

PENGARUH AKUPRESUR TITIK SP 6 TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA KALA 1 FASE AKTIF

*THE EFFECT OF ACUPRESSURE AT SP 6 POINT ON LABOR PAIN IN THE
1ST STAGE OF THE ACTIVE PHASE*

Nazma Nurmanisa^{1*}, Kurniaty Ulfah², Saur Sariaty³

^{1,2,3*} Profesi Bidan, Poltekkes Kementerian Kesehatan Bandung

Email: nazmanms@gmail.com Tlp : 085218476473

ABSTRACT

Childbirth is a physiological thing that everyone experiences. The 2017 Indonesian Demographic and Health Survey (SDKI) report shows that 17% of live births in the 5 years prior to the survey were from women 15-49 years old who were born via caesarean section. Fear is the main factor that causes pain in labor. Labor pain is one of the most intense types of pain that a woman may experience. Pain in women giving birth is normal because it is influenced by anatomical and physiological factors in the body. Controlling delivery pain is very important in order to progress the delivery process. One way is to use non-pharmacological techniques, namely the accupressure technique. The aim is to determine the effectiveness of applying acupressure to the SP 6 point to reduce pain in women giving birth. This research method uses article searches with the e-databased search engines Pubmed, and Google Scholar for 2013-2023 with the criteria of original articles, RCT, Systematic Review, and experimental methods. From the search results, 1 article was obtained that met the criteria. Applying pressure at the SP6 point can reduce the labor pain felt by the mother in labor, as well as reducing the duration of the active first stage of labor and the total length of labor.

Key words: *Acupressure, Labor Pain, Active Phase*

ABSTRAK

Persalinan merupakan hal yang fisiologis yang dialami oleh setiap orang. Laporan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 menunjukkan bahwa 17% kelahiran hidup dalam 5 tahun sebelum survei dari wanita 15-49 tahun yang dilahirkan melalui proses bedah caesar. Ketakutan merupakan faktor utama yang menyebabkan rasa nyeri dalam persalinan. Nyeri persalinan merupakan salah satu jenis nyeri yang paling intens rasa nyerinya yang mungkin dialami seorang wanita. Nyeri pada wanita bersalin merupakan hal yang normal karena hal tersebut dipengaruhi oleh factor anatomi dan fisiologis dalam tubuh. Mengendalikan nyeri persalinan sangat penting dalam rangka kemajuan proses persalinan. Salah satunya dengan menggunakan teknik non farmakologi yaitu teknik accupressure. Tujuannya adalah mengetahui efektivitas penerapan akupresure titik SP 6 untuk menurunkan nyeri pada ibu bersalin. Metode penelitian ini dengan menggunakan penelusuran artikel dengan mesin pencarian e-databased Pubmed, dan Google Scholar tahun 2013-2023 dengan kriteria original artikel metode RCT, Systematic Review, dan experimental. Dari hasil pencarian didapatkan 1 artikel yang memenuhi kriteria. Pemberian tekanan pada titik SP6 dapat mengurangi nyeri persalinan yang dirasakan ibu bersalin, serta mengurangi durasi kala satu aktif persalinan dan total lama persalinan.

Kata kunci: Akupresure, Nyeri Persalinan, Fase Aktif

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan hal yang fisiologis yang dialami oleh setiap orang, akan tetapi kondisi fisiologis tersebut dapat menjadi patologis apabila seorang ibu tidak mengetahui kondisi yang fisiologis dan seorang penolong atau tenaga kesehatan tidak memahami bagaimana suatu persalinan dikatakan fisiologis dan bagaimana penatalaksanaannya sehingga dapat membantu menurunkan angka kematian ibu sesuai dengan MDGs 2015 yang berganti SDGs (Sustainable Development Goals)¹²

Partus lama adalah komplikasi yang paling banyak dilaporkan (41%) oleh wanita 15-49 tahun dalam kelahiran 5 tahun sebelum survei. (SDKI, 2017). Partus lama dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu yaitu ketakutan. Ketakutan merupakan faktor utama yang menyebabkan rasa nyeri dalam persalinan¹.

