

**TINDAKAN SUAMI DALAM MENGURANGI RASA NYERI PERSALINAN  
KALA SATU DI KLINIK MANDA JALAN KARYA CLINCING  
KECAMATAN MEDAN BARAT TAHUN 2017**

**Lia Rosa Veronika Sinaga**

*Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan*

*Universitas Sari Mutiara Indonesia*

[liarosav@yahoo.com](mailto:liarosav@yahoo.com)

**ABSTRACT**

Labor is a process of expenditure (birth) the result of conception that can live outside the uterus through the vagina to the outside world. The process is said to be normal or spontaneous if the born baby is in a position behind the head and takes place without the help of relief devices, and does not hurt the mother and baby. This process generally takes place in less than 24 hours. The actions of husbands in reducing labor pain include massage, relaxation, imagination. This study uses a quantitative approach, with cross sectional study in which data regarding the independent and dependent variables were collected simultaneously which aims to find the husband of action in relieving pain during labor on road works alley clinics celincing manda subdistrict helvetia field in 2017. The population in this study is all the husbands who came to the maternity clinic accompanied her husband by Consecutive Sampling counted 38 respondents. This data was obtained from observation or observation of 20 questionnaires of respondents consisting of 10 massage measures, 5 relaxation action questionnaires, 5 questionnaire actions of imagination. The data obtained are processed by frequency distribution and analyzed descriptively with Cross Sectional approach, based on 36-45 years old majority 22 respondents (57,1%), high school education 22 respondents (60,1%), job of Karyawan 15 respondents (39,5%), based on Masase 22 Respondents (57,9%), 25 Respondents (65,7%) Relaxation, and Imagination 20 Respondents (52,6%). For the husband with this research is expected to add insight into the actions of husbands in reducing pain during childbirth such as massage, relaxation, imagination. For health care workers to teach the husband how to massage, relaxation, imagination by way of counseling so that husbands can perform these actions in reducing the pain of labor For the institution, this study is expected to be input and learning resources to students and useful for further research.

Keywords: Action of Husband (massage, relaxation, imagination), Facing Labor Pain

**PENDAHULUAN**

Persalinan merupakan proses pengeluaran (kelahiran) hasil konsepsi yang dapat hidup di luar uterus melalui vagina ke dunia luar. (Jenny, 2013). Nyeri pada proses persalinan diakibatkan karena peregangan segmen bawah rahim selama kontraksi serviks. Rasa nyeri yang dialami ibu inpartu selama persalinan bersifat unik pada setiap ibu dimana faktor yang mempengaruhinya antara lain budaya, rasa takut, kecemasan, pengalaman persalinan sebelumnya,

persiapan persalinan dan dukungan (Yanti, 2011).

Ibu yang mengalami persalinan pasti mengalami nyeri. Rasa nyeri persalinan bersifat personal, setiap orang merasakan rasa nyeri yang berbeda terhadap hasil stimulus yang sama tergantung pada ambang nyeri yang dimilikinya. (Andarmayo, 2013). Menurut WHO (World Health Organization) bahwa pendamping persalinan adalah atas pilihan ibu sendiri. Namun saat ini partisipasi

pria dalam kesehatan reproduksi masih rendah, masih banyak suami belum mampu menunjukkan dukungan penuh terhadap proses persalinan, terdapat 68% persalinan di Indonesia tidak didampingi suami selama proses persalinan. Efek dari tidak adanya pendampingan suami selama persalinan berdampak kecemasan pada ibu mengakibatkan kadar kortekolamin yang berlebihan sehingga menyebabkan turunya aliran darah ke rahim (Cholil, 2010).

Kehamilan istri memang menjadi salah satu perekat hubungan antara suami dan istri. Keberadaan dan ketersediaan suami mendampingi dan mensupport dengan sepenuh hati selama kehamilan adalah kebahagiaan baginya. Memasuki masa melahirkan, peran penting suami pun bertambah besar. Suami di tuntut untuk bisa membimbing dan melatih istri dalam melakukan pernapasan saat melahirkan, sebab bernafas dengan benar dapat mempermudah proses persalinan dan mengurangi nyeri saat persalinan (Ryan Andryon, 2013).

