



Pengaruh Akupresur L14 Dan Lavender Terhadap Nyeri Persalinan Kala I

Effect Of Acupressure L14 And Lavender On Pain Period 1 Childbirth

Nabila Fahmihati¹, Surtiningsih², Susilo Rini³

Universitas Harapan Bangsa

nabilafahmihati@gmail.com: 088212498589

Abstrak

Nyeri persalinan adalah sebuah komponen objektif yang terdiri dari aspek fisiologis sensorik nyeri dan komponen subjektif yang merupakan aspek emosional dan psikologis, jika nyeri tidak ditangani, dapat mengakibatkan berbagai efek negatif yang berpotensi membahayakan ibu dan janin. Salah satu Asuhan untuk mengurangi nyeri yaitu terapi kombinasi Akupresur Titik L14 dan Aromaterapi Lavender karena merangsang tubuh mengeluarkan hormon Endorpin yang dapat membuat ibu merasakan nyaman. Tujuan Penulisan Ilmiah ini adalah untuk menganalisis penurunan nyeri dan lama persalinan sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Kombinasi Akupresur Titik L14 Dan Aromaterapi Lavender. Metode yang digunakan untuk studi kasus ini terdiri dari 5 Responden ibu bersalin kala 1 fase aktif pembukaan 4-5 Persalinan fisiologis dengan Intervensi yang dilakukan yaitu penerapan terapi kombinasi Akupresur Titik L14 dan Aromaterapi Lavender yang sebelum dan sesudahnya diukur skala nyeri dengan instrumen nyeri VARS (Visual Analog Rating Scale). Hasil menunjukan bahwa rata-rata nyeri yang dialami responden sebelum dilakukan Asuhan adalah 4,4 dan setelah dilakukan Asuhan adalah 3,4. Pengaruh pemberian terapi kombinasi Akupresur Titik L14 dan Aromaterapi Lavender dapat menurunkan nyeri pada ibu bersalin sebanyak 1 poinn dan ditemukan Rata-Rata lama persalinan kala 2 dari 5 Responden adalah 33 menit.

Kata kunci : Akupresur, Lavender, Nyeri

Abstract

Labor pain is a combination of objective components consisting of the physiological sensory aspects of pain and subjective components that are emotional and psychological aspects, if the pain is not treated, can result in various negative effects that have the potential to harm the mother and the fetus. One of the treatments to reduce pain is combination therapy of L14 Point Acupressure and Lavender Aromatherapy because it stimulates the body to release the hormone Endorpin which can make the mother feel comfortable. The purpose of this scientific paper is to analyze the reduction in pain and duration of labor before and after L14 Point Acupressure Combination Therapy and Lavender Aromatherapy. The method used for this case study consisted of 5 Respondents of maternity mothers during the 1st active phase of opening 4-5 physiological childbirth with the intervention carried out, namely the application of combination therapy of L14 Point Acupressure and Lavender Aromatherapy which before and after the pain scale was measured with a VARS (Visual Analog Rating Scale) pain instrument. The results showed that the average pain experienced by respondents before Nursing was 4.4 and after Nursing was 3.4. The effect of giving combination therapy of L14 Point Acupressure and Lavender Aromatherapy can reduce pain in maternity mothers by 1 point and it was found that the average length of labor in the 2nd of 5 Respondents was 33 minutes.

Keywords : Acupressure, Lavender, Pain

PENDAHULUAN

Nyeri persalinan ialah gabungan komponen objektif yang merupakan aspek fisiologis nyeri dan komponen subjektif yang merupakan aspek emosional dan psikologis. Nyeri timbul sebagai tanda adanya rangsangan dari beberapa zat algesik, meliputi prostaglandin, serotonin, bradikinin, dan lain sebagainya, pada reseptor nyeri yang dapat dijumpai pada lapisan superfisial kulit dan berbagai jaringan di dalam tubuh seperti periosteum, permukaan sendi, otot rangka (Laasara dan Sari, 2024).

Jika nyeri tidak dapat ditangani, dapat mengakibatkan berbagai efek negatif termasuk depresi postpartum, perdarahan, partus lama, peningkatan tekanan darah dan nadi, pada janin kondisi ini dapat menyebabkan asidosis akibat hipoksia, yang berpotensi untuk membahayakan ibu dan janin (Dwi & Eny, 2021).

