

Pengaruh Rebozo Pada Rasa Nyeri Kala I Persalinan Di Wilayah Puskesmas C

Silfia Nuzulus Sa'idah

Kebidanan, Politeknik Tiara Bunda
Email: silfianuzulussaidah@gmail.com

Article History:

Received Feb 26th, 2024

Accepted Feb 28th, 2024

Published Feb 29th, 2024

Abstrak

Rasa nyeri merupakan salah satu mekanisme pertahanan alami dari tubuh manusia yang memberikan peringatan adanya bahaya. Teknik Rebozo merupakan teknik mengurangi nyeri yang berasal dari Amerika Latin. Teknik tersebut digunakan karena salah satu teknik yang praktis dan non-invasif yang digunakan saat akan bersalin. Pada saat persalinan dapat dilakukan oleh wanita di saat kondisi berbaring, berdiri, atau berada di lutut dan tangannya. Teknik Rebozo saat akan bersalin bertujuan untuk mengatasi nyeri pada persalinan tanpa intervensi obat serta menjadi mediator bagi wanita dalam menggunakan obat-obatan seminimal mungkin selama menjalani proses persalinan. Rebozo dilakukan dengan memberikan pijatan saat akan bersalin dengan menggerakkan tubuh secara ritmis dari area pelvis hingga diatas paha, gerakan tersebut memberikan pengalaman yang sangat nyaman. **Tujuan Penelitian** : untuk mengetahui pengaruh teknik rebozo guna menurunkan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin **Metode** : Penelitian ini menggunakan dengan penelitian praeksperimen dengan pendekatan rancangan *One Group Pretest Posttest*, Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*. **Hasil Penelitian** : Hasil penelitian didapatkan bahwa nilai rata-rata skor pada saat pretest berada pada angka 6,27, kemudian setelah dilakukan intervensi teknik Rebozo atau posttest didapatkan rata-rata skor berada pada angka 5,07. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian Teknik rebozo telah menurunkan rasa sakit, artinya bahwa telah mengalami penurunan, karena semakin rendah skor menunjukkan penurunan rasa nyeri setelah dilakukan Teknik rebozo, dengan demikian maka terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian teknik rebozo terhadap penurunan rasa nyeri pada Ibu Kala I Persalinan di wilayah Puskesmas Warungkondang. Oleh karena pemberian teknik Rebozo pada Ibu Kala I Persalinan sangat efektif dan disarankan dalam menurunkan rasa nyeri pada ibu bersalin.

Kata Kunci : Rebozo, Nyeri, Kala I, Persalinan, Komplementer

Abstract

Pain is one of the natural defense mechanisms of the human body which provides a warning of danger. The Rebozo technique is a pain reduction technique originating from Latin America. This technique is used because it is a practical and non-invasive technique used when giving birth. During childbirth, the woman can do it while lying down, standing, or on her knees and hands. The Rebozo technique during labor aims to overcome pain during labor without drug intervention and to act as a mediator for women to use as little medication as possible during the labor process. Rebozo is done by giving a massage during labor by moving the body rhythmically from the pelvic area to above the thighs, this movement provides a very comfortable experience. Research Objective: to determine the effect of the rebozo technique in reducing the level of labor pain during the first active phase of labor in mothers giving birth. Method: This research uses pre-experimental research with a One Group Pretest Posttest design approach. The sampling technique in this research uses accidental sampling technique. Research Results: The research results showed that the average score during the pretest was 6.27, then after the Rebozo technique or posttest intervention was carried out the average score was 5.07. These data show that the administration of the rebozo technique has reduced pain, meaning that it has decreased, because the lower the score indicates a

decrease in pain after the rebozo technique, thus there is a significant influence between the administration of the rebozo technique on reducing pain in mothers in the first stage. Childbirth in the Warungkondang Community Health Center area. Therefore, giving the Rebozo technique to mothers in the first stage of labor is very effective and is recommended in reducing pain in mothers in labor.

