

PENGARUH SEDUH COKLAT DAN PIJAT COUNTERPRESSURE TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN DAN KEMAJUAN DILATASI SERVIKS

Sendy Firza Novilia T^{*}

STIKES William Booth Surabaya, Jln. Cimanuk No. 20, Telp. (031) 5633365

sendyfirza@gmail.com

Abstrak

Nyeri persalinan merupakan keadaan fisiologis yang dialami ibu selama proses persalinan. Dampak nyeri persalinan adalah terjadinya pembengkakan serviks dan vagina yang membahayakan kondisi ibu dan janin. Seduh coklat dan pemberian pijatan Counterpressure merupakan tindakan komplementer untuk menciptakan kenyamanan. Tujuan mini riset ini untuk mengetahui adakah pengaruh dari seduh coklat dan pemberian pijatan counterpressure terhadap penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks. Penelitian ini merupakan mini riset dengan desain penelitian studi kasus bentuk tunggal (*One Shot Case Study*) dengan jumlah sampel penelitian 6 orang berdasarkan kriteria yaitu primigravida in partu kala 1 fase aktif yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dan kedua kelompok dinilai menggunakan Numerik Rating Scale (NRS) untuk menilai perubahan nyeri persalinan dan melakukan pemeriksaan dalam untuk mengetahui ada atau tidaknya kemajuan persalinan. Hasil dari mini riset pada kelompok perlakuan mengalami kemajuan persalinan dengan durasi 3-5 jam pada kala 1 fase aktif dengan skala nyeri ringan dibandingkan kelompok kontrol dengan durasi pembukaan serviks lebih panjang 6-8 jam pada kala 1 fase aktif dengan nyeri sedang hingga berat sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian seduh coklat dengan pijat counterpressure terhadap penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks pada kala 1 fase aktif.

Kata kunci :Nyeri persalinan, dilatasi serviks, seduh coklat dan pijat counterpressure

PENDAHULUAN

Angka KematianIbu (AKI) merupakan salah satu indicator dari status kesehatan masyarakat. Angka kematian ini di Indonesia masih tinggi bila dibandingkan dengan negara lain. Menurut *World Health Organization* (WHO) diperkirakan setiap tahunnya terjadi 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dari jumlah itu terdapat 20 juta perempuan yang mengalami kesakitan akibat kehamilan (Prawirohardjo, 2008). Berdasarkan hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia SDKI tahun 2012 yang menunjukkan AKI di Indonesia masih tinggi yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup jika terhitung dalam jiwa maka hal tersebut terhitung sekitar 16.155 jiwa ibu yang meninggal akibat kehamilan dan persalinan.

Upaya menurunkan angka kejadian tersebut adalah dengan adanya penyediaan pelayanan kesehatan maternal dan neonatal yang berkualitas dan memadai bagi masyarakat.

Persalinan adalah proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Seorang ibu dalam menghadapi proses persalinan seringkali merasakan nyeri, cemas dan ketakutan. Kecemasan dan ketakutan ini sangat mempengaruhi system kerja otak dalam mempersepsikan rasa nyeri yang dirasakan oleh tubuh ibu. Rasa nyeri ini muncul sekitar 12-14 jam, Wall dan Melzack tahun 1994 dalam Danuatmaja (2008) menyatakan bahwa rasa nyeri harus dikurangi atau diturunkan dengan cara efektif, sebab bila terjadi rasa nyeri yang disertai kecemasan akan memiliki efek yang berbahaya terhadap ibu dan janin.

Nyeri persalinan merupakan perasaan keadaan yang fisiologis atau perasaan yang tidak nyaman yang dialami selama proses persalinan

(Klossner, 2006). Keadaan ini mulai timbul pada kala 1 yaitu di fase laten dan fase aktif. Nyeri persalinan ini dapat disebabkan dengan adanya kontraksi uterus, dilatasi serviks dan adanya penipisan serviks. Pada fase aktif terjadinya dilatasi serviks berlangsung selama 6 jam, yang dimulai dari pembukaan 4 hingga 7. Primigravida pada kala 1 persalinan bias terjadi lebih dari 20 jam, sedangkan pada ibu multigravida dapat berlangsung lebih cepat yaitu 14 jam. Pada ibu hamil informasi dan pengalaman yang kurang dalam menghadapi nyeri persalinan masih cukup tinggi sehingga dapat menimbulkan rasa cemas dan ketakutan dalam menghadapi persalinan (Doriana, *et al.*, 2010). Intensitas nyeri yang dirasakan selama persalinan akan mempengaruhi kondisi psikologis ibu, proses persalinan dan kesejahteraan janin (Potter & Perry, 2010).

