

PENGARUH PELVIC ROCKING TERHADAP PENGURANGAN NYERI PINGGANG PERSALINAN KALA I DAN LAMA WAKTU PERSALINAN KALA II DI RSU PKU MUHAMMADIYAH DELANGGU

Sih Rini Handajani

Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Kebidanan

Abstract : Pelvic Rocking, Back Pain, Childbirth Duration. The purpose of this study was to determine the effect of pelvic rocking on back pain penguraangan first stage of labor and the duration of second stage of labor in RSU PKU Muhammadiyah Delanggu . Methods of research conducted using observational research. Quasi Experiment with the study design. Groups including the type of design used "Non - Equivalent Control Group " is to compare the results of the intervention between birth mothers pelvic rocking exercises given to mothers given pressure counter and a squatting position. Location and Time Research at RSU PKU Muhammadiyah Delanggu in July-October 2013. In this study population was all women giving birth in RSU PKU Muhammadiyah Delanggu, while the sample is mothers who gave birth in RSU PKU Muhammadiyah and experiencing back pain birth in April 2013. Data analysis will be done with the computerized system through SPSS with significance level of 0.05 and 95 % CI. Analysis of data delivery with low back pain while chi square long second stage of labor by t-test.

Keywords: Pelvic Rocking, Back Pain, Childbirth Duration.

Abstrak: Pelvic Rocking, Nyeri Pinggang, Lama Waktu Persalinan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *pelvic rocking* terhadap penguraangan nyeri pinggang persalinan kala I dan lama waktu persalinan kala II di RSU PKU Muhammadiyah Delanggu. Metode penelitian yang dilakukan menggunakan jenis penelitian observasional. Dengan rancangan penelitian *Quasi Experiment*. Kelompok rancangan yang digunakan termasuk jenis "Non-Equivalent Control Group" yaitu membandingkan hasil intervensi antara ibu-ibu bersalin yang diberikan latihan *pelvic rocking* dengan ibu-ibu yang diberikan counter pressure dan posisi jongkok. Lokasi dan Waktu Penelitian di RSU PKU Muhammadiyah Delanggu pada bulan Juli – Oktober 2013. Dalam penelitian ini populasinya adalah semua ibu bersalin di RSU PKU Muhammadiyah Delanggu, sedangkan sampelnya adalah ibu-ibu yang melahirkan di RSU PKU Muhammadiyah dan mengalami nyeri pinggang persalinan pada bulan April 2013. Analisa data akan dikerjakan dengan system komputerisasi melalui program SPSS dengan tingkat signifikansi 0,05 dan CI 95%. Analisa data nyeri pinggang persalinan dengan *chi square* sedangkan lama waktu kala II persalinan dengan uji *t-test*.

Kata Kunci: *Pelvic Rocking*, Nyeri Pinggang , Lama Waktu Persalinan.

Making Pregnancy Safer (MPS) merupakan salah satu upaya Depkes RI, dalam menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Salah satu dari tiga pesan kunci MPS tersebut adalah setiap persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan terlatih. Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2007, Angka Kematian Ibu

di Indonesia sebesar 226/100.000 Kelahiran Hidup. Seorang ibu dalam proses persalinan sebagian besar akan mengalami nyeri pinggang. Kemampuan adaptasi ibu terhadap nyeri pinggang persalinan dipengaruhi oleh lingkungan dimana ia melahirkan, dukungan sosial yang ia terima dan khususnya tehnik pengontrolan nyeri pinggang persalinan yang ia gunakan. Bila nyeri pinggang

persalinan tidak dikontrol, bisa mengakibatkan ibu memiliki pengalaman persalinan yang buruk dan dapat menyebabkan post partum depresi (Enkin, 2000). Nyeri persalinan terjadi karena adanya aktivitas besar di dalam tubuh ibu guna mengeluarkan bayi. Nyeri adalah bagian integral dari persalinan dan melahirkan (Mander, 2004). Nyeri pada persalinan menempati score 30 – 40 dari 50 score yang ditetapkan (Wall dan Melzack, 1994).

Persalinan merupakan pengalaman yang sangat penting bagi ibu disepanjang hidupnya sehingga kita sebagai tenaga kesehatan khususnya bidan yang merupakan partner bagi perempuan dalam kesehatan reproduksinya, hendaknya memberikan pengalaman positive bagi ibu salah satunya dalam proses persalinan.

Proses persalinan Kala II dimulai dari pembukaan lengkap (10 cm) sampai bayi lahir. Proses persalinan kala II biasanya berlangsung 2 jam pada primigravida dan 1 jam pada multigravida.