Keyword : *Rebozo, Pain, First Stage, Labor, Complementary*

1. PENDAHULUAN

Nyeri pada setiap individu pasti berbeda terutama pada perempuan satu dengan yang lainnya begitupun juga dengan perempuan saat persalinan pertama dengan persalinan yang kedua dan seterusnya. Ketika nyeri saat persalinan, akan mengeluarkan hormon adrenalin. Hormon tersebut membuat pembuluh darah berkonstriksi dan mengakibatkan berkurangnya aliran darah yang membawa oksigen menuju ke uterus sehingga terjadi penurunan kontraksi pada uterus dan akan menimbulkan waktu persalinan memanjang (Judha, Sudarti, & Fauziah, 2012). Persalinan lama dan sulit akan memicu peningkatan rasa takut, cemas dan tegang pada ibu sehingga dapat menimbulkan stres. Ketika rasa takut dan cemas datang maka sistem saraf otonom akan bereaksi menimbulkan jantung berdetak lebih cepat dan keras, nadi dan nafas menjadi lebih meningkat frekuensinya, proses pencernaan termasuk yang ada hubungan dengan usus juga akan berhenti, pembuluh darah bahkan berokonstriksi, tekanan darah terjadi peningkatan, serta kelenjar adrenal akan melepaskan adrenalin ke darah kemudian di alirkan ke seluruh tubuh sehingga dapat merasakan tegang dan meningkatkan nyeri.

Pada saat kondisi tegang terjadi sekresi katekolamin yang berlebih sehingga peningkatan rangsangan dari panggul ke otak yang disebabkan aliran darah menurun dan otot menegang kondisi inilah yang menyebabkan efektivitas kontraksi menurun, rasa ketidaknyamanan timbul maka dapat memperbesar sensitivitas rasa nyeri sehingga menurunkan kemampuan tubuh ibu untuk mentoleransi rasa nyeri. Kondisi inilah yang dapat memperlambat kemajuan persalinan. Nyeri pada persalinan mempunyai waktu dan batasan, Jika nyeri belum teratasi secara cepat dan efektif akan memperburuk kondisi ibu maupun bayi. Penatalaksanaan nyeri untuk mengurangi nyeri saat persalinan terutama pada ibu yang mengalami persalinan kala 1 fase aktif berlangsung sangat diperlukan dan harus dalam pengawasan karena dapat menjadi penentu kelahiran secara normal atau menggunakan tindakan (Indrayani & Djami, 2016).

Penatalaksanaan dalam mengurangi kecemasan saat persalinan dilakukan oleh tenaga kesehatan dan dukungan keluarga tetapi dukungan keluarga sangat efektif dan berpengaruh dalam mengurangi kecemasan yang dapat berdampak ketika persalinan. Penelitian oleh Sari & Novriani (2017) menggambarkan bahwa (80%) mendapatkan dukungan dari keluarga dan (53,3%) mengalami kecemasan ringan, (20%) mengalami 4 panik, (16,7%) mengalami kecemasan sedang dan 10% responden mengalami kecemasan berat. Pada analisa bivariat p value = 0,041 ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan menjelang persalinan trimester ketiga. Pada keluarga yang memberikan dukungan pada ibu yang akan bersalin membuat ibu merasa tenang dan cemas berkurang saat akan memasuki persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh Pasongli, Rantung, dan Pesak (2014) diketahui bahwa umur responden 20- 35 Tahun 15 orang (100%) dan Paritas dengan ibu primipara sebanyak 15 orang (100%). Diketahui bahwa nyeri pada ibu bersalin primipara saat fase aktif sebelum intervensi merupakan nyeri berat yang tidak tertahankan.

Pengurangan nyeri saat persalinan perlu dilakukan karena dapat menghilangkan stress dan rasa ketidaknyamanan akibat kebanyakan dari wanita sudah membayangkan rasa sakit saat

persalinan. Berbagai macam metode pengurangan nyeri yang berkembang saat ini, terdapat 2 metode yaitu farmakologi dan non-farmakologi. Metode farmakologi pengobatan menggunakan obat-obatan dengan arahan medis yang sudah disesuaikan dengan indikasi mengurangi rasa nyeri, ada dua cara pada metode farmakologi guna menurunkan tingkat nyeri bahkan menghilangkan nyerinya yaitu analgesik dan anestesi. Sedangkan metode nonfarmakologi, menggunakan sarana yang lebih sederhana, aman, mudah ditemukan dan digunakan sebagai penatalaksanaan nyeri selama persalinan (Maryunani, 2010)

Metode non-farmakologis dibagi menjadi 2 strategi yaitu strategi relaksasi dan strategi kenyamanan. Pada strategi relaksasi antara lain mediasi, afirmasi, visualisasi, pernafasan, dan *hypnobirthing*. Sedangkan pada strategi kenyamanan terdapat terapi air atau *Hydrotherapy*, terapi panas dan dingin, pijat atau *massage, effleurage, Acupressure, counterpressure, Hip squeeze, Knee press, TENS* atau *Transcutaneous Electrical Nerves Stimulation*, dan Rebozo. Salah satu teknik yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan dan menimbulkan rasa nyaman yaitu menggunakan Teknik rebozo (Iversen, Midtgaard, Ekelin dan Hegaard, 2017).

