



PEMBERIAN EDUKASI PIJAT ABDOMINAL LIFTING PADA IBU BERSALIN KALA I

Nadia Sri Mainansi¹⁾, Ika Putri Damayanti²⁾

DIII Kebidanan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

¹⁾nadiasrimainans05i@gmail.com, ²⁾ikaputridamayanti@gmail.com

Histori artikel

Received:
29 Januari 2022

Accepted:
29 Maret 2022

Published:
27 April 2022

Abstrak

Abdominal lifting adalah teknik pengurangan rasa nyeri selama persalinan. Teknik ini berfungsi sebagai mengurangi punggung, memberikan keuntungan gravitasi, dapat dilakukan dari tahap persalinan kala 1. Berdasarkan survey pendahuluan dengan metode wawancara pada 7 orang ibu bersalin, 4(57,15) ibu mengatakan pernah mengikuti senam hamil dan 3(42,8%) ibu mengatakan tidak pernah mengikuti senam hamil. Tujuan memberikan asuhan pada ibu bersalin dengan pijat abdominal lifting pada ibu bersalin fase laten kala 1. Hasil. Pijat abdominal lifting yang dilakukan pada saat ibu berkontraksi dengan cara posisi pasien terlentang dengan posisi agak tinggi, letakkan kedua telapak tangan pada pinggang belakang pasien, dan kemudian secara bersamaan lakukan usapan yang berlawanan ke arah puncak perut tanpa menekan ke arah dalam. Kesimpulan. Evaluasi tingkat nyeri ibu, pada pembukaan 3 cm, diketahui skala nyeri ibu berkurang, berada pada skala nyeri ringan, yang seharusnya semakin bertambah pembukaan, semakin bertambahnya volume tingkat nyeri.

Kata Kunci : *Ibu Bersalin, Nyeri, Pijat abdominal lifting*

Latar Belakang

Abdominal lifting adalah teknik pengurangan rasa nyeri selama persalinan. Teknik ini berfungsi sebagai mengurangi punggung, memberikan keuntungan gravitasi, dapat dilakukan dari tahap persalinan kala 1 ke tahap persalinan lain. *Abdominal lifting* membantu menjajarkan sumbu panjang janin terhadap sumbu pintu atas panggul. Gerakan ini akan memperbaiki posisi dan efisiensi mengurangi nyeri ketika kontraksi.

Teknik *abdominal lifting* dilakukan pada fase laten saat adanya kontraksi berlangsung 40-50 detik. Nyeri dirasakan ibu pada kala 1 atau saat kontraksi berlangsung pada kondisi ini terjadi nyeri visceral dan terasa seperti rasa mules yang berasal dari uterus dan serviks. Rasa nyeri disebabkan oleh meregangnya uterus dan latus serviks. Nyeri dapat dirasakan pada dinding abdomen. Daerah lumbosakralis, krista iliaka, bokong dan paha. Pada kala 1 aktif sensasi nyeri dirasakan amat sangat kuat. Sensasinya membuat ekspresi ibu terlihat tidak berdaya, kemampuan mendengar dan konsentrasi ibu juga menurun.

Menurut Erickson setelah dilakukan pijat *abdominal lifting* skor intensitas nyeri semua responden menurun, meskipun ada yang tidak dratis penurunannya. Ibu yang mendapat pijatan selama dua puluh menit setiap jam selama kontraksi dalam persalinan akan lebih terbebas dari rasa sakit. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan endorfin yang berfungsi sebagai pereda rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman. Pijatan secara lembut membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman persalinan. Teknik *abdominal lifting* dilakukan dengan cara memberikan usapan berlawanan ke arah puncak perut tanpa menekan ke arah (Karuniawati, 2020).

Persalinan adalah suatu proses yang dimulai dengan adanya kontraksi uterus yang menyebabkan terjadinya dilatasi progresif dan serviks, kelahiran bayi, dan kelahiran plasenta, dan proses tersebut merupakan proses alamiah (, 2020).

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin atau uri) yang telah cukup bulan (37-42 minggu) atau hidup di luar kandungan atau melalui jalan lahir, dengan bantuan atau tanpa bantuan dengan presentasi belakang kepala berlangsung dalam waktu 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin. Persalinan merupakan proses alami yang berlangsung secara alamiah, walau demikian tetap diperlukan pemantauan khusus karena setia ibu memiliki kondisi kesehatan yang berbeda-beda sehingga mengurangi risiko kematian ibu dan janin pada saat persalinan (eka nurhayati, S.ST., 2019)

