



## The Impact of Acupressure Intervention on The Decrease of Labor Pain in The First Stage: Systematic Literature Review

### Acupressure Titik SP6, LI4 dan BL32 Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Systematic Literature Review

Shofira Mufidah<sup>1\*</sup>, Lia Ayu Kusumawardan<sup>2</sup>, Siti Fadhilah<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Kebidanan Program Sarjana STIKES Guna Bangsa, Yogyakarta, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Kebidanan Program Sarjana STIKES Guna Bangsa, Yogyakarta, Indonesia

#### ARTICLE INFORMATION

Received: 25, April, 2022

Revised: 23, May, 2022

Accepted: 30, May, 2022

#### KEYWORD

acupressure; labor pain; the first stage

acupressure; nyeri persalinan; kala 1

#### CORRESPONDING AUTHOR

Nama:

Address:

E-mail: [shofiramuff@gmail.com](mailto:shofiramuff@gmail.com)

[Siti\\_fadhilah@gunabangsa.ac.id](mailto:Siti_fadhilah@gunabangsa.ac.id)

No. Tlp : +6281249684947

#### DOI

10.56013/JURNALMIDZ.V5I1.1374

#### ABSTRACT

*Pregnant women in Indonesia on average experience severe labor pain by 85-90%. Pain in the first stage can be influenced by physiological factors (stretching of the cervical muscles, uterine contractions, lowering of the head, and opening of the lower uterine segment) and psychological factors (stress, worry and fear). Acupressure is one way of providing stimulation by pressing certain points with the principles of acupuncture. Acupressure has many benefits such as increasing stamina, improving blood circulation, reducing stress and reducing pain. This study uses the Systematic Literature Review research method to identify and analyze 15 international journals obtained through the Pubmed, Cochrane and Science Direct databases. The results obtained are that acupressure helps mothers relax more in dealing with labor pains in stage 1. Acupressure can stimulate endorphins and increase blood circulation thereby increasing oxygen supply and can activate small nerves to block pain impulses to the brain. Acupressure can reduce pain in the first stage of labor.*

Ibu hamil di Indonesia rata – rata mengalami rasa nyeri persalinan yang berat sebesar 85-90%. Nyeri pada kala 1 dapat dipengaruhi oleh faktor fisiologis (peregangan otot serviks, kontraksi rahim, penurunan kepala, dan terbukanya segmen bawah rahim) dan faktor psikologis (stres, khawatir dan takut). *Acupressure* adalah salah satu cara memberikan rangsangan dengan menekan titik tertentu dengan prinsip ilmu akupuntur. *Acupressure* mempunyai banyak manfaat seperti meningkatkan stamina tubuh, melancarkan peredaran darah, mengurangi stres dan mengurangi rasa nyeri. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Systematic Literature Review* untuk mengidentifikasi dan menganalisis 15 jurnal internasional yang didapatkan melalui database *Pubmed*, *Cochrane* dan *Science Direct*. Hasil yang didapatkan yaitu *acupressure* membantu ibu lebih rileks dalam menghadapi nyeri persalinan kala 1. *Acupressure* dapat menstimulasi hormon endorfin dan melancarkan peredaran darah sehingga meningkatkan suplai oksigen serta dapat mengaktifkan saraf kecil untuk memblokir impuls nyeri ke otak. *Acupressure* dapat menurunkan nyeri pada ibu bersalin kala 1.

© 2022 The Author(s)

## Pendahuluan

Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang nantinya mampu bertahan hidup dengan baik secara fisik dan fisiologis (Sulisdiana, 2019). Ibu dikatakan bersalin dengan normal apabila dalam proses persalinan tersebut, ibu dapat melewatinya dengan kekuatan ibu sendiri dan tanpa bantuan alat serta ibu dan janin dalam keadaan baik (Sulfianti.*et al*, 2020).

Hormon progesteron yang sebelumnya berperan untuk merileksasi otot polos rahim, mempertahankan janin dalam uterus dan menghambat kontraksi akan mengalami penurunan sedangkan kadar hormon estrogen dan hormon oksitosin akan terus meningkat dan menyebabkan timbulnya kontraksi. Hormon prostaglandin juga menjadi salah satu faktor terjadinya persalinan (Kiftiyah et al., 2021). Prostaglandin (PGE2 dan PGF2 $\alpha$ ) merangsang otot polos untuk berkontraksi. Kontraksi ini akan menyebabkan nyeri di sekitar bawah uterus yang menjalar ke bagian punggung dan paha (Sulisdiana, 2019).

Ibu hamil di Indonesia rata – rata mengalami rasa nyeri persalinan yang berat sebesar 85-90% dan yang tidak mengalami rasa nyeri persalinan sebesar 7-15% (Rosyidah, *et al* 2017). Nyeri persalinan yang dialami ibu tidak dapat di sama-ratakan karena bersifat subjektif. Penyebab perbedaan nyeri yang dialami bergantung pada persepsi ibu dalam merespon rasa nyeri dan kondisi yang mempengaruhi ibu. Nyeri yang dialami ibu pada kala 1 dapat dibedakan pada fase laten (pembukaan serviks 0-3 cm) yang membutuhkan waktu sampai 8 jam dan fase aktif (pembukaan serviks 4cm-10cm) yang membutuhkan waktu 6 jam. Nyeri yang dialami ibu pada persalinan kala 1 bersifat viseral (nyeri berasal dari bawah perut lalu menyebar ke daerah punggung sampai paha). Pembukaan 7 cm sampai lengkap akan terasa lebih sakit karena adanya nyeri somatik (peregangan perineum, kontraksi dan tekanan uterus servikal). Kontraksi uterus mengaktifkan stres neuroendokrin yang memberikan efek nyeri fisiologis selama kala 1 persalinan. Hasil penelitian yang telah dilakukan (Widiawati, 2018) menyatakan bahwa nyeri persalinan pada ibu primipara dan multipara tidak mempunyai perbedaan karena nyeri persalinan yang dialami oleh ibu sama-sama melalui jalur fisiologi nyeri kala 1. Nyeri persalinan dimulai dengan adanya kontraksi uterus yang sudah dirasakan semenjak usia kehamilan 30 minggu namun masih bersifat tidak teratur atau biasa disebut *Braxton Hicks*.