Teknik Rebozo merupakan teknik mengurangi nyeri yang berasal dari Amerika Latin. Teknik tersebut digunakan karena salah satu teknik yang praktis dan non-invasif yang digunakan saat akan bersalin. Pada saat persalinan dapat dilakukan oleh wanita di saat kondisi berbaring, berdiri, atau berada di lutut dan tangannya. Teknik Rebozo saat akan bersalin bertujuan untuk mengatasi nyeri pada persalinan tanpa intervensi obat serta menjadi mediator bagi wanita dalam menggunakan obat-obatan seminimal mungkin selama menjalani proses persalinan. Rebozo dilakukan dengan memberikan pijatan saat akan bersalin dengan menggerakgerakkan tubuh secara ritmis dari area pelvis hingga diatas paha, gerakan tersebut memberikan pengalaman yang sangat nyaman (Keijzer & Tuyl, 2010).

Penggunaan teknik rebozo melibatkan gerakan ritmis yang dapat di kendalikan dengan lembut dari mulai pinggul hingga pangkal paha wanita dengan menggunakan kain panjang yang membungkus bagian pinggul wanita. Dalam gerakan ritmis yang dilakukan secara langsung dapat merangsang *mechanoreceptor* di otak yang dapat menurunkan persepsi nyeri (Indrayani & Djami, 2016) Teknik rebozo selama proses persalinan akan membantu membuat otot dan ligamen pada panggul menjadi relaks serta memudahkan ibu untuk membantu mengalihkan rasa nyerinya sehingga membuat ibu menjadi lebih relaks dan nyaman.

Teknik rebozo bekerja memberikan stimulasi yang menyenangkan sehingga dapat memblokir pesan nyeri yang berasal dari kontraksi menuju ke otak. Menurut WHO, kekurangan pada penelitian ilmiah ketika di aplikasikan bukan menjadi halangan untuk lebih diterapkan dan ditingkatkan (Iversen, Midtgaard, Ekelin, & Hegaard, 2017). Selain itu, penggunaan teknik relaksasi untuk menurunkan nyeri persalinan dengan teknik nafas dalam. Teknik relaksasi nafas dalam merupakan teknik yang mudah dan dapat dilakukan oleh siapapun karena proses alamiah yang di alami oleh tubuh. Teknik nafas dalam dilakukan melalui pernafasan otot perut atau otot diafragma. teknik ini tidak menggunakan obat sehingga masuk dalam kategori terapi yang aman. Hal ini di dukung oleh penelitian (Nurhayani & Rosanty, 2015) yang melakukan penelitian mengenai pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1 dengan 7 hasil terdapat pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1.

Teknik rebozo fungsinya supaya posisi bayinya optimal, karena kadang otot ligamen di panggul sama rahim tegang kalau tegang posisi bayinya jadi kurang bagus di dalam perut. Rebozo ada dua jenis yakni *shifting* dan *shake apple tree*. Rebozo *shifting* berguna untuk otot ligamen di daerah rahim, sedangkan *shake apple tree* lebih ke ligamen otot panggul. Dalam teknik rebozo, ibu yang sedang dalam masa persalinan ada dalam posisi berlutut dan bertopang pada *gymball*. Kemudian

baik doula (pendamping persalinan) ataupun pasangan akan membantu melilitkan kain jarik di bagian perut. Setelah itu ketika ibu mulai merasakan kontraksi, doula atau sang suami akan menarik kain perlahan kemudian menggoyangkan bagian perut ibu secara lembut

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan dengan penelitian praeksperimen dengan pendekatan rancangan *One Group Pretest Posttest*, Adapun tempat penelitian ini telah dilaksanakan di Wilayah PKM C.

