

PERBANDINGAN EFEKTIFITAS PEMBERIAN AKUPRESUR TITIK HEGU DAN PENGGUNAAN *SQUISHY STRESS BALL* TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I

Wistri Cendra Mulya Dewi¹, Yanik Purwanti², Cholifah³
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia^{1,2,3}
witsricendra.27@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas akupresur titik hegu dan penggunaan *squishy stress ball* terhadap nyeri persalinan kala I di RS 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan. Metode yang digunakan adalah *quasy eksperiment* dengan pendekatan pre test dan post test design. Sampel penelitian yaitu ibu bersalin kala I di RS. 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan sebanyak 30 responden. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *man-whitney* dengan kemaknaan hasil uji ditentukan berdasarkan nilai $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa akupresur titik hegu dan penggunaan *squishy* dalam menurunkan tingkat nyeri persalinan kala I dengan hasil $p = 0,004$ ($P < 0,05$). Simpulan dari penelitian ini adalah akupresur titik hegu lebih efektif dibandingkan penggunaan *squishy* dalam menurunkan tingkat nyeri persalinan kala I.

Kata Kunci – Akupresur, Nyeri Persalinan Kala I, *Squishy Stress Ball*, Titik Hegu.

ABSTRACT

This study aims to determine the effectiveness of Hegu point acupressure and the use of a squishy stress ball on first stage labor pain at 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan Hospital. The method used is quasi-experimental with a pre-test and post-test design approach. The research sample was mothers in the first stage of labor at the hospital. 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan as many as 30 respondents. Data analysis used the Wilcoxon test and the Man-Whitney test with the significance of the test results determined based on the p value < 0.05 . The results of the study showed that Hegu point acupressure and the use of squishies reduced the level of pain in the first stage of labor with results of $p = 0.004$ ($P < 0.05$). The conclusion of this research is that Hegu point acupressure is more effective than using squishies in reducing the level of pain in the first stage of labor.

Keywords – Acupressure, First Stage Labor Pain, Squishy Stress Ball, Hegu Point.

PENDAHULUAN

Persalinan serta kelahiran adalah kondisi fisiologis normal. Persalinan merupakan proses menipisnya servik, dilanjutkan janin turun ke jalan lahir. Kelahiran merupakan proses janin serta ketuban di dorong keluar melalui jalan lahir (Aprilia 2020, n.d.). Pada masa awal persalinan ibu akan merakan nyeri atau pada kala I, hal ini disebabkan adanya kontraksi yang sedang berlangsung.

Ibu bersalin pasti mengalami nyeri persalinan waktu proses persalinan berlangsung, kondisi ini bila tidak diatasi akan mengakibatkan persalinan lebih lama serta menimbulkan kecemasan (Palilingan et al., 2023). Semakin intens dan semakin lama nyeri persalinan akan menimbulkan dampak psikologis pada ibu semakin terasa. Ketidaknyamanan dan ketakutan yang dialami selama proses persalinan dapat membuat

ibu gelisah, takut, bahkan mengalami depresi hingga stress. Kondisi ini dapat memicu pelepasan hormon seperti oksitosin, adrenalin serta endorfin (Sulistiawati & Maya Ningrum, 2020). Penolong proses persalinan kadang mengenyampingkan penerapan teknik pengontrolan nyeri. hal tersebut dapat menyebabkan ibu bersalin mempunyai pengalaman persalinan yang buruk, serta mengalami pengalaman persalinan yang menyebabkan *postpartum blues* (Eifel Alfarezita Sunarto et al., 2021.).

Direktorat Bina Kesehatan Ibu mengeluarkan data tentang penyebab kematian ibu di Indonesia. Beberapa faktor yang mendukung terhadap angka kematian ibu meliputi perdarahan sebesar (30,1 %), hipertensi (26,9%), infeksi kehamilan (5,6%), partus lama (1,8%), abortus (1,6%) serta penyebab lain (34,5%). Salah satu faktor yang dapat menyebabkan kematian ibu adalah partus lama, bisa dikarenakan adanya kelainan dalam kontraksi rahim yang kurang kuat. Meskipun kontribusinya kecil dalam angka kematian, partus lama tetap menjadi perhatian karena dapat memperlambat kemajuan persalinan (Fitriah et al., 2022). Ada beberapa faktor penyebab nyeri persalinan diantaranya umur, paritas, persepsi serta kecemasan juga mempunyai hubungan yang signifikan dengan nyeri.

