

## **EVIDENCE BASED CASE REPORT: PENGARUH AKUPRESUR TITIK LV4 DAN LI4 TERHADAP NYERI PERINEUM SETELAH PERSALINAN**

### **EVIDENCE BASED CASE REPORT: THE EFFECT OF ACUPRESSURE LV4 AND LI4 ON PERINEAL PAIN AFTER LABOR**

Putri Dwi Salwa<sup>1</sup>, Diyan Indrayani<sup>2</sup>, Ida Widiawati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Kemenkes Poltekkes Bandung,

<sup>1</sup>Email: [putridwisalwa17@gmail.com](mailto:putridwisalwa17@gmail.com)

<sup>2</sup>Jurusan Kebidanan Kemenkes Poltekkes Bandung

<sup>3</sup>Email: [diyan.indrayani@gmail.com](mailto:diyan.indrayani@gmail.com)

<sup>3</sup>Jurusan Kebidanan Kemenkes Poltekkes Bandung

<sup>3</sup>Email: [idawidiawati@staff.poltekkesbandung.ac.id](mailto:idawidiawati@staff.poltekkesbandung.ac.id)

#### **ABSTRACT**

**Background:** The application of acupressure can be used as a non-pharmacological technique for postpartum, acupressure can be applied to various point on the body. One of wivh is the points LV4 and LI4 points, these points are used to treat constipation, pain, swelling, and redness in genital area, as well as pain symptoms related to gynecological problems such as during childbirth, and primary dysmenorrhea. The application of acupressure can be used as an analgesic technique to reduce pain due to perineal trauma (such as episiotomy and spontaneous rupture). **Purpose:** The effect of acupressure techniques at the LV4 and LI4 points on perineal suture pain after childbirth. **Method:** This journal search method uses keywords, Boolean operators and E-data Based according to predetermined criteria. **Result:** There was an influence that occurred on the intensity of pain in perineal wounds by providing acupressure techniques two hours after delivery, namely reducing the pain of perineal suture wounds which began using the VAS instrument, namely 8 after 2 hours of intervention to 3. **Conclusion:** there is an effect on the intensity of pain in perineal wounds by providing acupressure techniques two hours after delivery, namely reducing the pain of perineal suture.

**Keywords:** Acupressure, perineal pain, postpartum

#### **ABSTRAK**

**Latar belakang:** Penerapan akupresur dapat digunakan sebagai teknik nonfarmakologi untuk ibu nifas, akupresur dapat diterapkan diberbagai titik pada tubuh. Salah satunya pada titik LV4 dan LI4, titik-titik ini digunakan dalam pengobatan sembelit dan sakit kepala, nyeri, bengkak, dan kemerahan di area genital, serta gejala nyeri yang berhubungan dengan masalah ginekologi seperti persalinan, nyeri haid, dan dismenore primer. Penerapan akupresur dapat digunakan sebagai teknik analgesik untuk mengurangi nyeri yang disebabkan oleh trauma perineum (seperti episiotomi dan ruptur spontan). **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh teknik akupresur pada titik LV4 dan LI4 terhadap nyeri luka jahitan perineum setelah persalinan. **Metode:** penelitian ini dilakukan dengan menelusuri literatur di beberapa artikel seperti, PubMed, Portal Garuda, Google Scholar sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. **Hasil:** terdapat pengaruh intensitas nyeri pada luka perineum dengan memberikan teknik akupresur dua jam setelah persalinan yaitu berkurangnya nyeri luka jahitan perineum yang bermula dengan menggunakan instrumen VAS yaitu 8 setelah 2 jam diberikan intervensi menjadi 3. **Simpulan:** terdapat pengaruh teknik akupresur pada nyeri luka perineum dua jam setelah persalinan.

