

---

## **Pengaruh Akupresur Titik SP6 dan LI4 terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Persalinan di PMB NY. T.O Desa Klapanunggal Kabupaten Bogor**

**Imelda Diana Marsilia<sup>1\*</sup>, Sri Kubilawati<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Bidan <sup>2</sup>Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat STIKes Mitra RIA Husada  
Jl. Karya Bakti No.3, Cibubur, Ciracas, Jakarta Timur, DKI Jakarta 13720, Indonesia

\*Email Korespondensi: imeldadiana33@gmail.com

Submitted : 05/04/2022

Accepted: 09/08/2022

Published: 15/09/2022

### **Abstract**

*Labor pain can cause stress which causes excessive release of hormones such as catecholamines and steroids. Pain in the active phase is physiological pain that occurs for a longer time, for that we need an effort to deal with pain in the first stage of labor. If pain in labor is not overcome, it will cause problems that are not only painful for the mother in labor, but also have the potential to threaten the life of the fetus. One technique that can be done to reduce the intensity of labor pain is to provide acupressure techniques. This study aims to determine the effect of acupressure points SP6 and LI4 on reducing pain intensity in the first stage of labor at BPM Ny. T.O Klapanunggal Village, Bogor Regency. This research is a Quasi Experimental Design using the One Group Pre-Post Test Design approach. The population in this study were all maternity mothers who had their pregnancy checked at BPM Ny. T.O. The sampling technique was carried out by accidental sampling and obtained a sample of 25 respondents. The study was conducted from July to August 2021. The data was collected by observing the acupressure treatment with the Numerical Rating Scale (NRS). Univariate analysis using frequency distribution and Bivariate analysis using paired t-test. The results of the study that the average labor pain before being given the SP6 and LI4 acupressure techniques was 6.48 and after being given the SP6 and LI4 acupressure techniques was 3.84. There is an effect of SP6 and LI4 acupressure techniques on labor pain in the first stage of active phase at BPM Ny. T.O ( $p$ -value  $0.0001 < 0.05$ ) with a decrease of 2.64. Acupressure therapy can be applied to midwifery care for mothers in the first stage of labor, which aims to reduce labor pain.*

**Keywords:** *acupressure, labor pain.*

### **Abstrak**

Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Nyeri pada fase aktif merupakan nyeri fisiologis yang terjadi dalam waktu yang lebih lama, untuk itu diperlukan sebuah upaya penanganan mengatasi nyeri pada Kala I persalinan. Apabila nyeri dalam persalinan tidak diatasi, maka akan menimbulkan masalah yang tidak hanya menyakitkan pada Ibu bersalin, akan tetapi juga berpotensi mengancam jiwa janinnya. Salah satu teknik yang dapat dilakukan untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan adalah dengan memberikan akupresur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh akupresur titik SP6 dan LI4 terhadap pengurangan intensitas nyeri kala I persalinan di BPM Ny. T.O Desa Klapanunggal Kabupaten Bogor. Penelitian ini merupakan *Quasi Experimental Design* dengan pendekatan *One Group Pre-Post Test Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang memeriksakan kehamilannya di BPM Ny. T.O. Teknik sampel dilakukan dengan *accidental sampling* dan didapatkan sampel sejumlah 25 responden. Penelitian dilakukan pada bulan Juli s.d Agustus 2021. Pengumpulan data dengan melakukan observasi atas perlakuan akupresur dengan *Numerical Rating Scale(NRS)*. Analisa Univariat menggunakan distribusi frekuensi dan

Analisa Bivariat menggunakan uji t berpasangan. Hasil penelitian rata-rata nyeri persalinan 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 BPM Ny. T.O ( $p\text{-value } 0,0001 < 0,05$ ) dengan penurunan 2.64. Terapi akupresur dapat diterapkan pada asuhan kebidanan ibu bersalin kala I yang bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan.

**Kata Kunci:** akupresur, nyeri persalinan.

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan sebuah proses alami yang dilakukan oleh seorang ibu bersalin dan berlangsung secara fisiologis dalam kehidupan. Persalinan dapat diartikan sebagai proses pergerakan keluarnya janin, plasenta, dan membran melalui jalan lahir secara spontan, serta tanpa komplikasi. Proses ini berawal dari dilatasi serviks akibat kontraksi uterus dengan frekuensi, durasi, dan kekuatan yang teratur hingga pembukaan lengkap, serta siap mengeluarkan janin dari rahim ibu. (Alam, 2020).

