

**PENGARUH MERENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT TERHADAP
PENGURANGAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF
DI BPS HENNY SULISTIOWATI KECAMATAN TERBANGGI BESAR
KABUPATEN LAMPUNG TENGAH
TAHUN 2016**

***THE INFLUENCE OF SOAKING LEGS WITH WARM WATER TO PAIN
REDUCTION IN THE ACTIVE PHASE I DELIVERY IN THE HENNY
SULISTIOWATI PRIVATE MIDWIFERY CLINIC IN TERBANGGI
BESAR SUB DISTRICT OF MIDDLE LAMPUNG DISTRICT IN 2016***

Susilawati¹

ABSTRACT

Pre-survey result in January 2016 in Henny Sulistiowati private midwifery clinic in middle Lampung showed that from 38 delivering mothers, there were 28 mothers experiencing great delivery pain in phase I of delivery, here delivering mothers felt anxieties. The objective of this research was to find out the influence of soaking legs with warm water to pain reduction in the active phase I delivery in the Henny Sulistiowati private midwifery clinic in Terbanggi Besar sub district of Middle Lampung district in 2016.

This was a quantitative research with pre-experimental and one group pretest and posttest designs. Population was 36 delivering mothers in Henny Sulistiowati private midwifery clinic in Terbanggi Besar sub district of Middle Lampung district from 1 November to 30 November 2017. 32 samples were taken with inclusions criteria of delivering mother in active phase I (opening 4 cm to 9 cm), and delivering mothers without complications. Samples were taken with purposive sampling. Data were collected with observation sheets and numeric visual scales. Data were analyzed by using dependent t-test.

The result showed that the average score of pain before and after intervention of soaking legs in warm water were 6.59 and 4.47 respectively. There was an influence of soaking legs with warm water to pain reduction in the active phase I delivery in the Henny Sulistiowati private midwifery clinic in Terbanggi Besar sub district of Middle Lampung district in 2016 (p-value 0.000 < 0.05). the researcher recommends the health workers to give soaking legs in warm water therapy as one of alternatives to reduce delivery pain by non-pharmacological methods.

Keywords : soaking legs with warm water, delivery pain reducing

ABSTRAK

Berdasarkan hasil prasurvei pada bulan Januari 2016 di BPS Henny Sulistiowati Lampung Tengah, pada bulan Januari terdapat 38 ibu bersalin, dimana dari 28 ibu bersalin tersebut mengalami nyeri persalinan kala 1 yang sangat hebat, dimana membuat ibu bersalin tersebut merasa cemas dan khawatir. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Merendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2016.

Jenis penelitian kuantitatif, Desain penelitian ini adalah *pre eksperimen* dengan pendekatan *One Group Pre-test – Post-test Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang ada di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah pada tanggal 1 November sampai dengan 30 November 2017 dengan jumlah 36. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 dengan kriteria inklusi Ibu bersalin yang bersedia menjadi responden, ibu bersalin kala I fase aktif (pembukaan 4 cm – 9 cm), ibu bersalin yang tidak memiliki komplikasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan cara *purposive sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi dan *Skala Visual Numeric*. Analisa menggunakan uji statistik *t-test dependent*.

1) Dosen Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata hasil skala nyeri sebelum dilakukan intervensi dengan cara merendam kaki dengan air hangat sebesar 6,59. Dan rata-rata hasil skala nyeri sesudah dilakukan intervensi dengan cara merendam kaki dengan menggunakan air hangat sebesar 4,47. Hasil uji statistik *t-test dependent* didapatkan Ada Pengaruh Merendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2016 dengan hasil (*P-Value* 0,000 < 0,05). Saran dalam penelitian ini agar tenaga kesehatan memberikan terapi rendam kaki dengan air hangat sebagai salah satu alternative peghilang nyeri persalinan non-farmakologi dan sebagai salah satu asuhan saying ibu.

Kata Kunci : Merendam kaki dengan air hangat, pengurangan nyeri pada ibu bersalin.

PENDAHULUAN

Nyeri persalinan adalah suatu sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus spesifik bersifat subyektif dan berbeda antara masing – masing individu karena dipengaruhi oleh faktor psikososial dan kultur dan endorphin seseorang ,sehingga orang tersebut lebih merasakan nyeri. Pada kehamilan dan persalinan rasa nyeri diartikan sebagai sebuah “ sinyal “ untuk memberitahukan kepada ibu bahwa dirinya telah memasuki tahapan proses persalinan (Judha.M, 2012).

Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha . Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks). Dengan adanya pembukaan serviks ini maka akan terjadi persalinan.

Banyak data yang mendukung hipotesis nyeri persalinan kala I terutama disebabkan karena adanya dilatasi, peregangan dan kemungkinan robekan jaringan selama kontraksi. Rasa nyeri pada setiap fase persalinan dihantarkan oleh segmen syaraf yang berbeda-beda. Nyeri pada kala I terutama berasal dari uterus. (Judha,2012).

Menurut Sujiyatini (2011) menyatakan bahwa berdasarkan hasil penelitian pemberian dukungan fisik , emosional, dan psikologis selama persalinan akan dapat membantu mempercepat proses persalinan dan membantu ibu memperoleh kepuasan dalam melalui proses persalinan

normal. Metode mengurangi rasa nyeri yang dilakukan secara terus - menerus dalam bentuk dukungan harus dipilih yang bersifat sederhana, biaya rendah, membantu kemajuan persalinan, hasil kelahiran bertambah baik dan bersifat sayang ibu.

Merendam kaki dengan air hangat merupakan pemberian aplikasi panas pada tubuh untuk mengurangi gejala nyeri akut maupun kronis. Terapi ini efektif untuk mengurangi nyeri yang berhubungan dengan ketegangan otot walaupun dapat juga dipergunakan untuk mengatasi masalah hormonal dan kelancaran peredaran darah. Pengobatan Tradisional Tiongkok menyebut kaki adalah jantung kedua tubuh manusia, barometer yang mencerminkan kondisi kesehatan badan. Ada banyak titik akupunktur di telapak kaki. Enam meridian (hati, empedu, kandung kemih, ginjal, limpa dan perut) ada di kaki (Arnot,2009).

Panas pada fisioterapi dipergunakan untuk meningkatkan aliran darah kulit dengan jalan melebarkan pembuluh darah yang dapatmeningkatkan suplai oksigen dan nutrisi pada jaringan. Panas juga meningkatkan elastisitas otot sehingga mengurangi kekakuan otot (Intan A, 2010).

Beberapa negara maju menerapkan terapi stimulus control dengan menggunakan air hangat sudah banyak dilakukan. Menurut Vinencenz Priesnisz dan Pastor Sebastian Kneipp (2005), merendam kaki dengan air hangat yang bertemperatur 37°C-39°C bermanfaat dalam menurunkan

**Pengaruh Merendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif
Di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2016**

kontraksi otot sehingga menimbulkan perasaan rileks.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan Rancangan penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah rancangan *pre eksperiment* dengan menggunakan rancangan *one group pra-post test design* yaitu yaitu dalam rancangan ini dilakukan pretest (01) pada kelompok eksperimen, dan diikuti intervensi (X) pada kelompok eksperimen. Setelah beberapa waktu dilakukan posttest (02) pada kelompok intervensi tersebut. (Notoatmodjo, 2010).

Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 1 april sampai dengan 30 april 2016. Tempat penelitian di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang ada di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah pada tanggal 1 N0vember sampai dengan 30 November 2017 dengan jumlah 36. Sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu bersalin kala I fase aktif pada tanggal 1 N0vember sampai dengan 30 November 2017 di BPS Henny Sulistiowati Lampung tengah yang

- berjumlah 32, dengan kriteria inklusi ;
- 1) Ibu bersalin yang bersedia menjadi responden
 - 2) ibu bersalin kala I fase aktif (pembukaan 4 cm – 9 cm)
 - 3) Ibu bersalin yang tidak memiliki komplikasi.

kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- 1) ibu bersalin yang tidak bersedia menjadi responden
- 2) ibu bersalin yang bukan kala I fase aktif dan ibu bersalin yang memiliki komplikasi, seperti hipertensi, perdarahan, syok, premature, bradikardi/takikardi dan lain sebagainya.

Cara yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah *purposive sampling*. Variabel dependen adalah Pengurangan Nyeri persalinan kala I fase aktif, sedangkan variable independent adalah rendam kaki dengan air hangat. Analisis Univariat menggunakan presentase dari rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif, dan analisis bivariat menggunakan uji T- dependent (*Paired Sampel t-test*).

HASIL DAN PEMBAHASAN
Analisis Univariat

Tabel 1.

