode untuk penurunan nyeri persalinan di rumah bersalin fatimah kudu dengan menggunakan design penelitian quasy experimental pre-post test with control group dengan cara membandingkan dua kelompok kontrol yang diberikan metode konvensional dan kelompok intervensi dengan diberikan metode bonapace. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode bonapace lebih efektif dalam penurunan nyeri persalinan ($p:0,002$) dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p:0,053$) Dari penjelasan peneliti dapat ditarik asumsi bahwa metode bonapace dapat mengurangi nyeri persalinan secara signifikan karena menggabungkan beberapa tehnik penurunan nyeri secara non farmakologi yaitu relaksasi pernafasan dan pendampingan keluarga yang dapat menurunkan hormon stresor sehingga ibu menjadi lebih tenang dan kontraksi berlangsung aman, alami, dan lancar. Sedangkan akupresure pada titik punggung Blader 31-34 dan titik aqupoint ditangan Li4 dapat memicu timbulnya hormon endofrin lokal yang dapat memicu timbulnya rasa nyaman dan mengurangi rasa nyeri persalinan.

4. KESIMPULAN

- a. Ada perbedaan skala nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan terapi kombinasi massage efflurage dan aromaterapi lavender
- b. Ada perbedaan skala nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan terapi metode bonapace.

DAFTAR PUSTAKA

- Judha, Muhammad & Sudarti & Fauziah, Afroh. 2013. Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan. Yogyakarta : Nuha Medika
- Maslikahanah. Penerapan tehnik pijat effleugare sebagai upaya penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif. Tesis: FKUI, 2010
- Wiknjosastro, Hanifa. 2010. Ilmu Kandungan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Yessy Nur Endah , Sary .2015. Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: Parama Publishing
- Rukiyah, A. Asuhan kebidanan II (persalinan). Jakarta Timur: Trans Info Media, 2009
- Koulivand, Pier Hossein , Ghadiri , Maryam Khalegi & Gorji Ali. 2013. Lavender And Nervous Sistem. Reasearch Journal Evidenbase-Based Complomentary And Alternative Medicine. Volume 2013
- Kozier, B. 2000. Fundamental of nursig. California: Addison wesley publishing company
- Puspitasari, Eka. 2014. Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care). Jakarta. Trans Info Media (TIM)
- Hidayat,Aa . 2006. Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia :Aplikasi Konsep Dan Proses Keperawatan . Jakarta : Saleba Medika
- Suharti , Sulistyoy, Andarmoyo .2013. Persalinan Tanpa Rasa Nyeri Berlebihan: Yogyakarta: Ar-RuzzMedia