Respon fisiologis dari proses persalinan dapat memicu terjadinya kontraksi rahim yang dapat menimbulkan rasa nyeri dan ketidaknyamanan bagi seorang Ibu saat menghadapi persalinan. Keadaan ini mulai timbul pada proses persalinan Kala I, yaitu di fase laten dan aktif. Pada Kala I persalinan, kontraksi uterus menyebabkan dilatasi serviks dan mendorong janin menuju jalan lahir. Kontraksi uterus yang dialami seorang Ibu dapat menimbulkan rasa nyeri. (Santiasari, 2020).

Nyeri pada fase aktif merupakan nyeri fisiologis yang terjadi dalam waktu yang lebih lama, untuk itu diperlukan sebuah upaya penanganan mengatasi nyeri pada Kala I persalinan. Apabila nyeri dalam persalinan tidak diatasi, maka akan menimbulkan masalah yang tidak hanya menyakitkan pada Ibu bersalin, akan tetapi juga berpotensi mengancam jiwa janinnya. (Santiasari, 2020).

Partus lama merupakan salah satu penyebab kematian ibu. Partus lama dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu yang meliputi persepsi ibu atas rasa nyeri

pada saat persalinan. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga terjadi penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak. (Budiarti, 2011).

Berdasarkan permasalahan dan dampak yang ditimbulkan maka dibutuhkan penatalaksanaan penurunan nyeri dalam persalinan. Banyak metode yang digunakan untuk menurunkan nyeri persalinan, baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Penggunaan metode farmakologi disinyalir mempunyai efektifitas yang lebih baik dibandingkan metode non farmakologi. Namun demikian, metode ini sering menimbulkan efek samping dan kadang tidak memiliki efek yang diharapkan. Metode non farmakologi diyakini dapat menurunkan rasa nyeri persalinan dan mempunyai efek noninvasif, sederhana, dan tanpa efek yang membahayakan. (Danuatmaja, 2013).

Salah satu teknik non farmakologi yang dapat mengurangi rasa nyeri persalinan antara lain akupresur. Teknik tersebut dapat digunakan sebagai alternatif untuk menurunkan tingkat nyeri tanpa menimbulkan efek yang merugikan. Akupresur dilakukan pada titik SP6 dan L14. Kedua titik tersebut diyakini dapat mengelola nyeri persalinan dengan merangsang produksi endorphin lokal, yaitu zat penghilang rasa sakit yang secara

alami diproduksi dalam tubuh. Zat tersebut dapat memicu respon menenangkan dan membangkitkan semangat di dalam tubuh, memiliki efek positif pada emosi, dapat menyebabkan relaksasi dan normalisasi fungsi tubuh. (Sulistyoningrum, 2017).

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Arini dan Adevia (2015) terhadap 20 responden, dimana mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 19 orang (95%), 18 orang responden (90%) berprofesi sebagai Ibu Rumah Tangga, dan responden dengan status paritas terbanyak adalah 12 orang responden primipara (60%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara metode akupresur yang dilakukan terhadap intensitas kontraksi pada ibu bersalin kala I, dimana semakin banyak dilakukan metode akupresur semakin meningkat intensitas kontraksinya. (Nularsih, 2015).

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Indah Sulistyoningrum (2017) yang bertujuan untuk melihat pengaruh teknik akupresur terhadap pengurangan intensitas nyeri kala I persalinan terhadap sebanyak 38 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas nyeri persalinan setelah diberikan perlakuan akupresur didapatkan hasil yaitu; nyeri ringan sebanyak 26 responden (68.42%), nyeri sedang sebanyak 12 responden (31.58%), dan tidak ditemukan responden dengan nyeri berat dan nyeri sangat berat. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada pengaruh akupresur terhadap pengurangan intensitas nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Cilacap. (Sulistyoningrum, 2017).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Bidan Praktek Mandiri Ny. T.O, terdapat data persalinan sebanyak 308 orang ibu bersalin pada tahun 2019 atau rata-rata 25 orang ibu bersalin tiap bulan. Pada tahun 2020, terdapat 364 orang ibu bersalin atau rata-