Faktor paritas adalah salah satu faktor yang berpengaruh terhadap nyeri persalinan. Pada ibu primigravida, rata-rata intensitas nyeri yang dirasakan lebih berat, penyebabnya adalah karena pasien tidak memiliki pengalaman persalinan sebelumnya. Akhirnya pasien menjadi cemas, takut Ketika menjalani proses persalinan yang menjadi pengalaman pertama, hingga semakin berat tingkat nyeri yang dirasakan. Berbeda dengan ibu multigravida intensitas nyeri rata-rata lebih ringan bila dibandingkan dengan ibu primigravida (Mukhoirotn & Mustafida, 2020).

Umur yang dianggap paling aman untuk menjalani kehamilan serta persalinan adalah umur lebih dari 20 dan kurang dari 35 tahun (Wahyudhianti et al., 2023) di antara usia ini keadaan fisik perempuan dalam keadaan prima. Rahim juga sudah mampu memberikan perlindungan, mental juga siap dalam merawat serta menjaga kehamilannya. Apabila kehamilan kurang dari 20 tahun dapat menyebabkan masalah karena keadaan fisik belum 100% siap. Begitu juga kehamilan diatas 35 tahun beresiko naiknya tekanan darah serta pertumbuhan janin yang terhambat.

Faktor penyebab nyeri persalinan lainnya bisa juga dikarenakan kontraksi otot rahim, peregangan serviks, iskemia korpus uteri, peregangan segmen bawah rahim serta kondisi psikologis dapat memperkuat persepsi nyeri. Selain itu faktor seperti umur, paritas, persepsi serta kecemasan juga memiliki hubungan signifikan dengan nyeri persalinan. Pada keadaan psikologis, nyeri yang sangat kuat akan mengakibatkan kecemasan dan stres. Keadaan stress pada persalinan tersebut dapat mempengaruhi kemampuan tubuh dalam menahan rasa nyeri (Sartika et al., 2023). Nyeri persalinan menjadi fokus perhatian karena dapat mempengaruhi kenyamanan dan kualitas hidup ibu.

Di Indonesia, Hibatullah melaporkan dalam survey pendahulunya mengatakan bahwa dari 10 ibu bersalin, 7 ibu bersalin merasakan nyeri hebat (70%), 2 ibu bersalin merasakan nyeri sedang (20%), dan 1 ibu bersalin merasakan nyeri ringan (10%) (Hibatulloh et al., 2022). Oleh karena itu, penting bagi ibu bersalin untuk melakukan tindakan atau terapi yang efektif dalam meminimalisir nyeri persalinan.

Dukungan emosional dan alternatif metode non farmakologis dapat membantu mengurangi nyeri persalinan dan memastikan pengalaman persalinan ibu menjadi lebih baik. Salah satu metode ini dengan melakukan terapi akupresur titik hegu dan penggunaan squishy stress ball. Akupresur adalah bentuk pemijatan sebagai bagian dari fisioterapi dan pemberian stimulasi yang dilakukan pada titik tertentu pada tubuh untuk merangsang

