

**MANFAAT REBOZO MENGGUNAKAN TEKNIK SHAKE THE APPLE
UNTUK MENGURANGI RASA NYERI DAN LAMA KALA I FASE AKTIF
PADA IBU BERSALIN DI KLINIK MUTIARA KASIH PURWAKARTA
TAHUN 2021**

Teti Yuli Handayani

tetiulihandayani.polbap@gmail.com

Politeknik Bhakti Asih Purwakarta

ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh kontraksi yang menyebabkan adanya pembukaan serviks. Nyeri dapat dihilangkan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Cara non farmakologis dengan pemberian Rebozo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh Teknik Rebozo Shake The Apple terhadap penurunan skala nyeri pada persalinan dan lama kala I fase aktif persalinan di Polindes Alfiyah Kecamatan Kalijati Kab. Subang Tahun 2021. Penelitian ini menggunakan *pre experiment (eksperimen semu)* dengan pendekatan *The One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian ini dilaksanakan mulai Juli– April 2021. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden, dengan menggunakan teknik total sampling. Metode analisis data menggunakan teknik analisis statistik non parametrik MannWhitney. Hasil Penelitian teknik Rebozo Shake The Apple terhadap lamanya Kala 1 Fase Aktif Pada persalinan ibu multigravida, dikarenakan p value $> 0,05$, sehingga 'Ho' diterima. Artinya bahwa tidak adanya pengaruh Rebozo Shake The Apple terhadap Lama kala I fase aktif pada ibu bersalin multigravida.

Kata Kunci : teknik rebozo shake the apple, persalinan, nyeri kala I fase aktif.

ABSTRACT

Pain can be eliminated pharmacologically and non-pharmacologically. Non-pharmacological method by giving Rebozo. This study aims to determine the effect of the Rebozo Shake The Apple Technique on reducing pain scale in labor and the length of the first stage of the active phase of labor at Polindes Alfiyah, Kalijati District, Kab. Subang in 2021. This study uses a pre-experiment (quasi-experimental) with the approach of The One Group Pretest-Posttest Design. This research was conducted from July to April 2021. The type of data used in this study used primary and secondary data. The sample in this study were 30 respondents, using total sampling technique. The method of data analysis used the MannWhitney non-parametric statistical analysis technique. The results of the research on the Rebozo Shake The Apple technique on the duration of the 1st stage of the active phase in multigravida mother delivery, because the p value > 0.05 , so 'Ho' was accepted. multigravida. Researchers suggest for health services to be a facilitator in laboring mothers who experience pain so that the birthing mother can carry out the delivery process to be comfortable.

Keyword : Rebozo Shake The Apple Technique, labor, active phase I pain

Pendahuluan

Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui vagina ke dunia luar. Sedangkan persalinan normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan yang cukup bulan (37-42 minggu) lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi pada ibu maupun pada janin. (Rukiyah, dkk, 2019).

Nyeri persalinan mulai timbul pada persalinan kala I fase laten, yaitu proses pembukaan serviks sampai dengan 3 cm, sedangkan pada fase aktif yaitu proses pembukaan serviks dari 4 -10 cm. Pada fase aktif menunjukkan puncak pembukaan terjadi peningkatan intensitas dan frekuensi kontraksi, sehingga respon intensitas nyeri berada pada fase ini (Reeder, Martin, & Griffin, 2012).

Adapun yang menjadi pertimbangan dalam penerapan tehnik Rebozo terhadap penelitian ini yaitu dengan menimbangkan karakteristik masyarakat di wilayah Pondok Bersalin Alfiyah, Kecamatan Kalijati mayoritas menengah kebawah dan belum siap dengan era digital, yang mana karakteristik masyarakat tersebut dalam mengalihkan nyeri persalinan masih menggunakan hal-hal yang tradisional, mudah, praktis dan murah seperti tehnik rileksasi.