rata 30 orang ibu bersalin tiap bulan. Dari data tersebut, seluruh persalinan ditatalaksana tanpa menggunakan teknik akupresur untuk mengurangi intensitas rasa nyeri persalinan. Penatalaksanaan pengurangan nyeri persalinan dilaksanakan dengan cara pasien melakukan mobilisasi, nafas panjang, mengubah posisi pasien miring kanan dan kiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh akupresur titik SP6 dan L14 terhadap pengurangan intensitas nyeri kala I persalinan di BPM Ny. T.O Desa Klapanunggal Kabupaten Bogor.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan *Quasi Experimental Design* dengan menggunakan pendekatan *One Group Pre-Post Test Design*. Desain ini dikembangkan untuk mengatasi kesulitan dalam menentukan kelompok kontrol dalam penelitian. Dalam desain ini sekelompok yang digunakan untuk penelitian tidak dapat dipilih secara random. Sebelum diberikan perlakuan, kelompok diberikan *pretest* (pengumpulan data tahap pertama), kemudian kelompok tersebut diberikan *treatment* / eksperimen, baru kemudian dilakukan *posttest*. (Sugiyono, 2016).

Penelitian dilakukan pada ibu inpartu kala I Fase Aktif di BPM Ny. T.O Desa Klapanunggal Kabupaten Bogor, responden dalam penelitian ini adalah seluruh ibu inpartu yang telah memasuki fase aktif persalinan dan memenuhi kriteria inklusi sejumlah 25 responden yang didapatkan dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah pengaruh akupresur titik SP6 dan L14 terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Penatalaksanaan akupresur dilakukan dengan cara melakukan penekanan sebanyak 15 kali dengan durasi 60 detik setiap penekanan, dan jeda selama 10-60 detik. Sehingga total durasi untuk setiap

titik sekitar 30 menit, dan 60 menit untuk kedua titik (SP6 dan L14). Pengumpulan data dengan melakukan observasi atas perlakuan akupresur dengan *Numerical Rating Scale (NRS)*. Analisa Univariat menggunakan distribusi frekuensi dan Analisa Bivariat menggunakan uji t berpasangan.

## HASIL

Karakteristik responden yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini adalah mayoritas ibu bersalin dengan rentang usia antara 20 – 35 th / usia reproduksi sehat, sebanyak 23 responden (92%), dan usia > 35 th sebanyak 2 responden (8%).

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Paritas dan Pendamping

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
20 – 35 th	23	92 %
> 35 th	2	8 %
Paritas		
Primipara	6	24 %
Multipara	19	76 %
Pendamping		
Suami	22	88 %
Keluarga	3	12 %
Lainnya		

Responden dengan jenis persalinan (paritas) primipara sebanyak 6 responden (24%) dan multipara sebanyak 19 responden (76%). Distribusi Responden Berdasarkan Pendamping menunjukkan hasil bahwa dalam proses persalinan, ibu bersalin ditemani oleh pendamping, yaitu sebanyak 22 responden (88%) didampingi oleh suami, 2 responden (8%) didampingi oleh Ibu, dan 1 responden (4%) didampingi keluarga lainnya.

### Analisis Univariat

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil bahwa frekuensi nyeri persalinan sebelum diberikan teknik akupresur

dengan kategori Berat sebanyak 12 responden (48%) dan dengan kategori Sedang sebanyak 13 responden (52%). Setelah diberikan teknik akupresur, frekuensi nyeri persalinan dengan kategori Berat sudah tidak ditemukan lagi, dan berubah menjadi kategori Sedang sebanyak 15 responden (60%) dan dengan kategori Ringan sebanyak 10 responden (40%).