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan diteliti (Nursalam, 2014). Kriterianya yaitu:

- Bersedia menerima teknik rebozo
- Pengaruh rebozo pada rasa nyeri pada kala I persalinan
- Adanya perubahan sesudah dan sebelum dilakukan teknik rebozo

Adapun analisa bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pemberian teknik rebozo pada rasa nyeri pada kala I persalinan di Wilayah Puskesmas C peneliti menggunakan uji analisa *T-test Dependen*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Pengaruh Rebozo pada Rasa Nyeri pada Kala I Persalinan di Puskesmas C

| Kualitas | N | Mean | S.D | S.E | P Value |
|------------------------------|----|------|-------|-------|---------|
| Skor VDS (<i>Pretest</i>) | 30 | 6,27 | 2,333 | 0,426 | 0,000 |
| Skor VDS (<i>Posttest</i>) | 30 | 5,07 | 1,780 | 0,325 | |

Berdasarkan hasil penelitian Tabel 1 tentang pengaruh rebozo pada rasa nyeri pada kala I persalinan Tahun 2022 didapatkan nilai mean rasa nyeri pada pretest adalah 6,27, sedangkan nilai mean rasa nyeri pada *posttest* adalah 5,07. Berdasarkan hasil uji statistik *T-test Dependen* didapatkan $Pvalue = 0,000 < \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh Teknik rebozo terhadap rasa nyeri pada kala I persalinan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nana Fitriana (2021) dengan judul perubahan rasa nyeri ibu hamil trimester III melalui *pregnancy massage*. Dari hasil penelitian didapatkan nilai uji t independen dengan p-value 0,001, artinya ada perbedaan secara signifikan pengaruh Teknik rebozo terhadap rasa nyeri ibu hamil kala I.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ketut Resmaniasih (2018) dengan judul pengaruh Teknik rebozo terhadap rasa nyeri pada kala I persalinan. Dari hasil penelitian didapatkan hasil uji t-test diperoleh nilai signifikansi 0,049 ($p < 0,05$) artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara selisih rerata rasa nyeri pada pada kala I dengan Teknik Rebozo.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nana Fitriana (2020) dengan judul pengaruh teknik rebozo terhadap rasa nyeri pada kala I persalinan. Dari hasil penelitian didapatkan nilai uji t independen dengan p-value 0,001, artinya ada perbedaan secara signifikan pengaruh teknik rebozo terhadap perubahan rasa nyeri pada kala I persalinan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami (2021) dengan judul pengaruh Teknik rebozo terhadap rasa nyeri pada kala I persalinan. di Desa Abiansemal Kabupaten Badung Provinsi Jawa Barat Tahun 2020. Dari hasil penelitian tersebut

diperoleh bahwa terdapat pengaruh signifikan rata-rata skor rasa nyeri pada kedua kelompok baik pada selisih maupun persentase ($p < 0,001$).

Berdasarkan data hasil penelitian ini didapatkan bahwa nilai rata-rata skor pada saat *pretest* berada pada angka 6,27, kemudian setelah dilakukan intervensi teknik rebozo atau *posttest* didapatkan rata-rata skor berada pada angka 5,07. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian Teknik rebozo telah menurunkan skor, artinya bahwa telah mengalami peningkatan, karena semakin rendah skor menunjukkan peningkatan rasa nyeri yang lebih baik. Dengan demikian maka terdapat pengaruh yang signifikan antara pijat kehamilan terhadap peningkatan rasa nyeri pada Ibu Kala I Persalinan di Wilayah Puskesmas Warungkondang. Oleh karena pemberian intervensi teknik rebozo pada Ibu Kala I Persalinan sangat efektif dan disarankan dalam menurunkan rasa nyeri pada ibu hamil.

Teknik rebozo adalah terapi non farmakologi untuk mempercepat kala I pada ibu bersalin. Dalam penelitian membuktikan keefektifan teknik rebozo untuk kala I sehingga dapat mempercepat kemajuan persalinan. Teknik rebozo berfungsi sebagai optimalisasi posisi janin karena otot ligamen dalam panggul dan rahim dalam posisi tegang sehingga janin dalam rahim dalam posisi tidak optimal. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 jenis teknik rebozo yaitu *shifting* dan *shake apple tree*. Rebozo *shifting* berguna untuk membantu otot-otot ligament di dalam rahim sedangkan *apple tree* lebih ke ligamen otot panggul. Jika otot ligamen ibu tegang dan dengan posisi melahirkan yang kurang bagus akan mengakibatkan rahim dalam posisi miring sehingga bayi sulit untuk turun ke panggul. Dimana seharusnya di usia kehamilan 38 minggu janin sudah turun ke panggul. Maka teknik rebozo sangat membantu ibu dalam proses persalinan.

