

PENINGKATAN KAPASITAS IBU HAMIL DAN BIDAN DALAM MENGURANGI
NYERI PERSALINAN DENGAN TERAPI KOMPLEMENTER
DI KECAMATAN LANGSA BARO KOTA LANGSA

Alchalidi¹, Nora Veri^{2*}, Magfirah³

¹⁻³Jurusan Kebidann Poltekkes Kemenkes Aceh

Email Korespondensi: nora.rahman1983@gmail.com

Disubmit: 03 Juni 2024

Diterima: 10 Agustus 2024

Diterbitkan: 01 September 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i9.15488>

ABSTRAK

Terapi komplementer merupakan bidang ilmu kesehatan yang berperan dalam menangani berbagai penyakit dengan teknik tradisional, yang juga dikenal sebagai pengobatan alternatif. Terapi komplementer telah diakui dan dapat dipakai sebagai pendamping terapi konvensional medis. Pemanfaatan terapi komplementer dalam masa bersalin harus diawasi dan dipastikan aman bagi proses persalinan ibu sehingga tidak menimbulkan efek negatif baik pada ibu maupun bayi. Meningkatkan keterampilan ibu hamil yang akan bersalin tentang pemanfaatan terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan meliputi cara pengolahan bahan herbal sampai teknik-teknik *message*. Meningkatkan pengetahuan, keterampilan serta kualitas KIE bidan dalam memberikan informasi tentang pemanfaatan terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan. Metode pengabdian yang digunakan dalam kegiatan ini adalah program pendidikan masyarakat melalui pelatihan, Edukasi, pendampingan dan sosialisasi terapi komplementer untuk nyeri persalinan. Terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan yaitu 16 % sebelum penyuluhan dan 84% sesudah diberikan penyuluhan. Terjadi keterampilan yang signifikan setelah diberikan pelatihan pemanfaatan terapi komplementer (pemberian *Darkchocolate*, pemberian aroma terapi, *birthball* dan pemberian jus wortel. Suluruh peserta telah mengerti pemanfaatan terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan dan peserta juga sudah terampil membuat *Darkchocolate*, pemberian aromaterapi, *birthball* dan pemberian jus wortel untuk mengurangi nyeri persalinan.

Kata Kunci: Pengabmas, Nyeri Persalinan, Terapi Komplementer

ABSTRACT

Complementary therapy is a field of health science that plays a role in treating various diseases using traditional techniques, which is also known as alternative medicine. Complementary therapy has been recognized and can be used as a companion to conventional medical therapy. The use of complementary therapies during the birthing period must be monitored and ensured that it is safe for the mother's birthing process so that it does not cause negative effects on either the mother or the baby. Improve the skills of pregnant women who are about to give birth regarding the use of complementary therapies to reduce labor pain, including processing herbal

ingredients to message techniques. Increase the knowledge, skills and quality of midwives' KIE in providing information about the use of complementary therapies to reduce labor pain. The service method used in this activity is a community education program through training, education, mentoring and socialization of complementary therapies for labor pain. There was an increase in knowledge before and after being given counseling, namely 16% before counseling and 84% after being given counseling. Significant skills occurred after being given training in the use of complementary therapies (giving Darkchocolate, giving aromatherapy, birthball and giving carrot juice. All participants understood the use of complementary therapies to reduce labor pain and participants were also skilled at making Darkchocolate, providing aromatherapy, birth balls and administering carrot juice to reduce labor pain.

Keywords: *Community Service, Labor Pain, Complementary Therapy*

1. PENDAHULUAN

Terapi komplementer merupakan bidang ilmu kesehatan yang berperan dalam menangani berbagai penyakit dengan teknik tradisional, yang juga dikenal sebagai pengobatan alternatif. Terapi komplementer telah diakui dan dapat dipakai sebagai pendamping terapi konvensional medis. Pada pelaksanaannya terapi komplementer dapat dilakukan bersamaan dengan terapi medis (Rufaida et al., 2018; Saputra, 2021).

Pelayanan kebidanan komplementer merupakan bagian dari penerapan pengobatan komplementer dan alternatif dalam tatanan pelayanan kebidanan. Pelayanan kebidanan merupakan bagian yang menyeluruh dari sistem pelayanan kesehatan yang diberikan oleh bidan yang telah diregistrasi. Pelayanan tersebut dapat dilakukan secara mandiri, kolaborasi dan rujukan kepada ibu hamil, ibu bersalin, ibu nifas, bayi baru lahir, dan anak, serta wanita usia reproduksi dan usia lanjut (Altika & Kasanah, 2021).

Sejumlah negara sudah menerapkan terapi komplementer dan alternatif sebagai pendukung pengobatan konvensional. Walaupun di Indonesia belum ada Undang- Undang yang mengatur secara khusus tentang pelaksanaan pelayanan kebidanan komplementer, namun penyelenggaraan pengobatan komplementer secara umum telah diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan No.15 Tahun 2018 tentang penyelenggaraan pelayanan kesehatan tradisional komplementer (Kemenkes RI, 2018; Muflihah et al., 2022).