Tabel 2 Frekuensi Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Diberikan Akupresur

No	Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase %
1	Nyeri Persalinan Sebelum diberikan Akupresur	Tidak	0	0
		Ringan	0	0
		Sedang	13	52 %
		Berat	12	48 %
		Nyeri tidak tertahankan	0	0
Total			25	100 %
2	Nyeri Persalinan Sesudah diberikan Akupresur	Tidak	0	0
		Ringan	10	40 %
		Sedang	15	60 %
		Berat	0	0
		Nyeri tidak tertahankan	0	0
Total			25	100 %

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh akupresur titik SP6 dan L14 terhadap pengurangan intensitas nyeri Kala I persalinan di bidan praktek mandiri Ny. T.O Klapanunggal Bogor.

Tabel 3 *Independent T-Test*

	Mean	SD	Mean Difference	T	Sig (2-tailed)	d	N
Pre Test	6.48	1.358					
Post Test	3.84	1.179	2,64	16.289	0.0001	2	2
						4	5

Tabel 3 menjelaskan bahwa rata-rata nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin sebelum diberikan intervensi akupresur

titik SP6 dan L14 berada pada skala 6.48 atau masuk kategori Nyeri Sedang, dimana secara obyektif subyek (responden) mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikan nyeri, dan mengikuti perintah dengan baik.

Tabel 3 juga menunjukkan bahwa rata-rata nyeri ibu bersalin setelah diberikan intervensi akupresur titik SP6 dan L14 berada pada skala 3.84 atau masuk kategori Nyeri Ringan, dimana secara obyektif subyek (responden) masih dapat berkomunikasi dengan baik. Jumlah responden yang digunakan sebagai sampel penelitian (N) sebanyak 25.

Untuk nilai *Standard Deviation* pada *pre test* sebesar 1.358 dan *post test* sebesar 1.179. Hasil pada tabel tersebut juga menunjukkan bahwa rata-rata *post test* 3.84 lebih kecil dari rata-rata *pre test* 6.48, maka hal tersebut secara deskriptif terdapat perbedaan / penurunan rasa nyeri persalinan. *Mean difference* / tingkat penurunan nyeri rata-rata sebesar 2.64.

Tabel 3 menunjukkan ada atau tidak pengaruh akupresur terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan. Hipotesis diterima jika  $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$  atau signifikansi  $< 0,05$ . Hipotesis ditolak jika  $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$  atau signifikansi  $> 0,05$ . Berdasarkan tabel di atas, nilai  $t \text{ hitung}$  sebesar 16.289. Untuk mencari nilai  $t \text{ table}$  berdasarkan nilai  $df$  dan nilai signifikansi ( $\alpha/2$ ). Dari tabel di atas nilai  $df$  sebesar 24 dan nilai signifikansi 0.025. Berdasarkan distribusi nilai  $t \text{ tabel}$ , ditemukan nilai  $t \text{ tabel}$  sebesar 2.0639.

Dengan demikian, karena nilai  $t \text{ hitung}$  16.289  $>$  dari  $t \text{ tabel}$  2.0639, maka hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh akupresur titik SP6 dan L14 terhadap nyeri persalinan, dimana rata-rata penurunan nyeri sebesar 2.640 dengan nilai signifikansi  $0.0001 < 0.05$ .

## PEMBAHASAN

### Rata-Rata Nyeri Persalinan Sebelum Dilakukan Akupresur

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin sebelum diberikan intervensi akupresur titik SP6 dan L14 berada pada skala 6.48 atau masuk kategori Nyeri Sedang, dimana secara obyektif subyek (responden) mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikan nyeri, dan mengikuti perintah dengan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ririn Ariyanti (2019) bahwa dari 30 responden, rata-rata skala nyeri kelompok perlakuan sebelum dilakukan intervensi sebesar 6,87, dengan standar deviasi sebesar 0,915. Dengan tingkat keyakinan 95%, skala nyeri responden kelompok perlakuan sebelum dilakukan intervensi ditaksir berkisar antara 6,36 sampai dengan 7,37.

Peningkatan persepsi nyeri ini disebabkan karena persalinan telah memasuki fase aktif (fase dilatasi maksimal) dengan pembukaan serviks 5-6 cm, pembukaan leher rahim adalah proses pembesaran lubang leher rahim dari keadaan yang tertutup rapat menjadi satu lubang yang cukup besar yang memungkinkan lewatnya kepala janin.

