

PERBEDAAN SKALA NYERI KALA I FASE AKTIF
DAN DURASI KALA II PERSALINAN PADA PRIMIGRAVIDA DENGAN SENAM
HAMIL DAN YANG TIDAK MENGIKUTI SENAM HAMIL

Pujiarti¹,Dwi Rahmawati²

Program Study SI Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Adiwangsa Jambi

ABSTRACT

Labor pain that does not subside and the sensation of loss of self-control during birth can be a predisposing factor for experiencing post-traumatic stress disorder pain causing tachycardia on mother. The purpose of this study was to determine the difference between the pain scale one and the duration of the second stage of labor in primigravida who participated in pregnancy exercise and who did not participate in pregnancy exercise. The research method uses a prospective t cohort design, with the p technique, purposive sampling. The subject of the study was a third trimester primigravida who took part in pregnancy. The third trimester who participates in pregnancy exercise at the Nipah Panjang health center and those who did not participate in Simpang Datuk village from January to February 2022, there were ten people in each group. Analysis used independent t test and mann-whitney test. The results of the analysis of pain in the first stage of the pregnancy exercise group were 5.6 and the pregnancy exercise was 7.3 and duration of the second stage of exercise, and the group that did not exercise was 45.75. The results of statistical tests showed that there was a difference in the first stage of pain scale between primigravida who took part in pregnancy exercise and those who did not take part in pregnancy exercise p-value 0.001 (<0.05), and there is no difference in the duration of the second stage between primigravida who exercise during pregnancy and those who do not participate in pregnancy exercise p-value 0.079 (>0.05)

Keywords : pregnancy, childbirth, gymnastics.

ABSTRAK

Nyeri persalinan yang tidak mereda dan sensasi kehilangan kontrol diri selama kelahiran dapat menjadi faktor predisposisi untuk mengalami gangguan stres pasca traumatic, nyeri menyebabkan takkardi pada ibu. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui perbedaan skala nyeri I dan durasi kala II persalinan pada primigravida yang mengikuti senam hamil dan yang tidak mengikuti senam hamil. Metode Penelitian ini menggunakan desain kohort t prospektif dengan teknik purposive sampling. Subjek penelitian adalah primigravida trimester III yang mengikuti senam hamil di Puskesmas Nipah Panjang dan yang tidak mengikuti senam hamil di Desa Simpang Datuk Kecamatan Nipah Panjang, pada bulan Januari sampai Februari tahun 2022 berjumlah 10 orang untuk masing-masing kelompok. Analisis data menggunakan uji Independent t test dan mann-Whitney. Hasil analisis nyeri kala I pada kelompok senam hamil 5,6 dan kelompok yang tidak mengikuti senam hamil 7,3, dan durasi kala II kelompok senam hamil 37,5 dan kelompok yang tidak senam 45,75. Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan skala nyeri kala I antara primigravida yang mengikuti senam hamil dan yang tidak mengikuti senam hamil p-value 0,001 (<0,05) dan tidak ada perbedaan durasi kala II antara primigravida yang senam hamil dan yang tidak mengikuti senam hamil p-Value 0,079 (>0,05).

Kata Kunci : kehamilan, persalinan, senam.

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator pelayanan kesehatan ibu di Indonesia. Indikator ini tidak hanya menilai program pelayanan kesehatan ibu, tetapi juga mampu menilai derajat kesehatan masyarakat¹. Tahun 2017 secara global sekitar 830 wanita meninggal setiap hari karena komplikasi selama kehamilan dan persalinan, dengan tingkat AKI sebanyak 216 per 100.000 kelahiran hidup². Persalinan lama yang menjadi penyebab langsung kematian ibu selain pendarahan, eklamsi, dan sepsis, sebanyak 5% disebabkan karena partus lama.

Partus lama dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu yang meliputi persepsi ibu pada rasa nyeri selama persalinan. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stress yang menyebabkan pelepasan hormone yang berlebihan seperti ketokolamofin dari steroid³. Pada primigravida, lama persalinan pada kala I mempunyai durasi yang lebih lama dibandingkan dengan multipara, dimana lama persalinan kala I pada primipara sekitar 13-14 jam sedangkan multipara sekitar 7 jam⁴. Lama persalinan kala I pada primipara ini menyebabkan rasa nyeri yang dialami lebih lama sehingga resiko mengalami keletihan akan lebih besar yang berefek pada respon emosi berupa cemas, tegang, takut dan panik. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada primipara partus lama mempunyai resiko yang lebih besar dibandingkan multipara.