Nyeri persalinan dapat memberikan komplikasi pada ibu dan bayi seperti terjadinya perdarahan, gangguan pada system perkemihan, penglihatan kabur dan bayi lahir dengan prematur. Rasa nyeri, tegang dan rasa takut ini dapat menghasilkan sejumlah *katekolamin* atau hormon stress yang berlebihan. Peningkatan katekolamin dapat memperpanjang proses persalinan dan mengurangi efisiensi kontraksi uterus sehingga merugikan janin yang dapat menyebabkan trauma pada bayi dan meningkatkan pola jantung pada janin (Bonica JJ, 1995). Selain itu, menurut Hamilton (2005) menyatakan nyeri yang berlebihan pada ibu bersalin dapat menyebabkan keinginan untuk segera mengakhiri masa persalinan dan dapat menyebabkan pembengkakan pada rahim dan tidak adanya kemajuan

dilatasi serviks sehingga terjadi distosia persalinan.

Tindakan pijat dan pemberian terapi sedu coklat merupakan tindakan komplementer untuk menciptakan kenyamanan, sesuai dengan teori *Comfort* dari Kolcaba (2014) yang mendefinisikan *comfort* adalah suatu keadaan yang dialami seseorang yang dapat diartikan sebagai suatu pengalaman *immediate* yang dijadikan sebagai kekuatan melalui kebutuhan terhadap keringanan (*relief*), ketenangan (*ease*), dan *transcendence* yang dapat terpenuhi dalam keempat konteks pengalaman tersebut, yaitu meliputi aspek fisik, psikospiritual, sosial dan lingkungan (Kolcaba, 2014).

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan diantaranya dengan cara, tindakan farmakologi dan non farmakologi. Pada tindakan farmakologi yang kita ketahui yaitu dengan pemberian obat analgesik, suntikan epidural dan lain-lain. Tindakan farmakologi mempunyai efek samping, dimana obat dapat menembus plasenta sehingga mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan dari janin (Wong, 2008). Tindakan non-farmakologi diantaranya relaksasi, pijat, *counter pressure*, akupuntur, akupresur, teknik nafas dalam, perubahan posisi dan terapi panas/ dingin serta pemberian terapi coklat. *Chocolate* merupakan Makanan yang digemari oleh sebagian besar penduduk dunia dan sudah dikenal sejak dahulu kala ini memiliki berbagai efek seperti meningkatkan kewaspadaan, bekerja sebagai pijat alami sehingga bias mengurangi rasa sakit, peredabatuk, dan menimbulkan rasa senang sehingga kecemasan menurun. Selain itu konsumsi coklat dapat menurunkan stres

pada orang yang sehat. Produk coklat dibagi menjadi coklat hitam (*dark chocolate*), coklat susu (*milk chocolate*), dan coklat putih (*whitechocolate*). Beberapa kandungan dalam coklat seperti *kafein*, *teobromin*, *tiramin* & *teobro- min* menstimulasi otak dengan menghambat penyerapan *adenosin*, sedangkan *PEA* dan *flavanol* meningkatkan aliran darah ke otak menyebabkan lebih banyak oksigen yang masuk ke dalam otak, sehingga dapat meningkatkan kewaspadaan serta *omega 3* yang mengandung senyawa kimia anti nyeri. Jenis coklat yang memiliki kandungan kimia tersebut paling tinggi adalah coklat hitam. Menurut penelitian terdahulu, mengkonsumsi produk coklat dapat mengurangi rasa nyeri kognitif selama 1-2 jam. Tindakan non-farmakologi lebih digunakan, sebab lebih efektif, murah dan tidak memberikan efek yang merugikan pada janin (Astuti, 2009).

Nyeri persalinan pada kala I ditransmisikan dari serat *eferen* melalui *pleksushipogastrik superior, inferior* dan tengah, rantai simpatiktorakal bawah, dan lumbal ganglia akarsaraf posterior pada T10 sampai L1. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri tersebut adalah dengan pijat. *Counter pressure* adalah pijatan menggunakan tekanan kuat dengan cara meletakkan tumit tangan atau bagian datar dari tangan dan atau menggunakan bola tenis pada daerah lumbal dimana saraf sensorik rahim dan mulut rahim berjalan bersama dengan saraf simpatis rahim memasuki sumsum tulang belakang melalui saraf torakal 10-11-12 hingga sampai pada daerah lumbal (Ward and Shelton, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Hastamidkk., (2011), menunjukkan hasil bahwa teknik *counter pressure* dapat

mengurangi rasa nyeri persalinan dibandingkan dengan tindakan meremas atau *kneading*. Teknik *counter pressure* dilakukan dengan posisi duduk atau berdiri membungkuk, dan dapat mempengaruhi pelepasan kadar endorfin secara efektif sehingga dapat menurunkan rasa nyeri persalinan.