Pada fase ini kontraksi rahim menjadi lebih panjang dan intensitas yang lebih kuat, selama kontraksi akan terjadi konstiksi pembuluh darah yang menyebabkan anoxia serabut otot hal ini akan menyebabkan rangsangan nyeri selain itu karena tertekannya ujung saraf sewaktu rahim berkontraksi.

Pendataran serviks pada fase aktif akibat kontraksi yang semakin kuat, akan menyebabkan dinding corpus uteri yang terdiri atas otot-otot menjadi lebih tebal dan pendek, sedangkan bagian bawah uterus dan serviks hanya mengandung sedikit otot dan banyak mengandung jaringan kolagen akan mudah tertarik hingga menjadi tipis dan membuka kondisi ini akan menyebabkan nyeri

semakin meningkat. Nyeri tersebut disebut nyeri visceral (pada organ dalam) stimulasi reseptor nyeri dalam rongga abdomen karena spasme otot, iskemia dan regangan jaringan. (Ariyanti, 2019).

Perasaan nyeri pada persalinan sangat subyektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan kepala pada saat persalinan. Perbedaan persepsi nyeri yang dirasakan ibu inpartu kala I fase aktif terjadi karena kemampuan individu berbeda dalam merespon dan mempersepsikan nyeri yang dialaminya. Kemampuan merespon dan mempersepsikan nyeri dipengaruhi oleh banyak faktor seperti faktor usia, jenis kelamin, makna nyeri, perhatian, pengalaman sebelumnya, gaya coping, dukungan keluarga, rasa takut dan cemas, kepribadian, kelelahan, budaya dan sosial. (Ariyanti, 2019).

#### **Rata-Rata Nyeri Persalinan Setelah Dilakukan Akupresur**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nyeri ibu bersalin setelah diberikan intervensi akupresur titik SP6 dan L14 berada pada skala 3.84 atau masuk kategori Nyeri Ringan, dimana secara obyektif subyek (responden) masih dapat berkomunikasi dengan baik. Jumlah responden yang digunakan sebagai sampel penelitian (N) sebanyak 25. Untuk nilai *Standard Deviation* pada *pre test* sebesar 1.358 dan *post test* sebesar 1.179. Nilai *Std. Error Mean* untuk *pre test* sebesar 0.272 dan *post test* sebesar 0.236. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ririn Ariyanti (2019) Rata-rata skala nyeri kelompok perlakuan setelah dilakukan intervensi terapi akupresur pada ibu inpartu PMB Ratri Restuni diketahui mempunyai skala 4,37 dengan standar deviasi sebesar 1,163.

Menstimulasi dan memijat secara lembut pada titik akupresur selama 1 menit ditangan diantara ibu jari dan jari telunjuk dapat menyebabkan pelepasan

endorfin. Istilah endorfin adalah suatu kombinasi dari dua kata endogenitas dan morfin, apabila tubuh mengeluarkan substansi-substansi ini satu efeknya adalah pereda nyeri. Endorfin diduga dapat menghambat impuls nyeri dengan memblok transmisi impuls didalam otak dan medula spinalis. (Ariyanti, 2019).

Nyeri persalinan yang dirasakan responden pada kala I persalinan mengalami penurunan, nyeri persalinan yang tidak diatasi secara kuat mempunyai efek yang membahayakan diluar ketidaknyamanan yang disebabkan, efek yang timbul tersebut akan mempengaruhi proses persalinan disamping akan memperburuk kondisi ibu dan janin, penurunan nyeri setelah diberikannya terapi akupresur ini akan membantu responden mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan karena nyeri persalinan tersebut. (Ariyanti, 2019)