Saat bersalin, Ibu sering lupa teknik bernapas yang benar sehingga butuh bimbingan dari pendamping persalinan. Petugas kesehatan (Bidan) mengajari suami atau keluarga yang mendampingi ibu bersalin saat nyeri datang seperti tarik napas panjang melalui hidung lalu keluarkan secara perlahan-lahan dari mulut. Lakukan setiap nyeri datang, jangan mengejan sebelum di instruksikan dokter/bidan, karena akan menambah nyeri dan menghabiskan tenaga Ibu untuk itu suami juga perlu belajar cara teknik bernafas yang benar saat bersalin (Ismarwati, 2005).

Usapan pada perut Ibu dan memijat lembut punggung Ibu untuk mengurangi rasa nyeri persalinan, sebaiknya pendamping seperti suami atau orang tua turut melakukan usapan ini. Sentuhan dapat memberikan keajaiban, hanya dengan pelukan dan usapan pada istri (Ryan Andryon, 2013). Kehadiran suami seorang pendamping persalinan memberikan pengaruh pada ibu bersalin karena dapat membantu ibu saat bersalin serta

dapat memberikan rasa aman, tenang, semangat, mengurangi ketegangan ibu, status emosional menjadi lebih baik (Nolan, 2013).

Hasil Studi yang dilakukan oleh National Birthday Trust terhadap 1000 wanita menunjukkan bahwa 90% wanita merasakan manfaat dari tehnik relaksasi dan massase untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan (Findley dan Chamberlain, 1999). Ibu hamil dan ibu bersalin yang mendapatkan massase yang dilakukan oleh calon ayahnya secara teratur akan mengalami penurunan kecemasan, dan penurunan nyeri punggung dan dapat tidur dengan nyenyak saat hamil dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mendapat massase serta mengurangi tingkat kecemasan saat persalinan dan mengurangi nyeri persalinan pada saat kala I persalinan sehingga ibu lebih tenang menghadapi persalinan (Ismarwati, 2005)

Menurut Guyton dukungan suami dalam proses persalinan akan memberikan efek pada Ibu yaitu dalam hal emosi, dimana emosi ibu yang tenang akan menyebabkan kontraktilitas uterus pada akhir kehamilan untuk mengeluarkan bayi. Dukungan persalinan seperti penentruman hati, pujian, dan memberikan kata motivasi dan sanjungan, serta sikap ramah yang konstan dapat mengalihkan perhatian Ibu (Guyton, 2012).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di Klinik Manda Jl Karya Clincing Medan Barat yang dilakukan oleh peneliti pada bulan November 2017 peneliti mengobservasi dari 15 ibu yang bersalin ada 5 ibu inpartu kala I merasakan kesakitan yang berlebihan karena suami tidak pernah melakukan tindakan seperti massase, relaxation, imagination sedangkan 4 ibu inpartu yang melakukan massase saat persalinan kala I ibu merasakan pengurangan rasa nyeri, 3 ibu inpartu yang tidak pernah mendapat dukungan saat bersalin karena suami bekerja diluar kota sehingga ibu selalu cemas dan takut saat menghadapi persalinan serta 3 ibu inpartu tidak pernah merasakan nyeri saat bersalin karena tindakan suami

yang selalu mendampingi ibu setiap bersalin yaitu menenangkan ibu dengan kata-kata, mencium kening ibu agar ibu lebih tenang, suami selalu memijat dan memberi makan bila ibu lapar.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1**

**Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Responden Di Klinik Manda Jalan Karya Celincing Medan Barat Tahun 2017**

### Umur

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
<20 tahun	-	-
25-35 tahun	16	42,1
>35 tahun	22	57,1
Total	38	100

### Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	1	2,6
SMP	7	18,4
SMA	23	60,5
PT	7	18,4
Total	38	100

### Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Petani	6	15,8
Karyawan	15	39,5
Wiraswasta	10	26,3
PNS	7	18,4
Total	38	100

Dari tabel 1 dapat diketahui mayoritas umur responden >35 tahun yaitu 22 orang atau 57,1%, mayoritas pendidikan adalah SMA dengan jumlah 23 orang atau 60,5%,

## PEMBAHASAN

### Tindakan Suami Dalam Mengurangi Rasa Nyeri Dengan Relaksasi.

Hasil penelitian tentang tindakan suami mengurangi rasa nyeri dengan teknik

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti “Bagaimana tindakan suami dalam mengurangi rasa nyeri persalinan kala I di klinik Manda Jalan Karya Celincing Kecamatan Medan Barat 2017

mayoritas pekerjaan adalah Karyawan dengan jumlah 15 orang atau 39,5%.

**Tabel 2**

**Distribusi Frekuensi dan Persentase Tindakan Relaksasi, Masase, Imaginasi Di Klinik Manda Jalan Karya Celincing Medan Barat Tahun 2017**

### Tindakan Relaksasi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	13	34,3
Kurang	25	65,7
Total	38	100

### Tindakan Masase

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	16	42,5
Kurang	22	57,9
Total	38	100

### Tindakan Imaginasi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	18	47,4
Kurang	20	52,6
Total	38	100

Dari tabel 2 dapat diketahui dari 38 responden yang diteliti tentang tindakan relaksasi mayoritas kurang sebanyak 25 orang (65,7%), tindakan masase mayoritas kurang sebanyak 22 orang (57,9%), tindakan imaginasi mayoritas kurang sebanyak 20 orang (52,6%).

Relaksasi terdapat mayoritas kurang sebanyak 25 (65,7%)

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden tidak mengetahui tentang tindakan pengurangan rasa nyeri dengan Relaksasi. Memasuki masa melahirkan, peran

penting suami pun bertambah besar. Suami dituntut untuk bisa membimbing dan melatih istri dalam melakukan pernapasan saat melahirkan. Sebab bernafas dengan benar dapat mempermudah proses persalinan dan mengurangi nyeri persalinan (Ryan Andryono, 2013).

Dengan relaksasi pasien dapat mengubah persepsi terhadap nyeri, relaksasi merupakan metode yang efektif terutama pada pasien yang mengalami nyeri kronis. Latihan pernafasan dan teknik relaksasi menurunkan oksigen, frekuensi pernapasan, frekuensi jantung dan ketegangan otot, yang menghentikan siklus nyeri dan ketegangan otot (Mc Caffery, 2012)

Banyak para suami tidak mengerti cara mengurangi nyeri persalinan melalui teknik relaksasi sehingga pada saat ibu mengalami nyeri suami tidak melakukan tindakan apa-apa. Sebagai tenaga kesehatan khususnya bidan berperan penting untuk mengajari suami dalam melakukan teknik relaksasi yaitu dengan cara mengalihkan perhatian ibu kemasa lalu mereka untuk dapat mengurangi rasa nyeri pada ibu (Gate Control, 2011)

Banyak faktor yang mempengaruhi nyeri salah satu budaya. Budaya mempengaruhi cara individu mengatasi nyeri. Individu mempelajari apa yang diharapkan dan apa yang diterima oleh kebudayaan mereka. Hal ini meliputi bagaimana individu bereaksi terhadap nyeri tanpa dukungan suami maupun keluarga. Suami dapat membantu ibu mengurangi rasa nyeri persalinan dengan cara melatih ibu memiliki respon yang baik terhadap kehamilan dan kelahiran bayi yang dinanti-nantikan mereka seperti melatih pernapasan ibu dengan intruksi dari suami.