**Kata kunci:** Akupresur, nifas, perineum

## PENDAHULUAN

Masa nifas adalah masa setelah melahirkan dan merupakan masa yang paling kritis. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kematian ibu terjadi setelah persalinan dan 50% diantaranya terjadi dalam selang waktu 24 jam pertama. Kematian ibu nifas merupakan masalah yang kompleks dilihat dari tingginya kematian pada ibu nifas yang sulit diatasi. Angka kematian ibu (AKI) merupakan cara untuk menentukan dan menilai keadaan pelayanan obstetrik di suatu negara, bila AKI masih tinggi maka pelayanan obstetriknya masih buruk sehingga memerlukan perbaikan. WHO melaporkan bahwa kematian ibu di Indonesia masuk dalam golongan tinggi yaitu 420 per 100.000 kelahiran hidup, bila dibandingkan dengan negara-negara ASEAN lainnya.<sup>1</sup>

Menurut WHO terdapat beberapa penyebab/komplikasi yang menyebabkan kematian ibu, 75% diakibatkan oleh perdarahan (perdarahan pada masa nifas), tekanan darah tinggi selama kehamilan (pre-eklampsia dan eklampsia), infeksi, komplikasi dari *unsafe abortion*. Perdarahan masa nifas terjadi pada 30% dari seluruh kematian maternal di Asia dan Afrika.<sup>2</sup>

Proses persalinan dapat menyebabkan terjadinya robekan pada jalan lahir yang dapat menimbulkan sensasi nyeri dan tidak nyaman pada masa nifas.<sup>3</sup> sensasi nyeri perineum yang ibu rasakan karena adanya perlukaan pada perineum setelah melalui proses persalinan, baik robekan secara spontan maupun episiotomi pada perineum. Intensitas nyeri pada masing-masing akan berbeda setiap ibu nifas.<sup>4</sup> Intensitas nyeri yang dirasakan oleh masing-masing individu akan

berbeda sehingga perlunya manajemen nyeri.<sup>3</sup> Manajemen nyeri adalah cara untuk mengurangi nyeri pada seseorang dapat menggunakan farmakologis maupun non-farmakologis. Farmakologis yaitu memberikan obat sebagai cara untuk mengurangi rasa nyeri, sedangkan non-farmakologis dilakukan dengan menggunakan dengan beberapa teknik diantaranya teknik relaksasi, teknik pijatan, dan teknik akupresure dan akupuntur.<sup>5</sup> Teknik relaksasi ini digunakan dengan mengatur teknik pernapasan, sedangkan teknik akupresure digunakan dengan cara memberi tekanan di salah satu area tubuh yang berfungsi untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien.<sup>6</sup>

Terapi non-farmakologis dengan menggunakan teknik akupresure adalah tindakan memberikan penekanan pada titik-titik dengan menggunakan jari atau benda tumpul dipermukaan tubuh. Menurut penelitian pada tahun 2019 akupresure bermanfaat untuk menghilangkan nyeri dan meningkatkan relaksasi yang bertujuan untuk dapat mengatasi masalah kesehatan seperti nyeri, dan rasa tidak nyaman lainnya di dalam tubuh.<sup>7</sup> Selaras dengan pengeluaran hormon endorphon bahwa dengan diberikannya tekanan pada daerah tubuh dapat membantu mengeluarkan zat-zat yang dapat menghilangkan rasa nyeri dan dapat meningkatkan daya tahan tubuh terhadap suatu penyakit.<sup>8</sup>

Akupresur menurut penelitian pada tahun 2020 yang dilakukan pada ibu nifas mulai dari titik LV4 dan LI4, titik-titik ini digunakan dalam pengobatan sembelit dan sakit kepala, nyeri, bengkak, dan kemerahan di area genital, serta gejala nyeri yang berhubungan dengan masalah

ginekologi seperti persalinan, nyeri haid, dan dismenore primer. Menurut beberapa penelitian penerapan akupresur dapat digunakan sebagai teknik analgesik untuk mengurangi nyeri yang disebabkan oleh trauma perineum (seperti episiotomi dan ruptur spontan) pada periode pascapersalinan di kalangan ibu-ibu Turki.<sup>9</sup>

Berdasarkan hal tersebut maka pengkaji tertarik melakukan penerapan evidence based akupresur pada ibu nifas di titik LV4 dan LI4 setelah persalinan pervaginam di Puskesmas Ibrahim Adjie.