Pelayanan kebidanan komplementer merupakan pilihan bagi bidan maupun perempuan untuk mengurangi intervensi medis saat hamil dan melahirkan serta masa nifas, dan berdasarkan pengalaman hal tersebut cukup membantu. Namun, sebagian besar terapi ini tidak dianggap bermakna dalam pengobatan konvensional. Hal ini disebabkan oleh kelangkaan dalam hal bukti klinis dan informasi yang diterbitkan sehubungan dengan efektivitas pelayanan kebidanan komplementer pada kehamilan, persalinan dan nifas (Khadijah et al., 2022).

Pelaksanaan pelayanan kebidanan komplementer di Indonesia tidak hanya dilakukan oleh sektor swasta/mandiri, namun juga pemerintah (Puskesmas dan Rumah Sakit). Akan tetapi, pelaksanaan pada sektor pemerintah terhambat prosedur tetap yang masih harus mengacu pada pelayanan kebidanan konvensional, sehingga pelaksanaan pelayanan

kebidanan komplementer lebih banyak dijumpai pada sektor swasta. Dengan demikian pengaruh informasi yang beredar di masyarakat sangat menentukan pemanfaatan terapi komplementer, terutama pada masa hamil, bersalin dan nifas dimana masyarakat mengacu kepada kebiasaan dan budaya setempat (Kostania, 2015; Wahidin et al., 2018).

Terapi komplementer yang ada menjadi salah satu pilihan pengobatan masyarakat, termasuk di Aceh yang masih cukup kental dengan budaya. Jika pemanfaatannya tepat, maka terapi komplementer pada ibu saat bersalin dapat membantu mengurangi nyeri ibu, namun tidak sedikit juga klien yang memanfaatkan terapi komplementer yang tidak sesuai dengan kesehatan (Alchalidi et al., 2023).

Penelitian membuktikan bahwa terapi komplementer dapat menjadi solusi untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan bahkan dapat menyembuhkan beberapa penyakit. Terapi ini lebih aman dan memiliki risiko yang lebih rendah dibandingkan dengan obat modern dengan bahan kimia. Namun terkadang terdapat juga pasien yang menggunakan pengobatan tradisional atau komplementer tetapi tidak mendapatkan kesembuhan sesuai harapan bahkan menjadikan penyakitnya lebih parah. Untuk itu perlu dipahami tentang pemanfaatan terapi komplementer karena meskipun pengobatan komplementer relatif lebih aman namun bukan berarti tidak menimbulkan risiko (Setiani & Resmi, 2020; Solehati et al., 2018).

Hasil studi menyatakan penggunaan terapi komplementer oleh Bidan paling banyak dilakukan oleh bidan adalah terapi massage/pijat yaitu sebanyak 43 bidan (61,4%), diantaranya massage yang dilakukan oleh bidan di antaranya adalah: pijat bayi, pijat nifas, pijat oksitosin, pijat payudara dan pijat perenium. Terapi komplementer lainnya yang jalankan oleh bidan yaitu hipnoterapi (15,8%), akupresure (12,8%), selanjutnya pelayanan yoga (5,7%) dan obat herbal (4,3%) (Altika & Kasanah, 2021).

Ibu bersalin merupakan kelompok yang dianjurkan memanfaatkan terapi atau pengobatan komplementer dalam mengatasi keluhan yang dirasakan, terutama nyeri saat persalinan karena dengan terapi komplementer dapat menghindari efek samping pengobatan konvensional dan memiliki kontrol yang besar terhadap kesehatan sendiri (Magfirah et al., 2022; Yunika et al., 2022).

Adapun pelayanan terapi komplementer pada ibu bersalin dalam mengurangi nyeri persalinan (Alchalidi et al., 2023) diantara adalah: *massage* yang terdiri dari : *Endorphine massage* (Khasanah & Sulistyawati, 2020), akupresure (Mukhoirotin & Fatmawati, 2017; Santiasari et al., 2020), *ice message* (Can & Saruhan, 2015; Indumathi, 2018), dan *back massage* (Supliyani, 2017), konsumsi herbal : *dark chocolate*, wortel, nanas, metode aromaterapi : lavender (Susilarini et al., 2017), mawar (Sholehah et al., 2020), *bitter orange* (Ulya et al., 2021), metode relaksasi yaitu : relaksasi nafas (Astuti & Bangsawan, 2019; Sukarta, 2016), musik dan audiodenik (Asmara et al., 2017; Oktavia et al., 2013), *jasmine oil* (Alavi et al., 2017), pengaturan posisi (Nurachmania & Jayatmi, 2019), *birthball* (Sutringisih & Destri, 2019)

Kegiatan pengabdian ini didasari dari hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan peneliti yang sudah diterbitkan dalam buku terapi komplementer dalam manajemen nyeri persalinan (Alchalidi et al., 2023) dan publikasi tentang pemanfaatan bahan herbal dalam mengurangi intensitas nyeri persalinan (Abdurahman et al., 2022) serta manajemen nyeri persalinan dengan metode aromaterapi (Alchalidi et al., 2022).

dan menyebar ke daerah lumbal punggung dan menurun ke paha. Biasanya nyeri ini hanya selama kontraksi dan bebas dari rasa nyeri pada interval kontraksi (Bobak et al., 2004). Relaksasi adalah metode pengendalian nyeri non farmakologik yang paling sering digunakan di Inggris. Dalam studi yang ia laporkan, 34 % wanita menggunakan relaksasi (M. R, 2003).