Nyeri persalinan merupakan salah satu jenis nyeri yang paling intens rasa nyerinya yang mungkin dialami seorang wanita. Nyeri pada wanita bersalin merupakan hal yang normal karena hal tersebut dipengaruhi oleh factor anatomi dan fisiologis dalam tubuh. Ibu yang mengalami nyeri persalinan yang hebat dapat mengalami peningkatan resiko komplikasi selama persalinan seperti takikardia pada janin, robekan vagina, atau perubahan dalam sampel darah janin³⁴

Nyeri persalinan timbul karena adanya peregangannya pada segmen bawah rahim dan juga mulut rahim serta adanya ischemia otot rahim (keadaan uterus yang terus membesar dan menjadi tegang sehingga dapat mengganggu sirkulasi uteroplasenta), untuk mendorong bayi keluar dari dalam rahim. Kontraksi yang terjadi pada kala 1 biasanya menekan ujung syaraf sehingga memunculkan

rangsangan nyeri yang berdampak timbulnya ketakutan maupun kecemasan⁵.

Mengendalikan nyeri persalinan sangat penting dalam rangka kemajuan proses persalinan. Ketidakmampuan mengendalikan nyeri persalinan akan menimbulkan stres, ketakutan dan berdampak buruk bagi kesehatan ibu, janin, dan bayi baru lahir. Akibat stres dan ketakutan yang disebabkan oleh nyeri persalinan yang berlebihan, penyempitan pembuluh darah perifer dapat terjadi, yang mengurangi aliran darah ke plasenta dan menyebabkan dampak buruk pada kesehatan janin. Selain itu, rasa takut dan cemas saat melahirkan dapat menurunkan rasa percaya diri ibu hamil sehingga menyebabkan kehilangan kendali dan menimbulkan ketegangan pada otot panggul, ketegangan ini menimbulkan resistensi terhadap gaya dorong yang dilakukan oleh rahim dan ibu bersalin.

Mengendalikan nyeri persalinan sangat penting dalam rangka kemajuan proses persalinan. Salah satunya dengan menggunakan teknik non farmakologi yaitu teknik accupressure. Tujuannya adalah mengetahui efektivitas penerapan akupresure titik SP 6 untuk menurunkan nyeri dan lamanya persalinan pada ibu bersalin⁶.

KASUS

Seorang perempuan bernama Ny. M usia 20 tahun datang ke puskesmas dengan keluhan merasa hamil 9 bulan anak pertama mengeluh nyeri mulas sejak pukul 18.00 WIB tanggal 20/09/2023, sudah keluar lendir darah namun belum keluar air air. Pada hasil pemeriksaan data subjektif Ny. M dalam kondisi baik tidak memiliki riwayat penyakit apapun sebelumnya. Pada hasil kajian data objektif Ny. M di temukan TFU 31 cm, DJJ 140 x/m, His: 3/10'/35". Pada pemeriksaan dalam ditemukan pembukaan 5 cm ketuban

utuh. Asuhan yang diberikan pada ibu Melakukan penjelasan dan *informed consent* mengenai tindakan akupresure pada titik SP 6. Kemudian dilakukan penilaian skala nyeri awal sebelum melakukan akupresure pada titik SP 6 menggunakan *numeric rating scale (NRS)* di dapatkan hasil nyeri 7. Selanjutnya elakukan akupresure pada titik SP 6 selama 20 menit pada ibu saat kontraksi. Melakukan evaluasi penilaian skala nyeri ibu setelah dilakukan akupresure pada titik SP 6 menggunakan *numeric rating scale (NRS)* di dapatkan hasil 5 ibu merasakan mulas namun tidak terlalu nyeri seperti sebelumnya

RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah pada studi kasus ini adalah bagaimana efektivitas penerapan akupresure titik SP 6 terhadap nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif

PICO

P : Labor/*first stage*

I : *Accupressure* SP 6

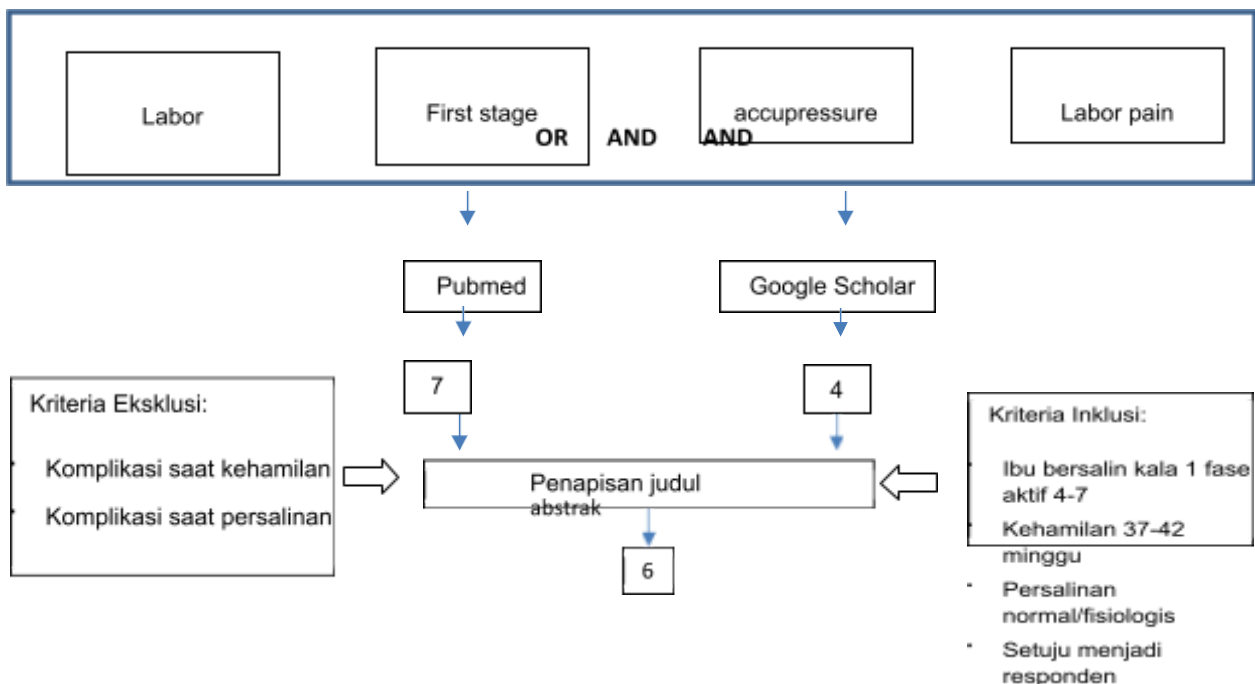
C : Tidak ada pembanding

O : *Labor pain*

METODE

Metode penelitian ini dengan penelusuran *evidence based* menggunakan *e-data based* Pubmed dan Google Scholar. Kata kunci dan *boolean operator* yang digunakan saat penelusuran adalah *First stage OR Labor AND akupresure AND Labor pain AND Duration*. Penggunaan OR untuk memperluas penelusuran dan penggunaan AND untuk memfokuskan penelusuran.

Artikel jurnal yang sudah ditemukan kemudian diseleksi menggunakan pembatasan tahun terbit yaitu 10 tahun terakhir terhitung dari tahun 2013 sampai tahun 2023, *full text*, desain penelitian yang digunakan *randomized control trial, systematic review*, dan *experimental* dalam bahasa Inggris maupun bahasa Indonesia.





Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Tabel 1. Telaah Kritis

Artikel	Desain Penelitian	Level of evidence	Validity	Importance	Applicability
Hülya Türkmen dan Esin Çeber Turfan	<i>Randomized Control Trial</i>	IIA	<p>Sampel : 60 orang ibu hamil dengan 30 eksperimen dan 30 kontrol</p> <p>Kriteria inklusi pemilihan sampel adalah: Ibu bersalin kala 1 fase aktif pembukaan 4-7cm pada persalinan normal atau fisiologis. Kontraksi teratur, tidak menerima analgesia atau anestesi, tanpa risiko apa pun, dan yang setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian ini setelah memberikan persetujuan tertulis</p> <p>Kriteria eksklusi : ibu bersalin preterm, KPD, kehamilan risiko tinggi, kelainan kontraksi</p> <p>Instrumen yang digunakan terkait intensitas nyeri, dengan menggunakan skala NRS.</p>	<p>Hasil intervensi rata rata nyeri sebesar</p> <p>kelompok eksperimen, rata-rata intensitas nyeri sebesar 7,17.</p> <p>Pada kelompok kontrol rata-rata intensitas nyeri 7,66.</p>	<p><i>Acupresure</i> titik SP 6 dapat dilakukan dalam praktik pelayanan asuhan persalinan sebagai <i>pain relief</i> dan mempercepat durasi pada ibu bersalin kala 1 fase aktif.</p>
Imelda Diana Marsilia, Sri Kubilawati	Quasi Experimental	II b	ibu inpartu yang telah memasuki fase aktif persalinan	Hasil penelitian rata-rata nyeri persalinan	Terapi akupresur dapat