## **KASUS**

Pada tanggal 17 Oktober 2023 Ny. T telah melahirkan anak kedua secara spontan di Puskesmas Ibrahim Adjie. Ibu melahirkan 2 jam lalu pada pukul 11.10 WIB bayi lahir menangis spontan, tonus otot aktif, dan kulit kemerahan, JK= Laki-laki, BB= 3135 gram, PB 49 cm tidak ada penyulit. Kondisi ibu saat ini stabil hasil dari obeservasi kala IV juga stabil namun saat melahirkan ibu terdapat robekan pada mukosa vagina dan otot perineum (laserasi perineum derajat 2) sehingga ibu dilakukan penjahitan perineum. Saat ini merasa ngilu dan nyeri pada daerah luka jahitan.

## **RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang dirumuskan pertanyaan sebagai berikut: Bagaimana pengaruh akupresur pada titik LV4 dan LI4 terhadap nyeri perineum setelah persalinan pervaginam?

P : Nyeri perineum

I : Akupresur

C : Tidak ada intervensi pembanding

O : Penurunan nyeri perineum

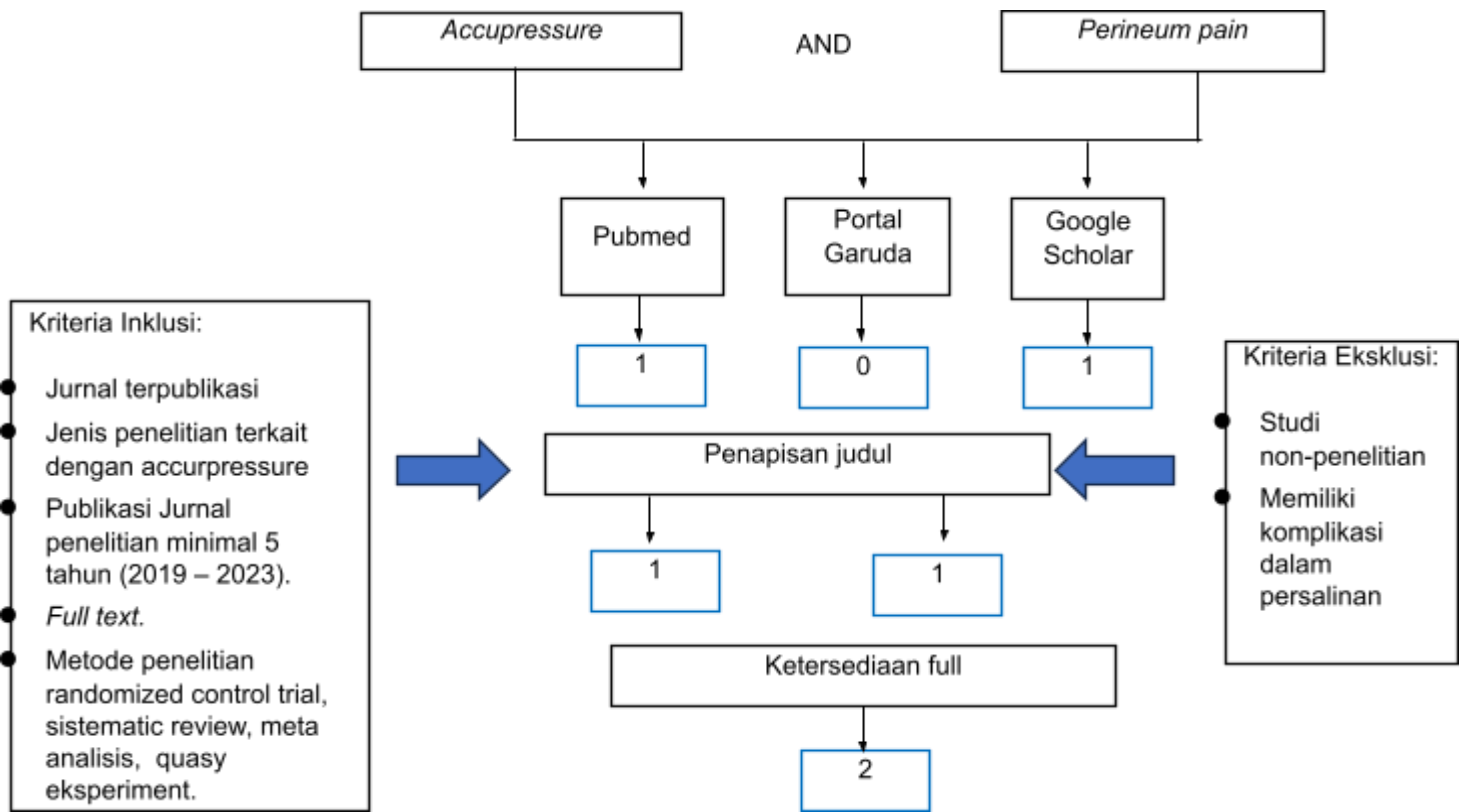
## **METODE**

Metode penulisan bukti dilakukan dengan penelusuran *literature* di PubMed, Portal Garuda, dan Google Scholar terhadap jurnal-jurnal penelitian yang telah dipublikasikan.

Kata kunci pencarian literatur yang digunakan dalam pencarian literatur:

1. Akupresur □ *Accupressure*
2. Nyeri perineum □ *Perineum pain*

Boolean operator untuk menggabungkan dua atau lebih kata kunci. Boolean operator yang digunakan adalah AND untuk mempersempit pencarian dan OR untuk memperluas hasil pencarian dan untuk memastikan bahwa tidak ada satupun literatur yang terlewat, jadi boolean operator yang digunakan adalah 'message sacrum' AND 'labor pain'



Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Berikut ini merupakan tabel telaah kritis dari 2 jurnal yang terpilih mencakup *validity, importance, and applicability*

Tabel 1 Telaah Kritis

No	Artikel	Desain Penelitian	Level of Evidence	Validity	Important	Applicability