Kelebihan dari tehnik rebozo ini sudah jelas terdapat tehnik rileksasi yang saling keterkaitan dengan tehnik rebozo, dengan rebozo dapat menekan bagian tulang torakal sampai sacrum, sehingga 3 kali lipat mengeluarkan hormon endorphins, dimana hormon ini dapat meningkatkan rasa kenyamanan pada pasien yang mengalami nyeri persalinan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan *pre experiment (eksperimen semu)* dengan pendekatan *The One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian ini

dilaksanakan mulai Juli– April 2021. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden, dengan menggunakan teknik total sampling. Metode analisis data menggunakan teknik analisis statistik non parametrik MannWhitney.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian ini akan diuraikan mengenai hasil penelitian dan analisis data yang diperoleh selama proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Data yang telah dikumpulkan 30 responden, 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol dan data yang disajikan secara berurutan dari hasil analisis univariat dari variabel independen dan dependen. Kemudian dilanjutkan hasil analisis bivariat yang menentukan hubungan variabel independen dengan variabel dependen.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Komponen	Jumlah	Persentase (%)
Usia :		
<20 dan >35 tahun	4	26,7
20-35 tahun	11	73,3
Agama :		
Muslim	15	100
Non Muslim		
Pekerjaan :		
Bekerja	8	53,3
Tidak Bekerja	7	46,7
Tingkat Pendidikan :		
< SMA	2	13,3
> SMA	13	86,7
Dukungan Keluarga :		
Mendukung	15	100

Tidak Mendukung

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa dari 15 orang responden yakni 73,3% merupakan kelompok usia 20-35 tahun. Seluruh responden penelitian beragama muslim. Lebih dari setengah responden yakni 53,3% merupakan pekerja dan 7 responden yakni 46,7% tidak bekerja. Hampir seluruh responden yakni 86,7% merupakan lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA) dan lulusan perguruan tinggi. Seluruh keluarga responden mendukung terhadap diberikannya intervensi tehnik Rebozo Shake The Apples.

Tabel 2 Gambaran Intensitas Nyeri dan Lamanya persalinan kala 1 fase aktif setelah diberikan Perlakuan tehnik Rebozo Shake The Apples

Variabel	Kelompok Intervensi	Jumlah	Frekuensi	Mean
Intensitas Nyeri	Nyeri Sedang (4-6)	3	20	1,80
	Nyeri Berat Terkontrol (7-9)	12	80	
Lamanya Persalinan	Kala 1 fase aktif	15		2,75

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada tehnik Rebozo Shake The Apples pengukuran 1 memiliki rata-rata sebesar 1,80. Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa rata-rata lamanya persalinan setelah diberikannya intervensi tehnik Rebozo Shake The Apples yaitu 2,75 menit.

Tabel 3 Efektifitas Rebozo Shake The Apples Terhadap Intensitas Nyeri dan Lamanya persalinan kala 1 fase aktif (Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol)

Variabel	Kelompok	N	Mean	P-Value
Intensitas Nyeri	Kelompok Intervensi	15	13,80	0,229
	Kelompok Kontrol		17,20	
Lamanya persalinan	Kelompok Intervensi	15	15,50	1,000
	Kelompok Kontrol		15,50	

Peneliti menguji perbandingan nilai setelah dilakukan perlakuan menggunakan uji statistik *Mann-Whitney Test* karena data berdistribusi tidak normal. Berdasarkan tabel diatas, hasil analisis menggunakan uji *Mann-Whitney Test* terhadap nilai intensitas nyeri kala 1 fase aktif setelah diberikan intervensi tehnik Rebozo Shake The Apples menunjukkan adanya perbedaan rata-rata Kelompok Intervensi yaitu 13,80 dan Kelompok Kontrol 17,20. Karena nilai p-value Intensitas Nyeri lebih besar dari $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa “Ho diterima” dan “Ha ditolak”. Artinya tidak ada pengaruh Tehnik Rebozo Shake The Apples (RSTA) Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Multigravida di Pondok Bersalin Desa Alfiyah Tahun 2021 akan tetapi ada perbedaan intensitas nyeri kelompok intervensi dibanding kelompok kontrol yaitu 0,9 point lebih rendah kelompok intervensi dibanding kelompok kontrol. Nilai p-value Lamanya Persalinan lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa “Ho diterima” dan “Ha ditolak”. Artinya tidak ada pengaruh Tehnik Rebozo Shake The Apples (RSTA) Terhadap Lamanya persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Multigravida di Pondok Bersalin Desa Alfiyah Tahun 2021.