Nyeri pada persalinan yang tidak segera ditangani, dapat mengakibatkan efek yang merugikan baik bagi ibu maupun janin. Pada ibu rangsangan nyeri dapat mengakibatkan kecemasan dan ketakutan akan proses persalinan yang sedang berlangsung, hal ini akan membuat ibu mengejan setiap kontraksi uterus. Bila hal ini terjadi pada akhirnya akan memperlambat persalinan. Ketegangan emosi akibat rasa cemas sampai rasa takut dapat memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Kecemasan ini juga dapat menyebabkan hormon adrenalin meningkat, hal ini dapat mengganggu kontraksi uterus sehingga mengakibatkan prolonged delivery time/ partus lama. Partus lama mempunyai dampak terjadinya infeksi bagi ibu dan janin. Ketegangan, ketakutan, dan rasa nyeri selama persalinan tersebut dapat berkurang dengan melakukan teknik relaksasi (B. R, 2005).

Beberapa manfaat dari teknik relaksasi misalnya dapat digunakan untuk mengendalikan rasa nyeri dengan meminimalkan aktivitas simpatik dalam system saraf otonom. Teknik relaksasi nafas panjang sebagai salah satu dengan metode AIR (Akui, Ijinkan dan Rasakan) yang membantu ibu mempertahankan kontrol sepanjang kontraksi. Pada tahap pertama, teknik relaksasi dapat memperbaiki relaksasi otot-otot abdomen dan dengan demikian meningkatkan rongga perut. Keadaan ini mengurangi gesekan dan rasa tidak nyaman antara rahim dan dinding perut (Bobak et al., 2004).

Penanganan nyeri pada persalinan menjadi fokus untuk dikerjakan karena nyeri persalinan berdampak pada fisik dan juga psikologis. Manajemen nyeri secara non-farmakologi pada akhir-akhir ini memperoleh perhatian khusus karena mempunyai beberapa keuntungan daripada farmakologi. Beberapa penelitian menjelaskan non-farmakologi lebih unggul dalam penanganan rasa nyeri karena mudah, hemat, tidak invansive dan meningkatkan kepercayaan diri dan keterikatan antara pasien dengan pemberi asuhan. Pelayanan kebidanan komplementer ialah metode penanggulangan penyakit sebagai pendukung penyembuhan kedokteran/ konvensional ataupun sebagai penyembuhan opsi lain diluar penyembuhan kedokteran yang konvensional. Penatalaksanaan pada nyeri persalinan butuh dilakukan dengan baik sehingga tidak memunculkan komplikasi yang mengacaukan persalinan (Alfiyah et al., 2018). Beberapa terapi komplementer yang di gunakan:

a. Terapi komplementer dengan *massage*

Masase punggung ataupun penekanan tulang sakrum ialah salah satu tata cara dalam mengurangi nyeri pada proses melahirkan. Pada teori menampilkan masase punggung sangat baik dilakukan sepanjang persalinan, semacam penggosokan tubuh bagian belakang paling utama dicoba pada dikala terbentuknya upaya buat melancarkan proses keluarnya bayi dari rahim lewat leher rahim ataupun bermacam- macam dalam perihal berbagai pegangan serta tempat, dampak pengendalian nyeri cuma berlangsung sepanjang masase dicoba efektifitas pijat punggung pada rasa nyeri persalinan kemajuan pembukaan 1 centimeter hingga 3 centimeter (Rahayu Ningsih Tutik, 2019).

b. Terapi komplementer dengan pemberian *Dark Chocolate*

Coklat merupakan produk pangan olahan yang bahan terdiri campuran

kombinasi dari pasta coklat (chocolate liquit), gula, lemak kakao, dan beberapa jenis bahan tambahan citarasa. Biji kakao memiliki rasa sepat dan rasa pahit yang khas karena disebabkan oleh polifenol. Coklat hitam kandungan biji kakao lebih banyak jika dibandingkan dengan jenis coklat lainnya, hal tersebut yang mengakibatkan coklat hitam kaya akan senyawa polifenol yang berkontribusi besar memberikan rasa pahit dan warna hitam pekat pada coklat hitam. Coklat hitam adalah pilihan terbaik untuk manfaat kesehatan (Arfailasufandi & Funsu Andiarna, 2018).

c. Terapi Komplementer dengan aromaterapi

Aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*) merupakan tindakan terapeutik yang bermanfaat buat memperbaiki syarat fisik serta psikis baik dipergunakan buat mengurangi rasa sakit, sedangkan secara psikologis bisa merelaksasi pikiran, mengurangi ketegangan, dan kecemasan serta memberikan ketenangan. Bau yg menenangkan akan merangsang thalamus untuk mengeluarkan encefalin yang bertindak sebagai pereda nyeri alami dan membentuk perasaan rileks. Enkephalin mirip menggunakan endorfin, yaitu bahan kimia yang memiliki struktur mirip dengan opioid. Enkephalin diduga mengakibatkan kendala prasinaps dan pascasinaps. Proses ini mencapai penghambatan enkephalin menggunakan Mengganggu zat P sehingga rasa sakit tidak atau berkurang buat diteruskan ke otak. diharapkan pemberian terapi nonfarmakologi dengan anugerah aromaterapi lavender secara inhalasi bisa menurunkan intensitas nyeri persalinan fisiologis di primipara (Sopian, 2019).