1	<p><b>Judul:</b> “<i>The effect of acupressure applied to points LV4 and LI4 on perceived acute postpartum perineal pain after vaginal birth with episiotomy: a randomized controlled study</i>”</p> <p><b>Penulis:</b> <a href="#">Ayça Şolt Kirca</a><sup>1</sup>, <a href="#">Derya Kanza Gul</a><sup>2</sup></p> <p><b>Nama Jurnal:</b> Maternal-Fetal Medicine DOI: <a href="https://doi.org/10.1007/s00404-020-05439-z">10.1007/s00404-020-05439-z</a></p> <p>Database: Pubmed</p>	Desain penelitian ini dilakukan dengan randomize control trial dilakukan pada bulan Januari hingga Mei 2019	IB	<p><b>Sampel:</b> sampel dalam penelitian ini dilakukan pada peserta/perempuan setelah persalinan berusia 18 tahun, yang mengalami nyeri perineum. sampel berdasarkan ukuran efek standar Cohen dan hasil literatur, ukuran efek antara efek sedang dan besar diasumsikan sebesar 0,30. Jadi, dengan hipotesis dua sisi, ukuran efek standar 0,30, kesalahan tipe 1 sebesar 0,05, daya uji (analisis daya) sebesar 0,80 (<math>\bar{y}=0,05, 1 \bar{y} \bar{y}=0,80</math>) dan sesuai rasio distribusi ke satu- untuk satu kelompok, ukuran sampel minimum ditemukan 111 (n=37 untuk setiap kelompok) subjek.</p> <p><b>Penelitian</b> dilakukan dengan mengisi kuesioner atau formulir <i>visual analog scale</i> (VAS). Diukur dan dievaluasi selama 30 menit (VAS), 60 menit (VAS), 120 menit (VAS)</p>	<p>Sebelum penerapan kelompok eksperimen dan kontrol diberitahu tentang prosedur yang harus dilakukan dan ibu diminta menandai nyeri pada daerah perineum menggunakan VAS (<i>visual analog scale</i>) pada 30 menit setelah pemberian intervensi,</p> <p>Perempuan yang menerima akupresur, skor nyeri pada menit ke-1 (VAS 7), menit ke-30 (VAS 5), menit ke-60 (VAS 4) dan menit ke-120 (VAS 2).</p>	<p>Akupresur dilakukan pada ibu bersalin yang memiliki luka pada perineum dengan jahitan. Akupresur ini dilakukan untuk mengurangi rasa sakit. Akupresur digunakan dengan memberikan tekanan yang tepat pada titik kupuntur yang terletak di sepanjang saluran energi yang disebut “meridian” dalam tubuh. Hasilnya energi dalam tubuh meningkat dan rasa sakit berkurang karena penguatan sistem kekebalan tubuh.</p>