Dapat kita ketahui bahwa pada pengukuran pada kelompok intervensi Rebozo Shake The Apples merupakan pengukuran intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif setelah dilakukan intervensi tehnik Rebozo, konsistensi penurunan intensitas nyeri persalinan pada pengukuran dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi Rebozo

Shake The Apples. Hal ini disebabkan pada saat proses dilakukan pada tehnik Rebozo Shake The Apples kekuatan dalam penekanan lumbosacral kuat selama proses pengayunan tehnik Rebozo. Maka dapat dikatakan penekanan Rebozo pada lumbosacral lebih kuat dan efektif pada posisi Genu Pektoral yaitu pada tehnik Shake The Apples. Terbukti dari lamanya persalinan pun pada tehnik Rebozo Shake The Apples dengan rata-rata waktu (15,50) dibandingkan lamanya persalinan tanpa diberikan intervensi tehnik Rebozo Shake The Apples (15,50). Namun posisi semi fowler pada penelitian ini kakinya tidak terbuka ke samping, tapi diberi posisi kaki lurus kedepan, selain dari masalah penekanan Rebozo, kemungkinan posisi kaki inilah yang memperlambat proses mengalihkan nyeri dan lamanya persalinan, karena dengan posisi tersebut peregangan jalan lahir tidak maksimal dibandingkan posisi kaki yang terbuka kesamping.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka didapatkan beberapa kesimpulan mengenai “Efektifitas Rebozo Shake The Apples (RSTA) Terhadap Lamanya persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Multigravida di Klinik Mutiara Kasih Tahun 2021” yakni sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden mengalami nyeri berat terkontrol persalinan kala I fase aktif pada tehnik Rebozo Shake The Apples dibandingkan dengan Nyeri sedang dan rata-rata lamanya persalinan setelah

diberikannya intervensi tehnik Rebozo Shake The Apples yaitu 2,75 menit.

2. Ada Perbedaan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif dan Lamanya Persalinan Pada Ibu Multigravida di Klinik Mutiara Kasih Tahun 2021 pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.

Daftar Pustaka

1. Afritayeni. (2017). *Hubungan Umur, Paritas Dan Pendamping Persalinan Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I*. Pekanbaru: AKBID Helvetia
2. Ahyar, Y. (2010). *Fase / Kala Dalam Persalinan Normal*. Blog Kedokteran. <https://yayanakhyar.wordpress.com/2010/04/23/fase-kala-dalam-persalinan-normal/>
3. Amelia. (2017). *Rebozo dan Endorphin Massage untuk Memperlancar Proses Melahirkan*. Diakses pada 1 Februari 2020. <https://www.haibunda.com/kehamilan>.
4. Ayu, N. Supliyani, E. (2017). *Karakteristik Ibu Bersalin Kaitannya Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di Kota Bogor*. Jurnal Kebidanan Vol 3, No 4, Oktober 2017 : 204-210. Dikutip dari : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/viewFile/629/563>
5. Allen, Stecker, Doula. (2016). *Tips and Tools for Labor - A Hands on Experience*. <http://www.nursemidwivesmn.org/wp-content/uploads/2016/10/9-Comfort-Techniques-during-Labor-and-Delivery.pdf>
6. Alligood, T. A. (2014). *Nursing Theorists and Their work: 6 Ed. USA* : Mosby Inc. Aprilia, Y. (2010). *Rebozo : Cara Kreatif Untuk Melancarkan Persalinan*. Sumber : <http://www.bidankita.com/rebozo-cara-kreatif-untuk-lancarin-persalinan/>