Jumlah ibu bersalin pada tahun 2023 adalah sebanyak 11.995 dan yang bersalin di fasyankes sejumlah 11.902. Permasalahan tidak tercapainya disebabkan adanya ibu yang melahirkan tidak dengan tenaga kesehatan sebanyak 88 kasus 0,69%. Jumlah ibu bersalin di puskesmas mandiraja 2 pada tahun 2022 Rata rata dalam sebulan adalah 43 ibu (Dinkes Banjarnegara, 2022). Berbagai Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu metode non farmakologi untuk mengatasi nyeri persalinan dapat dilakukan dengan akupresur dan aromaterapi.

Penekanan pada titik L14 dilakukan pada bagian tulang metacarpal pertama dan kedua bagian distal dengan gerakan memutar ,terapi ini dapat mengalihkan fokus ibu dari nyeri persalinan kala 1 (Dewi et al., 2024). Selain itu ada juga teknik kombinasi yang dapat dilakukan,yaitu dengan pemberian Aromaterapi Lavender memiliki sifat menenangkan sekaligus merangsang, sehingga baik digunakan untuk meredakan kecemasan dan membantu orang yang mengalami depresi. Selain itu, Aromaterapi lavender juga efektif dalam nyeri sendi, sakit kepala dan nyeri persalinan (Wulandesy & Waroh, 2023).

METODE

Metode penelitian ini menggunakan studi kasus Deskriptif yaitu laporan studi kasus dilakukan dengan tujuan utama menyajikan atau menciptakan gambaran obyektif mengenai situasi penelitian (Sugiyono, 2019). Kasus yang diambil dalam penelitian ini adalah pemberian terapi kombinasi Akupresur titik L14 dan Aromaterapi Lavender pada ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala 1. Penelitian ini telah mendapatkan Sertifikat Kelayakan etik (No. B.LPPM-UHB/852/08/2025) dari komite etik penelitian kesehatan untuk “ Studi Kasus Pemberian Terapi Kombnasi Akupresur Titik L14 Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Bersalin Kala 1”.

HASIL

1. Gambaran Karakteristik ibu Bersalin Kala 1 di Puskesmas Mandiraja 2 dan Puskesmas Madukara 1 Banjarnegara

Seluruh responden berada pada usia produktif 28–34 tahun. Tingkat pendidikan bervariasi, 2 responden berpendidikan rendah (SD/SMP), 2 berpendidikan menengah (SMA), dan 1 berpendidikan tinggi (sarjana).

Pekerjaan mayoritas sebagai ibu rumah tangga (4 orang) dan 1 orang guru, dengan seluruh responden beragama Islam. Usia kehamilan berada pada kondisi aterm, dengan 4 multipara dan 1 primipara. Sebagian besar keluarga berpenghasilan cukup dan responden memiliki kebiasaan hidup sehari-hari yang baik.

Data objektif menunjukkan keadaan umum baik dengan kesadaran compos mentis. Hasil tanda vital responden normal: tekanan darah 120–131/70–90 mmHg, nadi 80–93 x/menit, respirasi 20–22 x/menit, suhu 36,4–36,8°C, dan tinggi badan 147–156 cm. Semua responden memiliki IMT 25,1–30,3 (gemuk/overweight), kadar Hb 12–12,8 g/dL (normal) dan konjungtiva tidak anemis. Pemeriksaan menunjukkan keluarnya lendir darah, TFU 29–33 cm, TBJ 2.790–3.410 gram, serta gerakan janin aktif.

Pemeriksaan Leopold memperlihatkan seluruh janin presentasi kepala dengan punctum maksimum di punggung kanan maupun kiri. His dan denyut jantung janin (135–141 x/menit) berada dalam batas normal. Semua responden berada pada Kala I fase aktif dengan pembukaan 4–5 cm. Empat responden mengalami lama persalinan normal, sedangkan satu dirujuk karena Kala II lama. Kandung kemih kosong, portio tebal lunak, tidak terdapat oedema, turgor baik, kuku merah muda, ekstremitas tanpa kemerahan, dan refleks patella kanan-kiri positif.

2. Mengidentifikasi Penurunan Nyeri Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Kombinasi Akupresur Titik L14 dan Aromaterapi Lavender

Skala Nyeri			
Responden	Sebelum	Sesudah	Penurunan
Ny. S	4	3	1
Ny. S	4	3	1
Ny. L	5	4	1
Ny. E	5	4	1
Ny. S	4	3	1
Rata-Rata	4,4	3,4	1
Minimum	4	3	1
Maksimum	5	4	1

Berdasarkan Tabel menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi tingkat nyeri seluruh responden berada diantara 4-5 dan sesudah dilakukan intervensi tingkat nyeri berada diantara 3-4. Rata-rata nyeri persalinan sebelum dilakukan intervensi rata-rata berada pada skala nyeri 4,4. Rata-rata nyeri persalinan setelah dilakukan intervensi menjadi pada skala nyeri 3,4. Dari data tersebut berarti terdapat penurunan skala nyeri sebanyak 1 poin.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Data Karakteristik Ibu Bersalin