Adanya nyeri yang dialami oleh ibu dapat dipengaruhi oleh faktor fisiologis (peregangan otot serviks, kontraksi rahim, penurunan kepala, dan terbukanya segmen bawah rahim) dan faktor psikologis (stres, khawatir dan takut), sehingga membuat otot yang seharusnya bekerja dengan rileks untuk melenturkan dan membantu dilatasi. Rasa cemas atau takut yang mengurangi kadar katekolamin dan steroid dalam darah (Ayu, 2017).

Kadar katekolamin dan steroid yang mengalami pelepasan yang berlebihan menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos, terganggunya aliran darah yang menyebabkan penurunan oksigen ke uterus yang akan menambah nyeri persalinan yang beresiko menyebabkan komplikasi obstetri seperti partus lama. Partus lama akan beresiko terjadinya perdarahan yang merupakan salah satu penyebab tertinggi angka kesakitan dan kematian ibu (AKI) di Indonesia. Menurut ketua komite *Ilmiah International Conference on Indonesia Family Planning and Reproductive Health* data AKI pada tahun 2019 masih tinggi yaitu 305 per 100.000 kelahiran

hidup (KH) (Susiana, 2019). Penyebab AKI terbanyak adalah kasus perdarahan (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus) dan infeksi (207 kasus) (Kemenkes RI, 2020).

Asuhan sayang ibu merupakan rumusan *Coalition for Improving Maternity Services* (CIMS) dan salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk mengurangi angka morbiditas dan mortalitas ibu dengan menjadikan wanita sebagai mitra dalam pelayanan kebidanan. Hal ini di terapkan dalam bentuk asuhan persalinan kala 1 dengan mendukung mental atau kebutuhan selama persalinan, saling menghargai budaya dan melibatkan ibu serta keluarga dalam pengambilan keputusan, memberikan relaksasi serta memberikan kebebasan untuk bergerak dan merubah posisi serta memberikan manajemen nyeri persalinan dengan tidak menggunakan banyak obat-obatan atau intervensi farmakologi (Wuryani, 2019).

Intervensi farmakologi yang dilakukan yaitu dengan memberikan analgesi epidural atau analgesi narkotik. Tujuan pemberian analgesi epidural yaitu memberikan penanganan nyeri dan menolong ibu untuk tetap kooperatif selama proses persalinan. Banyak ibu yang menginginkan proses persalinan dengan meminimalisir atau bahkan menghindari intervensi dengan metode farmakologi. Mengambil intervensi alternatif dalam penanganan nyeri sangat penting dilakukan terutama untuk mengurangi nyeri persalinan dan menghindari resiko hilangnya kemampuan ibu dalam bersalin secara spontan yaitu dengan memberikan asuhan non farmakologi. Metode asuhan non farmakologi dapat dilakukan dengan mudah, sederhana dan ekonomis serta mengurangi resiko yang akan membahayakan kondisi ibu dan janin. Intervensi dengan metode non farmakologi untuk penanganan nyeri persalinan diantaranya yaitu *hypnobirthing*, musik, yoga, *massage*, aromaterapi dan *acupressure*. Hal yang harus diperhatikan untuk menerapkan asuhan non farmakologi ini yaitu adanya peran bidan dalam memberikan edukasi mengenai penanganan nyeri persalinan serta asuhan selama persalinan sehingga dapat meningkatkan rasa percaya, aman dan nyaman saat persalinan (Widiawati, 2018).

*Acupressure* adalah salah satu cara dalam memberikan rangsangan dengan menekan titik tertentu dengan prinsip ilmu akupunktur. *Acupressure* mempunyai banyak manfaat seperti meningkatkan stamina tubuh, melancarkan peredaran darah, mengurangi stres dan mengurangi rasa nyeri (Rosyidah, et al. 2020). *Acupressure* dapat membantu untuk mengurangi nyeri persalinan kala I yang dialami oleh ibu. Hal ini di dukung oleh adanya penelitian bahwa melakukan intervensi *acupressure* di beberapa titik dapat mengurangi nyeri persalinan (Ozgoli, 2016) dan mempercepat proses kala dua dibandingkan dengan hanya memberikan sentuhan pada titik tersebut (Turkmen, 2018).

Teori kontrol gerbang menjelaskan bahwa selama proses persalinan impuls nyeri akan dihantarkan oleh saraf menuju otak. Adanya stimulasi atau penekanan akan menimbulkan impuls berlawanan dengan lebih cepat dan kuat yang dihantarkan oleh saraf kecil untuk memblokir impuls nyeri menuju otak (Alam, 2020). Pemberian *acupressure* LI4 diduga dapat memberikan impuls ke medulla spinalis dan mengakibatkan inhibisi segmental dari impuls nyeri. Impuls nyeri tersebut akan mengontrol persepsi ibu dalam merespon nyeri. Adapun jika impuls nyeri sampai menuju otak akan mengakibatkan pusat korteks mengubah rasa nyeri yang dialami ibu (Rosyidah, 2017).