Dalam hal ini pemberi pelayanan sangat penting untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu dengan teknik *abdominal lifting* dan relaksasi nafas dalam untuk meningkatkan kenyamanan fisik. Nyeri persalinan setelah dilakukan *abdominal lifting* didapatkan nilai rata-rata skala nyeri setelah dilakukan *abdominal lifting* 2,70 nilai tengahnya 3,00 skala nilai terendah 2

dan skala tertinggi 3. Frekuensi nyeri responden setelah dilakukan teknik *abdominal lifting*, paling banyak responden yang mengalami penurunan sampai nyeri sedang masing-masing 19 orang (70,4%) (Effleurage *et al.*, 2014). Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum akan dialami oleh hampir semua ibu yang akan melahirkan. Rasa nyeri persalinan dapat berkurang bila dilakukan dengan teknik

abdominal lifting yakni dengan menekan tulang dan *massege abdominal*. Teknik ini merupakan salah satu pengurangan rasa nyeri persalinan non farmakologi yang dilakukan pada ibu dalam kala 1 fase aktif persalinan (Juniartati and Widyawati, 2018).

Mengurangi rasa nyeri terdapat dua cara yaitu dengan metode farmakologi dan metode non farmakologi. Metode farmakologi dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri namun, memerlukan pengawasan khusus dalam penggunaannya, metode yang dapat menggunakan anestesi local, injeksi obat, anestesi epidural. Metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri adalah teknik relaksasi, *imageri* dan *visualisasi*, teknik pernapasan, *effeurage*, *counterpressure*, *deep back massege*, sentuhan dan pijat, aplikasi panas dingin *akupresure*, *aromaterapi*, *abdominal lifting*, *biofeedback*, *hidroterapi*, *waterbirth*, *hypnosis*, *hypnobirthing* (Rahmawati and Ningsih, 2019)

Hasil penelitian efektifitas teknik pijat *abdominal lifting* terhadap pengaruh rasa nyeri persalinan pada Santi (2015) di kota semarang tentang perbedaan efektifitas *massage abdominal lifting* terhadap tingkat nyeri tingkat persalinan kala 1 fase aktif. Di rumah bersalin kasih ibu Kabupaten Kediri menyebutkan bahwa kelompok perlakuan *massage abdominal lifting* rata-rata 6,67 sebelum dilakukan pemberian *massege abdominal lifting* menjadi 4,33 sesudah di berikan *massage abdominal lifting*, yang berarti ada pengaruh *abdominal lifting* terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif. (Desti Nuranggraini, 2020).

Teknik ini merupakan salah satu pengurangan rasa nyeri persalinan non farmakologi yang dilakukan pada ibu dalam kala 1 fase aktif persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas teknik *abdominal lifting* terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan. Jenis penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan one group pretest dan post test. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu bersalin kala 1 fase aktif di Bidan Praktik Mandiri Kota Padang. Metode pengumpulan sampel secara *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 16 orang. Pengumpulan data menggunakan skala intensitas nyeri pada saat pretest sebelum dilakukan intervensi dan post test setelah dilakukan intervensi. Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata nyeri persalinan sebelum teknik *abdominal lifting* 7,63 dengan standar deviasi 1,23, sedangkan hasil penelitian sesudah dilakukan teknik *abdominal lifting* sebesar 7,19 dengan standar 1,47. *Abdominal lifting* dapat diketahui bahwa terjadi didapatkan perbedaan yang signifikan antara tingkat nyeri sebelum dan setelah dilakukan *abdominal lifting*. *Abdominal lifting* dalam persalinan agar dapat membantu mengurangi nyeri yang dirasakan selama persalinan sehingga dapat meningkatkan kenyamanan ibu (Effleurage et al., 2014)

Metode

Metode ini menggunakan teknik kebidanan berupa studi kasus. Studi kasus adalah karya tulis ilmiah berupa paparan hasil penerapan proses asuhan kebidanan kepada klien secara ideal sesuai dengan teori dan berisi pembahasan atas kesenjangan yang terjadi di lapangan sesuai dengan 5 langkah manajemen varney. data diambil dari sumber lapangan pada pasien atau keluarga pasien atau keluarga pasien yaitu ibu bersalin usia 31 tahun dengan pijat *abdominal lifting* di PMB Hasna Dewi Fs Kota Pekanbaru.

Penulis mendalami kasus dengan cara melakukan pengkajian baik mendalami kasus itu sendiri maupun factor- factor yang mempengaruhi, kejadian yang muncul dari kasus tersebut maupun reaksi yang muncul

pada ibu bersalin kemudian penulis memberikan asuhan pada ibu bersalin dengan memberikan Pijat abdominal lifting yang dilakukan pada saat ibu berkontraksi. Setelah itu dilakukan evaluasi tingkat nyeri ibu, pada pembukaan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah: a) Wawancara (Hasil Anamnesis) berisi tentang data subjektif terdiri dari nama, umur, agama, suku bangsa, pendidikan, alamat, pekerjaan, keluhan utama, riwayat kesehatan ibu. Sumber data yang diperoleh dari pasien, keluarga dan bidan. Kemudian hasil wawancara atau anamnesis ditulis