Banyak para suami tidak mengerti cara mengurangi nyeri persalinan melalui teknik relaksasi sehingga pada saat ibu mengalami nyeri suami tidak melakukan tindakan apa-apa. Sebagai tenaga kesehatan

khususnya bidan berperan penting untuk mengajari suami dalam melakukan teknik relaksasi yaitu dengan cara mengalihkan perhatian ibu kemasa lalu mereka untuk dapat mengurangi rasa nyeri pada ibu (Gate Control, 2011)

Banyak faktor yang mempengaruhi nyeri salah satu budaya. Budaya mempengaruhi cara individu mengatasi nyeri. Individu mempelajari apa yang diharapkan dan apa yang diterima oleh kebudayaan mereka. Hal ini meliputi bagaimana individu bereaksi terhadap nyeri tanpa dukungan suami maupun keluarga.

Suami dapat membantu ibu mengurangi rasa nyeri persalinan dengan cara melatih ibu memiliki respon yang baik terhadap kehamilan dan kelahiran bayi yang dinanti-nantikan mereka seperti melatih pernapasan ibu dengan intruksi dari suami

### **Tindakan Suami Dalam Mengurangi Rasa Nyeri Dengan Teknik Masase.**

Hasil penelitian tentang tindakan suami mengurangi rasa nyeri dengan teknik masase terdapat mayoritas kurang sebanyak 22 orang (57,9%) dan minoritas baik sebanyak 16 orang (42,5%). Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden tidak mengetahui pengurangan rasa nyeri seperti mengelap keringat Ibu dan mengelus punggung Ibu pada saat persalinan.

Kurangnya pengetahuan suami juga dipengaruhi oleh sosialisasi petugas kesehatan, dimana Bidan Di Klinik tidak ada mengajari dan memberi informasi tentang pengurangan rasa nyeri persalinan kala I dan tindakan suami seperti massase tidak membudaya di klinik tersebut sehingga tidak semua suami mengetahui cara mengurangi nyeri saat persalinan.

Sejalan dengan pernyataan Notoadmojo (2012) yang menyatakan bahwa pengetahuan diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai sumber informasi, sehingga timbul upaya peningkatan

pengetahuan masyarakat mengenai Pengurangan Rasa Nyeri nyeri dalam Persalinan melalui media massa, keluarga atau petugas kesehatan. Dengan demikian, apabila sumber informasi masih kurang khususnya sosialisasi petugas kesehatan tentang pengurangan rasa nyeri persalinan (Artiningsih, 2011).

Bidan mempunyai peran penting dalam mengurangi rasa nyeri dengan cara nonfarmakologi seperti pijat atau masase cara lembut membantu ibu merasa lebih segar dan rileks dan nyaman selama persalinan. Ibu yang dipijat akan lebih bebas dari sakit. Karena melepaskan senyawa endorphin dan pijat juga dapat membuat ibu lebih dekat dengan keluarga terutama suami yang merawatnya (Danuatmaja, 2012)

Kehadiran pendamping seperti suami, keluarga, atau orangtua selama proses persalinan dapat mengurangi rasa nyeri dapat memberikan sentuhan terhadap ibu. Namun saat ini partisipasi suami masih sangat rendah masih banyak suami belum tahu bahwa pentingnya peran suami dalam proses persalinan dapat membuat kesenangan atau kelancaran bagi ibu bersalin (Musbikin, 2010).

### **Tindakan Suami Dalam Mengurangi Rasa Nyeri Dengan Imaginasi**

Hasil penelitian tentang tindakan suami mengurangi rasa nyeri dengan teknik Imaginasi terdapat mayoritas kurang sebanyak 20 (52,6%) dan minoritas baik sebanyak 18 (47,4%)

### **KESIMPULAN**

Tindakan suami yang kurang dalam mengurangi Rasa Nyeri persalinan Meliputi Masase sebanyak 22 orang dengan 57,9%. Tindakan suami yang kurang dalam mengurangi Rasa Nyeri persalinan Meliputi Relaksasi sebanyak 25 orang dengan 65,7%. Tindakan suami yang kurang dalam