Pada beberapa ibu, nyeri persalinan yang tidak mereda dan sensasi kehilangan control diri selama kelahiran dapat menjadi factor predisposisi untuk mengalami gangguan stres pasca traumatik. Nyeri menyebabkan takikardi pada ibu (terutama selama mengejan kala II persalinan). Peningkatan konsumsi oksigen, produksi asam laktat, hiperventilasi dengan resiko alkalosis

respirasi, dan peningkatan ketegangan otot skeleter. ibu yang mengalami nyeri yang tidak mereda selama persalinan mungkin mengalami proses persalinan yang lebih lama⁵.

Tujuan asuhan kebidana antepartum adalah meningkatkan persalinan cukup bulan, melahirkan dengan selamat ibu maupun bayi dengan trauma seminimal mungkin dan mempertahankan kesehatan fisik, mental dan social ibu juga bayi⁶. Keadaan ini dapat dicapai dengan bantuan wanita hamil itu sendiri yang merupakan ketenangan dan relaksasi tubuh yang sempurna⁷. Beberapa diantaranya adalah latihan-latihan fisik yang dapat dijalankan sebelum, selama, dan setelah kehamilan. Seorang ibu hamil dengan kehamilan normal atau tanpa kontraindikasi sebaiknya didukung untuk melaksanakan latihan fisik dengan intensitas yang sedang untuk memperoleh manfaat selama kehamilan dan proses persalinan⁸. Terdapat beberapa macam latihan fisik pada kehamilan, salah satu diantaranya senam hamil. Senam hamil merupakan terapi latihan gerakan untuk menjaga stamina dan kebugaran ibu selama kehamilan dan mempersiapkan ibu hamil secara fisik maupun mental untuk menghadapi persalinan yang optimal⁹. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka tujuan penelitian ini adalah diketahuinya perbedaan skala nyeri kala I fase aktif dan durasi kala II persalinan pada primigravida dengan senam hamil dan yang tidak mengikuti senam hamil.

METODE

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik menggunakan desain penelitian kohort prospektif dengan sumber data secara primer dan skunder. Rancangan penelitian ini dengan melakukan pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Jumlah sampel sesuai dengan kriteria sebanyak 20 yaitu 10 yang mengikuti senam hamil dan 10 yang tidak mengikuti senam hamil.

Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu: Primigravida dengan UK \geq 37 minggu, Janin hidup, Kehamilan tunggal, Presentasi belakang kepala. TBJ normal (2500-3500), mengikuti senam semenjak Trimester II.

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Puskesmas Nipah Panjang pada tanggal 26 Januari – 26 Februari 2022. Variabel bebas yang diamati adalah latihan fisik kehamilan yaitu senam hamil, variable terikatnya skala nyeri kala I dan durasi kala II tehnik pengumpulan data dalam penelitian ini

dengan mengukur langsung untuk mengetahui skala nyeri dan mengobservasi untuk mengetahui durasi kala II responden masing-masing kelompok. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa format pengumpulan data yang berisi nama, umur, usia kehamilan, skala nyeri wong baker faser pain rating skale waktu pembukaan lengkap, kelahiran bayi, dan berat badan bayi. Analisis dalam penelitian ini dengan uji statistik *Mann-Whitney Test* dan *Independent t Test* yang sebelumnya diuji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk*.

HASIL

Karakteristik reponden dalam penelitian ini rata-rata usia ibu hamil berkisar 20-30 tahun, dengan umur kehamilan responden ketika melahirkan masuk dalam aterm, dan berat bayi lahir berkisar 2500 - 3500 gram.