Hipotesis lain menyebutkan bahwa aktivasi titik-titik tertentu di sepanjang sistem meridian, yang ditransmisi melalui serabut saraf besar ke *formatio reticularis*, *thalamus* dan sistem limbik akan melepaskan endorfin dalam tubuh. Endorfin adalah zat penghilang rasa sakit secara alami di produksi dalam tubuh, yang memicu respons menenangkan dan membangkitkan semangat di dalam tubuh, memiliki efek positif pada emosi, dapat menyebabkan relaksasi dan normalisasi fungsi tubuh. Sebagai hasil dari pelepasan endorfin, tekanan darah menurun dan meningkatkan sirkulasi darah (Astuti, 2018). Titik *acupressure* yang berkaitan dengan persalinan diantaranya yaitu titik SP6 dan LI4. Dengan memberikan *acupressure* akan menstimulasi hormon endorfin yang membantu untuk mengurangi nyeri persalinan (Rahmawati, 2016).

Peraturan Menteri Kesehatan No.15 Tahun 2018 tentang penyelenggaraan pelayanan tradisional komplementer menjelaskan bahwa cara pengobatan atau perawatan boleh menggunakan ramuan atau obat herbal dan keterampilan (teknik manual, terapi energi dan terapi olah pikir). Pelayanan kesehatan komplementer dapat dilaksanakan oleh tenaga kesehatan lain selain tenaga kesehatan tradisional sesuai dengan kompetensi dan kewenangan konvensional selama lima tahun menjadi peraturan peralihan yang mendukung badan untuk meningkatkan keterampilan asuhan komplementer dalam pelayanan kebidanan berdasarkan penelitian (*evidence base*) (BPPSDMK, 2018) .

Berdasarkan penjabaran di atas bahwa dengan adanya wewenang dalam profesi serta penelitian terdahulu yang membahas tentang pengaruh *acupressure* terhadap nyeri persalinan kala 1 bidan harus berperan dalam mengoptimalkan upaya pemerintah dalam mengurangi angka morbiditas dan mortalitas ibu maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk menambah bukti empiris dengan perbedaan metode dan pengambilan sampel penelitian sebelumnya yang di dapatkan menggunakan database tertentu mengenai "Pengaruh Intervensi *Acupressure* Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I dalam tinjauan *systematic literature review*".

## **Metode**

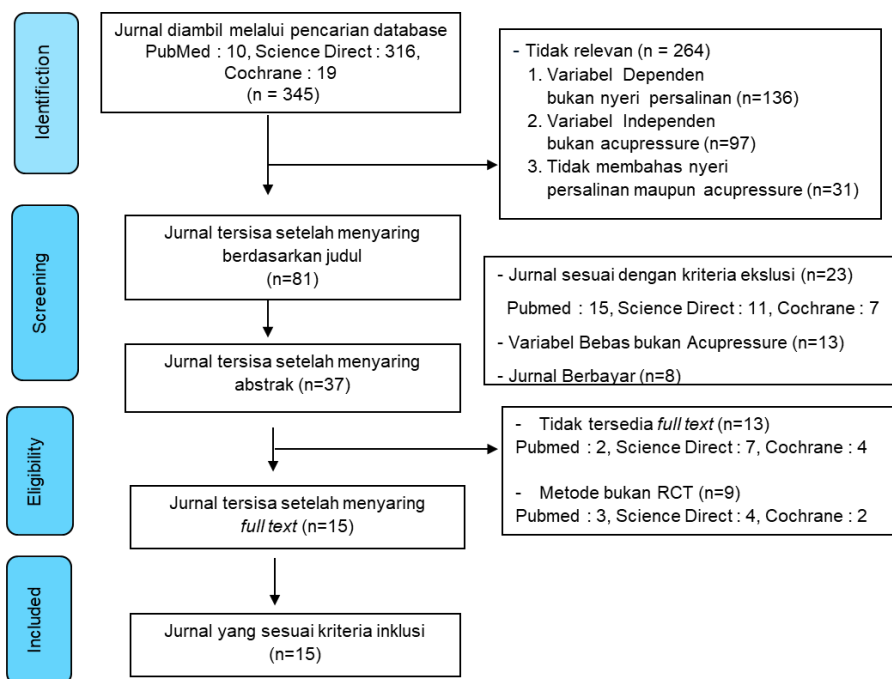
Penelitian ini menggunakan metode penelitian *systematic literature review*. Data yang didapatkan berdasarkan penelusuran dari jurnal nasional dan internasional. Penemuan terdahulu, mengidentifikasi, menganalisis dan menginterpretasikan suatu topik penelitian untuk menjawab pertanyaan dalam penelitian merupakan tujuan dari adanya *systematic literature review*. Data yang diambil merupakan hasil dari penelitian yang dicari menggunakan database (*Pubmed, Science Direct, Chocrane*). Kata kunci yang digunakan yaitu "*Labor*", "*First Stage*", "*Pain*", "*Pain Relief*", "*Acupressure*", "*Management non Pharmacology*", "*Reduce Labor Pain*", "*Decrease Labor Pain*".