dibuku catatan kemudian di salin format pengkajian pasien. b) Observasi dan pemeriksaan fisik, kemudian hasil observasi ditulis dalam buku catatan yang selanjutnya disalin dalam lembar pengkajian pasien. c) Studi dokumentasi yaitu memperoleh data dari hasil pemeriksaan diagnostik dan rekam medis pasien. Prosedur analisa data yang digunakan adalah dengan menarasikan data yang diperoleh selama wawancara dan observasi untuk diinterpretasikan peneliti dibandingkan dengan teori yang ada guna memberikan rekomendasi dalam intervensi yang diberikan.

Hasil

Asuhan kebidanan dilakukan dengan menggunakan pendokumentasian SOAP (subjektif, objektif, assessment, planning) pada ibu bersalin kala 1 fase laten diberikan asuhan dengan pemberian pijat abdominal lifting untuk mengurangi intensitas nyeri yang dilakukan pada tanggal 24 April 2021.

Hasil dari pijat abdominal lifting ini yaitu mengurangi rasa nyeri saat persalinan. Pijat abdominal lifting yang dilakukan pada saat ibu berkontraksi dengan cara posisi pasien terlentang dengan posisi agak tinggi, letakkan kedua telapak tangan pada pinggang belakang pasien, dan kemudian secara bersamaan lakukan usapan yang berlawanan ke arah puncak perut tanpa menekan ke arah dalam. Pada evaluasi tingkat nyeri ibu, pada pembukaan 3 cm, diketahui skala nyeri ibu berkurang, berada pada skala nyeri ringan, yang seharusnya semakin bertambah pembukaan.

Kajian pertama dilakukan pada Ny.V pada fase laten pembukaan 1 cm pada tanggal 24 April 2021 pada 09.25 WIB di PMB Hasna Dewi. Data subjektif Ny.V usia 31th, ibu mengatakan nyeri pinggang menjalar ke perut bagian bawah sejak pukul 06.00 WIB dan mules-mules, susah tidur sejak tadi malam, sering BAK.

Pada pengumpulan data objektif ditentukan keadaan umum ibu baik, keadaan emosional nyeri, cemas, muka pucat/tegang, gelisah, keringat, dan tidak dapat diam. Tekanan darah 110/80 mmHg, pernafasan 20x/l, nadi 82x/l, suhu 36,5 °C.

Pembahasan

1. Pijat Abdominal Lifting

Dari hasil yang di dapatkan oleh penulis kepada Ny. V, umur 31th, di PMB Hasna Dewi, Amd.Keb, SKM. Pada pembukaan 1 cm ibu merasakan nyeri pada skala nyeri sedang, ibu tampak gelisah, emosional terkontrol, setelah dilakukan pijat abdominal lifting dalam persalinan agar dapat membantu mengurangi nyeri yang dirasakan selama persalinan dapat meningkatkan kenyamanan ibu. Pembukaan ibu bertambah 3 cm

dan skal nyeri yang di rasakan ibu berkurang mejadi skala nyeri ringan ibu tampak rileks dengan keadaan emosional dapat terkontrol.

Nyeri persalinan yang dilakukan setiap waktu berbeda antara satu dengan yang lainnya karena respon terhadap nyeri saat persalinan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pembukaan servik. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan salah satunya dengan pijat abdominal lifting.

Hasil penelitian efektifitas teknik pijat *abdominal lifting* terhadap pengaruh rasa nyeri persalinan pada Santi (2015) di kota semarang tentang perbedaan efektifitas *massage abdominal lifting* terhadap tingkat nyeri tingkat persalinan kala 1 fase aktif. Di rumah bersalin kasih ibu Kabupaten Kediri menyebutkan bahwa kelompok perlakuan *massage abdominal lifting* rata-rata 6,67 sebelum dilakukan pemberian *massege abdominal lifting* menjadi 4,33 sesudah di berikan *massage abdominal lifting*, yang berarti ada pengaruh *abdominal lifting* terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif. (Desti Nuranggraini, 2020).