Aroma terapi lavender melalui bau yang dihasilkannya berkaitan dengan gugus steroid di dalam kelenjar keringat (osmon) yang berfungsi sebagai sedative alami. Respon bau yang dihasilkan lavender akan merangsang thalamus untuk memproduksi enkephalin yang memiliki manfaat sebagai analgesic alami. Oleh karena itu, jika aroma bunga lavender ini di hirup oleh pasien yang menderita dismenorhea primer, maka mereka akan merasa lebih nyaman dan tenang yang juga dihasilkan dari ngunga lavender yaitu senyawa linalyl asetat dan linalool yang memiliki fungsi relaksasi (Nikjou *et al.*, 2016); (Savitri & Hardyanti, 2019).

d. Terapi komplementer dengan *Birthball*

Upaya pada mencegah persalinan lama salah satunya menggunakan bimbingan *gym ball* yang menunjang persalinan agar berjalan secara fisiologis. Penelitian Siregar pada tahun 2020 yang berjudul imbas pelaksanaan teknik *Gym Ball* kemajuan persalinan yang menyampaikan bahwa rata-rata kemajuan persalinan untuk status *Gym Ball* dilaksanakan serta tidak dilaksanakan merupakan tidak selaras dimana status *Gym Ball* dilaksanakan lebih cepat 224, tiga menit dibandingkan dengan status *Gym Ball* tidak dilaksanakan. dengan tingkat kepercayaan 95% yg berarti ada dampak yang bermakna menggunakan aplikasi tehnik *Gym Ball* kepada kemajuan persalinan (Siregar, 2020).

Birth ball mampu mengurangi nyeri persalinan dan taraf kecemasan pada ibu bersalin, dan hasil penelitian menggambarkan bahwa banyak ibu bersalin merasa puas dengan penggunaan *birth ball*. *Birth ball* tampak mengurangi rasa nyeri persalinan dan memberikan kepada bunda bersalin cara alternatif buat manajemen rasa sakit selama persalinan. Manajemen nyeri secara non farmakologi lebih efektif dibanding dengan metode farmakologi yaitu bersifat murah, praktis efektif, serta tanpa pengaruh yang merugikan. Asuhan sayang ibu dalam kala I juga wajib

diberikan, salah satunya adalah memberikan teknik relaksasi pada kala I yaitu dengan pernapasan, posisi bunda serta pijat. salah satu teknik relaksasi dan tindakan non farmakologis pada penanganan nyeri saat persalinan menggunakan memakai birth ball yang juga biasa dikenal dalam senam pilates menjadi fitball, swiss ball dan petzi ball (Kurniawati et al., 2017).

- e. Terapi komplementer dengan pemberian Jus Wortel
Wortel (*Daucus carota L.*) termasuk jenis tanaman sayuran umbi semusim, berbentuk semak (perda) yang tumbuh tegak dengan ketinggian antara 30cm-100cm atau lebih, tergantung jenis atau varietasnya. Wortel digolongkan sebagai tanaman semusim karena hanya berproduksi satu kali kemudian mati. Tanaman wortel berumur pendek, yakni berkisar antara 70-120 hari, tergantung pada varietasnya (Cahyono, 2002).

Untuk menurunkan tingkat nyeri *persalinan* sebaiknya menggunakan obat tradisional yang sedikit efek sampingnya bahkan tidak ada. Salah satu cara non farmakologi tersebut adalah dengan mengkonsumsi jus wortel. Kandungan vitamin E dan betakarotein pada wortel mampu mengblok prostaglandin yaitu hormon yang mempengaruhi nyeri persalinan (Hembing Wijayakusuma, 2007).

Kegiatan pengabdian ini didasari dari hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan peneliti yang sudah diterbitkan dalam buku terapi komplementer dalam manajemen nyeri persalinan (Alchalidi et al., 2023) dan publikasi tentang pemanfaatan bahan herbal dalam mengurangi intensitas nyeri persalinan (Abdurahman et al., 2022) serta manajemen nyeri persalinan dengan metode aromaterapi (Alchalidi et al., 2022).

Tujuan kegiatan PKM ini adalah :

- a. Meningkatkan keterampilan ibu hamil yang akan bersalin tentang pemanfaatan terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan meliputi cara pengolahan bahan herbal sampai teknik-teknik *message*
- b. Meningkatkan pengetahuan, keterampilan serta kualitas KIE bidan dalam memberikan informasi tentang pemanfaatan terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan.
- c. Menjalin mitra dengan PKK desa di wilayah Langsa Baro untuk meningkatkan keanekaragaman tanaman TOGA yang bisa dimanfaatkan sebagai bahan dasar herbal untuk mengurangi nyeri persalinan.