Menurut Janssen, *et al.*, (2012) menyatakan bahwa nyeri persalinan dapat berkurang dengan tindakan pijat hal tersebut juga dapat dilihat dengan adanya proses kemajuan pada dilatasi serviks.

Sampai saat ini, efektivitas dari intervensi pijat *counter pressure* dan

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan mini riset dengan desain penelitian studi kasus bentuk tunggal (*One Shot Case Study*) dengan jumlah sampel penelitian 6 orang yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 3 ibu inpartu kala 1 fase aktif diberikan pijat counterpressure dan coklat dan 3 ibu inpartu kala 1 fase aktif tidak diberikan pijat counterpressure dan tidak diberikan coklat namun sebelumnya kedua kelompok dilakukan pemeriksaan dalam dan pengukuran skala nyeri terlebih dahulu menggunakan Numerik Rating Scale (NRS) setelah diberikan perlakuan 4 jam kemudian akan dilakukan evaluasi ada atau tidaknya perubahan nyeri persalinan dan melakukan pemeriksaan dalam untuk mengetahui ada atau tidaknya kemajuan persalinan (pembukaan dilatasi serviks). Peneliti dilakukan di Puskesmas Batur 1 Kabupaten Banjarnegara pada Bulan Juli Tahun

konsumsi coklat terhadap perubahan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks pada kala I fase aktif masih perlu dibuktikan. Penelitian yang terkait dengan pijat *counter pressure* terhadap perubahan nyeri persalinan terbatas. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan mini riset tentang “Pengaruh Seduh Coklat dan Pijat *Counter Pressure* Terhadap Perubahan Nyeri Persalinan dan Kemajuan Dilatasi Serviks pada Kala I Fase Aktif di Puskesmas Batur 1 Kabupaten Banjarnegara

2018. Variabel independen yaitu pijat counterpressure dan coklat, variabel dependen terdiri dari penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Hasil Analisa Data Uji Normalitas Data kontrol dan perlakuan

No.	Hasil	Sig	df	P value
1.	Perlakuan	.750	3	.000
2.	Kontrol	1.000	3	1.000

Sumber Data : Data Primer Juli 2018

Berdasarkan tabel 1. diperoleh hasil uji normalitas data kelompok kontrol dan kelompok perlakuan menggunakan uji Shapiro wilk diperoleh nilai p value pada kelompok perlakuan nilai p value 0.000 dimana nilai p value < nilai α (0.05) berarti bahwa data pada kelompok perlakuan berdistribusi tidak normal, sedangkan hasil nilai p value pada

kelompok kontrol adalah 1.000 dimana nilai p value > nilai α (0.05) berarti bahwa data pada kelompok kontrol berdistribusi tidak normal, sehingga hasil uji statistik dilanjutkan menggunakan uji Non Parametrik yaitu menggunakan uji Mann Whitney karena data berdistribusi tidak normal pada data kelompok kontrol dan dengan sampel yang tidak berpasangan.

Tabel 2 Hasil Analisa Data Penurunan Nyeri dan Kemajuan Dilatasi Serviks Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

No.	Hasil	Mean	SD
1.	Perlakuan	2,33	3
2.	Kontrol	4,67	3

Sumber Data : Data Primer Juli 2018

Berdasarkan tabel 2. Diperoleh nilai mean pada kelompok kontrol nilai mean 4,67 pada kelompok perlakuan pijat counterpressure dan coklat nilai mean yaitu 2,33 artinya bahwa terjadi penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks sebesar 10 % dari kelompok kontrol dimana pijat counterpressure dan konsumsi coklat pada kelompok perlakuan mengalami kemajuan dilatasi serviks pada fase aktif terhitung dari pembukaan 4 hingga 10 dengan durasi waktu 4-6 jam dan skala nyeri kategori nyeri sedang (4-6).

Berdasarkan uji statistik menggunakan uji Mann Whitney diperoleh nilai p value 0,105 dimana nilai p value > nilai α (0.05) yang berarti bahwa tidak ada pengaruh

pijat counterpressure dan konsumsi coklat terhadap penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks pada kala 1 fase aktif di Puskesmas Batur 1 Kabupaten Banjarnegara.

Pembahasan

Berdasarkan uji statistik diperoleh tidak ada pengaruh antar pemberian intervensi pijat counterpressure dan konsumsi coklat terhadap penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks kala 1 fase aktif walaupun mengalami kemajuan dan penurunan skala nyeri sebesar 10% namun kurang signifikan dikarenakan durasi waktu dan jumlah sampel yang sedikit.