#### **Pengaruh Akupresur terhadap Intesitas Nyeri Persalinan**

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan nilai t untuk responden sebesar 16.289 dengan *p-value* sebesar 0,0001. Terlihat bahwa *p-value* lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak. Hal ini berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada responden, ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada responden. Dengan demikian, dapat diambil kesimpulan bahwa terapi akupresur pada titik SP6 dan L14 mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap nyeri persalinan yang dialami oleh responden.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata skala nyeri. Sebelum dilakukan intervensi terapi akupresur pada titik SP6 dan L14 rata-rata skala nyeri pada responden adalah 6.48 kemudian setelah dilakukan intervensi terapi akupresur pada titik SP6 dan L14, rata-rata skala nyeri

pada responden mengalami penurunan menjadi 3.84. Demikian pula saat dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji t dependen didapatkan data bahwa nilai t untuk kelompok perlakuan sebesar 16.289 dengan *p-value* sebesar 0,0001. Terlihat bahwa *p-value* lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak. Hal ini berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada responden.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Hilda (2020) bahwa terdapat perbedaan bermakna terhadap kelompok responden yang diberikan intervensi, sehingga akupresur efektif dalam menurunkan nyeri persalinan. Akupresur titik SP6 dan L14 dalam dilatasi serviks yang berbeda menyebabkan penurunan intensitas nyeri persalinan. Titik SP6 merupakan titik limpa nomor 6 terletak 4 jari di atas mata kaki dalam dan L14 merupakan titik usus besar terletak antara tulang metacarpal pertama dan kedua (antara ibu jari dan jari telunjuk) pada bagian distal lipatan kedua tangan. (Alam, 2020).

Akupresur pada titik SP6 dan L14 dapat mengurangi nyeri persalinan. Akupresur titik tersebut dapat mengaktifkan dan meningkatkan produksi *hormone endorphin* sehingga nyeri berkurang. Aktivitas dalam serat-serat saraf besar dan kecil mempengaruhi sensasi nyeri. Impuls nyeri melalui serat-serat yang berdiameter kecil. Serat-serat saraf ini yang menutup gerbang pada impuls melalui serat-serat kecil. Akupresur dilakukan dengan merangsang titik akupunktur pada titik-titik di permukaan kulit yang banyak mengandung serabut saraf sensorik berdiameter besar dan pembuluh darah yang membantu menutup gerbang pada transmisi impuls menimbulkan nyeri sehingga mengurangi atau menghilangkan nyeri. (Alam, 2020).

Mekanisme kerja akupresur dengan cara menstimulus sistem saraf, melancarkan sirkulasi darah, mengaktifkan, dan meningkatkan kerja hormon endorphin. Pemijatan dan penekanan pada titik-titik akupresur akan menstimulasi sel saraf A $\beta$  di kulit atau sel saraf tipe 1 di otot yang merupakan sel saraf bermyelin diameter besar yang membawa pesan rabaan atau sensorik.

Pemberian stimulasi titik-titik akupresur dapat mengaktifkan reseptor saraf sensorik. Implus tersebut akan diteruskan ke medulla spinalis, kemudian misensifalon dengan kompleks *pituitary hyphothalamus* yang ketiganya diaktifkan untuk melepaskan hormon endorphin yang dapat menekan rasa nyeri persalinan. Hormon endorphin ini merupakan hormon penghilang nyeri yang dihasilkan secara alami dari dalam tubuh. *Hormon endorphin* akan keluar jika seseorang dalam keadaan bahagia dan tenang.<sup>1</sup> Penatalaksanaan akupresur dilakukan dengan cara melakukan penekanan sebanyak 15 kali dengan durasi 60 detik setiap penekanan, dan jeda selama 10-60 detik. Sehingga total durasi untuk setiap titik sekitar 30 menit, dan 60 menit untuk kedua titik (SP6 dan L14).

Penelitian Arini Dwi Nularsih (2015) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara metode akupresur yang dilakukan terhadap intensitas kontraksi pada ibu bersalin Kala I, dimana semakin banyak dilakukan metode akupresur semakin meningkat intensitas kontraksinya.<sup>8</sup> Penelitian Indah Sulistyoningrum (2017) bertujuan untuk mengetahui pengaruh akupresur terhadap pengurangan intensitas nyeri persalinan. Penelitian dilakukan menggunakan *quasi eksperiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Pengambilan sampel dilakukan secara *accidental sampling*. Sampel dalam penelitian berjumlah 38 orang. Analisis hasil penelitian menggunakan uji t berpasangan. Hasil analisis menunjukkan

bahwa ada pengaruh akupresur terhadap pengurangan intensitas nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Cilacap. (Sulistiyoningrum, 2017).