Dari hal tersebut diatas, tim pengabmas tertarik untuk memberikan edukasi dan pelatihan tentang peningkatan kapasitas ibu hamil dan bidan dengan terapi komplementer dapat mengurangi dalam nyeri persalinan di Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa?

4. METODE

- a. Metode yang digunakan adalah edukasi, penyuluhan dan pelatihan.
- b. Jumlah peserta 30 orang terdiri dari bidan desa dan ibu hamil.
- c. Adapun langkah langkah pelaksanaan pengabdian masyarakat terdiri dari:
 - 1) Tahap pra pelaksanaan
Meliputi perizinan kegiatan, rekomendasi dari Dinas terkait, pembagian tim kerja, penentuan partisipan baik ibu hamil dan bidan, persiapan materi, *rundown* acara pelatihan, penentuan narasumber baik internal atau eksternal serta sarana dan prasarana kegiatan.

- 2) Tahap Pelaksanaan
Kegiatan pengabdian dengan tujuan untuk meningkatkan kapasitas masyarakat khususnya ibu hamil dan bidan dalam pemanfaatan terapi komplementer dalam mengurangi nyeri persalinan terdiri dari beberapa kegiatan yang diuraikan pada tabel dibawah ini :

Tabel 1
Tahap Pelaksanaan Kegiatan

No	Nama Kegiatan	Tujuan	Sasaran	Metode
1	KIE tentang terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan	Menjelaskan konsep dasar pentingnya penatalaksanaan nyeri persalinan dan terapi komplementer beserta urgensinya	Camat Langsa Baro Kapus Langsa Baro Bidan Desa Kader	FGD Deklarasi
2	Pelatihan teknik mengurangi nyeri persalinan dengan terapi komplementer dengan materi : 1. Konsep dasar nyeri persalinan 2. Cara mengukur skala nyeri persalinan 3. Terapi komplementer dengan bahan herbal dan aromaterapi 4. Terapi komplementer dengan audiogenik 5. Terapi komplementer dengan relaksasi	Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan bidan	Ibu hamil Bidan	Buku referensi Ceramah FGD Multimedia
3	Simulasi	Meningkatkan keterampilan sasaran dalam melakukan teknik-teknik berbagai macam terapi komplementer dalam nyeri persalinan	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ibu hamil ▪ Bidan ▪ Fasilitator kelompok 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Praktik dengan phantom ▪ Checklist ▪ Buku referensi

4	Praktik lapangan	Penerapan langsung hasil kegiatan pada ibu bersalin serta mengukur skala nyeri yang dialami ibu bersalin	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ibu hamil ▪ Bidan peserta ▪ Ibu bersalin ▪ Bidan fasilitator 	Checklist Pengukuran skala nyeri dengan metode smile
---	------------------	--	---	--

Metode pelaksanaan pengabmas dilaksanakan melalui penyuluhan dan pelatihan secara langsung, adapun kegiatan sebagai berikut:

- a. Dilakukan *pre test* tujuannya untuk mengetahui kondisi awal pemahaman dan kesiapan para responden
- b. Pemberian materi oleh tim pengabmas sekaligus diskusi tanya jawab
- c. Demonstrasi langsung oleh pemateri kepada peserta dengan membuat pengolahan jus wortel, *darkchocolate* penggunaan *Birthball*, penggunaan aroma terapi.
- d. Di lakukan *post tes* untuk menilai apakah ada perubahan pemahaman.
- e. Data dari *pre test* dan *post test* dianalisis normlitasnya kemudian di uji peringkat.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

1) KIE tentang terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan.

Adapun hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan menyebarkan kuesioner pada saat pre test dan posttest untuk mengukur pengetahuan responden, dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Dan Bidan Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Terapi Komplementer Di Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa

Kategori	Pengetahuan Terapi Komplementer			
	Pre Test		Post Test	
	f	%	f	%
Baik	8	27	25	84
Kurang	22	73	5	16
Jumlah	30	100	30	100

Dari tabel 1 di atas terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Dengan hasil kategori berpengetahuan baik sebelum edukasi yaitu 8 peserta (27%) menjadi 25 orang (84%).

Berdasarkan evaluasi yang dilakukan tim pengabdian masyarakat, hasil pre test dan post test untuk pengetahuan responden terlihat angka yang signifikan dari setelah dilakukan edukasi yaitu hasil pre test yang berpengetahuan baik sebelum dilakukan penyuluhan yaitu sebanyak 8 orang (27%) dari total seluruh peserta namun terjadi

peningkatan pengetahuan pada saat dilakukan post test yaitu sebanyak 25 orang (84%) dari total seluruh responden yaitu 30 orang.

2) Adapun hasil dari keterampilan sebagai berikut:

Hasil Pelatihan teknik mengurangi nyeri persalinan dengan terapi komplementer:

- a. Terapi komplementer dengan Pemberian *Dark Chocolate*
- b. Terapi komplementer dengan Pemberian Aromaterapi
- c. Terapi komplementer dengan *Birthball*
- d. Terapi komplementer dengan pemberian Jus Wortel

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Keterampilan Ibu Hamil Dan Bidan Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Terapi Komplementer dengan pemberian *Dark Chocolate* Di Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa

Kategori	Keterampilan	
	f	%
Terampil	27	90
Tidak Terampil	3	10
Jumlah	30	100

Dari tabel 2 di atas menunjukkan bahwa peserta kegiatan terampil membuat minuman *Dark Chocolate* yaitu sebanyak 27 orang (90%) dari total peserta 30 Orang.

