

**PENGARUH TEKNIK REBOZO TERHADAP RASA NYERI PERSALINAN IBU
BERSALIN KALA I FASEAKTIF DI PMB NY. I DESA
CIBULAKAN TAHUN 2023**

**Naili Rahmawati., S.ST., M.Keb¹, Ira Kartika, S.ST., M.Keb², Bdn. Mira Meliyanti,
S.ST.M.Kes³, Yeti Hernawati, S.ST.M.Keb⁴ Imas Ediawati⁵.**

¹SarjanaKebidanan, STIKes Dharma Husada BAndung)

email: penulis@pertama.com (10 pt, italic)

Abstract

Pain during labor is a physiological condition that is generally experienced by almost all birthing mothers, if labor pain is not treated it will cause prolonged labor. The rebozo technique is a non-pharmacological way to help manage pain during labour. Rebozo is a long cloth that Mexican women usually wear for their daily activities (shouldering, carrying babies, blankets, etc.). The purpose of this study was to determine the relationship between the rebozo technique and labor pain for mothers in PMB Ny. I Cibulakan Village in 2023. The type of research was quasy experiment with a one group one group pretest posttest design to 30 respondents by purposive sampling, the subjects of this study were mothers giving birth who met the inclusion and exclusion criteria using SOPs and questionnaires, the type of primary data was conducted at PMB Mrs. I Cibulakan Village in 2023 using the Chi-Square Test. The results showed that the p value = 0.012 < (0.05), the average value of pain in the pretest group was 6.90 and the average pain in the posttest group was 4.33. So it can be concluded that the relationship between the rebozo technique and labor pain for women in childbirth at PMB Ny. I Cibulakan Village in 2023.

Keywords: *Labor Pain; rebozo technique; Labor*

Abstrak

Nyeri saat persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin, apabila nyeri persalinan tidak diatasi akan menyebabkan terjadinya partus lama. Teknik rebozo adalah cara nonfarmakologi untuk membantu mengelola rasa sakit selama persalinan. Rebozo adalah kain panjang yg biasa dipakai wanita meksiko untuk berkegiatan sehari-hari (memanggul, menggendong bayi, selimut dll). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh teknik rebozo terhadap nyeri persalinan ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Ny. I Desa Cibulakan tahun 2023. Jenis penelitiannya quasy eksperimen dengan desain *one group one group pretest posttest* kepada 30 responden secara *purposive sampling*, subjek penelitian ini adalah ibu bersalin yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan menggunakan SOP dan kuisioner, jenis data primer dilakukan di PMB Ny. I Desa Cibulakan tahun 2023 dengan menggunakan T- Depeenden. Hasil penelitian didapatkan nilai didapatkan nilai p value= 0,012 < (0,05), nilai rata-rata rasa nyeri pada kelompok pretest 6.90 dan rata rata rasa nyeri pada kelompok postest 4.33. Maka dapat disimpulkan bahwa Pengaruh teknik rebozo terhadap nyeri persalinan ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Ny. I Desa Cibulakan tahun 2023.

Kata Kunci: *Nyeri Persalinan; Teknik rebozo; Persalinan*

I. PENDAHULUAN

Pedoman ini dapat digunakan sebagai Banyaknya ibu yang mengeluh sakit saat persalinan membuat bidan berinovasi dalam melakukan asuhan persalinan, salah satunya dengan menggunakan Teknik rebozo. Nyeri pada persalinan merupakan hal yang normal dirasakan oleh ibu, namun jika dibiarkan akan mengganggu kenyamanan ibu saat proses persalinan. Saran aman dan nyaman pada ibu bersalin banyak dilakukan oleh bidan dengan asuhan komplementer dianataranya, teknik relaksasi, teknik kompres panas dingin, aroma terapi dan sebagainya, pada asuhan saat ini peneliti menggunakan asuhan untuk mengurangi rasa nyeri dengan menggunakan teknik rebozo.

Nyeri merupakan suatu keadaan yang mempengaruhi seseorang dan dapat diketahui bila seseorang pernah mengalaminya. Nyeri merupakan suatu kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan serta sifatnya subjektif karena perasaan nyeri pada setiap orang itu berbeda skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang rasakannya¹

Nyeri persalinan mulai timbul sejak kala I fase laten yaitu proses pembukaan serviks sampai 3 cm dan pada fase aktif yaitu proses pembukaan serviks dari 4 cm- 10 cm. Pada fase aktif menuju pembukaan lengkap terjadi peningkatan intensitas dan frekuensi kontraksi, sehingga respon puncak nyeri berada pada fase ini².

Berdasarkan Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI tahun 2020 jumlah ibuhamil di Indonesia sebanyak 5.221.784, dan jumlah ibu bersalin di Indonesia sebanyak 4.984.432. Jumlah ibu bersalin terbanyak di Indonesia adalah daerah provinsi Jawa Barat yang berjumlah 911.983, sedangkan jumlah ibu bersalin terendah adalah daerah

provinsi Papua Barat yang berjumlah 23.090³.

