

UPAYA MENINGKATKAN KENYAMANAN PERSALINAN MELALUI CARING PERAWAT & PENGELOLAAN NON COMUNICABLE DISEASE

Emi Nurlaela*¹⁾, Riah Damawanti²⁾, Harisa³⁾, Dian Kartikasari⁴⁾

¹⁾Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

²⁾Rumah Sakit Islam Roemani Semarang

E-mail: nurlaela_stikespkj@yahoo.id

Abstrac

Persalinan baik dalam kondisi normal maupun patologis menimbulkan kecemasan. Kecemasan yang dialami perlu mendapat perhatian perawat agar kondisi buruk pada ibu dan janin dapat dicegah. Kepedulian perawat dapat dilakukan dengan pemberian perhatian, pendampingan, pemberian kenyamanan, peningkatan ketenangan. Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan ini adalah meningkatkan kenyamanan dan ketenangan klien dalam menghadapi persalinan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien persalinan dengan menerapkan *effurage* dan *akupresure*, pada pasien dengan tekanan darah tinggi dilakukan pendekatan psikologis dan spiritual. Tahapan yang dilakukan diantaranya pengkajian data melalui wawancara, pemeriksaan fisik. Perencanaan tindakan didasarkan pada masalah keperawatan yang terjadi. Pengabdian masyarakat telah dilakukan kepada satu pasien saat persalinan kala I fase aktif dan satu pasien persiapan operasi *Sectio Caesarea* yang mengalami *Non Comunicable Disease* Hipertensi. Kedua pasien menyatakan rasa nyaman nya selama pengelolaan tindakan yang dilakukan. Pasien pertama selain merasakan kenyamanan dalam persalinannya. Sedangkan pada pasien yang akan menjalankan operasi, merasakan ketenangan hati dan pikirannya, kecemasan berkurang. Nyeri berkurang dengan skala nyeri ringan 4 dan kecemasan berkurang pada pasien persalinan dengan pendampingan, penerapan hasil penelitian *Efflurage* dan *Akupresure*. Sedangkan penurunan tekanan darah dapat diatasi dengan pendekatan psikologis dan spiritual.

Kata kunci: *Nyeri Berkurang, Persalinan Lancar, Kepedulian Perawat*

Abstract

Childbirth, both in normal and pathological conditions, causes anxiety. The anxiety experienced needs to get the attention of nurses so that bad conditions for the mother and fetus can be prevented. Caring care can be done by providing attention, assistance, providing comfort, increasing calm. The community service activities that have been carried out are to increase the client's comfort and calm when facing childbirth. This community service activity is carried out using the method of implementing nursing care for birthing patients by applying *effurage* and *acupressure*, for patients with high blood pressure a psychological and spiritual approach is carried out. The stages carried out include data assessment through interviews, physical examination. Action planning is based on the nursing problems that occur. Community service has been carried out for one patient during the active phase of the first stage of labor and one patient preparing for *Sectio Caesarea* surgery who experienced hypertension. Both patients expressed their comfort during the caring management carried out. The first patient besides feeling the comfort, the delivery. Meanwhile, patients who will undergo surgery feel calm in their hearts and minds, and their anxiety is reduced. Nurses can provide psychological comfort and calm to patients giving birth with assistance, application of the results of *Efflurage* and *Acupressure* research. Meanwhile, a decrease in blood pressure can be overcome with a psychological and spiritual approach.

Keywords: *Reduced pain, Smooth Delivery, Caring Nurses*

1. Pendahuluan

Kegiatan keperawatan dalam pemeliharaan kesehatan adalah kegiatan yang membantu memelihara status kesehatannya (Parellangi, 2018). Peran perawat yang utama adalah sebagai pemberi layanan keperawatan. Layanan keperawatan bersifat holistik. Layanan keperawatan tersebut merupakan bentuk bantuan yang diberikan kepada pasien yang mengalami kelemahan fisik dan mental (Prihandhani et al., 2022). *Caring* adalah sikap peduli, menghormati dan menghargai orang lain, artinya memberi perhatian dan mempelajari kesukaan – kesukaan seseorang dan bagaimana seseorang berfikir dan bertindak. Memberikan asuhan (*Caring*) secara sederhana tidak hanya sebuah perasaan emosional atau tingkah laku sederhana, karena *caring* merupakan kepedulian untuk mencapai perawatan yang lebih baik, perilaku *caring* bertujuan dan berfungsi membangun struktur sosial, pandangan hidup dan nilai kultur setiap orang yang berbeda pada satu tempat (Aisyah et al., 2019). Perawat yang memberikan *Caring* yakni perawat mendampingi pasien untuk datang kontrol, perawat melakukan komunikasi pada pasien (Sembiring et al., 2024).