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Hasil**

Hasil pencarian sesuai kata kunci dan berdasarkan tahun publikasi di dapatkan dengan menggunakan database Pubmed sebanyak 10 jurnal, Science Direct sebanyak 316 jurnal dan Cochrane sebanyak 19 jurnal. Setelah dilakukan penyesuaian dengan kriteria inklusi sebanyak

15 jurnal RCT untuk dilakukan pengkajian lebih lanjut.



Gambar 1. Prisma Flowchart Penelusuran Artikel

Tabel 1. Ekstraksi Hasil Penelit

NO	JUDUL PENELITIAN	NAMA PENELITI	DESAIN PENELITIAN	POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN	HASIL PENELITIAN
1.	<i>Effect of LI4 and BL32 Acupressure on Labor Pain and Delivery Outcome in The First Stage of Labor in Primiparous Women: A Randomized Controlled Trial</i>	(Ozgoli, et.al 2016) Tehran, Iran	<i>Randomized Controlled Trial (RCT)</i>	Populasi : Wanita primipara di Rumah Sakit Shahid Akbarabadi (Tehran) periode 22 Agustus – 21 November 2008 Sampel : 2 Kelompok Eksperimen & 1 Kelompok Kontrol (n=105)	<i>Acupressure</i> pada titik LI4 dan BL32 sangat efektif (P<0.001) untuk mengurangi nyeri persalinan, dan kelompok yang lebih unggul yaitu pada kelompok intervensi titik BL32
2.	<i>The Effect of Acupressure on Labor Pain and The Duration of Labor When Applied to The SP6 Point: Randomized Clinical Trial</i>	(Turkmen, et.al 2018) Balikesir, Turki	<i>Randomized Clinical Trial</i>	Populasi : Wanita bersalin di Rumah Sakit Umum Turki periode 1 Maret – 31 Desember 2015 Sampel : Kelompok Eksperimen & Kontrol (n=60)	Melakukan <i>acupressure</i> titik SP6 mengurangi nyeri (p=0.02) persalinan dan memperpendek lama kala 1 (p=0,001) dan ibu merekomendasikan intervensi
3.	<i>The Effect of Acupressure Applied to Point LI4 on Perceived Labor Pains</i>	(Hamlaci, 2017) Istanbul, Turki	<i>Randomized Controlled Trial (RCT)</i>	Populasi : 852 ibu bersalin di <i>T.R Ministry of Health Bagcilar Training and Research Hospital</i> periode 1 Juni-30 September 2012 Sampel :	Kelompok intervensi (p<0,0001) menyatakan ada perbedaan dalam nyeri dan durasi dan senang dengan perlakuan yang didapatkan.

NO	JUDUL PENELITIAN	NAMA PENELITI	DESAIN PENELITIAN	POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN	HASIL PENELITIAN
				Kelompok Eksperimen & Kontrol (n= 88)	
4.	<i>Effect of Massage and Acupressure on Relieving Labor Pain, Reducing Labor Time and Increasing Delivery Satisfaction</i>	(Gonenc, et.al 2020) Ankara, Turki	<i>Randomized Controlled Trial (RCT)</i>	Populasi : Wanita bersalin kala 1 di Rumah Sakit periode 8 Agustus 2012 – 8 Maret 2013 Sampel : 3 Kelompok Intervensi dan 1 Kelompok Kontrol (n=120)	Mengaplikasikan pijat dan <i>acupressure</i> lebih efektif dibandingkan dengan hanya mengaplikasikan satu terapi saja kelompok intervensi dan kelompok kontrol (p,0,01 dan p<0,001)
5.	<i>Sequential Application of Non-Pharmacological Interventions Reduces The Severity of Labor Pain, Delays Use of Pharmacological Analgesia, and Improves Some Obstetric Outcomes: A Randomised Trial</i>	(Gallo, et.al 2018) Sao Paulo, Brazil	<i>Randomized Controlled Trial (RCT)</i>	Populasi : Wanita bersalin di Centre <i>Women's Health of Ribeirao- Preto</i> -Mater periode Oktober 2011 - Juli 2021 Sampel : 1 Kelompok Intervensi dan 1 Kelompok Kontrol (n=80)	Analgesi farmakologi efektif untuk nyeri persalinan tetapi memiliki efek samping sedangkan intervensi non farmakologi dapat mengurangi nyeri persalinan dan menunda untuk menggunakan analgesi medis
6	<i>A Feasibility Randomised Controlled Trial of Acupressure to Assist Spontaneous Labor for Primigravida Women Experiencing A Post-Date Pregnancy</i>	(Mollart, et.al 2016) Sydney, Australia	<i>Randomized Controlled Trial (RCT)</i>	Populasi : Primigravida periode 13 Februari – 30 Agustus 2013 Sampel : 1 Kelompok Intervensi dan 1 Kelompok Kontrol (n=60)	<i>Acupressure</i> di terapkan untuk mempertahankan kontraksi uterus dan meningkatkan potensi persalinan spontan dan menurunkan penggunaan induksi farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan
7	<i>Comparison of The Effects of Maternal Supportive Care and Acupressure(BL32 acupoint) on Pregnant Women's Pain Intensity and Delivery Outcome</i>	(Akbarzadeh, et.al 2014) Shiraz, Iran	<i>Randomized Clinical Trial</i>	Populasi : Ibu bersalin di <i>Shoushtari Hospital</i> Sampel : 2 Kelompok Intervensi, 1 Kelompok Kontrol (n=150)	Perbedaan signifikan antara ketiga kelompok mengenai intensitas nyeri setelah intervensi (p=0,001) tingkat tertinggi persalinan pervaginam alami yang diamati pada kelompok intervensi suportif 94% dan kelompok <i>acupressure</i> 92% dan angka persalinan sesar tertinggi pada kelompok kontrol 40%
8	<i>Effects of SP6 Acupuncture Point Stimulation on Labor Pain and Duration of Labor</i>	(Calik, et.al 2014) Trabzon, Turkey	<i>Randomized Controlled Trial (RCT)</i>	Populasi : Ibu bersalin primipara di Rumah Sakit Turki periode Agustus 2009 – April 2010 Sampel : 1 Kelompok Intervensi dan 1	Perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol atara nyeri (p<0,001) dan durasi kala 2 persalinan. <i>Acupressure</i> sangat efektif untuk mengurangi nyeri dan