respon fisiologis (Komariah et al., 2021.). Akupresur (Teknik *finger press*) merupakan suatu metode terapi non farmakologis yang menggunakan teknik tertentu dengan melakukan manipulasi berbagai titik meridian pada tubuh manusia (Danta Sastriani et al., 2022). Penekanan titik akupresur dapat memberikan pengaruh terhadap produksi endorfin dalam tubuh. Endorfin adalah pembunuh rasa nyeri yang dihasilkan sendiri oleh tubuh. Endorfin adalah molekul-molekul peptid atau protein yang terbuat dari zat beta-lipotropin yang ditemukan pada kelenjar pituitary (Ris Natalia, n.d.).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh revianti (2020) yang meneliti tentang teknik akupresur titik hegu dalam menurunkan intensitas nyeri dismenore pada remaja, hasil penelitiannya menyebutkan adanya perubahan intensitas nyeri yang signifikan pada 3 jam sesudah pemberian teknik akupresur L14 atau titik hegu. (Revianti et al., 2021). Perbedaannya adalah populasi dari penelitian ini adalah remaja yang mengalami dismenore dan dilakukan pengamatan selama 3 jam dan dilakukan selama 3 hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Prasetyowati (2022) menyatakan bahwa hasil intervensi pada ibu bersalin merasakan nyaman serta nyeri persalinan juga dirasakan berkurang. Dari nyeri sebesar 100 % sebelum dilakukan intervensi, berkurang menjadi 75% setelah meremas squishy, sehingga disimpulkan bahwa meremas squishy dapat menurunkan nyeri persalinan fase aktif kala I. (Prasetyowati & Oktafia, 2022). Penelitian ini hanya dilakukan ada 3 pasien ibu bersalin kala I fase aktif persalinan, dengan metode konvensional.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas akupresur titik hegu dan penggunaan squishy stress ball terhadap nyeri persalinan kala I di RS 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan. Pada pengamatan awal di Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan yang dilaksanakan dengan mendatangi ibu bersalin serta menanyakan pada 10 ibu bersalin tentang nyeri persalinan dengan memakai *wong baker scale*. Hasilnya dapat disimpulkan 6 ibu mengalami nyeri berat, 2 ibu mengalami nyeri sedang, dan 2 ibu lainnya mengalami nyeri ringan. Dari hasil pengamatan ibu bersalin pada kala I fase aktif, mereka mengalami kontraksi uterus yang intens dan berulang. Nyeri yang muncul dapat mempengaruhi kenyamanan dan memerlukan penanganan yang efektif.

Penelitian ini penting untuk mengetahui perlakuan yang lebih dapat menurunkan tingkat nyeri dengan cara melakukan akupresur titik hegu atau dengan penggunaan squishy stress ball. Dua perlakuan tersebut relative mudah dikerjakan, sehingga ibu bersalin dapat melaksanakannya dengan arahan dari tenaga medis yang mendampingi persalinan.

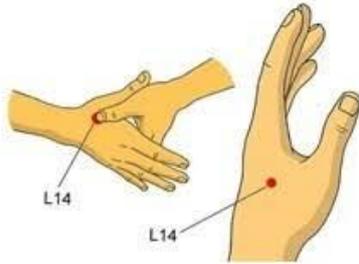
METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah *quasy eksperiment* dengan pendekatan *pre test* dan *post test design*. Langkah penelitian diawali dengan mengambil sampel ibu yang menjalani persalinan normal kala I dengan jumlah 30 orang, 15 diantaranya diberikan perlakuan akupresur titik hegu dan 15 lainnya menggunakan *squishy stress ball*. Pasien diberikan *inform consent*, di lakukan assessment awal (*pre test*), lalu diberikan perlakuan dan di assessment akhir (*post test*). Data yang terkumpul diolah dan di analisa uji non parametrik *Wilcoxon signed rank*. Dan untuk mengetahui efektifitas antar dua perlakuan menggunakan uji non parametrik *man-whitney*

Penelitian ini akan dilaksanakan di Rumah Sakit 'Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan pada Bulan Desember 2023-Januari 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I fase aktif. Penelitian ini menggunakan data primer, dengan

menggunakan instrumen *wong baker scale* untuk mengukur skala nyeri ibu bersalin. *Wong baker scale* adalah *tools* yang akurat dan sering dipakai dalam pengkajian nyeri dengan skor 0-10.

HASIL PENELITIAN



Gambar 1. Titik Akupresur L14 (Hegu)



Gambar 2. Alat *squishy stress ball*

Hasil penelitian terhadap 30 responden ibu bersalin di RS. ‘Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden

| Karakteristik | Kriteria | f | % |
|---------------|--------------|----|------|
| Umur | 20-25 Tahun | 13 | 43,3 |
| | 26-30 Tahun | 12 | 40,0 |
| | 31-35 Tahun | 5 | 16,7 |
| Paritas | 1 | 13 | 43,3 |
| | 2 | 11 | 36,7 |
| | 3 atau lebih | 6 | 20,0 |
| Pendidikan | SMA | 20 | 66,7 |
| | D3 | 3 | 10,0 |
| | S1 | 7 | 23,3 |

Berdasarkan tabel 1 diketahui sebanyak 43,3% ibu bersalin yang menjadi responden berusia antara 20-25 tahun, 40,0% berusia 26-30 tahun dan hanya 16,7% yang berusia 31 sampai 35 tahun. Sementara dari segi paritas, sebanyak 43,3 % adalah paritas pertama, untuk paritas 2 sejumlah 36,7% dan 20% lainnya adalah paritas 3 atau lebih. Untuk Pendidikan responden, banyak banyak adalah lulusan SMA sebesar 66,7%, untuk yang lulusan S1 sebanyak 23,3% dan 10% berpendidikan D3.