Perilaku *caring* sangat dibutuhkan dalam tatanan layanan keperawatan, karena *caring* merupakan inti dari praktek keperawatan. *Caring* memiliki cara pendekatan yang fleksibel, dimana perawat bekerja untuk lebih meningkatkan kepeduliannya kepada klien. Perilaku *caring* merupakan suatu tindakan dengan memperhatikan aspek-aspek perasaan dan situasi pasien. Profesi keperawatan dalam melakukan asuhan didasari atas nilai-nilai *caring* (Prihandhani et al., 2022).

Caring yang dilakukan perawat pada klien yang mengalami kondisi sakit maupun dalam kondisi sehat. *Caring* yang dilakukan perawat juga dilakukan pada klien yang sedang menjalani proses persalinan. Klien yang menjalani proses persalinan, mengalami kondisi ketidaknyamanan dan kecemasan. Ketidaknyamanan berupa nyeri persalinan akibat peningkatan hormon oksitocin yang mempengaruhi kontraksi uterus, dirasakan sepanjang kala I persalinan. Klien yang belum beradaptasi terhadap nyeri kontraksi uterus, mengalami suatu kondisi kecemasan. Kondisi kecemasan tersebut dapat mempengaruhi nyeri kontraksi persalinan yang semula merupakan kondisi fisiologis persalinan. Ketegangan emosi akibat rasa cemas sampai rasa takut akan memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Ketakutan dan kecemasan dapat menghasilkan ketegangan pada otot dan meningkatkan persepsi nyeri seseorang (Supliyani, 2017).

Kecemasan klien dalam menghadapi proses persalinan menimbulkan perubahan fisiologis sehingga terjadi perubahan kondisi menjadi patologis. Klien dalam kehamilan menjelang persalinan, yang semula tekanan darahnya dalam batas normal, kecemasan yang dirasakan klien menimbulkan perubahan pada tekanan darahnya meningkat menjadi hipertensi (Yuliani et al., 2018).

Berbagai tindakan penatalaksanaan nyeri persalinan dilakukan baik tindakan farmakologis maupun non farmakologis (Utami & Putri, 2020). Berbagai tindakan tersebut bertujuan tidak untuk menghiangkan nyeri persalinan, mengingat nyeri persalinan akibat kontraksi uterus merupakan suatu kondisi normal dalam persalinan. Tujuan manajemen nyeri yang dilakukan adalah agar klien dapat beradaptasi dengan nyeri kontraksi uterus yang terjadi. Salah satu tindakan non farmakologis adalah massage dan akupresure. Penggunaan metode farmakologi sering menimbulkan efek samping sehingga membutuhkan tindakan yang lebih aman yang tidak menimbulkan efek yang merugikan pada ibu maupun janin yaitu dengan upaya nonfarmakologi ((Supliyani, 2017).

Masase merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan dalam usaha mengurangi nyeri selama proses persalinan, dengan masase dapat merangsang analgesic endogen (endorphin), dan mengganggu transmisi nyeri dengan cara meningkatkan sirkulasi neurotransmitter yang dihasilkan secara alami oleh tubuh pada sinaps neural di jalur sistem saraf pusat (Supliyani, 2017).

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan ini bertujuan meningkatkan kenyamanan ibu dalam menghadapi persalinan dengan menerapkan *caring* perawat. *Caring* yang dipergunakan melalui penerapan hasil-hasil peneitin seperti massage, akupresure, pendekatan psikologis dan spiritual.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan penerapan asuhan pada dua ibu

dalam menjalani persalinan. Satu ibu gravida satu melahirkan anak pertamanya. Ibu menyatakan nyeri kontraksi yang dirasakan menimbulkan ketidaknyamanan. Penulis menerapkan tindakan *massage efflurage* dan *akupresure* pada os cocsigiis. Sedangkan pada ibu sasaran pengabdian masyarakat kedua, penulis memberikan pendekatan psikologis dan spiritual mengingat kondisinya menghadapi persiapan operasi *sectio caesarea* dengan tekanan darah tinggi atau hipertensi..