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Keterampilan Ibu Hamil Dan Bidan Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Terapi Komplementer dengan pemberian *Aromateraphy* Di Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa

Kategori	Keterampilan	
	f	%
Terampil	24	80
Tidak Terampil	6	20
Jumlah	30	100

Dari tabel 3 di atas menunjukkan bahwa peserta kegiatan terampil menggunakan *aromateraphy* yaitu sebanyak 24 orang (80%) dari total peserta 30 Orang.

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Keterampilan Ibu Hamil Dan Bidan Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Terapi Komplementer dengan *Birthball* Di Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa

Kategori	Keterampilan	
	f	%
Terampil	20	67
Tidak Terampil	6	33
Jumlah	30	100

Dari tabel 4 di atas menunjukkan bahwa peserta kegiatan terampil menggunakan *Birthball* yaitu sebanyak 20 orang (67%) dari total peserta 30 orang.

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Keterampilan Ibu Hamil Dan Bidan Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Terapi Komplementer dengan Jus Wortel Di Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa

Kategori	Keterampilan	
	f	%
Terampil	30	100
Tidak Terampil	0	0
Jumlah	30	100

Dari tabel 5 di atas menunjukkan bahwa seluruh peserta kegiatan terampil membuat minuman jus wortel yaitu sebanyak 30 orang (100%).

Berdasarkan hasil dari kegiatan tersebut di atas, ada beberapa peserta masih belum terampil dalam mengurangi nyeri persalinan maka kami dari tim pengabmas mengajarkan ulang sehingga semua peserta terampil dalam mengurangi nyeri persalinan.



Foto pada saat ketua tim melakukan edukasi



Pelatihan pada
saat penggunaan
aromaterapi
lavender



Pelatihan
pemberian jus
wortel



Pelatihan pemberian
Dark Chocolate



Pelatihan
penggunaan
Birthball

Gambar 2

b. Pembahasan

Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* untuk pengetahuan peserta terlihat angka yang signifikan dari setelah dilakukan edukasi. Untuk itu ibu hamil dan bidan desa yang sudah dibekali pelatihan oleh tim pengabdian masyarakat diharuskan untuk dapat mengurangi manajemen nyeri pada saat persalinan.

Pengetahuan dan pelatihan mengurangi nyeri persalinan sangat di butuhkan oleh bidan sebagai tenaga kesehatan guna memotivasi pasien melahirkan dan juga bagi ibu hamil yang akan mengalami persalinan.

Adapun pelayanan terapi komplementer pada ibu bersalin dalam mengurangi nyeri persalinan (Alchalidi et al., 2023) diantara adalah: *massage* yang terdiri dari : *Endorphine massage* (Khasanah & Sulistyawati, 2020), akupresure (Mukhoirotin & Fatmawati, 2017; Santiasari et al., 2020), *ice message* (Can & Saruhan, 2015; Indumathi, 2018), dan *back massage* (Supliyani, 2017), konsumsi herbal : *dark chocolate*, wortel, nanas, metode aromaterapi : lavender (Susilarini et al., 2017), mawar (Sholehah et al., 2020), *bitter orange* (Ulya et al., 2021), metode relaksasi yaitu : relaksasi nafas (Astuti & Bangsawan, 2019; Sukarta, 2016), musik dan audiogenik (Asmara et al., 2017; Oktavia et al., 2013), *jasmine oil* (Alavi et al., 2017), pengaturan posisi (Nurachmania & Jayatmi, 2019), *birthball* (Sutriningsih & Destri, 2019).

Nyeri pada persalinan yang tidak segera ditangani, dapat mengakibatkan efek yang merugikan baik bagi ibu maupun janin. Pada ibu rangsangan nyeri dapat mengakibatkan kecemasan dan ketakutan akan proses persalinan yang sedang berlangsung, hal ini akan membuat ibu mengejan setiap kontraksi uterus. Bila hal ini terjadi pada akhirnya akan memperlambat persalinan. Ketegangan emosi akibat rasa cemas sampai rasa takut dapat memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Kecemasan ini juga dapat menyebabkan hormon adrenalin meningkat, hal ini dapat mengganggu kontraksi uterus sehingga mengakibatkan *prolonged delivery time/ partus lama*. Partus lama mempunyai dampak terjadinya infeksi bagi ibu dan janin. Ketegangan, ketakutan, dan rasa nyeri selama persalinan tersebut dapat berkurang dengan melakukan teknik relaksasi (B. R, 2005).

6. KESIMPULAN

Penatalaksanaan nyeri dalam persalinan hal sangat krusial untuk dilakukan karena nyeri persalinan tidak hanya berdampak dalam fisik tetapi pula psikologis. Penanganan nyeri yang sempurna bisa mencegah komplikasi persalinan baik dalam ibu juga janin. Mengurangi nyeri dalam persalinan bisa memakai berbagai metode komplementer karena gampang murah, minim resiko dan cara lain buat mengurangi nyeri persalinan.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabmas ini dapat di simpulkan bahwa para peserta telah mengerti dan terampil dalam melakukan terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan.