Rata-rata skala nyeri ibu bersalin sebelum diberikan intervensi rendam kaki dengan air hangat

Nyeri	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Sebelum	32	6,59	7,00	0,665	5	8

Tabel 1 menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) nyeri sebelum diberikan perlakuan yang dirasakan oleh ibu bersalin kala I fase aktif di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan

Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2016 sebesar 6,59 yang berarti termasuk kedalam kategori nyeri sedang.

Tabel 2.

Rata-rata skala nyeri ibu bersalin setelah diberikan intervensi rendam kaki dengan air hangat

Nyeri	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Sebelum	32	4,47	5,00	0,718	3	6

Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) nyeri setelah diberikan perlakuan yang dirasakan oleh ibu bersalin kala I fase aktif di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten

Lampung Tengah Tahun 2016 sebesar 4,47 yang berarti termasuk kedalam kategori nyeri sedang

Analisis Bivariat

Tabel 3.

Pengaruh Merendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Hasil Pengukuran nyeri	N	Mean	SD	SE	<i>P value</i>
Sebelum diberikan intervensi	32	6,59	0.665	0.118	0.000
Sesudah diberikan intervensi	32	4.47	0.718	0.127	

Tabel 3 menunjukkan bahwa nilai hasil uji t didapat *p value* 0,000 artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Pengaruh Merendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata hasil Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif sebelum merendam kaki dengan air hangat sebesar 6,59. Rata-rata hasil nyeri persalinan sesudah merendam kaki dengan air hangat adalah sebesar 4,47. Hasil uji statistic dengan uji t dependent (*paired sample t-test*) diperoleh nilai *P Value* $0,00 < 0,05$ yang berarti ada Pengaruh Merendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2016.

Hasil Penelitian ini sejalan Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Nanik Prayogi Hastuti Tahun 2011 yang berjudul pengaruh merendam kaki dengan air hangat terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di RSUD Muntilan, dengan hasil penelitian rata-rata hasil nyeri persalinan sebelum diberikan perlakuan 6.86, dan setelah diberikan perlakuan rata-rata hasil pengukuran nyeri 4.68 dengan hasil *p value* 0,000.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa, Merendam kaki dengan air hangat merupakan pemberian aplikasi panas pada tubuh untuk mengurangi

gejala nyeri akut maupun kronis. Terapi ini efektif untuk mengurangi nyeri yang berhubungan dengan ketegangan otot walaupun dapat juga dipergunakan untuk mengatasi masalah hormonal dan kelancaran peredaran darah. Pengobatan Tradisional Tiongkok menyebut kaki adalah jantung kedua tubuh manusia, barometer yang mencerminkan kondisi kesehatan badan. Ada banyak titik akupunktur di telapak kaki. Enam meridian (hati, empedu, kandung kemih, ginjal, limpa dan perut) ada di kaki. (Arnot,2009).

Nyeri persalinan adalah suatu sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus spesifik bersifat subyektif dan berbeda antara masing – masing individu karena dipengaruhi oleh faktor psikososial dan kultur dan endorphin seseorang, sehingga orang tersebut lebih merasakan nyeri. Pada kehamilan dan persalinan rasa nyeri diartikan sebagai sebuah " sinyal " untuk memberitahukan kepada ibu bahwa dirinya telah memasuki tahapan proses persalinan (Judha.M , 2012).

Panas pada fisioterapi dipergunakan untuk meningkatkan aliran darah kulit dengan jalan melebarkan pembuluh darah yang dapat meningkatkan suplai oksigen dan nutrisi pada jaringan. Panas juga meningkatkan elastisitas otot sehingga mengurangi kekakuan otot dan dapat menurunkan nyeri pada

persalinan, Saat persalinan air dapat membuat ibu menjadi rileks, membawa perasaan seolah berada pada dunia sendiri tanpa seorang pun masuk didalamnya. Rendam

kaki dengan air hangat dapat menurunkan stimulus nyeri akibat kontraksi. Penggunaan tersebut tidak dapat menghilangkan nyeri secara keseluruhan, namun dapat membuat ketidaknyamanan selama persalinan dapat diatasi (Intan A,2010).

Beberapa negara maju menerapkan terapi stimulus control dengan menggunakan air hangat sudah banyak dilakukan. Menurut Vinencenz Priesnisz dan Pastor Sebastian Kneipp (2005), merendam kaki dengan air hangat yang bertemperatur 37°C-39°C bermanfaat dalam menurunkan kontraksi otot sehingga menimbulkan perasaan rileks yang bisa mengobati gejala kurang tidur dan infeksi.