<p>2</p>	<p><b>Judul:</b> “Penerapan Relaksasi Genggang Jari terhadap nyeri Luka Perineum derajat 1 pada Ibu Post Partum Spontan di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri”</p> <p><b>Penulis:</b> Yasinta Dewi Saputri, Anjar Nurrohmah, Sumardi.<sup>10</sup></p> <p><b>Nama Jurnal:</b> Jurnal OSADHAWEDYAH</p> <p>Database: Google Scholar</p>	<p>Metode penelitian yang digunakan pada artikel ini adalah eksperimen yang membandingkan 2 kelompok kontrol dan kelompok intervensi yang dilakukan pada bulan Januari – Mei tahun 2023</p>		<p><b>Sampel:</b> sampel dalam penelitian ini dilakukan pada peserta/perempuan yaitu ibu post partum yang melahirkan secara spontan dengan terdapat luka laserasi derajat 1 dan mengalami nyeri luka perineum. Penelitian ini dilakukan di Bangsal Melaiti RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso. Penelitian ini dilakukan selama 3 hari pada pagi hari pada setiap responden, alat ukur yang digunakan adalah NRS (<i>Numerik Rating Scale</i>) .</p> <p>Hasil intervensi dilakukan dengan menilai skala nyeri sebelum dan setelah melakukan relaksasi genggam jari. Hasil yang didapatkan sebelum diberikan intervensi rata-rata responden mengalami skala nyeri 3 dan skala nyeri 4 yaitu skala nyeri perineum ringan dan sedang. Sedangkan setelah diberikan intervensi didapatkan hasil bahwa skala nyeri menurun menjadi skala 0 dan skala 1 yaitu tidak nyeri dan nyeri ringan</p>	<p>Sebelum dilakukan intervensi, pasien diminta untuk menandai nyeri luka perineum menggunakan instrumen NRS (<i>Numerik Rating Scale</i>). Setiap sebelum dilakukan intervensi karena intervensi diberikan selama 3 hari.</p> <p>Hasil penelitian menunjukkan perkembangan skala nyeri perineum sebelum dan setelah menerapkan relaksasi genggam jari yang dilakukan selama 3 hari. Rata-rata responden di hari pertama memiliki nyeri dengan skala 4 (nyeri sedang) dan setelah melakukan intervensi menjadi skala 3 (nyeri ringan). Hari kedua sebelum menerapkan terdapat skala 3 yaitu nyeri ringan dan turun setelah</p>	<p>Hasil penelitian menurut Yulianti et al.,(2021) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari sangat efektif untuk diterapkan dalam menangani rasa nyeri, karena selain sangat mudah untuk diduplikasikan relaksasi genggam jari ini nantinya akan dapat menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi yang terletak pada jari-jari tangan. Sehingga nantinya mampu memberikan sebuah efek rangsangan secara spontan pada saat dilakukan genggam tangan hingga pasien mampu mengontrol diri saat merasa nyeri</p>
----------	--	---	--	--	--	--

					intervensi menjadi skala 2. Dan pada hari terakhir sebelum dilakukan intervensi yaitu skala yang diperoleh 2 nyeri ringan dan setelah penerapan mengalami penurunan menjadi skala 1 (tidak nyeri)	
--	--	--	--	--	---	--