Penelitian Anita (2018) bertujuan untuk mengetahui pengaruh akupresur terhadap tingkat nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Jenis penelitian kuantitatif, rancangan penelitian *Quasi experiment*. Populasi ibu bersalin kala I dengan pembukaan 4-6 cm sejumlah 45 ibu bersalin perbulan, sampel sejumlah 40 responden. Rancangan penelitian *one group pre-post test* dengan intervensi akupresur kombinasi titik *Lo4 (he kuk)* dan *thai cong* yang dilakukan pada kala I fase aktif pembukaan 4-6 selama 40 kali pada saat his. Hasil penelitian diperoleh tingkat nyeri kala I pada ibu bersalin sebelum dilakukan akupresur adalah 6,00, SD 1,219 dan setelah diberikan akupresur adalah 5,05 SD 1,218, disimpulkan ada pengaruh akupresur terhadap tingkat nyeri persalinan ( $p\text{-value}=0,000$ ). Penerapan akupresur titik *Lo4 (he kuk)* dan *thai cong* dapat mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin Kala I fase aktif pada pembukaan 4-6.

Hasil penelitian Ririn Ariyanti (2019) menunjukkan bahwa adaperbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi dalam intervensikelompok dengan  $t\text{-value} = 11,117$  dan  $p\text{-value} 0,05$ , rata-rata skala nyeri intervensikelompok sebelum dan sesudah intervensi sebesar 68,7, menurun menjadi 4,37, kelompok kontrol sebesar 6,80 dan tidak ada penurunan; periode rata-rata ini adalah 13 menit dan kemudian meningkat lagi. Terapi akupresur harus diterapkan dalam memberikan perawatan inpartu pada periode I fase aktif untuk mengurangi nyeri persalinan. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan bisa lebih banyak lagi penelitian dengan mengambil variabel lain yang dapat mempengaruhi nyeri

persalinan; misalnya dukungan keluarga, dan kepribadian.

Hasil penelitian Linda Fitriati (2020) menunjukkan bahwa nyeri persalinan yang ibu rasakan pada persalinan kala 1 sebelum dilakukan *acupressure point for locatation* adalah pada skala 6 dengan karakteristik nyeri menusuk, kuat dan mendominasi indra, menyebabkan tidak fokus dan komunikasi terganggu. Rata-rata nyeri persalinan yang ibu rasakan pada persalinan kala 1 sesudah dilakukan *acupressure point for locatation* adalah pada skala 5 dengan karakteristik nyeri cukup kuat dan dalam serta menusuk. Hasil analisis yang diperoleh ada perbedaan nyeri persalinan yang signifikan yang ibu rasakan pada persalinan kala 1 sebelum dan sesudah dilakukan *acupressure point for locatation*.

Hasil penelitian Ghina Ayu (2021) menunjukkan rata-rata nyeri persalinan sebelum diberikan teknik akupresur SP6 adalah 7,3 dan setelah diberikan teknik akupresur SP6 adalah 5,47. Ada pengaruh teknik akupresur SP6 terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di RS Airan Raya Lampung Selatan.

Studi literatur yang dilakukan oleh Firman (2021) terhadap 10 artikel *full text* Bahasa Inggris tentang pengaruh terapi akupresur dalam menurunkan tingkat nyeri menunjukkan hasil bahwa teknik akupresur dewasa ini dapat digunakan sebagai terapi mandiri yang dapat diberikan ke pasien untuk mengatasi berbagai keluhan medis salah satunya keluhan nyeri. Berdasarkan hasil telaah literatur, dari 10 artikel yang dianalisis sebagian besar dapat mengurangi berbagai keluhan nyeri baik akut ataupun kronis. Penggunaan akupresur sebagai terapi non farmakologi nyeri dan sebagai terapi komplementer dapat digunakan pada setiap perawatan pasien dengan keluhan nyeri khususnya pada keluhan nyeri *post operasi*, nyeri kepala, nyeri persalinan,



nyeri disminor, nyeri akibat kanker dan  
*low back pain*

## SIMPULAN

Hasil penelitian rata-rata nyeri persalinan 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.