			<p>dan memenuhi kriteria inklusi sejumlah 25 responden yang didapatkan dengan menggunakan teknik accidental sampling.</p>	<p>sebelum diberikan akupresur titik SP6 dan L14 adalah 6.48 dan setelah diberikan akupresur adalah 3.84. Ada pengaruh teknik akupresur titik SP6 dan L14 terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Ny. T.O (p-value 0,0001 < 0,05) dengan penurunan 2.64. Terapi akupresur dapat diterapkan pada asuhan kebidanan ibu bersalin kala I yang bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan.</p>	<p>diterapkan pada asuhan kebidanan ibu bersalin kala I yang bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan.</p>
<p>Shofira Mufidah, Lia Ayu Kusumawardani, Siti Fadhilah</p>	<p>Systematic review</p>	<p>la</p>	<p>Data yang didapatkan berdasarkan penelusuran dari jurnal nasional dan internasional. Penemuan terdahulu, mengidentifikasi, menganalisis dan menginterpretasikan suatu topik penelitian untuk menjawab pertanyaan dalam penelitian merupakan tujuan dari adanya systematic literature review. Data yang diambil merupakan hasil dari penelitian yang dicari menggunakan database (Pubmed,</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode penelitian Systematic Literature Review untuk mengidentifikasi dan menganalisis 15 jurnal internasional yang didapatkan melalui database Pubmed, Cochrane dan Science Direct. Hasil yang didapatkan yaitu acupressure membantu ibu lebih rileks dalam</p>	<p>Hasil analisis yang terdiri dari beberapa jurnal internasional ini menunjukkan bahwa metode non farmakologi acupressure titik SP6 LI4 dan BL32 berpengaruh menurunkan nyeri pada ibu bersalin kala 1.</p>

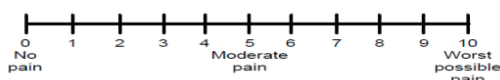
			Science Direct, Chocrane).	menghadapi nyeri persalinan kala 1.	
--	--	--	-------------------------------	---	--

HASIL

Dari hasil pencarian literatur jurnal, ditemukan 1 artikel yang dapat digunakan dalam penerapan EBCR mengenai pijat endophin untuk mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif. Berdasarkan artikel pertama yang berjudul "*The effect of acupressure on labor pain of labor when applied to the SP6 point*" menyebutkan bahwa tingkat nyeri kelompok intervensi sebelum akupresure rata-rata memiliki intensitas nyeri sebesar 8. Setelah diberikan akupresure pada kelompok eksperimen, rata-rata intensitas nyeri sebesar 7,17. Pada kelompok kontrol rata-rata intensitas nyeri sesudahnya rata-rata 7,66.

PEMBAHASAN

Nyeri persalinan timbul akibat kontraksi uterus, dilatasi serviks, dan ketegangan pada vagina dan dasar panggul. Tingkat keparahan nyeri persalinan berbeda pada awal dan akhir tahap aktif dan transisi persalinan. Nyeri persalinan merupakan nyeri yang terus meningkat. Penting bagi wanita untuk mengendalikan nyeri persalinan dalam rangka kemajuan proses persalinan. Ketidakmampuan mengendalikan nyeri persalinan akan menimbulkan stres, ketakutan dan berdampak buruk bagi kesehatan ibu, janin, dan bayi baru lahir. Dalam menilai intensitas nyeri dapat menggunakan berbagai banyak cara salah satunya adalah NRS⁶⁷.