Menurut Telaah Peneliti menggunakan air hangat pada ibu bersalin kala I fase aktif memberikan hasil yang positif, dimana berdasarkan hasil penelitian rata-rata skala nyeri sebelum diberikan perlakuan dengan cara merendam kaki dengan air hangat 6.59, sedangkan sesudah diberikan perlakuan dengan merendam kaki ibu bersalin kala I fase aktif didapatkan rata-rata skala nyeri 4.47, yang berarti merendam kaki dengan air hangat merupakan pemberian aplikasi panas pada tubuh yang dapat digunakan untuk mengurangi gejala nyeri akut maupun kronis. Terapi ini efektif untuk mengurangi nyeri yang berhubungan dengan ketegangan otot dan nyeri pada persalinan walaupun dapat juga dipergunakan untuk mengatasi masalah hormonal dan kelancaran peredaran darah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Diketahuinya distribusi frekuensi rata-rata hasil Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif sebelum merendam kaki dengan air hangat di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2016, sebesar 6,59.
2. Diketahuinya distribusi frekuensi rata-rata hasil Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif sesudah

merendam kaki dengan air hangat di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2016, sebesar 4,47.

3. Diketahuinya Pengaruh Merendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPS Henny Sulistiowati Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2016. (P Value 0,00 < 0,05).

SARAN

1. Bagi tempat penelitian sebagai bahan informasi bagi bidan bahwa merendam kaki dengan menggunakan air hangat dapat mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif, dan agar bidan dapat mengaplikasikan pada setiap pasien yang akan bersalin agar nyeri persalinan yang ibu rasakan dapat berkurang, dan dijadikan sebagai salah satu asuhan persalinan sayang ibu.
2. Bagi Peneliti dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti tentang merendam kaki dengan menggunakan air hangat terhadap nyeri ibu bersalin kala I fase aktif.
3. Bagi petugas kesehatan sebagai bahan informasi bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dalam melakukan asuhan kepada ibu bersalin agar menggunakan cara merendam kaki dengan air hangat sebagai salah satu alternative non-farmakologi selain menggunakan obat anti nyeri, dan dijadikan sebagai salah satu asuhan sayang ibu pada ibu bersalin.
4. Bagi peneliti selanjutnya dapat menambah wawasan penelitian selanjutnya dan dapat dijadikan bahan referensi guna melakukan penelitian yang sama, dan diharapkan peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian yang sama dapat menambah variabel - variabel yang lain sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Asrinah, dkk. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Persalinan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
2. Aprilia Yesie, 2010. *Hipnotetri. Rileks Nyaman dan Aman saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta. Gagas Media Arnot, dkk. *Pustaka kesehatan Populer Pengobatan Praktis: Perawatan Alternatif dan Tradisional*, volume 7. Jakarta: PT Bhuana Ilmu, 2009.
3. Arikunto, 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta; Rineka Cipta
4. Bobak. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas edisi 4*. Jakarta : EGC.
5. Budiharto. 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan dengan Contoh Bidang Ilmu Kesehatan Gigi*. Jakarta: EGC Depkes RI (2008). *Asuhan Persalinan Normal*, JNPK-KR, Jakarta
6. Hastono. 2007. *Analisa Data Kesehatan*. Jakarta : FKM. UI.
7. Hastuti, Nanik Prayogi. 2011. *Pengaruh Merendam Kaki Dengan Air Hangat terhadap nyeri persalinan kala I Fase Aktif pada ibu bersalin di RSUD Muntilan*.
8. Judha, M. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
9. Manuaba, IBG, dkk. 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan Dan KB*. Jakarta : EGC
10. Notoatmodjo, Soekidjo, 2010, *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta; Rineka Cipta
11. Rohani, dkk. 2011. *Asuhan Pada Masa Persalinan*. Jakarta : Salemba Medika.
12. Sugiyono. 2013. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : ALFABETA
13. Sujiyatini, dkk., 2011. *Asuhan Kebidanan II (Persalinan)*. Yogyakarta : Rohima Press
14. Sumarah. 2008. *Perawatan Ibu Bersalin. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Yogyakarta: Penerbit Fitramaya
15. Sulistyawati, Ari, dkk. 2010. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika
16. Wahyuningsih, Marni. 2014. *Efektifitas merendam kaki dengan air hangat terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di BPS Utami Karang Anyar Surakarta*.
17. Wasis, 2008. *Pedoman Riset Praktis Untuk Profesi Perawat*. Jakarta: EGC.