Umur responden berusia diantara 20 dan >35 tahun yaitu usia produktif. Paritas responden terkaji yaitu 1 orang primipara dan 4 orang multipara. Pendidikan responden yaitu ada 2 responden memiliki pendidikan rendah

yaitu SD/SMP, pendidikan menengah yaitu SMA sebanyak 2 responden, dan 1 responden berpendidikan tinggi yaitu sarjana. Pekerjaan responden yaitu 5 responden sebagai Ibu rumah tangga. Seluruh status gizi responden adalah gemuk/ overweight. Umur wanita Reproduksi Sehat yaitu diantara 20 – 25 Tahun, usia tersebut tergolong ideal untuk bereproduksi dan meminimalisir adanya komplikasi kehamilan dan persalinan (Surtiningsih et al, 2022). Paritas Ibu primipara mempunyai kontraksi yang lebih kuat dibandingkan Ibu multipara karena tidak mempunyai pengalaman nyeri (Afritayeni, 2017).

2. Gambaran Penurunan Nyeri Ibu Bersalin

Penelitian ini menunjukkan nilai angka pada skala nyeri Visual Analog Ranting Scale (VARS) yang dialami oleh seluruh responden menjelang persalinan karena kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, dengan hasil sebelum diberikan terapi akupresur titik L14 dan aromaterapi lavender yaitu berada diantara 5-4 dan sesudah diberikan terapi akupresur titik L14 dan aromaterapi lavender berada diantara 4-3. Rata-rata nyeri persalinan sebelum dilakukan intervensi rata-rata berada pada skala nyeri 4,4. Rata-rata nyeri persalinan setelah dilakukan intervensi akupresur titik L14 dan aromaterapi lavender 3-5. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri sebanyak 1 poin.

Hasil penelitian ini menunjukkan ada kesesuaian dengan penelitian (Utami & Farah, 2023) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh penurunan nyeri persalinan dengan akupresur titik L14 yaitu 7,32 menjadi 5,42 atau 1-2 poin dan terdapat kesamaan juga pada penelitian yang dilakukan (Mahesi et al, 2023) aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri sekitar 1-2 poin, Hasil sebelum dilakukan terapi akupresur titik L14 dan aromaterapi lavender skala nilai nyeri 5 turun menjadi 4 setelah diberikan terapi akupresur titik L14 dan aromaterapi lavender.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan ada kesesuaian dengan penelitian (Utami & Farah, 2023) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh penurunan nyeri persalinan dengan akupresur titik L14 yaitu 7,32 menjadi 5,42 atau 1-2 poin dan terdapat kesamaan juga pada penelitian yang dilakukan (Mahesi et al, 2023) aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri sekitar 1-2 poin, Hasil sebelum dilakukan terapi akupresur titik L14 dan aromaterapi lavender skala nilai nyeri 5 turun menjadi 4 setelah diberikan terapi akupresur titik L14 dan aromaterapi lavender.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya penurunan nyeri pada ibu bersalin kala 1 setelah pemberian Terapi kombinasi akupresur Titik L14 dan Aromaterapi Lavender disarankan agar Terapi ini bisa digunakan di Puskesmas Sebagai Salah satu Asuhan Sayang Ibu dalam persalinan. Untuk penelitian selanjutnya disarankan agar dilakukan dengan sampel yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Afritayeni, A. (2017). Hubungan Umur, Paritas Dan Pendamping Persalinan Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Endurance*, 2(2), 178.
2. Dewi, W.C.M., Purwanti, Y. & Cholifah, C. 2024. Perbandingan Efektifitas Pemberian Akupresur Titik Hegu dan Penggunaan Squishy Stress Ball terhadap Nyeri Persalinan Kala I. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1): 508–516.
3. Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Banjarnegara 2024 [PDF].
4. Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Banjarnegara 2022 [PDF].
5. Dwi, W.E. & Eny, S. 2021. Traditional Review: Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri dalam Persalinan Kala I. *Jakiyah: Jurnal Ilmiah Umum dan Kesehatan Aisyiyah*, 6(2).
6. Sugiyono 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Jakarta: Alfabeta.
7. Utami, F.S. & Putri, I.M. 2020. Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Normal. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 5(2): 107–109.
8. Wulandesy, P. & Waroh, Y.K. 2023. Aromaterapi Lavender Esensial Oil Mengurangi Kecemasan Primigravida Inpartu Kala 1 Fase Aktif. *SNHRP*. pp.2875–2884.