7. Aprilia, Y. (2019). *Yuk Mari Optimalisasikan Posisi Janinmu*. Sumber: <http://www.bidankita.com/yuk-mari-optimalisasikan-posisi-janinmu/2/>
8. Cohen and Thomas. (2015). *Rebozo Technique for Fetal Malposition in Labor*. *Journal of Midwifery & Women's Health*. 60.4 445-451. PMID: 26255805 DOI: 10.1111/jmwh.12352
9. Dekker, R. (2018). *Rebozo during Labor for Pain Relief*. *Evidence Base Birth*. <https://evidencebasedbirth.com/rebozo-during-labor-for-pain-relief/>
10. Diah. (2012). *Macam-Macam Bentuk Panggul Pada Wanita*. Sumber : <http://jurnalbidandiah.blogspot.com/2012/04/macam-macam-bentuk-panggul-pada-wanita.html>
11. Diana, Mail, Rufaida. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan, Persalinan, Dan Bayi Baru Lahir*. Surakarta : CV OASE grup
12. Diana, Mulyani, Pertiwi. (2017). *Pengaruh Aplikasi Kontraksi Nyaman Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Cibeureum Kota Tasikmalaya*. Tasikmaya : Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada
13. Elloianza, GN. (2010). *Rebozo : Cara Kreatif Untuk Lancarin Persalinan*. <http://www.bidankita.com/rebozo-cara-kreatif-untuk-lancarin-persalinan/2/>
14. Fauziah, S. (2015). *Keperawatan Maternitas Vol.2 : Persalinan*. Jakarta : Prenada Media Group
15. Febby. (2018). *Rebozo Technique: Membantu Persalinan Lebih Nyaman dengan Kain Jarik*. Diakses di <https://id.theasianparent.com/teknik-rebozo-kain-jarik>. Nadina.
16. Hidayat, A. (2017). *Metodologi Keperawatan Dan Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika
17. Husada, S. (2014). *Cara Mengurangi Nyeri Dari 7 Negara*. <https://www.sarihusada.co.id/Nutrisi-Untuk-Bangsa/Cara-Mengurangi-Nyeri-Melahirkan-Dari-7-Negara>

18. Iversen, dkk.(2017). *Danish Women's Experiences Of The Rebozo Technique During Labour*. A qualitative explorative study. *Sexual & Reproductive Health Care*.11, 79-85. Sumber : <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2016.10.005>
19. Janmohamed, S. (2017). *Generasi Muda Muslim Dan Cara Mereka Membentuk Dunia*. Yogyakarta : PT. Bentang Pustaka.
20. Johnson, Joyce Y. (2014). *Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Rapha Publishing. Kirby, G. (2011). *Comfort and Strength in Labor Using the Rebozo*. Manufactured by Feed Pabrik
21. Kismoyo. C. P, dkk. (2014). *Modul 2 Persalinan Normal: Persalinan Bagi Ibu dan bayi*. Yogyakarta: Aditya Media
22. Lowdermilk, D.L, S.E. Perry, K. Cashion. (2013). *Keperawatan Maternitas, Edisi 8-Buku 1*. Singapura: PT. Salemba Medika Paria.
23. Magfiroh, A. (2011). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Nyeri Persalinan Kala I*.tangerang : UIN Syarif Hidayatullah.
24. Manurung, Suryani. (2011). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Asuhan Keperawatan Intranatal*. Jakarta: Trans Info Media
25. Martin, Reeder dkk.(2011). *Keperawatan Maternal Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga*. Vol I. Edisi 18. EGC: Jakarta
26. Mudiana, H. (2013). *Asuhan Keperawatan Maternitas*. UMP Puwokerto. <http://repository.ump.ac.id/2374/3/Hari%20Mudiana%20BAB%20II.pdf>
27. Muzakir. (2018). *Dukun Dan Bidan Dalam Perspektif Sosiologis*. Makassar. CV Sah Media Nety, R. (2012). *Posisi Proses Persalinan*. Sumber: <https://docplayer.info/81460973-Proses-persalinan-kelahiran-r-nety.html>
28. Nursalam, (2017). *Buku Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika. Nurbaeti, I. (2015). *Efektivitas Dzikir Terhadap Penurunan Kecemasan Dan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Ibu Primigravida (Ners Vol 10 No 1)*. Surabaya. E-Journal Unair. Sumber : e-journal.unair.ac.id

29. Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
30. Oktarina, M. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta : CV Budi Utama.
31. Puspitasari, I. Astuti, D. (2017). *Tehnik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol.8 No.2. STIKES Muhammadiyah Kudus Rebozo! Cara Kreatif untuk Lancarin Persalinan*. Diakses di <http://www.bidankita.com/rebozo-cara-kreatif-untuk-lancarin-persalinan/2/>. Reeder,
32. Mertin dan Griffin. (2015). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi dan keluarga*. Edisi 18. Volume 1. Jakarta: EGC
33. Rukiah, Ai Yeyeh. 2019. *Konsep Kebidanan*. Jakarta: Buku Mahasiswa Kesehatan
34. Reeder Martin Koniak-Griffin. (2012). *Volume 2 Keperawatan Maternitas Kesehatan wanita, Bayi, dan Keluarga* Edisi 18. Jakarta: EGC.
35. Sewaka, A. (2017). *Rebozo dan Endorphin Massage untuk Memperlancar Proses Melahirkan*. Sumber : <https://www.haibunda.com/kehamilan/20171111155728-49-9038/rebozo-dan-endorphin-massage-untuk-memperlancar-proses-melahirkan>
36. Setyowati, H. (2018). *Akupresur untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian*. Magelang : Unimma Press
37. Sondakh, Jenny. 2013. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta : Erlangga. Sulistyawati. A, Nugraheny. E. (2010). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika.
38. Supliyani, E. (2017). *Pengaruh Masase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I*. Bandung : Jurnal Bidan
39. Tetti Solehati, T. (2018). *Terapi Non farmakologi Nyeri Pada persalinan : Systematic Review*, Vol.3 No. 1. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*

40. Teknik Rebozo : *Membantu Persalinan Lebih Nyaman Dengan Kain Jarik*. (2019). *The Asian Parent Indonesia*. Sumber : <https://id.theasianparent.com/teknik-rebozo-kain-jarik>
41. Wahidah, N. (2017). *Modul Pengantar Asuhan Kebidanan Persalinan : Adaptasi Fisiologi Psikologi Persalinan*. Solo : Public Health
42. Yunitasari, E. (2018). *Efektifitas Hand Massage, Foot Massage Dan Kombinasi Terhadap Nyeri Pasien Post Sectio Caesare Di RSUD Pringsewu Lampung*. Lampung : FIK-UMJ
43. Dini, Kurniawati. *Manajemen Intervensi Fase Laten ke Fase Aktif Pada Kemajuan Persalinan*. *Nurscope: Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah*. 2017;3 (4). 27-34
44. Surtiningsih. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Lama Waktu Persalinan Di Puskesmas Klampok 1 Kabupaten Banjarnegara*. *Bidan Prada: Jurnal Ilmiah Kebidanan*. Desember 2017;8 (2) 101-115.
45. Nailis Sadiyah, Soenarnatalina Melaniani. *Pengaruh Faktor Reproduksi Ibu dan Anemia Terhadap Lama Persalinan Kala I Fase Aktif*. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*. Desember 2014;3 (2) 136-142
46. Dela, Jaskara. *Healthy Pregnancy, Gentle Birth and Mindful Parenting*; 2015. Child birth International.