1. Skala Nyeri Kala I dan Durasi kala II Kelompok senam Hamil Dan Tidak senam Hamil.

Tabel 1.
Distribusi Skala Nyeri Kala I dan Durasi Kala II

	Latihan fisik Kehamilan	Min	Max	Mean	S.D
Skala Nyeri Kala I	Senam Hamil	4	8	5,60	1,04
	Tidak Senam Hamil	5	9	7,30	1,45
Durasi Kala II	Senam Hamil	15	65	37,50	14,91
	Tidak Senam Hamil	20	70	45,75	13,98

Berdasarkan tabel 1. rata-rata ambang nyeri kala I kelompok senam hamil sebesar 5,6 dengan nilai minimum 4 dan nilai maksimum 8, sedangkan rata-rata ambang nyeri kala I pada kelompok yang tidak senam hamil sebesar 7,3 dengan nilai minimum 5 dan nilai maksimum 9. Rata-rata durasi kala II pada kelompok senam hamil sebesar 37,50 menit dengan minimum 15 dan nilai maksimum 65 menit, sedangkan pada kelompok yang tidak senam hamil 45,75 menit dengan nilai minimum 20 menit dan nilai maksimum 70 menit.

2. Uji normalitas Data Skala Nyeri Kala I Dan Durasi Kala II
Hasil normalitas data skala nyeri kala I pada kelompok senam hamil dan yang tidak senam mendapatkan *p-value* masing-masing 0,02 dan 0,028, sehingga untuk data skala nyeri menunjukkan distribusi tidak normal ($<0,05$). Sementara untuk durasi kala II pada kelompok senam maupun tidak senam diperoleh *p-value* 0,746 dan 0,317, sehingga untuk data Durasi kala II menunjukkan distribusi normal ($>0,05$).
3. Perbedaan skala nyeri Kala I dan Durasi Kala II antara Kelompok Senam Hamil dan Tidak senam Hamil.

Tabel 2.
 Hasil Perbedaan Skala Nyeri Kala I antara Kelompok Semen hamil Dan Tidak Senam Hamil dengan Uji Mann-Whitney

Latihan Fisik Kehamilan	Min	Max	U	p-value
Senam Hamil	4	8	74,500	0,001
Tidak Senam Hamil	5	9		

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada perbedaan skala nyeri kala I primigravida yang senam hamil dan tidak senam hamil dengan nilai p-value 0,001(<0,05). Primigravida yang mengikuti senam hamil memiliki intensitas nyeri sedang, sedangkan yang tidak mengikuti senam hamil memiliki intensitas nyeri berat.

Rendahnya skala nyeri persalinan kala I pada kelompok senam hamil dikarenakan pada prinsip senam hamil lebih ditekankan pada teknik pernafasan yang benar, relaksasi dan tubuh dan pikiran ibu, sehingga ibu lebih mampu mengatasi nyeri yang dirasakan pernafasan terkontrol, merupakan salah satu teknik non-farmakologi yang dapat membantu mengurangi persepsi nyeri dan biasanya aman. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Endang Suwanti, dkk yang hasil uji statistiknya menunjukkan ada pengaruh teknik nafas dalam terhadap perubahan tingkat kecemasan pada ibu bersalin (p-value 0,001) dan ada pengaruh teknik nafas adalah terhadap perubahan ditingkat nyeri pada ibu bersalin (p-value 0,014). Selain penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Moh. Wildan, dkk yang hasil uji statistiknya menunjukkan teknik relaksasi berpengaruh terhadap adaptasi nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin Di wilayah Puskesmas Nipah Panjang Kabupaten Tanjung Jabung Timur (Z hitung-5,203). Hasil uji statistic menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan durasi kala II antara primigravida yang senam hamil dan yang tidak senam hamil dengan nyeri p-value 0,079 (>0,05). Tidak ada perbedaan durasi kala II antara kelompok yang mengikuti senam dan

yang tidak mengikuti senam hamil dikarenakan pola kerja ibu sehari adalah bertani itu yang melatih latihan fisik ibu sehingga berpengaruh untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik dengan memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot dinding perut, ligament-ligament, otot dasar panggul, mental dengan mengurangi ketegangan dan kecemasan, serta spiritual dengan ketenangan pikiran melalui relaksasi..