Secara statistic 2 dari 3 ibu bersalin tidak dapat toleransi rasa nyeri. Penelitian di Inggris menunjukan bahwa 93,5% dari perempuan mendeskripsikan sakit yang tak tertahan. Sebagian besar (90%) persalinan disertai dengan rasa nyeri. Kejadian nyeri pada 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami rasa nyeri ringan, 35% dengan rasa nyeri sedang, 30% dengan rasa nyeri hebat dan 20% persalinan disertai rasa nyeri sangat hebat⁴.

Saat ini banyak cara yang digunakan untuk meminimalisir nyeri persalinan. Cara tersebut dilakukan melalui manajemen pengurangan rasa nyeri dengan metode farmakologis maupun non-farmakologis⁵. Manajemen nyeri persalinan telah diupayakan secara nonfarmakologis yaitu dengan teknik akupresure, relaksasi, aromatherapy dan massage. Salah satu teknik relaksasi untuk pengendalian rasa nyeri non farmakologi adalah dengan menggunakan teknik rebozo. Relaksasi bukan hanya aktivitas pasif tapi aktif. Melakukan teknik relaksasi dapat melepaskan ketegangan pada otot, mengurangi ketegangan fisik serta mengurangi nyeri. Sehingga membuat rasa nyaman, aman dan akhirnya akan mengurangi kecemasan serta dapat mengurangi kepekaan terhadap rasa nyeri⁶.

II. TINJAUAN PUSTAKA

Rebozo dalam bahasa Spanyol merupakan selendang tradisional Meksiko. Selendang ini umumnya digunakan dalam kehidupan sehari hari sebagai aksesoris, membantu masyarakat mengangkat barang belanjaan, maupun membantu membawa bayi, sama seperti selendang tradisional Indonesia¹⁴.

Teknik rebozo ini efektif mengoptimalkan posisi janin, mempercepat

pembukaan serviks serta penurunan kepala janin serta sangat bermanfaat bagi kemajuan persalinan. Teknik rebozo juga dapat dijadikan salah satu alternatif yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan, selain mudah digunakan dan juga dapat diterima oleh klien sehingga dapat memberikan implikasi secara psikologis dan klinis yang positif. Teknik rebozo dapat membuat tubuh menjadi rileks, mempercepat proses persalinan, mengurangi tingkat kecemasan, mengurangi intensitas nyeri pada persalinan, dan membuat para ibu bersalin merasakan partisipasi langsung yang dilakukan oleh bidan serta pendamping persalinan dengan dukungan psikologis saat melakukan teknik rebozo.

III. METODE PENELITIAN

Jenis penelitiannya quasy eksperimen dengan desain *one group one group pretest posttest* kepada 30 responden secara *purposive sampling*, subjek penelitian ini adalah adalah ibu bersalin yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan menggunakan SOP dan kuisioner, jenis data primer dilakukan di PMB Ny. I Desa Cibulakan tahun 2023 dengan menggunakan T- Depeenden

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 4.3 pengaruh teknik rebozo dalam mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Ny. I Desa Cibulakan tahun 2023 didapatkan nilai p value = 0,012 < (0,05), maka dapat disimpulkan ada pengaruh intensitas nyeri pada kelompok pretest dan kelompok posttest dimana nilai rata-rata rasa nyeri pada kelompok intervensi 6.90 dan rata rata rasa nyeri pada kelompok kontrol 4.33.

Asumsi peneliti bahwa keadaan nyeri persalinan merupakan hal yang normal dirasakan oleh ibu bersalin, nyeri persalinan timbul karena adanya kontraksi dari otot-otot uterus, hipoksia dari otot mengalami kontraksi, peregangan serviks, kurangnya suplai darah pada korpus uteri, dan peregangan segmen bawah rahim.

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 tentang Manfaat Teknik Rebozo terhadap kemajuan persalinan menyimpulkan bahwa terdapat efektifitas pemberian teknik rebozo terhadap pembukaan serviks dan penurunan kepala janin pada ibu bersalinan kala I fase aktif dan teknik rebozo sangat bermanfaat terhadap kemajuan persalinan.¹⁷

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 kelurga ketika mereka menggunakan rebozo. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan di Praktek Mandiri Bidan Semarang tentang manfaat teknik rebozo terhadap kemajuan

persalinan , dengan menggunakan uji Mann - Whitney Test yang menyatakan ada perbedaan efektifitas intervensi dan kontrol terhadap pembukaan serviks ibu bersalin kala I fase aktif dengan p value 0,028. Nilai mean rank intervensi teknik rebozo 13,30 lebih besar dari nilai kontrol yaitu 7,70 yang berarti bahwa teknik rebozo lebih efektif terhadap pembukaan serviks ibu bersalin kala I fase aktif.¹⁷