## HASIL

Terdapat 2 artikel pada hasil penelusuran jurnal melalui literatur mengenai penerapan EBCR teknik akupresur pada titik LV4 dan LI4 pada ibu setelah persalinan pervaginam. berdasarkan artikel pertama yang berjudul "*The effect of acupressure applied to points LV4 and LI4 on perceived acute postpartum perineal pain after vaginal birth with episiotomy*" dengan metode penelitian *a randomized controlled study* (Ayça Şolt Kirca, Derya Kanza Gul, 2019) Hasilnya bahwa energi dalam tubuh seseorang dapat meningkat energi dan mengurangi rasa nyeri terutama pada ibu pasca persalinan dengan penilaian menggunakan *Visual Analogi Scale* (VAS) yang menerima akupresur, skor nyeri pada menit ke-1 (VAS 7), menit ke-30 (VAS 5), menit ke-60 (VAS 4) dan menit ke-120 (VAS 2). Sehingga penerapan akupresur di titik LV4 dan LI4 terbukti efektif dapat mengurangi nyeri perineum akibat robekan spontan atau episiotomi pada ibu pascapersalinan.

Artikel kedua berjudul Penerapan Relaksasi Genggang Jari terhadap nyeri Luka Perineum derajat 1 pada Ibu Post Partum Spontan di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri (Yasinta Dewi Saputri, Anjar Nurrohmah, Sumardi, 2023) dengan hasil penelitian Hasil intervensi dilakukan dengan menilai skala nyeri sebelum dan setelah melakukan relaksasi genggam jari pada titik yang telah ditentukan di jari-jari tangan. Penilaian yang dilakukan dengan menggunakan instrumen *Numerik Rating Scale* (NRS) sebelum

diberikan intervensi 4 dan setelah diberikan intervensi menjadi 1. Hasil yang didapatkan sebelum diberikan intervensi rata-rata responden mengalami penurunan nyeri perineum sebelum dan setelah dilakukan intervensi.

## PEMBAHASAN

Masa nifas adalah masa setelah kelahiran bayi dan plasenta yang biasanya selama 42 hari atau 6 minggu. Proses persalinan adalah proses fisiologis namun perempuan memiliki risiko terjadinya robekan pada jalan lahir yang menimbulkan sensasi nyeri setelah melahirkan.<sup>3</sup>

Sensasi nyeri yang dirasakan setiap orang akan berbeda-beda. Rasa nyeri daerah perineum pada ibu nifas disebabkan oleh adanya robekan pada daerah tersebut pada proses persalinan.<sup>11</sup> Nyeri luka perineum dapat diartikan ketika seorang ibu merasakan nyeri akibat adanya perlukaan pada daerah perineum setelah melalui proses kelahiran bayinya. Rasa nyeri ini dapat terjadi akibat robekan spontan maupun episiotomi pada perineum.<sup>3</sup>

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa teknik akupresure memiliki efek terhadap penurunan nyeri, penyakit kronis, penyakit psikologis, dan penyakit neurologi. Menurut beberapa penelitian Beberapa studi menunjukkan hasil yang sama terkait manfaat akupresure bahwa secara spesifik manfaatnya dapat mengurangi rasa mual muntah akibat dari kemoterapi, mengatasi sembelit dan penyakit alergi.<sup>12,13</sup>

Salah satu intervensi non-farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri akibat dari robekan perineum adalah dengan teknik akupresur di



titik LV4 dan LI4. Akupresur memberikan tekanan pada bantuan jari, tangan, telapak tangan, siku atau lutut pada lebih dari 365-2000 titik akupresur yang terhubung satu sama lain melalui 12 jalur meridian pada tubuh. Akupresur dapat mengatur sirkulasi darah dan menyediakan energi (Qi) yang diperlukan tubuh serta menciptakan keseimbangan simbol Yin dan Yang, dengan mengeluarkan neurotransmitter, mengaktifkan sistem opioid, dan mengeluarkan asam laktat dan karbon monoksida yang terakumulasi. Dengan terhambatnya kontraksi otot dapat memertahankan fungsi alaminya dan rasa sakitnya berkurang.<sup>14</sup>