NO	JUDUL PENELITIAN	NAMA PENELITI	DESAIN PENELITIAN	POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN	HASIL PENELITIAN
				Kelompok Kontrol (n=100)	durasi persalinan
9	<i>The Effect of Acupressure on Labor Pains During Child Birth: Randomized Clinical Trial</i>	(Mafetoni, et.al 2016) Sao Paulo, Brazil	<i>Randomized Controlled Trial</i> (RCT)	Populasi : Ibu Bersalin di Rumah Sakit Umum Outskirts, Sao Paulo periode Januari – Agustus 2013 Sampel : 2 Kelompok Intervensi, dan 1 Kelompok Kontrol (n=156)	Kelompok setelah menerima intervensi (p-value=0,0001). Sehingga penggunaan <i>acupressure</i> pada titik SP6 berguna untuk mengurangi nyeri persalinan secara non invasif dan dapat meningkatkan kualitas pelayanan.
10	<i>Effect of Ear and Body Acupressure on Labor Pain and Duration of Labor Active Phase: A Randomized Controlled Trial</i>	(Alimoradi, et.al 2020) Isfahan, Iran	<i>Randomized Controlled Trial</i> (RCT)	Populasi : Semua ibu bersalin di Rumah Sakit Kowsar dan Qazvin Sampel : 2 Kelompok Intervensi dan 1 Kelompok Kontrol (n=90)	Kelompok kedua <i>acupressure</i> mengalami pengurangan nyeri persalinan (p=0,001) di bandingkan dengan kelompok kontrol, dan kelompok <i>acupressure</i> telinga mengalami durasi fase aktif sedikit dibandingkan dengan <i>acupressure</i> pada tubuh
11	<i>Effects of Acupressure on The Childbirth Satisfaction and Experience of Birth: A Randomized Controlled Trial</i>	(Mahmoudikohani, 2019) Tehran, Iran	<i>Randomized Controlled Trial</i> (RCT)	Populasi : Ibu Hamil usia kehamilan 39-41 minggu di Rumah Sakit Shahid Akbar Abadi periode Maret – Mei 2016 Sampel : 2 Kelompok Intervensi dan 1 Kelompok Kontrol (n=120)	Perbedaan signifikan menunjukkan hasil intervensi ketiga kelompok (p=0.033) dalam ekspektasi pengalaman melahirkan. Kelompok intervensi <i>acupressure</i> memiliki penilaian yang baik ditinjau dari pengalaman nyeri persalinan di bandingkan dengan kelompok intervensi lain
12	<i>The Effect of LI4 Acupressure on Labor Pain Intensity and Duration of Labor: A Randomized Controlled Trial</i>	(Dabiri, 2014) Bandar Abbas, Iran	<i>Randomized Controlled Trial</i> (RCT)	Populasi : Ibu bersalin di Rumah Sakit Universitas Dr.Shariati periode Oktober 2011-April 2012 Sampel : 1 Kelompok Intervensi dan 1 Kelompok Kontrol (n=70)	Perbedaan skor nyeri antara kelompok <i>acupressure</i> dan kelompok kontrol (p<0,001) dan tidak ada perbedaan signifikan dalam durasi kala 1 (p=0,942), <i>acupressure</i> sangat efektif dan mudah diterapkan untuk mengurangi nyeri persalinan
13	<i>The Effect of GB21 Acupressure on Pain Intensity in The First Stage of Labor in Primiparous Women: A Randomized Controlled Trial</i>	(Torkiyan, et.al 2021) Tehran, Iran	<i>Randomized Controlled Trial</i> (RCT)	Populasi : Ibu bersalin di Rumah Sakit Shahid Mofatteh, Sampel : 2 Kelompok	Pengurangan nyeri pada kelompok intervensi lebih tinggi (p=0,001) sehingga <i>acupressure</i> pada titik GB21 efektif menghilangkan rasa