Menurut Retty Nirmala dengan penelitiannya “efektifitas pijat efflurage dengan counterpressur terhadap penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks didapatkan hasil rerata dilatasi serviks pada kelompok *counterpressure* sesudah diberikan intervensi sebesar 8,03 lebih besar dari kelompok *effleurage* dengan nilai rerata 7,47 dengan nilai p 0,00 ($p < 0,05$) yang mempunyai arti bahwa kedua kelompok tersebut terdapat perbedaan yang bermakna pada dilatasi serviks antara kelompok pijat *effleurage* dan kelompok *counterpressure*. Perbedaan rerata nyeri persalinan pada kedua kelompok sebesar 0,03. Secara klinis nilai perbedaan tersebut < 20% yang artinya bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna secara klinis, sedangkan pada perbedaan rerata dilatasi serviks kedua kelompok sebesar 0,71 perbedaan tersebut secara klinis

menunjukkan bahwa nilai >20% yang artinya terdapat perbedaan secara klinis pada dilatasi serviks pada kedua kelompok tersebut (Sopiyudin, 2009). Hal ini hampir sependapat dengan hasil penelitian ini yakni pijat counterpressure dan konsumsi coklat tidak ada pengaruh dalam penurunan nyeri dan kemajuan dilatasi serviks walaupun secara klinis terdapat perubahan yang bermakna 10% namun belum signifikan hal ini dikarenakan waktu dan jumlah sampel yang terlalu sedikit.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan di atas bahwa tidak ada pengaruh pijat counterpressure dan konsumsi coklat terhadap penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks pada kala 1 fase aktif dikarenakan keterbatasan durasi waktu penelitian dan jumlah sampel yang sedikit sedangkan pada penelitian lain terdapat pengaruh karena durasi waktu dan jumlah sampel yang cukup.

SARAN

Saran yang dapat diberikan adalah tenaga kesehatan dapat menggunakan terapi pijat counterpressure dan konsumsi coklat untuk penurunan nyeri persalinan dan kemajuan dilatasi serviks pada kala 1 fase aktif durasi waktu sesuai sehingga mendapatkan hasil yang maksimal dan metode ini juga dapat diterapkan pada

pelayanan kebidanan bagi ibu hamil, bersalin dan nifas secara umum.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbarzadeh M., Zahra, M., Mohammad, J. H., Maryam, K., dan Najaf, Z. (2014). Comparison of the Effects of Maternal Supportive Care and Acupressure (BL32 Acupoint) on Pregnant Women's Pain Intensity and Delivery Outcomes. *Journal of Pregnancy*. Diunduh tanggal 06 Juli 2018. Jam 20.45 WIB di <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/>
- Akbarzadeh M., Zahra, M., Najaf, Z., dan Farideh, V. (2015). Comparison of the Effects of Doula Supportive Care and Acupressure at the BL 32 Point on the Mother's Anxiety Level and Delivery Outcome. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*. Diunduh tanggal 06 Juli 2018. Jam 22.15 WIB di <http://www.researchgate.net/publication>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hapsari R., Anasari Tri. (2013). Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Metode Pemberian Coklat Terhadap Penurunan Intensitas Desminore Pada Remaja Putri di SMK

Swagaya 2 Purwokerto. *Journal Of Midwifery Science*.
Diunduh Tanggal 7 juli 2018,
Jam 22.12 WIB di
[http://ejournal.stikesmukla.ac.id/
index.php/involusi/article/view/39](http://ejournal.stikesmukla.ac.id/index.php/involusi/article/view/39)

Jam 21.23 WIB di
<https://www.neliti.com/id/publications/>

- Nirmala S. (2017). Efektifitas Pijat Effleurage dan Counterpressure Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Dan Kemajuan Dilatasi Serviks Pada Kala 1 Fase Aktif di Bidan Praktik Mandiri Surabaya. *Journal Electronik Theses & Disertations* (ETD).
Diunduh Tanggal 5 Juli 2018,
Jam 21.27 WIB di
<http://etd.repository.ugm.ac.id/>
- Oktavia Laily., Ulfa M. (2016). Pengaruh Konsumsi *Dark Chocolate* Terhadap Kecemasan Pada Ibu Post *Sectio Caesarea*. *Journal Ners dan Kebidanan*.
Volume 3, No 2.
Diunduh Tanggal 7 Juli 2018,
Jam 22.15 WIB di
<https://www.e-jurnal.com/2018/07/pengaruh-konsumsi-dark-chocolate.html>

- Pasongli S., Rantung M., Pesak E. (2014). Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di Rumah Sakit Advent Manado. *Journal Ilmiah Bidan*.
Diunduh Tanggal 7 juli 2018,