Pelayanan kebidanan komplementer merupakan pilihan bagi bidan maupun perempuan untuk mengurangi intervensi medis saat hamil dan melahirkan serta masa nifas.

Saran

Adapun saran yang kami tujukan kepada:

- a. Pelayan kesehatan
Penolong persalinan/tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kemampuan yang dimiliki terutama dalam pemberian teknik komplementer pada ibu inpartu untuk bisa mengatasi nyeri dan kecemasan yang dialami selama kala persalinan berlangsung. Ikut serta dalam kegiatan pelatihan terapi komplementer dan menempuh jenjang pendidikan lebih tinggi adalah upaya yang dapat dilakukan penolong persalinan untuk menerapkan terapi komplementer dalam proses persalinan.
- b. Masyarakat terutama ibu hamil
Ibu inpartu yang mengalami kecemasan dan nyeri saat persalinan, hendaknya dapat mengikuti setiap *advice* yang diberikan oleh tenaga kesehatan/penolong persalinan untuk bisa mengatasi nyeri dan kecemasan yang dialami
- c. Dosen Prodi Kebidanan
Diharapkan kepada Dosen Prodi Kebidanan dapat mengembangkan hasil penelitian guna meningkatkan ilmu pengetahuan masyarakat terutama tentang ibu hamil dan bersalin, setelah selesai melakukan penelitian diharapkan di teruskan ke pengabdian masyarakat untuk mentransfer hasil yang telah di dapat sehingga masyarakat merasakan dampak langsung.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman, A., Alchalidi, A., Lina, L., Nora, N., & Mutia, C. (2022). Analysis Of The Use Of Herbal Therapy To Reduce Labor Pain (Literature Review). *Open Access Macedonian Journal Of Medical Sciences*, 10(F), 556-562. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9651>
- Alavi, A., Askari, M., Nejad, E. D., & Bagheri, P. (2017). Study The Effect Of Massage With Jasmine Oil In Comparison To Aromatherapy With Jasmine Oil On Childbirth Process In Hospitals Of Abadan City In 2013. *Annals Of Tropical Medicine And Public Health*, 10(4), 904-910. <https://doi.org/10.4103/atmph.atmph>
- Alchalidi, Abdurrahman, & Dewita. (2022). Literatur Review : Manajemen Nyeri Persalinan Kala I Dengan Aromaterapi. *Femina Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(2), 143-149.
- Alchalidi, Abdurrahman, Lina, Veri, N., Mutiah, C., & Usrina, N. (2023). *Terapi Komplementer Dalam Manajemen Nyeri Persalinan*.
- Alfiyah, N., Solehati, T., & Sutini, T. (2018). Gambaran Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Smp. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*.
- Altika, S., & Kasanah, U. (2021). Survei Implementasi Pelayanan Kebidanan Komplementer Dalam Mengurangi Intervensi Medis. *Ommunity Of Publishing In Nursing (Coping)*, 9(1), 15-20.
- Arfailasufandi, R., & Funsu Andiarna. (2018). Jhsp Health And Science And Prevention. *The Influence Of Dark Chocolate To Reduce Menstrual Pain In Primary Dysmenorhea*, 2.
- Asmara, M. S., Rahayu, H. E., & Wijayanti, K. (2017). Efektifitas Hipnoterapi Dan Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi Di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017. *Urecol*, 329-334.