NO	JUDUL PENELITIAN	NAMA PENELITI	DESAIN PENELITIAN	POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN	HASIL PENELITIAN
				Intervensi, 1 Kelompok Kontrol (n=174)	sakit selama persalinan, dan direkomendasikan sebagai metode yang efektif, mudah, dan murah
14	<i>Comparing The Effect of Acupressure With or Without Ice in LI4 point on Labour Pain and Anxiety Levels during Labor: A Randomised Controlled Trial</i>	(Mirzaee, et.al 2020) Kerman, Iran	<i>Randomized Controlled Trial (RCT)</i>	Populasi : Ibu Bersalin di Rumah Sakit Saharbabak, Iran periode Januari 2017 – Oktober 2018 Sampel : 2 Kelompok Intervensi, 1 Kelompok Kontrol (n=90)	Wanita yang menerima <i>acupressure</i> dengan es (p= 0,005) atau tanpa es (p<.001) mengalami lebih sedikit nyeri, mengurangi kecemasan persalinan dibandingkan dengan kelompok kontrol
15	<i>Effect of LI4 Acupressure on Perception of Labor Pain</i>	(Kumar, et.al 2019) Uttarakhand, India	<i>Experimental pre test and post test</i>	Populasi : Ibu Bersalin Rumah Sakit Tertiary Sampel : 1 Kelompok Eksperimen, 1 Kelompok Kontrol (n=40)	Skor nyeri pada kelompok intervensi berbeda pada tingkat 0,001 namun tidak ada perbedaan signifikan pada kontraksi uterus, dan efektif dalam mengurangi persepsi nyeri persalinan

## Pembahasan

Berdasarkan jurnal yang telah review didapatkan bahwa seluruh jurnal menyatakan *acupressure* mempunyai pengaruh dalam mengurangi nyeri persalinan kala 1. Penekanan pada titik *acupressure* harus menemui titik meridian yang tepat, yaitu dengan di tandai respon pada titik penekanan yang terasa nyeri, pegal atau linu. Dalam teknik *acupressure* ini terapis bisa menggunakan jari (jempol atau telunjuk) untuk melakukan pemijatan. *Acupressure* di gunakan pada beberapa titik yaitu BL21, BL31, BL32, GB21, LI4, BL60, LV3, SP6 dan BL32. *Acupressure* dapat membantu untuk mengurangi nyeri persalinan kala I yang dialami oleh ibu. Hal ini di dukung oleh adanya penelitian bahwa melakukan intervensi *acupressure* di beberapa titik dapat mengurangi nyeri persalinan (Ozgoli, 2016) dan mempercepat proses kala dua dibandingkan dengan hanya memberikan sentuhan pada titik tersebut (Turkmen, 2018).

Adapun mekanisme titik *acupressure* ini yaitu saling memicu dalam menyeimbangkan energi serta peraliran darah sepanjang *meridian* (Diyah, 2016). Titik *Sayinjiao* (SP6) dan LI4 mempunyai pengaruh memberikan efek ketenangan mental, menyelaraskan kerja saluran kemih dan genitalia. Dengan dilakukan *acupressure* pada SP6 dan LI4 dapat merangsang hormon oksitosin dan endorfin yang dapat memicu terjadinya persalinan serta mengurangi rasa nyeri persalinan (Sujiyatini, 2016). Titik *acupressure* dilakukan penekanan di SP6 dengan penguatan (memijit >40 kali berlawanan arah jarum jam) dan L14 dengan pelemahan (memijit >30 kali searah jarum jam) selama 30 menit. *Acupressure* di titik BL32 merupakan titik lokal nyeri (*acupoints*) yang mempermudah reseptor sensorik dalam mengirimkan rangsangan ke



otak untuk mengaktifkan analgesi dari dalam tubuh. *Acupressure* yang dilakukan juga dapat meningkatkan proses persalinan dengan meningkatkan kontraksi rahim (Akbarzadeh, 2014). Waktu intervensi 20-30 menit dianjurkan karena waktu yang diperlukan untuk mengubah energi tubuh adalah sekitar 24 menit (Dabiri, 2014). Alat ukur nyeri yang digunakan yaitu *Visual Analog Scale* yang merupakan alat ukur nyeri yang paling mudah dipahami penggunaannya dan instrumen yang paling banyak digunakan untuk penilaian nyeri karena sudah teruji validitas dan realibilitasnya (Mirzaee, 2020). Untuk mengetahui adanya pengaruh *acupressure* dalam mengurangi nyeri pada fase transisi maka harus dilakukan penelitian lebih lanjut.

## Simpulan

Hasil analisis yang terdiri dari beberapa jurnal internasional ini menunjukkan bahwa metode non farmakologi *acupressure* titik SP6 LI4 dan BL32 berpengaruh menurunkan nyeri pada ibu bersalin kala 1. Metode yang efektif dan efisien dapat dilakukan dengan mengikuti pelatihan terlebih dahulu untuk mengetahui titik dan teknik *acupressure* dengan atau tanpa media sehingga dapat membantu ibu lebih rileks dalam menghadapi nyeri persalinan kala 1. *Acupressure* dapat menstimulasi hormon endorfin, melancarkan peredaran darah sehingga oksigen lebih banyak masuk serta dapat mengaktifkan saraf kecil untuk memblokir impuls nyeri ke bagian otak.