Pelvic rocking exercise adalah salah satu bentuk latihan efektif dan mempunyai beberapa keuntungan. Pelvic rocking exercise dapat memperkuat otot-otot perut dan pinggang. Latihan ini dapat mengurangi tekanan pada pinggang dengan menggerakkan janin kedepan dari pinggang ibu secara sementara. Latihan ini juga dapat mengurangi tekanan pembuluh darah diarea uterus, dan mengurangi tekanan pada kandung kemih (vesika urinaria) ibu. Pelvic rocking exercise juga membantu ibu untuk relax dan meningkatkan proses pencernaan.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan menggunakan jenis penelitian observasional, dengan rancangan penelitian *Quasi Experiment*. Kelompok rancangan yang digunakan termasuk jenis “*Non-Equivalent Control Group*” yaitu membandingkan hasil intervensi antara ibu-ibu bersalin yang diberikan latihan *pelvic rocking exercise* dengan ibu-ibu yang diberikan *counter*

pressure dan posisi miring ke kiri. Rancangan pada penelitian ini adalah *Quasi Experiment*, yaitu suatu desain penelitian yang tidak mempunyai pembatasan secara ketat terhadap randomisasi dan pada saat yang sama dapat mengontrol ancaman-ancaman validitas. Rancangan ini belum atau tidak memiliki ciri-ciri rancangan eksperimen yang sebenarnya, karena variabel-variabelnya dapat dikontrol atau dimanipulasi (Notoatmodjo, 2002).

HASIL PENELITIAN

Responden didiskripsikan sebagai berikut :

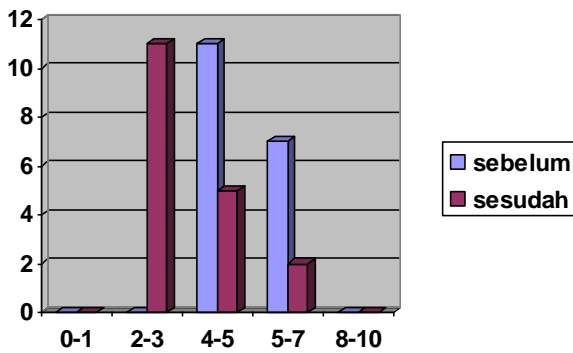
Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	Responden	
	Jumlah	Porsentase
Umur		
<20 tahun	8	16%
20-35 tahun	34	68%
>35 tahun	8	16%
Pendidikan		
Dasar	10	20%
Menengah	30	60%
Tinggi	10	20%
Pekerjaan		
Bekerja	15	30%
Tidak bekerja	35	70%
Paritas		
<i>Primigravida</i>	30	60%
<i>Multigravida</i>	16	32%
<i>Grande multi</i>	4	8%

Sumber : data Primer. Diolah 2013

Dari hasil pengukuran nyeri baik dengan pengisian skala nyeri oleh pasien dan observasi yang dilakukan oleh enumerator terhadap 18 sampel dengan cara masing-masing pasien diperlakukan sama dengan *pelvic rocking exercise* untuk pengurangan nyeri pinggang persalinan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Tabel intensitas nyeri



Sumber : data Primer, Diolah 2013

Dari tabel di atas ternyata tidak ada seorangpun (0%) responden yang menyatakan bahwa nyerinya tidak terasa sama sekali (rentang 0-1), baik sebelum diberi pelvic rocking exercise maupun sesudah diberi *pelvic rocking exercise*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pemberian tindakan pelvic rocking exercise tanpa dibandingkan dengan *counter pressure* dapat memberikan pengaruh pada penurunan rasa nyeri pinggang dalam kala I persalinan. Hal ini karena dengan *Pelvic rocking exercise* dapat memperkuat otot-otot perut dan pinggang. Latihan ini dapat mengurangi tekanan pada pinggang dengan menggerakkan janin kedepan dari pinggang ibu secara sementara sehingga dapat mengurangi nyeri pinggang persalinan kala II. Latihan ini juga dapat mengurangi tekanan pembuluh darah diarea *uterus*, dan mengurangi tekanan pada kandung kemih (*vesika urinaria*) ibu. *Pelvic rocking exercise* juga membantu ibu untuk relax sehingga dapat mengurangi ketegangan yang berdampak pada pengurangan nyeri persalinan dan meningkatkan proses pencernaan.