Bidan homebirth AS, Gail Tully menunjukkan bahwa ketegangan di dalam ligamen pelvis dapat berdampak pada ruang yang harus ditempuh bayi di dalam rahim, teknik tersebut adalah Shifting yang dilakukan dalam rebozo dengan meminta ibu dalam posisi merangkak, atau meletakkan tubuhnya sambil memeluk birthball atau berdiri sambil memegang kursi. Ketika merasakan kontraksi, pendamping persalinan akan menarik kain dan menggoyangkan perut ibu secara lembut seperti gerak mengayak. Gerakan ini dapat mengurangi nyeri kala I karena adanya relaksasi diperut bagian bawah dan membuat ibu merasa lebih nyaman. Lilitan yang tepat akan membuat ibu merasa dipeluk dan memicu keluarnya hormon oksitosin atau hormon senang supaya persalinan ibu lebih lancar, sehingga dapat mempercepat persalinan kala I.

Teknik rebozo berikutnya adalah teknik shake the apple tree, lebih cenderung ke ligament otot panggul sehingga dapat mengurangi rasa sakit di pinggang. Teknik ini dilakukan dengan mengerakkan pelan-pelan bagian bokong ibu sesuai kenyamanan menggunakan selendang dan kedua tangan menopang pada Bola gym atau dapat menggunakan kursi sofa dilapisi bantal. Lamaze dalam Bobak menyatakan bahwa 85-90% persalinan berlangsung dengan nyeri, dan hanya 10-15% persalinan yang berlangsung tanpa rasa nyeri

Menurut artikel Rebozo Technique: Membantu Persalinan Lebih Nyaman dengan Kain Jarik, untuk mendapatkan persalinan yang nyaman dilakukan teknik Rebozo dimana pasangan akan melilitkan kain jarik di bagian perut ibu ketika ibu mulai merasakan kontraksi, pendamping persalinan akan

menarik kain dan menggoyang-goyangkan kain bagian perut ibu secara lembut. Lilitan yang tepat akan membuat ibu merasa seperti dipeluk dan memicu keluarnya hormone oksitosin yang bisa membuat proses persalinan lebih lancar. Tidak hanya sebatas kenyamanan saat persalinan, Rebozo juga membantu memberikan ruang pelvis yang lebih luas untuk ibu sehingga bayi lebih mudah menuruni panggul dan proses persalinan menjadi lebih cepat.¹⁸

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat pengaruh teknik rebozo terhadap nyeri persalinan. Disarankan kepada tenaga kesehatan dapat menggunakan Teknik ini dalam upaya mengurangi rasa nyeri persalinan

DAFTAR PUSTAKA

1. Patofisiologi Nyeri (Pain). Saintika Medika, 13(1), 7. 2018
2. Mengenal Nyeri Persalinan Pada Primipara Dan Multipara Poltekkes Kemenkes Bandung. 2018
3. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta : Kemenkes RI . 2020
4. Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan. 2016.
5. Danish Women's Experiences Of The Rebozo Technique During Labor A Qualitative Explorative Study Sexual & Reproductive Healcare : Official Jurnal Of The Swedish Association Of Midwives, 11, 79-85. 2017.
6. Pengaruh dukungan suami dalam proses persalinan dengan nyeri persalinan di RSIA Bunda Arif Purwokerto. Jurnal Ilmu Kebidanan. 2014;5(1):1–12. 2018
7. Efektifitas Teknik Rebozo Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Dan Lamanya Persalinan Pada Ibu Multigravida Jurnal Keperawatan Silampari, Vol. 4(1). 2020.
8. Pengaruh rebozo shaking the apple tree terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Puskesmas Kedung 1 Jepara. Prosiding Pekan Publikasi Mahasiswa. 2022.
9. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap

- Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. Jurnal Kebidanan, 9(1), 39. 2020
10. Buku Ajar Manajemen Nyeri dalam proses Persalinan (nonfarmakolog). Semarang: Unius Press. 2020.
 11. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik, edisi 4, volume 2. Jakarta: EKG. 2015.
 12. Dyah, P., dkk. 2018 “Nyeri Persalinan” STIKes Majapahit amojokerto. 2018.
 13. Manfaat Teknik Rebozo Terhadap Kemajuan Persalinan. Midwifery care journal, Vol. 1 no.3. 2020,
 14. Persalinan Nyaman Dengan Teknik Rebozo. Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kebidanan Vol. 12. No.2. 2021.
 15. Adiputra, I Made Sudarma dkk Metodologi Penelitian Kesehatan. Yayasan Medan: Kita Menulis.. 2021.
 16. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
 17. Munafiah, D. et al. (2020) ‘Manfaat Teknik Rebozo Terhadap Kemajuan Persalinan’, Midwifery Care Journal, 1(3), pp. 23–27.
 18. Diana. Manfaat Teknik RebozoTerhadap Kemajuan Persalinan. Midwifery Care J. 2020: 1(3):23-7.