Pada kasus dalam penelitian yang dilakukan ini, Sebelumnya ibu dilakukan penilaian skala nyeri yang dirasakan oleh ibu menggunakan metode Numeric Rating Scale (NRS) 1-10 yaitu 7. Pada data objektif dapat dilihat bahwa ibu merasa gelisah dan merasa sakit saat proses persalinan kala 1 fase aktif terutama pada saat adanya kontraksi. Sehingga peneliti melakukan asuhan akupresure pada titik SP 6 untuk mengurangi rasa sakit dan mempercepat durasi persalinan. Setelah dilakukan akupresure SP 6 dan dilakukan evaluasi skala nyeri yang dirasakan oleh ibu menurun menjadi di rentang angka 5. Akupresur merupakan pengembangan dari teknik akupuntur. Akupresur merangsang titik-titik yang sama seperti akupuntur menggunakan tekanan manual, biasanya dengan jari atau ibu jari, pada titik-titik tertentu⁸. Pada prinsipnya, tujuan kedua perawatan ini tidak berbeda, keduanya dipakai untuk merangsang titik – titik yang ada di tubuh, menekan hingga masuk ke sistem saraf.⁹

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh imelda (2022) didapatkan hasil Terapi akupresur dapat diterapkan pada asuhan kebidanan ibu bersalin kala I yang bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan¹⁰.

Selain itu, berdasarkan hasil penelitian dengan metode systematic review yang dilakukan oleh shofira (2022) didapatkan hasil analisis yang terdiri dari beberapa jurnal internasional ini menunjukkan bahwa metode non farmakologi acupressure titik SP6 LI4 dan BL32 berpengaruh menurunkan nyeri pada ibu bersalin kala 1¹¹.

Berdasarkan penelitian tersebut bahwa adanya pengaruh dari akupresur titik SP6 pada nyeri persalinan kala I

fase aktif dengan p-value $0.00 < 0.05$ dan menyatakan perlu dikembangkannya pengaplikasian akupresur titik SP6 karena dapat digunakan sebagai terapi untuk ibu bersalin dalam mengurangi nyeri dan membuat ibu merasa nyaman. Dengan dilakukannya penekanan pada titik akupresur akan menstimulus, mengaktifkan dan meningkatkan produksi dan kinerja hormon endorfin. Juga melancarkan sirkulasi darah dan saraf. Sel saraf A β pada kulit dan sel saraf 1 pada otot akan merangsang sel saraf yang bermyelin yang berdiameter besar dan membawa pesan sensori. Rangsangan pada reseptor saraf sensorik menyebabkan impuls saraf lalu meneruskannya ke medula spinalis, yang kemudian kelenjar pituitary hipotalamus dalam mesensifalon akan melepaskan endorfin yang mampu mengurangi skor kesakitan ibu bersalin^{1,12,13}.

Sejalan dengan teori menurut Manuaba (2013) Persalinan merupakan proses alamiah dimana terjadi dilatasi serviks, lahirnya bayi, dan lahirnya plasenta dari rahim ibu, dimana dalam semua proses itu tidak terlepas adanya rasa nyeri yang timbul dikarenakan adanya penekanan-penekanan pada syaraf. Kehadiran seorang pendamping secara terus menerus dan adanya terapi dalam mengurangi dari rasa sakit merupakan suatu yang dibutuhkan oleh ibu bersalin^{6,12}.

Nyeri persalinan dapat dikontrol dengan memberikan stimulus untuk merangsang produksi endorphine lokal, selain itu tindakan utama akupresure ini untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada system saraf. Selanjutnya, rangsangan taktil dan perasaan positif, yang berkembang ketika dilakukan bentuk sentuhan yang penuh perhatian dan empatik, bertindak memperkuat efek massage untuk mengendalikan nyeri.^{14,15}

Pada penelitian ini masih terdapat keterbatasan terutama dalam

penerapan accupressure pada titik SP6 karena peneliti perlu mengkaji lebih dalam mengenai kondisi ibu. Dalam penelitian ini juga masih terdapat keterbatasan mengenai faktor – faktor yang mempengaruhi pengurangan nyeri pada saat kontraksi selain dari akupresure SP 6.

SIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa tekanan yang diberikan pada titik SP6 mengurangi nyeri persalinan yang dirasakan ibu bersalin, serta mengurangi durasi kala aktif persalinan kala satu dan total lama persalinan. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa wanita hamil merasa puas dengan penerapan tekanan pada titik SP6 selama persalinan, dan metode ini efektif dalam meredakan nyeri dan mempercepat durasi persalinan..

DAFTAR RUJUKAN

1. Ariesty GA, Mariza A, Evrianasari N, Isnaini N. Akupresur Sp6 Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Midwifery J*. 2021;1(2):42-49. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/MJ/article/view/3428>.
2. Kala I, Aktif F. PENGARUH AKUPRESUR TITIK SP6 DAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENGURANGAN NYERI PERSALINAN PADA. 2024;15(2).
3. Báez-Suárez A, Martín-Castillo E, García-Andújar J, García-Hernández JÁ, Quintana-Montesdeoca MP, Loro-Ferrer JF. Evaluation of different doses of transcutaneous nerve stimulation for pain relief during labour: A randomized controlled trial. *Trials*. 2018;19(1):1-10. doi:10.1186/s13063-018-3036-2

4. Mukhoirotin M, Fatmawati DA. Pengaruh Akupresur Pada Titik Sanyinjiau Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *J Keperawatan*. 2017;6(2). doi:10.47560/kep.v6i2.135
5. Hajar S. Efektifitas Penerapan Endorphin Massage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Effectivity of the Application Endorphin Massage Using Lavender Aromatherapy Oil in Lowering Labor Pain in Active Phase. 2023;9(1):797-803.
6. Türkmen H, Çeber Turfan E. The effect of acupressure on labor pain and the duration of labor when applied to the SP6 point: Randomized clinical trial. *Japan J Nurs Sci*. 2020;17(1):1-9. doi:10.1111/jjns.12256
7. Prastyoningsih A, Wahyuni S, Pangesti CB, Andini DM. Pengaruh Pemberian Akupresur terhadap Nyeri Persalinan Fase Aktif. *Oksitosin J Ilm Kebidanan*. 2024;11(1):73-82. doi:10.35316/oksitosin.v11i1.4573
8. Armour M, Ee CC, Hao J, Wilson TM, Yao SS, Smith CA. Acupuncture and acupressure for premenstrual syndrome. *Cochrane Database Syst Rev*. 2018;2018(8). doi:10.1002/14651858.CD005290.pub2
9. Mehta P, Dhapte V, Kadam S, Dhapte V. Contemporary acupressure therapy: Adroit cure for painless recovery of therapeutic ailments. *J Tradit Complement Med*. 2017;7(2):251-263. doi:10.1016/j.jtcme.2016.06.004
10. Marsilia ID, Kubilawati S. Pengaruh Akupresur Titik SP6 dan LI4 terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Persalinan di PMB NY. T.O Desa Klapanunggal Kabupaten Bogor. *J Akad Baiturrahim Jambi*. 2022;11(2):279. doi:10.36565/jab.v11i2.567
11. Mufidah S, Kusumawardani LA, Fadhilah S. Acupressure Titik SP6, LI4 dan BL32 Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Systematic Literature Review. *J MID-Z (Midwifery Zigot) J Ilm Kebidanan*. 2022;5(1):29-40. doi:10.56013/jurnalmidz.v5i1.1374
12. Karlinah N, Marzellina M. Asuhan Kebidanan Akupressure Sp6 Dan Li4 Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Persalinan Fase Aktif Di Klinik Pratama Ar-Rabih Kota Pekanbaru Tahun 2020. *Pros Hang Tuah Pekanbaru*. 2021;21(1):75-81. doi:10.25311/prosiding.vol1.iss1.62
13. Karlinah N, Serudji J, Syarif I. Pengaruh Tehnik Akupresur dan TENS Terhadap Intensitas. *J Kesehat Andalas*. 2015;4(3):943-950. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/395/349>.
14. Khasanah NA, Sulistyawati W. Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *J Qual Women's Heal*. 2020;3(1):15-21. doi:10.30994/jqwh.v3i1.43
15. Mukhoirotin M, Mustafida H. Pemberian Akupresur Kombinasi Titik BL32 dan LI4, Titik BL32 dan Sp6 Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *J Holist Nurs Sci*. 2020;7(2):133-141. doi:10.31603/nursing.v7i2.3118