Selama ini peran pendamping persalinan tidak terlalu diperdulikan baik oleh tenaga kesehatan maupun keluarga. Bahkan beberapa dirumah sakit tidak memperbolehkan adanya pendamping persalinan berlangsung, jadi ibu bersalin hanya didampingi Dokter/Bidan. Padahal itu sangat mempengaruhi kenyamanan dari ibu bersalin itu sendiri yang akhirnya akan mengurangi rasa sakit persalinan (Defiyani, 2013)

Seorang laki-laki yang memiliki pendidikan tinggi akan berusaha dan mengerti cara mengurangi rasa nyeri persalinan terhadap istrinya dengan cara mencari informasi dari berbagai sumber seperti pengurangan rasa nyeri melalui teknik Imaginasi yaitu dengan menghibur istri membuat ibu tertawa dan terhibur untuk mengalihkan ibu terhadap nyeri yang dialami, mencium kening dan memberi makan dan minum ibu disela-sela kontraksi agar ibu merasa diperhatikan agar lebih semangat. Sebuah kajian penelitian menunjukkan para wanita yang mendapat dukungan selama persalinan akan lebih sedikit memerlukan pereda nyeri, dan arti penting pendampingan suami pun telah dilakukan peneliti di Jerman hasilnya 90% ibu yang ditemani suaminya mengatakan lebih nyaman dan persalinan lancar (Utami, 2010). Tetapi kenyataannya dengan faktor pekerjaan suami jarang mendampingi istri melahirkan dan mengatakan sibuk dengan pekerjaan diluar kota sehingga tidak mendampingi ibu saat proses persalinan akan meningkatkan

mengurangi Rasa Nyeri persalinan Meliputi Imaginasi sebanyak 20 orang dengan 52,6%.

### **SARAN**

Bagi responden dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang pengetahuan tindakan suami dalam mengurangi rasa nyeri pada saat persalinan

Sebaiknya Klinik Manda lebih meningkatkan dukungan informasi dan pengetahuan untuk para Suami agar dapat memahami khususnya tentang pengurangan rasa nyeri pada saat persalinan.

Diharapkan dapat membawa pengaruh yang lebih positif lagi terhadap responden dan

dalam penelitiannya dapat mempertajam pertanyaan berdasarkan teori yang ada tetapi dapat dimengerti oleh responden, karena penelitian ini mungkin banyak kekurangannya, baik dari segi jumlah sampel yang digunakan maupun waktu penelitian yang relatif singkat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Rukiyah, Dkk, 2010, **Asuhan Kebidanan II (Persalinan)**. Penerbit Trans Info Media ; Jakarta.
- Yanti, SST, 2010, **ASUHAN KEBIDANAN PERSALINAN**. Pustaka Rihama.
- Sondakh dan Jenny J S 2013, **Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin**, Jakarta : Selemba Medika
- Sukarni, Margareth, 2012, **Kehamilan, Persalinan, dan Nifas**. Medical Book.
- Rosemarry Mander, 2010, **Nyeri Persalinan**. Penerbit Trans Info Media ; Jakarta.
- Anik maryunani, 2010, **Nyeri dalam Persalinan**, Jakarta : Selemba Medika.
- Jan Sudir Purba, 2010, **Patofisiologi dan Penatalaksanaan Nyeri**
- Yunarti **Pondok Bersalin**. Padang Andalas University Press. 2006.
- Priharjo, R (2010) **Perawatan Nyeri** Jakarta. EGC
- Mochtar, R **Sinopsis Obstetri Fisiologi, Obstetri Patologi**. Jakarta EGC; 1998
- Rohani, dkk. 2011. **Asuhan Kebidanan pada Masa persalinan**. Salemba Medika Jakarta.
- Judha, dkk. 2012. **Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan**. Nuha Medika Yogyakarta

Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup

ISSN: 2528-4002 (media online)

ISSN: 2355-892X (print)

Online: [http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Kesehatan Masyarakat](http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Kesehatan_Masyarakat)