Akupresur menurut penelitian pada tahun 2020 yang dilakukan pada ibu nifas mulai dari titik LV4 dan LI4, titik-titik ini digunakan dalam pengobatan pada orang sembelit, sakit kepala, nyeri, bengkak, dan kemerahan di area genital, serta gejala nyeri yang berhubungan dengan masalah ginekologi dan obstetrik seperti persalinan, nyeri haid, dan dismenore primer. Menurut beberapa penelitian penerapan akupresur dapat digunakan sebagai teknik analgesik untuk mengurangi nyeri yang disebabkan oleh trauma perineum seperti episiotomi dan ruptur spontan saat persalinan pada ibu-ibu Turki.<sup>9</sup>

Berdasarkan tinjauan literatur penerapan akupresur memiliki efek yang signifikan terhadap skor nyeri perineum. Penerapan akupresur pada LV4 dilakukan pada alur bagian atas kaki antara jari tangan pertama dan kedua tempat menyatunya tulang dan LI4 ditengah tulang metacarpal kedua ada kaki. Sebelum penerapan dilakukan terlebih dahulu pemanasan dan persiapan dengan cara menggosok posisi yang akan

dilakukan pijatan sekitar 30 – 40 detik pada setiap titik. Kemudian dilakukan pengaplikasian selama 10 menit (tekanan 120 detik dan istirahat 30 detik untuk setiap titik).<sup>9</sup>

Pada penerapan ini didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan intervensi, nyeri luka perineum yang dirasakan oleh ibu menggunakan VAS (*visual analog scale*) adalah 8 selanjutnya diberikan intervensi akupresur pada titik LI4 dan LV4 dengan durasi waktu 10 menit yang diberi tekanan selama 120 detik dan istirahat 30 detik setiap titik. Selanjutnya dilakukan penilaian ulang menggunakan VAS untuk menilai setelah pemberian intervensi terhadap nyeri luka perineum. Pada 30 menit setelah diberi akupresur terdapat skor 7, pada 60 menit setelahnya 5, dan pada 120 menit setelahnya adalah 3. Dalam hal ini didapatkan hasil bahwa terdapat perubahan yang terjadi pada intensitas nyeri pada luka perineum dengan memberikan teknik akupresur dua jam setelah persalinan.<sup>9</sup>

Penerapan akupresur pada titik LI4 dan LV4 dapat meningkatkan hormon oksitosin dan mengendalikan hormon endorpin sehingga dapat membuat ibu merasa rileks terhadap luka jahitan yang pada perineum. Akupresur mengaktifkan energi vital Qi yang dapat memicu pengeluaran hormon endorpin dalam darah sehingga dapat mengontrol rasa sakit.<sup>15</sup>

Dalam hal ini terdapat penerapan intervensi dengan menggunakan akupresur pada titik LV4 dan LI4 berpengaruh secara efektif terhadap intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sehingga membuat ibu merasa nyaman dan tidak cemas memikirkan jahitan yang ada di perineum.

## SIMPULAN

Dari penerapan *evidence based* pada kasus diatas dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik akupresur di titik LV4 dan LI4 dapat berpengaruh terhadap penurunan nyeri perineum pada ibu setelah persalinan pervaginam. Hal ini terjadi karena pada titik akupresur mengeluarkan hormon endorpin yang membuat ibu merasa rileks dan dapat mengontrol rasa nyeri akibat adanya luka jahitan di perineum.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada bidan di Puskesmas Ibrahim Adjie dan pembimbing di Poltekkes Kemenkes Bandung yang telah membantu dalam pelaksanaan penerapan *Evidence based*.