Pada hasil analisis penelitian ini, ketika pelvic rocking exercise di ujikan dengan kontrol yang dilakukan tindakan counter pressure didapatkan hipotesis tidak diterima baik terhadap pengurangan rasa nyeri kala I dan lama waktu kala II persalinan. Hal ini dikarenakan counter pressure mengurangi nyeri langsung pada

pusatnya karena dilakukan penekanan pada daerah yang nyeri, sedangkan pelvic rocking melalui proses melonggarkan otot punggung bawah dan relaksasi. Melihat hasil penelitian tersebut, seorang bidan diharapkan dapat memilih yang paling sesuai untuk klien mereka, agar morbiditas akibat persalinan berkurang dan ibu mempunyai pengalaman positive terhadap persalinan. Untuk kala II baik sampel dengan intervensi maupun kontrol masuk dalam kategori normal karena lama kala II kurang dari 2 jam.

Seperti yang dijelaskan Mahon (1994) bahwa nyeri merupakan sesuatu yang bersifat individual, tidak menyenangkan, dan tidak berkesudahan maksudnya nyeri merupakan perasaan tidak nyaman yang subjektif dan hanya orang yang menderitanya yang dapat menjelaskannya. Oleh karena itu meskipun stimulus nyeri disebabkan oleh hal yang sama yaitu kontraksi uterus tetapi reaksi yang ditimbulkan tiap individu berbeda-beda. Hal ini juga karena nyeri merupakan pengalaman yang kompleks serta fenomena yang tidak kelihatan yang dipengaruhi oleh interaksi antara faktor afektif (emosional), tingkah laku, kognitif, dan psikologi sensori (Craven & Hirnle, 2002). Individu merupakan penilai terbaik dari nyeri yang dialaminya karenanya harus diminta untuk menggambarkan dan membuat tigkatannya. Seperti yang dijelaskan pada teori Specificity "suggest" menyatakan bahwa nyeri merupakan sensori spesifik yang muncul karena adanya injury, dan informasi ini berjalan melalui sistem saraf perifer dan sentral melalui reseptor nyeri di saraf nyeri perifer dan spesifik di spinal cord.

Teori gate control yang dikemukakan oleh Melzack dan Wall (1965) menjelaskan bahwa substansi gelatinosa (SG) yang berada pada bagian ujung saraf dorsa serabut saraf spinal cord mempunyai peranan sebagai pintu gerbang (gating Mechanism), mekanisme gate control ini dapat memodifikasi dan merubah sensasi nyeri yang datang sebelum

mereka mencapai korteks serebri dan menimbulkan rasa nyeri. Salah satunya dengan cara memodifikasi dan merubah sensasi nyeri ini dilakukan dengan melakukan pelvic rocking exercise.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari data yang ada dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. *Pelvic rocking exercise* dapat menurunkan intensitas nyeri pinggang ibu bersalin dalam kala I ketika dilakukan sebagai tindakan tunggal.
2. Tidak ada pengaruh *pelvic rocking exercise* terhadap nyeri pinggang kala I persalinan dan lama waktu kala II persalinan ketika disandingkan dengan *counter pressure* dan posisi miring ke kiri. Untuk lama waktu kala II dalam kategori normal untuk kedua tindakan tersebut .

Berdasarkan kesimpulan, maka saran yang ingin penulis sampaikan pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penelitian ini digunakan sebagai *base evidence* dalam pemberian tindakan *pelvic rocking exercise* selama melakukan asuhan kebidanan pada ibu bersalin untuk mengurangi rasa nyeri selama persalinan.
2. Tindakan *pelvic rocking exercise* bersifat praktis, ekonomis, dan efektif dalam mengurangi nyeri persalinan sehingga dapat diajarkan kepada keluarga untuk diterapkan di lingkungannya.
3. Adanya penelitian lebih lanjut mengenai pengendalian rasa nyeri secara nonfarmakologi dengan lebih memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi rasa nyeri secara subjektif, serta adanya penelitian lebih lanjut untuk mengkaji kebenaran metode ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Bennet V.R & Brown. L.L (1999). Myles Textbook for Midwives. London: Churchill Livingstone
- Enkin. M., Keirse. M., Neilson. J. Crowther. C., Duley.L., Hodnett. E. & Hofmeyr. J. (2000). A Guide to effective care in pregnancy and childbirth. 3 rd ed. Oxford University Press
- Page. L. A. (2000). The New Midwifery; Science and Sensitivity in Practice. London: Churchill Livingstone
- Silvrston. L. (1993). The Art and Science of Midwifery. London: Prentice Hall
- Simkin. P. (1991). Pregnancy Childbirth and The Newborn. New York: Meadowbrook Press.