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan ini dengan sasaran ibu dalam masa persalinan. Ketidaknyamanan dalam persalinan disebabkan adanya kontraksi uterus yang semakin lama semakin sering, kuat, dan lama. Kondisi kontraksi uterus akibat peningkatan hormon oksitocin menimbulkan ketidaknyamanan berupa nyeri. Ibu hamil yang merasakan nyeri kontraksi uterus menghadapinya dengan berbagai respon yang berbeda-beda, ada yang menangis, ada yang menjerit jerit, ada yang melakukan pengaturan nafas dalam, dan sebagainya. Respon yang berlebih-lebihan akibat tidak dapat beradaptasi dengan nyeri yang dirasakan dapat menimbulkan kondisi kelelahan pada ibu, kontraksi menjadi buruk, kondisi janin melemah dan terjadi kegawat daruratan

Pada kondisi tersebut ibu dalam masa persalinan perlu mendapatkan dukungan dari berbagai pihak termasuk petugas kesehatan. Pengetahuan, ketrampilan sikap perilaku petugas kesehatan dalam memberikan dukungan pada ibu masa persalinan perlu ditingkatkan dan diperbaiki sesuai hasil-hasil penelitian. Hasil-hasil penelitian terbaru perlu disosialisasikan dan diterapkan di tempat pelayanan kesehatan tempat pasien-pasien sasaran kegiatan berada seperti rumah sakit.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung di Rumah Sakit Roemani Semarang. Penulis melakukan management nyeri dengan teknik *efflurage* dan *akupresure* pada daerah os cocsigiis pada ibu yang sedang dalam persalinan. Penulis melakukan *informed concent* terlebih dahulu baik pada ibu, suami pasien, serta keluarga yang sedang mendampingi pasien di ruang perawatan inpartu. Informasi yang disampaikan diantaranya tindakan yang akan dilakukan, tujuan tindakan dilakukan, manfaat dilakukan, prosedur tindakan dilakukan. Penulis mempergunakan peralatan yang sederhana berupa minyak untuk melakukan pemijatan, pemijatan dengan kedua telapak tangan yang telah dilumuri minyak. Pemijatan dari bagian bawah yaitu pada bagian kedua pantat, tuber *ichiadicum*, ke atas sampai bagian punggung, kembali ke bagian pantat lagi, gerakan dilakukan berulang sampai 30 kali. Setelah itu ibu dilakukan pemijatan di area tulang ekor, pemijatan ke arah kanan, searah jarum jam, sebanyak 30 kali. Hasil kegiatan tersebut, pasien menyatakan rasa nyaman, nyeri kontraksi uterus semakin teratur, meningkat, kuat, dan semakin lama. Hasil pemeriksaan pembukaan cerviks dan penurunan kepala bayi semakin baik, sehingga waktu persalinan semakin cepat dan kenyamanan pasien terjaga. Kondisi tersebut sejalan dengan penelitian-penelitian yang pernah dilakukan masase punggung pada ibu bersalin berpengaruh terhadap intensitas nyeri kala I persalinan. Masase merupakan salah satu metode nonfarmakologi yang dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan. Rasa nyeri sebetulnya merupakan salah satu mekanisme pertahanan alami tubuh manusia, yaitu suatu peringatan akan bahaya. Pada kehamilan serangan nyeri memberitahukan kepada ibu bahwa dirinya telah memasuki fase persalinan. Nyeri saat persalinan tidak perlu dihilangkan secara total, tetapi sangat penting untuk mengelola dengan baik rasa nyeri secara individual (Supliyani, 2017).



Gambar 4.1: Pemberian *Informed Consent* Tindakan *Efflurage Massage* & Akupresure Area Os Cocsigius

Kegiatan pengabdian masyarakat juga dilakukan penulis pada ibu masa persiapan persalinan dengan Sectio Caesarea. Ibu hamil dengan riwayat persalinan lalu sectio caesarea karena hipertensi. Perencanaan persalinan dengan operasi ini karena hipertensi dan riwayat sectio caesarea pada persalinan sebelumnya. Penulis melakukan kegiatan bina hubungan saling percaya kepada pasien, pasien diidentifikasi adanya kecemasan ataupun masalah-masalah yang mengganggu pikirannya. Identifikasi tersebut dilakukan dengan tujuan mengidentifikasi permasalahan yang timbul, permasalahan yang menyebabkan gangguan pada pikiran, sehingga dapat menyebabkan gangguan pada fisik ibu menjelang persalinan.



Gambar 4.2: Pendekatan Psikologis & Spiritual Kondisi Hipertensi Pada Ibu Hamil Menjelang Operasi Sectio Caesarea

Ibu sasaran pengabdian masyarakat merupakan ibu yang baru pertama kali melahirkan. Ibu dalam kondisi pertama kali melahirkan mengalami Intensitas nyeri yang dirasakan adalah berat. Hal ini terjadi karena ibu tidak memiliki pengalaman nyeri sebelumnya, ibu cemas dan takut saat proses persalinan yang merupakan pengalaman pertama kali sehingga nyeri yang dirasakan semakin berat. Pada ibu multigravida intensitas nyeri lebih ringan bila dibandingkan dengan ibu primigravida (Mukhoirotin & Mustafida, 2020).