- Astuti, T., & Bangsawan, M. (2019). Aplikasi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Dan Lamanya Persalinan Kala I Ibu Bersalin Di Rumah Bersalin Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 59-65. <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1359>
- Bobak, Lodermik, & Jansen. (2004). *Buku Ajar Maternitas*. Egc.
- Cahyono, B. (2002). *Wortel Teknik Budidaya Dan Analisis Usaha Tani*.
- Can, H. O., & Saruhan, A. (2015). Evaluation Of The Effects Of Ice Massage Applied To Large Intestine 4 (Hegu) On Postpartum Pain During The Active Phase Of Labor. *Iranian Journal Of Nursing And Midwifery Research*, 20(1), 129-138.
- Febriati, L. D., Rahayu, P. P., & Zakiyah, Z. (2020). Hubungan Karakteristik Dengan Praktik Komplementer Kebidanan. *Seminar Nasional Unriyo*, 211-219.
- Hembing Wijayakusuma. (2007). *Penyembuhan Dengan Wortel*. Pustaka Populer Obor.
- Indumathi, A. (2018). Effectiveness Of Ice Massage In Reduction Of Labor Pain During First Stage Of Labor Among Primigravida Mothers. *Emergent Life Sciences Research*, 4(1), 11-14. <https://doi.org/10.31783/elsr.2018.411114>
- Jumiatun, & Nani, S. A. (2020). Analisis Kesiapan Bidan Dalam Pelaksanaan Pelayanan Kebidanan Komplementer. *Jurnal Smart Kebidanan*, 7(2), 71-75. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v7i2.400>
- Kemendes RI. (2018). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 15 Tahun 2018 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Tradisional Komplementer* (Pp. 1-6).
- Khadijah, S., Dariani, L., Mesalina, R., & Susanti, E. (2022). Pelaksanaan Pelayanan Kebidanan Komplementer Pada Praktik Mandiri Bidan. *Jurnal Kesehatan - Proceeding 1standalas International Conference Of Midwifery (Aicm)*, 7(2), 346-352. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v7i2.53>
- Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal For Quality In Women's Health*, 3(1), 15-21. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.43>
- Kostania, G. (2015). Pelaksanaan Pelayanan Kebidanan Komplementer Pada Bidan Praktek Mandiri Di Kabupaten Klaten. *Gaster*, Xii(1), 46-72.
- Kurniawati, A., Dasuki, D., & Kartini, F. (2017). Efektivitas Latihan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1).
- Magfirah, Mutiah, C., & Idwar. (2022). Literatur Review: Terapi Komplementer Nyeri Persalinan Dengan Massage. *Femina Jurnal Kebidanan*, 2(2), 120-134.
- Muflihah, I. S., Margiana, W., Kurniatai, C. H., Pantiawati, I., & Rini, S. (2022). Pelaksanaan Terapi Komplementer Kebidanan Di Kabupaten Banyumas Tahun 2021. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 1(7), 1871-1880.
- Mukhoirotn, M., & Fatmawati, D. A. (2017). Pengaruh Akupresur Pada Titik Sanyinjiao Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Keperawatan*, 6(2). <https://doi.org/10.47560/kep.v6i2.135>
- Nurachmania, S. S., & Jayatmi, I. (2019). Effleurage Massage, Kompres Dingin, Pengaturan Posisi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(03), 128-137.

- <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i03.389>
- Oktavia, N. S., Gandamiharja, S., & Akbar, I. B. (2013). Perbandingan Efek Musik Klasik Mozart Dan Musik Tradisional Gamelan Jawa Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Nulipara. *Majalah Kedokteran Bandung*, 45(4), 218-225. <https://doi.org/10.15395/mkb.v45n4.174>
- R, B. (2005). *Keperawatan Maternitas* (4th Ed.). Egc.
- R, M. (2003). *Nyeri Persalinan*. Egc.
- Rahayu Ningsihtutik, R. N. (2019). Efektifitas Nyeri Punggung Pada Persalinan Kala I Di Rumah Bersalin Suko Asih Kabupaten Sukoharjo. *Indonesian Journal On Medical Science*, 6.
- Rufaida, Z., Lestari, S. W. P., & Sari, D. P. (2018). *Terapi Komplementer*.
- Santiasari, Retty Nirmala, Ethycasari, & Saputra, Andri Dwi. (2020). Intervensi Terapi Akupresure (Titik L14) Pada Nyeri Persalinan Kala I Aktif. *Jurnal Keperawatan*, 9(20), 33-42.
- Saputra, Y. (2021). Survey Pengetahuan Masyarakat Tentang Terapi Komplementer. *Real In Nursing Journal (Rnj)*, 4(2), 122-131.
- Savitri, R., & Hardyanti, O. (2019). The Effectiveness Of Lavender Aromatherapy In Reducing The Level Of Dysmenorrhea In Adolescent Girls. *Maternity Care Of Reproductive Health Issn 2621-8992*, 2.
- Setiani, F. T., & Resmi, D. C. (2020). Pengaruh Terapi Non Farmakologi Dalam Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Era Pandemi Covid-19 : Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(Mei), 26-32.
- Sholehah, K. S., Arlym, L. T., & Putra, A. N. (2020). Pengaruh Aromaterapi Minyak Atsiri Mawar Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Puskesmas Pangalengan Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 39-51. <https://doi.org/10.37012/jik.v12i1.116>
- Sukarta, A. (2016). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Ibu Inpartu Kala Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Iqra*, 4(2), 39-45.
- Supliyani, E. (2017). Pengaruh Masase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di Kota Bogor. *Jurnal Bidan*, 3(01), 22-29.
- Susilarini, S., Winarsih, S., & Idhayanti, R. I. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 47. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i12.1912>
- Sutringisih, & Destri, Y. (2019). Pengaruh Birthball Terhadap Nyeri Persalinan. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(1), 125-132.
- Ulya, Y., Herlina, S. M., & Pratiwi, Y. S. (2021). Aromaterapi Bitter Orange (*Citrus Aurantium*) Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Journal Of Fundus*, 1(1), 16-21.
- Wahidin, W., Martini, T., & Ajeng, A. (2018). Analisis Pengetahuan Masyarakat Dan Bidan Bpm Terhadap Pengembangan Layanan Kebidanan Komplementer Terintegrasi Di Kabupaten Tangerang Provinsi Banten. *Jurnal Imj : Indonesian Midwifery Journal*, 2(2), 47-56.
- Yunika, R. P., Ulya, Y., & Herlina, S. M. (2022). Literatur Review: Pengaruh Terapi Non Farmakologi Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Journal Of Midwifery*, 10(2), 127-136. <https://doi.org/10.37676/jm.v10i2.3267>