Peneliti melakukan penelitian dengan metode *pra experiment* yang menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan lama kala I antara kelompok perlakuan (teknik Rebozo) dan kelompok kontrol. Menurut penelitian Munafiah (2020) yang meneliti tentang Manfaat Teknik Rebozo terhadap kemajuan persalinan menyimpulkan bahwa terdapat efektifitas pemberian teknik rebozo terhadap pembukaan serviks dan penurunan kepala janin pada ibu bersalin kala I fase aktif dan teknik rebozo sangat bermanfaat terhadap kemajuan persalinan (7). Kenyamanan adalah pengalaman yang diterima oleh seseorang dari suatu intervensi. Hal ini merupakan pengalaman langsung dan menyeluruh ketika kebutuhan fisik, psikospiritual, sosial, dan lingkungan terpenuhi. Rebozo dapat digunakan selama persalinan untuk membantu otot-otot dan serat otot dalam ligament uterus rileks sehingga mampu mengurangi rasa sakit ketika adanya kontraksi. Sebagian dari para peneliti menyatakan bahwa rebozo dapat menciptakan efek positif psikologis dari perasaan dan dukungan yang didapatkan ibu bersalin dari tim pendukung persalinan seperti bidan, suami, dan keluarga ketika mereka menggunakan rebozo. Tindakan yang dilakukan peneliti pada kelompok perlakuan dengan teknik rebozo menunjukkan adanya pendekatan psikologis dan sosial, sehingga ibu yang melahirkan dalam keadaan rileks, semua lapisan otot dalam rahim akan bekerja sama secara harmonis sehingga persalinan berjalan lancar, mudah, dan nyaman.

4. KESIMPULAN

Rasa nyeri pada kala I persalinan sebelum dilakukan teknik rebozo didapatkan bahwa sebanyak 19 responden yang memiliki rasa nyeri (63,3%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden sebelum diberikan teknik rebozo memiliki rasa nyeri yang buruk pada persalinan. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor ketidaknyamanan yang diakibatkan oleh proses kehamilan yang sedang berlangsung pada kala I Persalinan.

Rasa nyeri pada ibu hamil kala I setelah diberikan Teknik Rebozo didapatkan bahwa sebanyak 21 responden yang memiliki rasa nyeri berkurang (70,0%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden setelah diberikan Teknik rebozo maka rasa nyeri

berkurang. Hasil penelitian yang telah didapatkan bahwa rasa nyeri pada saat posttest atas setelah dilakukan intervensi Teknik rebozo berada pada kualitas nyeri yang baik atau di bawah angka 5 berdasarkan instrumen.

Hasil penelitian didapatkan bahwa nilai rata-rata skor pada saat pretest berada pada angka 6,27, kemudian setelah dilakukan intervensi teknik Rebozo atau posttest didapatkan rata-rata skor berada pada angka 5,07. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian Teknik rebozo telah menurunkan rasa sakit, artinya bahwa telah mengalami penurunan, karena semakin rendah skor menunjukkan penurunan rasa nyeri setelah dilakukan Teknik rebozo, dengan demikian maka terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian teknik rebozo terhadap penurunan rasa nyeri pada Ibu Kala I Persalinan di wilayah Puskesmas Warungkondang. Oleh karena pemberian teknik Rebozo pada Ibu Kala I Persalinan sangat efektif dan disarankan dalam menurunkan rasa nyeri pada ibu bersalin.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada mahasiswa yang terlibat langsung dalam penelitian ini maupun pihak-pihak lain yang terlibat secara tidak langsung. Terima kasih yang tidak terhingga kepada Politeknik Tiara Bunda atas dana yang diberikan. Demikian pula kami, menyampaikan terima kasih kepada Direktur Politeknik Tiara Bunda atas restunya dan mohon maaf atas semua khilaf dan kesalahan

6. DAFTAR PUSTAKA

- Cohen SR, Celeste RT. Rebozo Technique for Fetal Malposition in Labor. *J Midwifery Women's Heal.* 2015;60.4:445–51.
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Bloom, S. L., Spong, C. Y., & Dashe, J. S. (2014). *Williams obstetrics*, 24e. Mcgraw-hill New York, NY, USA.
- Munafiah D, Puji L, Mike A, Parada M, Rosa M, Demu M. Manfaat Teknik Rebozo Terhadap Kemajuan Persalinan. *Midwifery Care J.* 2020;1(3):23–7.
- Rohani, Saswita R, Marisah. *Asuhan Kebidanan pada MAsa Persalinan.* Jakarta: Salemba Medika; 2011
- Mander, R. (2012). *Labor Pain: Suportive Care and Midwifery.* EGC.
- Smith, C., Levett, K., Collins, C., Dahlen, H., Ee, C., & M, S. (2018). *management in labour (Review).* *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 3.