Latihan selama kehamilan senam hamil yang dilakukan dengan intensif memberikan manfaat selama kehamilan dan proses persalinan. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Suindri, dkk hasil uji statistic menunjukkan tidak ada perbedaan tahap kedua persalinan antara kelompok latihan senam hamil dan kelompok yang tidak senam hamil (p-value 0,19). Hasil penelitian ini sesuai juga penelitian Eli Rusmita bahwa terhadap hubungan yang bermakna antara senam hamil dengan persiapan ibu hamil menghadapi persalinan (p-value 0,014). hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Sri Wahyuni, dkk berdasarkan uji statistic diperoleh nilai Exact Sig 0,025 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terhadap hubungan yang signifikan antara senam hamil dengan proses persalinan.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dipuskesmas Nipah Panjang dan di Desa Simpang Datuk tahun 2022 dapat disimpulkan sebagai berikut : rata-rata skala nyeri kala I pada primigravida yang mengikuti kelas senam hamil adalah 5,6; rata skala nyeri kala I pada primigravida yang tidak mengikuti

senam hamil adalah 7,3: rata-rata durasi persalinan kala II pada primigravida yang mengikuti kelas senam hamil adalah 37,70 menit; rata-rata durasi persalinan kala II pada peimigravida yang tidak senam hamil adalah 45,74 menit; adanya perbedaan antara senam hamil dengan yang tidak senam hamil terhadap skala nyeri kala I pada primigravida; dan tidak ada perbedaan antara senam hamil dan yang tidak senam hamil terhadap durasi kala II pada primigravida.

SARAN

1. Bagi Pimpinan Puskesmas Nipah Panjang Mempertahankan program senam hamil yang sudah berjalan dan dapat lebih meningkatkan promosi program senam hamil, karena dapat memperlancar proses persalinan.
2. Bagi Bidan Pelaksana Bidan dapat meningkatkan pelayanan antenatal care khususnya bimbingan senam hamil. serta lebih memotivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil, agar dapat memperlancar proses persalinan, tetapi hanya pada ibu hamil yang berencana untuk melahirkan normal dan tanpa ada komplikasi selama kehamilan.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan rencana quasi prement dengan peneliti ikut terlibat melatih pada latihan senam hamil sehingga diharapkan hasil penelitian dapat lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI ,Profil Kesehatan 2017. Jkarta Kemenkes RI.
2. Artikel Cendekiawan World Health Organization (WHO) 2017.
3. Cunningham, et.al.2004 Obstetri Williams. Jakarta Penerbit buku kedokteran
4. Wiknjosastro, Hanafi.2008. Ilmu kebidanan, Jkarta: yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiharjo.
5. Murray, Michelle dan Gayle M. Hueslsmann. 2013. Persalinan dan

Melahirkan Praktik Berbasis Bukti. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC

6. Megasari, Miratu, dkk.2015. Panduan Belajar Asuhan Kebidanan I. Yogyakarta Deepublish.
7. Setyorini, A, dkk,2007. “ Pengaruh Intensitas Senam Hamil Terhadap Lama Persalinan Normal pada Ibu Primigravida di Rs Panti Rapih Jogjakarta Jurnal Pendidikan Kesehatan Poltekes Malang.
8. Husin Farid. 2013 Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti. Jakarta: Sagung Seto
9. Saifudin Abdullah Bahri 2008 Ilmu kebidanan Jakarta Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo.
10. Swanti Endang,Rini Trihastuti, Dwi retnaPriharti.2010 “Pengaruh tehnik nafas dalam terhadap perubahan tingkat kecemasan dan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I Jurnal Penelitian Poltekes Surakarta;4.1
11. Anisa Rifdatul Marwa, Sumarah, Tri Maryani“Jurnal Perbedaan Skala Nyeri Kala I dan Durasi Kala II Persalinan pada Primigravida dengan Senam Hamil dan Yoga Kehamilan Dwonload pada tanggal 28 maret 2022
12. Wildan, Moh., Jamriah dan Yuniasih Purwaningrum. 2012 Pengaruh tehnik relaksasi terhadap adaptasi nyeri persalinan ibu bersalin.
13. Suindari, Sumiasih dan Aryani 2010. Perbandingan Kelancaran Jalannya persalinan antara ibu yang mendapat latihan senam hamil,Jurnal Skala Husada .
14. Rusmila Eli.2015 Pengaruh Senam hamil terhadap kesiapan ibu hamil menghadapi persalinan. Jurnal Ilmu Keperawatan.
15. Wahyuni, Sri, Endang dan Asri,2013 Pengaruh senam hamil terhadap proses persalinan pada primigravida di RSIA Aisyiyah Kaltan.Jurnal stikesmukla.ac.id/index.php/motorik article.