Tabel 2. Tingkat Nyeri Sebelum Perlakuan

| | Kelompok Akupresur Titik Hegu | | Kelompok Penggunaan Squishy | |
|--------------------|-------------------------------|------|-----------------------------|------|
| | f | % | f | % |
| Nyeri Sangat Berat | 5 | 33,3 | 7 | 46,7 |
| Nyeri Berat | 7 | 46,7 | 7 | 46,7 |
| Nyeri Sedang | 3 | 20,0 | 1 | 6,6 |
| Nyeri Ringan | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Tidak Nyeri | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Jumlah | 15 | 100 | 15 | 100 |

Pada tabel 2 menunjukkan hasil pengukuran tingkat nyeri menggunakan *wong bacer scale* pada kelompok sebelum perlakuan akupresur titik hegu di dapatkan hasil

46,7% responden mengalami nyeri berat, 33,3% menyatakan mengalami nyeri sangat berat dan 20% lainnya mengalami nyeri sedang. Pada kelompok sebelum perlakuan penggunaan squishy di dapatkan 46,7% masing-masing menyatakan mengalami nyeri sangat berat dan nyeri berat dan 6,6% lainnya mengalami nyeri sedang.

Tabel 3. Tingkat Nyeri Setelah Perlakuan

| | Kelompok Akupresur Titik Hegu | | Kelompok Penggunaan Squishy | |
|--------------------|-------------------------------|------|-----------------------------|------|
| | f | % | f | % |
| Nyeri Sangat Berat | 0 | 0 | 4 | 26,7 |
| Nyeri Berat | 5 | 33,3 | 8 | 53,3 |
| Nyeri Sedang | 9 | 60,0 | 3 | 20,0 |
| Nyeri Ringan | 1 | 6,7 | 0 | 0 |
| Tidak Nyeri | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Jumlah | 15 | 100 | 15 | 100 |

Pada tabel 3 menunjukkan hasil pengukuran tingkat nyeri menggunakan *wong bacer scale* pada kelompok setelah perlakuan akuepresur titik hegu di dapatkan hasil 46,7% responden mengalami nyeri berat, 33,4% menyatakan mengalami nyeri sedang, 13,3% menyatakan nyeri sangat berat dan 6,6% lainnya mengalami nyeri ringan. Pada kelompok setelah perlakuan penggunaan squishy di dapatkan 53,3% mengalami nyeri berat, 26,7% mengalami nyeri sangat berat dan 20,0% mengalami nyeri sedang.

Tabel 4. Hasil Pre Test dan Post Test pada dua perlakuan

| Perlakuan | Akupresur Titik Hegu | | | | Nilai p | Penggunaan Squishy | | | | Nilai p |
|--------------------|----------------------|------|-----------|------|---------|--------------------|------|-----------|------|---------|
| | Pre Test | | Post Test | | | Pre Test | | Post Test | | |
| | f | % | f | % | | F | % | f | % | |
| Nyeri Sangat Berat | 5 | 33,3 | 0 | 0 | 0,002 | 7 | 46,7 | 4 | 26,7 | 0,014 |
| Nyeri Berat | 7 | 46,7 | 5 | 33,3 | | 7 | 46,7 | 8 | 53,3 | |
| Nyeri Sedang | 3 | 20,0 | 9 | 60,0 | | 1 | 6,6 | 3 | 20 | |
| Nyeri Ringan | | | 1 | 6,7 | | | | | | |
| Tidak Nyeri | | | 0 | 0 | | | | | | |
| Jumlah | 15 | 100 | 15 | 100 | | 15 | 100 | 15 | 100 | |

Ket: Uji *Wilcoxon signed rank*

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan hasil uji *Wilcoxon signed rank* kelompok akupresur titik hegu adalah 0,002 dan kelompok menggunakan squishy adalah 0,014. Sebagaimana dasar pengambilan keputusan uji *Wilcoxon signed rank* adalah jika nilai $asympt < 0,05$ maka hipotesisi diterima, yang artinya ada pengaruh pemberian akupresur titik hegu dan penggunaan squishy.