Menurut Erickson setelah dilakukan pijat *abdominal lifting* skor intensitas nyeri semua responden menurun, meskipun ada yang tidak dratis penurunannya. Ibu yang mendapat pijatan selama dua puluh menit setiap jam selama kontraksi dalam persalinan akan lebih terbebas dari rasa sakit. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan endorphin yang berfungsi sebagai pereda rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman. Pijatan secara lembut membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman persalinan. Teknik *abdominal lifting* dilakukan dengan cara memberikan usapan berlawanan ke arah puncak perut tanpa menekan ke arah (Karuniawati, 2020)

Pijat abdominal lifting merupakan salah satu dari metode *massege* yang digunakan dalam mengatasi nyeri persalinan. *Massege* ini dilakukan dengan cara membaringkan pasien pada posisi terlentang dengan posisi kepala lebih tinggi, letakkan kedua telapak tangan pada pinggang belakang pasien kemudian secara bersamaan lakukan usapan yang berlawanan ke arah puncak perut tanpa menekan ke arah dalam. Ibu yang di pijat dua puluh menit setiap jam selama persalinan akan lebih terbebas dari rasa sakit. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda rasa sakit. Endorphin juga dapat menciptakan rasa nyaman, enak, rileks dan nyaman dalam persalinan. Banyak wanita yang merasa bahwa pijatan sangat efektif dalam menghilangkan rasa sakit pada saat melahirkan (Danuatnadjaja & Meiliasari, 2014).

Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum akan dialami oleh hampir semua ibu yang akan melahirkan. Rasa nyeri persalinan dapat berkurang bila dilakukan dengan teknik *abdominal lifting* yakni dengan menekan tulang dan *massege abdominal*. Teknik ini merupakan salah satu pengurangan rasa nyeri persalinan non farmakologi yang dilakukan pada ibu dalam kala 1 fase aktif persalinan (Juniartati and Widyawati, 2018).

Nyeri adalah persalinan rasa sakit tidak enak akibat perangsangan ujung-ujung saraf khusus. Selama persalinan dan kelahiran pervaginam, nyeri disebabkan oleh kontraksi rahim, dilatasi serviks, dan distensi perineum (Eka Nurhayati, 2019). Pijat abdominal lifting yang dilakukan pada Ny. V, memang benar, dari pembukaan 1 cm dengan skala nyeri sedang, ibu tampak gelisah, keadaan emosional masih terkontrol, pada pembukaan 1 cm, setelah dilakukan asuhan kebidanan kepada pasien sebelum dilakukan pengukuran intensitas nyeri ibu dengan menggunakan lembar observasi perilaku dengan skala ukur Bourbanis adalah 6

(nyeri sedang) dan setelah di lakukan pijat abdominal lifting mengalami penurunan intensitas nyeri setelah ibu mengatakan nyeri berkurang dari 6 (nyeri sedang) menjadi 3 (nyeri ringan), muka pucat berkurang, tidak gelisah, ibu lebih tenang dan terlihat nyaman. Hasil yang didapat pada kajian ini yaitu persaan nyeri yang dialami ibu berkurang, tidak gelisah, keadaan emosional masih tetap terkontrol, pembukaan ibu semakin bertambah sampai 3 cm, skala nyeri ibu berada pada skala nyeri ringan.

Kesimpulan

Pemberian asuhan dengan pijat abdominal lifting, dengan cara pijat yang dilakukan dengan cara membaringkan pasien pada posisi terlentang dengan posisi kepala lebih tinggi, letakkan kedua telapak tangan pada pinggang belakang pasien kemudian secara bersamaan lakukan usapan yang berlawanan kearah puncak perut tanpa menekan kearah dalam. Ibu yang di pijat dua puluh menit setiap jam selama persalinan akan lebih terbebas dari rasa sakit. Pada kala 1 fase laten. Setelah itu di lakukan evaluasi tingkat nyeri ibu, pada pembukaan 3 cm di ketahui skala nyeri ibu berkurang, berada pada skala nyeri ringan yang seharusnya semakin bertambah pembukaan, semakin bertambah volume tingkat nyeri.

Daftar Pustaka

- Effleurage, E. *et al.* (2014) 'Efektifitas Effleurage Dan Abdominal Lifting Dengan Relaksasi Nafas Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Di Klinik Bidan Indriani Semarang', *Jurnal Keperawatan*, 7(2), pp. 142–151.
- Eka nurhayati, S.ST., M. K. (2019) *patologi & fisiologi persalinan*. yogyakarta: PT.PUSTAKA BARU.
- Juniartati, E. and Widyawati, M. N. (2018), 'Literature Review: Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I', *Jurnal Kebidanan*, 8(2), p. 112. doi: 10.31983/jkb.v8i2.3740.
- Karuniawati, B. (2020) 'Efektivitas Massage Endorphin dan Counter Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), pp. 27–33. doi: 10.33757/jik.v4i1.256.g112.
- Puspitasari, L. (2020) 'Efektifitas Teknik Effleurage Dan Counter Pressure Vertebra Sacralis Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I', *Jurnal Kebidanan*, 12(01), p. 46. doi: 10.35872/jurkeb.v12i01.364.
- Rahmawati, L. and Ningsih, M. P. (2019) 'Efektifitas Teknik Counter Pressure Dan Abdominal Lifting Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Bpm Kota Padang', *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 6(2), pp. 217–224. doi: 10.36743/medikes.v6i2.190.