## DAFTAR RUJUKAN

1. Placas CDE. BAB I PENDAHULUAN, Latar Belakang Masalah Skripsi. 2015;2015:1-239. [http://eprints.ums.ac.id/14213/2/BAB\\_1.pdf](http://eprints.ums.ac.id/14213/2/BAB_1.pdf).
2. Isnaeni, Ana Pertiwi, And Iriantom A and A. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta | 9. *J Kesehatan*. 2012;6(6):9-33. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1134/4/4.Chapter2.pdf>.
3. Putri AD. Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di RSUD PKU Muhammadiyah Bantul. *Naskah Publ Univ 'Aisyiyah Yogyakarta*. 2016:55.
4. Dian Anisya, M A, Abeng AT. Asuhan Kebidanan Postpartum pada Ny. Y dengan Nyeri Luka Jahitan Perineum. *Wind Midwifery J*. 2023;03(01):60-68. doi:10.33096/wom.vi.706
5. Rahmayanti R, Oktafia R. Penyuluhan Manajemen Nyeri Persalinan Menggunakan Effleurage Massage Pada Ibu Hamil Trimester III. *J Abdimas Madani dan Lestari*. 2022;04(September):106-110. doi:10.20885/jamali.vol4.iss2.art7
6. Sholekhah AA, Mustikasari I, Yuningsih D, et al. Copyright @ NAFATIMAH GRESIK PUSTAKA Homepage : <https://nafatimahpustaka.org/osadhawedyah> Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Post Sektio Caesarea Di Rsud Kabupaten Karanganyar Application Of Benson ' S Relaxation To Reducin. 2023;1(4).
7. Mas'udah S, Tumilah T, Windyarti MLNZ. Asuhan Kebidanan Berkelanjutan (Continuity of Care) pada Ny. "A" G1P0A0 di Puskesmas Kedung I Jepara. *PubHealth J Kesehatan Masy*. 2023;2(2):67-72. doi:10.56211/pubhealth.v2i2.361
8. Revianti ID, Yanto A. Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja. *Holist Nurs Care Approach*. 2021;1(1):39. doi:10.26714/hnca.v1i1.8265
9. Şolt Kirca A, Kanza Gul D. The effect of acupressure applied to points LV4 and LI4 on perceived acute postpartum perineal pain after vaginal birth with episiotomy: a randomized controlled study. *Arch Gynecol Obstet*. 2020;301(2):473-481. doi:10.1007/s00404-020-05439-z
10. Dewi Saputri Y, Nurrohmah A,

- Profesi Ners P, Ilmu Kesehatan F, Surakarta A, Sakit Umum Daerah dr Soediran Mangun Sumarso Wonogiri R. Penerapan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Luka Perineum Derajat I Pada Ibu Post Partum Spontan Di Rsud Dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri Application Of Finger Relaxation To Perineum Pain Degree I In Spontan Post Partum Mothers At RSUD dr. Soedira. 2023;1(3):131-140. <https://nafatimahpustaka.org/osadhawedyah>.
11. Putri RD, Novianti N, Maryani D. Ketidaknyamanan Pada Ibu Hamil, Bersalin, Dan Nifas. *J Midwifery*. 2021;9(1):38-43. doi:10.37676/jm.v9i1.1346
  12. Anna A, Kasanah U, Wahyuni S, Nardina EA. Hubungan Kombinasi Senam Nifas Dan Terapi Akupresur Dengan Proses Involusi Uteri Di Klinik Bersalin Bidan Fransina Tahun 2022. 2024;2(01):1-8.
  13. Komariah M, Mulyana AM, Maulana S, Rachmah AD, Nuraeni F. Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur Dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan. *J Med Hutama*. 2021;02(01):402-406.
  14. Sudjarwo E, Solikhah K. Pengaruh Penerapan Terapi Akupresur terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea ( SC ) Acupressure Therapy to Pain Levels in Post-C-section ( SC ) Patients Poltekkes Kemenkes Malang ( Co Author : eddi@poltekkes-malang.ac.id ). *J Manaj Kesehat Yayasan Dr Soetomo*. 2023;9(1):1-9. [www.jurnal.tikes-yrsds.ac.id](http://www.jurnal.tikes-yrsds.ac.id).
  15. Yusita I, Mulyani Y, Arianti ND. Penerapan Akupresur Sanyinjiao (SP 6) dan Hegu (LI 4) Pada Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Puskesmas X. *J Ilm Ilmu Kebidanan dan Kandung*. 2021;13(3):128-143. <https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index>.