## Daftar Pustaka

- Akbarzadeh, et.al. 2014. "Comparison of The Effects of Maternal Supportive Care and Acupressure(BL32 Acupoint) on Pregnant Women's Pain Intensity and Delivery Outcome." *Journal of Pregnancy*: 7.
- Alam, Hilda Sulistia. 2020. *Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Metode Akupresur*. Penerbit Media Sains Indonesia.
- Alimoradi, et.al. 2020. "Effects of Ear and Body Acupressure on Labor Pain and Duration of Labor Active Phase: A Randomized Controlled Trial." *therapies mdecine* 51. <https://scihub.se/10.1016/j.ctim.2020.102413>.
- Anita, Wan. 2017. "Techniques of Pain Reduction in The Normal Labor Process: Systematic Review." *Endurance*. file:///C:/Users/User/Downloads/Jurnal Endurance Volume 2 No 3 Tahun 2017.pdf.
- Arikunto, S. 2013. "Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik." In Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, Dyah Puji. 2018. "Nyeri Persalinan Dengan Pijat Akupressure." *University Research Colloquium 2018 Stikes Pku Muhammadiyah Surakarta*.
- Calik, Kiymet Yasilcicek. 2014. "Effects of SP6 Acupuncture Point Stimulation on Labor Pain and Duration of Labor." *Iran Red Crescent Med*.
- Dabiri, Fatemeh. 2014. "The Effect of LI4 Acupressure on Labor Pain Intensity Abd Duration of Labor: A Randomized Controlled Trial."

- Sulisdiana. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan Bayi Baru Lahir*. ed. Shinta Dewi. Surakarta: CV Oase Group.
- Fitriana, Yuni. 2018. *Asuhan Persalinan: Konsep Persalinan Komprehensif Dalam Asuhan Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Gallo, et.al. 2018. "Sequential Application of Non-Pharmacological Interventions Reduces The Severity of Labor Pain, Delays Use of Pharmacological Analgesia, and Improves Some Obstetric Outcomes: A Randomised Trial." *Journal of Physiotherapy*: 8.
- Gonenc, Ilknur Munevver. 2020. "Effect of Massage and Acupressure on Relieving Labor Pain, Reducing Labor Time and Increasing Delivery Satisfaction." *Journal of Nursing Research* 28(1).
- Hamlaci, Yasemin and Saadet Yazici. 2017. "The Effect of Acupressure Applied to Point LI4 on Perceived Labor Pains." *Holistic Nursing Practice*.
- Helena Laksmi Dewi. 2017. "Pengenalan Ilmu Pengobatan Timur Akupresur Level li Dan Akupresur Aplikatif Untuk Mengurangi Keluhan Pada Kasus Kasus Kebidanan." *Kesehatan*.
- Ikhsan. 2019. *Dasar Ilmu Akupresur Moksibusi*. Cimahi: Bhimaristan Press.
- Indrayani, Djani M.E.U. 2016. *Asuhan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- JNPK-KR. 2014. *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta: Depkes RI.
- Juwariah. 2020. "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Postpartum." [https://onsearch.id/Record/IOS7418.article-113?widget=1&repository\\_id=4002](https://onsearch.id/Record/IOS7418.article-113?widget=1&repository_id=4002).
- Kemendes RI. 2020. *Profil Kesehatan Tahun 2019*. Jakarta: Pusdatin Kemkes RI.
- Kiftiyah et al., 2021. Pengantar Asuhan kebidanan. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini
- Klumpner, Thomas T et.al. 2018. "Use of a Novel Electronic Maternal Surveillance System to Generate Automated Alerts on the Labor and Delivery Unit." *BMC anesthesiology*. <https://bmcanesthesiol.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12871-018-0540-6>.
- Komariah, Maria et.al. 2021. "Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur Dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan." *Medika Utama* 4. <file:///C:/Users/User/Downloads/252-Article Text-618-1-10-20210714.pdf>.
- Kostania, Gita. 2012. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Persalinan." [www.academia.edu](http://www.academia.edu).
- Kumar, et.al. 2019. "Effect of LI4 Acupressure on Perception of Labor Pain." *Journal Nurse Midwife Matern Health*.
- M.A.R Kb, Hasnah, Muaningsih. 2019. "Literatur Review: Tinjauan Tentang Efektifitas Terapi Non Farmakologi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I." *Journal of Islamic Nursing*.
- Made ayu, Ni Gusti dkk. 2017. "Karakteristik Ibu Bersalin Kaitannya Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di Kota Bogor." *Kebidanan* 3. <http://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/viewFile/629/563>.
- Mafetoni, et.al. 2016. "The Effect of Acupressure on Labor Pains During Child Birth: Randomized Clinical Trial."