Efflurage massage merupakan suatu tindakan pemijatan yang mempunyai berbagai bertujuan diantaranya melancarkan aliran darah, merangsang kerja saraf pada area yang dipijat, merileksasikan otot-otot, mengurangi stress dan ketegangan. Tindakan *Efflurage massage* merupakan teknik pijat yang dilakukan dengan mengusap atau memberikan tekanan lembut pada tubuh menggunakan telapak tangan.

Penulis tidak hanya melakukan tindakan *effurage* pada ibu yang sedang dalam proses persalinan, namun penulis juga melakukan tindakan *akupresure*. Penelitian akupresure menunjukkan ada pengaruh akupresur pada kedua kelompok intervensi terhadap intensitas nyeri persalinan. Akupresur adalah suatu tindakan fisioterapi yang dilakukan dengan memberikan *masage* dan *stimulasi* pada titik-titik tertentu tubuh (garis aliran energi atau meridian) untuk mengurangi nyeri. Teori *gate control* menjelaskan bahwa rangsangan atau *impuls* bisa disesuaikan atau diatur, bahkan dihambat oleh mekanisme pertahanan pada sistem saraf pusat. Teori ini menjelaskan ada mekanisme gate yang terbuka pada ujung saraf di ruas tulang belakang sehingga dapat meningkatkan atau menurunkan aliran impuls saraf yaitu dari sistem saraf perifer ke sistem saraf pusat. *Akupresur* dapat mempermudah proses persalinan karena *akupresur* dapat meningkatkan efektivitas kontraksi pada uterus. Selain itu *akupresur* juga dapat membantu dalam memproduksi hormon endorfin yang bermanfaat untuk menurunkan rasa sakit (Mukhoirotin & Mustafida, 2020).

Pada ibu masa persalinan, penulis melakukan pendampingan, mengingat pendampingan petugas kesehatan maupun keluarga dapat menurunkan kecemasan ibu dalam masa persalinan. Pendampingan keluarga berhubungan dengan lama proses persalinan (Setyowati & Mursini, 2017)

4. Simpulan dan Saran

Pengabdian Masyarakat yang telah dilakukan ini merupakan bentuk nyata pengabdian

masyarakat yang dilakukan penulis dalam melakukan asuhan keperawatan dengan menerapkan *caring* kepada ibu pada saat persalinan dan pengelolaan kasus Hipertensi yang merupakan salah satu kasus *Non Communicable Disease*.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada Yang Terhormat Direktur Rumah Sakit Roemani Semarang yang telah bekerjasama dengan Prodi Sarjana Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Kerjasama dalam bidang pendidikan pengajaran, Penelitian, Pengabdian Masyarakat.

6. Daftar Pustaka

- Aisyah, R. D., Suparni, S., & Fitriyani, F. (2019). Paket Caring Untuk Kecemasan Ibu Hamil. *Jurnal SIKLUS, Vol 8 No 1*, 15–20.
- Mukhoirotin, M., & Mustafida, H. (2020). Pemberian Akupresur Kombinasi Titik BL32 dan LI4, Titik BL32 dan Sp6 Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *Journal of Holistic Nursing Science, Vol 7 No 2*, 133–141.
- Parellangi, A. (2018). *Home Care Nursing Aplikasi Prraktik Berbasis Evidence-Based*. Cetakan Pertama. Yogyakarta. CV Andi Offcet.
- Prihandhani, I. S., Trisna, M. O. B., & Getsuyobi, N. K. A. T. S. (2022). Pelatihan Manajemen Emosional terhadap Perilaku Caring Perawat. *Jurnal Keperawatan Silampari, Vol 6 No 1*, 788–793.
- Sembiring, F., Ginting, A., & Handayani, F. S. (2024). Hubungan Caring Perat Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Harapan Tahun 2023. *Elisabeth Health Jurnal, Vol 9 No 1*.
- Setyowati, W., & Mursini, M. (2017). Hubungan Pendampingan Keluarga Dengan Lama Proses Persalinan Kala I Di Puskesmas Karangdoro Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan, Vol 6 No 2*, 74–79.
- Supliyani, E. (2017). Pengaruh Masase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di Kota Bogor. *Jurnal Bidan, Vol 3 No 1*, 22–29.