## SARAN

Terapi akupresur pada titik SP6 dan L14 sebagai salah satu alternatif penatalaksanaan non farmakologi pada asuhan kebidanan ibu bersalin dalam memfasilitasi kebutuhan rasa nyaman dan pengurangan rasa nyeri persalinan, perlu dikembangkan dan diaplikasikan. Untuk penelitian berikutnya bisa dilakukan dengan pendekatan *mixed methods research* yang menggabungkan penelitian kuantitatif dan kualitatif. Data kualitatif terkait dengan respon / testimoni responden terkait dengan manfaat teknik akupresur dalam mengurangi intensitas nyeri persalinan.

## DAFTAR PUSTAKA

Anita. 2018. *Pengaruh Akupresur Lo4 (he kuk) dan Thai Cong terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin*. Jurnal Kesehatan Volume 9, Nomor 3, November 2018 ISSN 2086-7751 (Print), ISSN 2548-5695 (Online)  
<http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>.

Arini Dwi Nularsih & Adevia Maulidya Chikmah. 2015. *Pengaruh Metode Akupresur Terhadap Intensitas Kontraksi Pada Ibu Bersalin Kala I di Bidan Praktek Swasta (BPS) Ny.H Desa Kramat Kabupaten*

Tegal. Vol 4 No 1 2015, Siklus Journal Research Midwifery Politeknik Tegal,  
[www.ejournal.poltektegal.ac.id](http://www.ejournal.poltektegal.ac.id)

Bonny Danuatmaja & Meiliasari. 2013. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Puspa Swara, Jakarta

Fransiska Nova Nanur & Masruroh. 2013. *Pengaruh Pemberian Teknik Akupresur Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di RSUD Ambarawa*. Prosiding Seminar Nasional & Internasional, Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Semarang,  
<http://jurnal.unimus.ac.id>

Ghina Ayu Ariesty, Ana Mariza, Nita Evrianasari & Nurul Isnaini. 2021. *Akupresur Sp6 Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. MJ (Midwifery Journal), Vol 1, No.2. Juni 2021, ISSN (Cetak) 2775-393X ISSN (Online) 2746-7953, Hal 42-49

Hilda Sulistia Alam. 2020. *Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Metode Akupresur*. Penerbit Media Sains Indonesia. Bandung

Indah Sulistyoningrum. 2017. *Pengaruh Teknik Akupresur Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Persalinan*. 2-trik: Tunas-Tunas Riset Kesehatan Vol 7 No. 2.  
[www.2trik.jurnalelektronik.com](http://www.2trik.jurnalelektronik.com)

K Dewi Budiarti. 2011. *Hubungan Akupresur dengan Tingkat Nyeri dan Lama Persalinan Kala I pada Ibu Primipara di Garut*. Tesis.  
[www.lib.ui.ac.id](http://www.lib.ui.ac.id).

Linda Fitriawati, Dini Kurniawati & Peni Perdani Juliningrum. 2020. *Perbedaan Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Terapi Acupressure Point For Locatation Pada Ibu Bersalin Kala I Di Rumah Sakit Jember Klinik Kabupaten Jember*. Jurnal

- Keperawatan Sriwijaya, Volume 7 Nomor 2, Juli 2020, p-ISSN 2355-5459, e-ISSN 2684-9712.
- Muh. Firman Yudiantma, Nana Rochana & Achmad Zulfa Juniarto. 2021. *Pengaruh Terapi Akupresur Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri : Literatur Review*. Journal of TSCNers Vol.6 No.1 Tahun 2021 ESSN: 2503-2453.
- Retty Nirmala Santiasari, Ethycasari, Andri Dwi Saputri. 2020. *Intervensi Terapi Akupresure (Tilik LI4) pada Nyeri Persalinan Kala I Aktif*. Jurnal Keperawatan Volume 9 Nomor 2 Tahun 2020, Stikes William Booth Surabaya
- Ririn Ariyanti & Aulia. 2019. *Pengaruh Terapi Akupresur Pada Tangan Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Pmb Ratri Restuni S.St Samarinda*. Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam Vol 7, No 1, 2019, <http://jurnal.stikesmm.ac.id>.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Penerbit Alfabeta. Bandung