- Mahmoudikohani, et.al. 2019. "Effect of Acupressure on The Childbirth Satisfaction and Experience of Birth: A Randomized Controlled Trial." *Journal of Bodywork & Movement Therapy*.
- Metti, Diana. 2017. "Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Tanda - Tanda Persalinan Di Wilayah Lampung Utara." *Jurnal Keperawatan XII*. file:///C:/Users/User/Downloads/603-1798-1-SM (1).pdf.
- Mirzaee, et.al. 2020. "Comparing The Effect of Acupressure With or Without Ice in LI4 Point on Labour Pain and Anxiety Levels during Labor: A Randomised Controlled Trial." *Journal of Obstetrics and Gynaecology*.
- Mollart, et.al. 2016. "A Feasibility Randomised Controlled Trial of Acupressure to Assist Spontaneous Labor for Primigravida Women Experiencing A Post-Date Pregnancy." *Journal of Midwifery*.
- Najafi, Raana Haj dan Fan Xiao-Nong. 2020. "The Effect of Acupressure on Pain Reduction During First Stage of Labour: A Systematic Review and Meta-Analysis." *Complementary Therapies in Clinical Practice*. <https://sci-hub.se/10.1016/j.ctcp.2020.101126>.
- Notoadmojo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Ozgoli, Et.al. 2016. "Effect of LI4 and BL32 Acupressure on Labor Pain and Delivery Outcome in the First Stage of Labor in Primiparous Women: A Randomized Controlled Trial." *complementary therapies*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0965229916302424>.
- Purwo Sri Rejeki. 2013. *Catatan Kami Tentang ASI*. Surabaya: Oksana Publishing. [https://repository.unair.ac.id/94063/1/Fisiologi\\_Laktasi\\_compressed.pdf](https://repository.unair.ac.id/94063/1/Fisiologi_Laktasi_compressed.pdf).
- Puspawati, Et.al. 2015. "Pengaruh Akupresur Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Primigravida Di Bpm Ngadilah Kecamatan Pakis - Malang." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada* 4(1): 25–29.
- Rahmawati, Et.al. 2016. "Efektivitas Akupresur Selama Persalinan." <https://media.neliti.com/media/publications/227202-efektivitas-akupresur-selama-persalinan-173b74ff.pdf>.
- Rosyidah, R.E et al. 2017. "Pengaruh Pemberian Birth Message Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif." *Sain Med*.
- Rosyidah, Rafhani.etc. 2020. "The Effectiveness of Acupressure Hegu LI4 on Decreasing Labor Pain During Active Phase." *Kebidanan*.
- Sagita, Yona Desni. 2018. "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Lama Persalinan Kala Ii Pada Ibu Bersalin di Rsia Anugerah Medical Centerkota Metro." *Midwifery Journal* 3(1). <http://journal.ummat.ac.id/index.php/MJ/article/view/119/93>.
- Saragih, Griselli et.al. 2017. "Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Sulastri Jl.Lau Dendang Medan Tahun 2017." *Ilmiah Kebidanan Imelda* 3(2). <https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/Jurnalkebidanan/article/view/139/142>.
- Schlaeger, M.Judith etc. 2016. "Acupuncture and Acupressure in Labor." *Midwifery & Womens Health*. <https://sci-hub.se/10.1111/jmwh.12545>.

- Septiani, Novi Dwi. 2021. "Hubungan Pesalinan Kala II Lama Dengan Kejadian Retensio Urine." *Jurnal Kebidanan* 11(1). file:///C:/Users/User/Downloads/849-Article Text-1889-1-10-20210610.pdf.
- Setianingsih, Neni and Widiyati. 2021. "Pengetahuan Ibu HAmil Tentang Akupresur Di Puskesmas Margodadi." *Journal Holistics and Health Sciences* 3.
- Somuah, Millicent Anim.etc. 2018. "Epidural Versus Non-Epidural or No Analgesia for Pain Management in Labour." <https://doi.org/10.1002/14651858.CD000331.pub4>.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sujiyatini, Nur Djanah. 2016. "Akupresur Pada Acupoint Sp6 Dan LI4 Terhadap Tingkat Nyeri Dengan Persalinan Kala II Di Puskesmas Rawat Inap Kota Yogyakarta." *Jurnal Teknologi Kesehatan*. <http://e-journal.poltekkesjogja.ac.id/index.php/JTK/article/view/51>.
- Sulfianti, Et.al. 2020. *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Medan: Yayasan Kita Menulis. [https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan\\_Kebidanan\\_pada\\_Persalinan/Vlykeaaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=proses+persalinan+fisiologis+2020&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Kebidanan_pada_Persalinan/Vlykeaaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=proses+persalinan+fisiologis+2020&printsec=frontcover).
- Sulfianti, etc. 2020. *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. ed. Janner Simarmata. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Sulistiyawati, Ari. 2012. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sulistyoningrum, Indah. 2017. "Pengaruh Teknik Akupresur Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Persalinan." *Kesehatan* VII. <http://2trik.jurnalelektronik.com/index.php/2trik/article/view/7214/57>.
- Susiana, Sali. 2019. "Angka Kematian Ibu: Penyebab Dan Upaya Penanganannya." *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI* XI(24). [https://berkas.dpr.go.id/puslit/files/info\\_singkat/Info\\_Singkat-XI-24-II-P3DI-Desember-2019-177.pdf](https://berkas.dpr.go.id/puslit/files/info_singkat/Info_Singkat-XI-24-II-P3DI-Desember-2019-177.pdf).
- Susilowati, Keke. et.al. 2020. "Pengaruh Aromaterapi Minyak Atsiri Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Puskesmas Pangalengan Kabupaten Bandung." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 12(1).
- Torkiyan, et.al. 2021. "The Effect of GB21 Acupressure on Pain Intensity in The First Stage of Labor in Primiparous Women: A Randomized Controlled Trial." *Complementary Therapies in Medicine*.
- Turkmen, Hulya et.al. 2018. "Effect Acupressure on Labor Pain and The Duration of Labor When Applied to The SP6 Point:RCT."
- Vitriani, Okta et.al. 2017. "Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala 1." *Ibu dan Anak* 5. file:///C:/Users/User/Downloads/213-Article Text-435-1-10-20200518 (1).pdf.
- Widiawati, Ida dan Titi Legiati. 2018. "Mengenal Nyeri Persalinan Pada Primipara Dan Multipara." *Bimtas* 2. <https://journal.umtas.ac.id/index.php/bimtas/article/view/340/215>.
- Wuryani, Muti. 2019. "Pelaksanaan Asuhan Sayang Ibu Pada Proses Persalinan Di BLUD RS Kabupaten Konawe." *Smart Kebidanan*.
- Yuksel. 2017. "Effectiveness of Breathing Exercises during the Second Stage of Labor on Labor Pain and Duration: A Randomized Controlled Trial." *Journal of Integrative Medicine*