Tabel 5. Perbandingan Efektivitas Dua Kelompok

| Kelompok | Mean Rank | Nilai p |
|--------------------|-----------|---------|
| Akupresur Hegu | 11,23 | 0,004 |
| Penggunaan Squishy | 19,77 | |

Ket: Uji *Man-Whitney*

Pada tabel 6 menunjukkan selisih beda skor antara kelompok sebelum dan sesudah terdapat adanya perbedaan mean pada terapi akupresur titik hegu 11,23

sedangkan penggunaan squishy 19,77 sehingga didapatkan selisih sebesar 8,54. Sehingga dapat disimpulkan bahwa akupresur titik hegu mempunyai pengaruh yang lebih baik dari penggunaan squishy dalam penurunan tingkat nyeri pada pasien persalinan kala I. Nilai p menunjukkan 0,004 yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara akupresur titik hegu dan penggunaan squishy terhadap tingkat nyeri pada pasien persalinan.

PEMBAHASAN

Persalinan adalah keadaan *natural* yang akan dialami perempuan, serta pada prosesnya akan merasakan rasa sakit yang berat serta nyeri yang hebat. Nyeri persalinan dapat menimbulkan rasa cemas, takut seta panik (Panjaitan Edita et al., 2022). Sebagian besar ibu mulai merasakan nyeri dimulai saat kala I fase aktif. Saat fase ini ibu akan merasakan nyeri hebat dikarenakan Rahim berkontraksi semakin lama semakin sering untuk mengeluarkan hasil konsepsi.

Pemberian asuhan pelayanan harus mengedepankan kenyamanan ibu bersalin, salah satunya nyeri persalinan. Manajemen nyeri kontraksi menjelang persalinan dapat menggunakan metode farmakologis dan non farmakologis. Salah satu metode farmakologis adalah dengan akupresur titik hegu dan penggunaan *squishy stress ball*.

Teknik akupresur dapat mengurangi sensasi-sensasi nyeri melalui peningkatan endorphin, yakni hormone yang mampu memberikan rasa rileks pada tubuh secara alami, yang akan memblok reseptor nyeri ke otak. Terapi akupresur titik hegu dapat mengatasi nyeri persalinan pada fase aktif dengan memberikan tekanan pada suatu titik akupresur di titik L14 yaitu diantara tulang metacarpal pertama dan kedua pada bagian distal dengan Gerakan memutar.

Akupresur termasuk ke dalam jenis terapi alternatif atau komplementer yang merupakan pengembangan dari akupuntur. Akupresur merupakan perkembangan terapi pijat dengan menggunakan jari tangan sebagai titik-titik tertentu yang dapat memberikan rasa nyaman pada tubuh itu sendiri. manfaat yang dapat diperoleh dari terapi akupresur, diantaranya adalah manajemen stress dan keseimbangan tubuh energi dan meringankan nyeri persalinan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Cahyaningtyas (2020) yang menyatakan bahwa akupresur pada point hugo atau titik LI-4 terbukti efektif untuk mengurangi tingkat nyeri pada pasien karena adanya aktifitas penusukan arteriovenous fistula. Nyeri penusukan arteriovenous fistula merupakan sensasi yang tidak menyenangkan dan selalu ingin di hindari oleh pasien. Ketika diberikan stimulus nyeri, disamping itu perlu adanya penanganan atau terapi yang dapat mengurangi sensasi nyeri. (Cahyaningtyas et al., 2020)

Menurut Yanik (2021) hegu berhubungan dengan wajah dan kepala. Sehingga berguna untuk mengatasi kondisi demam maupun flu. Hegu L14 dikenal sebagai titik nyeri di tubuh, dimana saja ada rasa sakit bisa menggunakan L14. Titik hegu digunakan dengan cara mencubit dengan kuku, memijat, mencubit, menggosok .(Yanik et al., 2021)

Dengan penekanan jari tangan pada titik tertentu di bagian tubuh manusia, Teknik akupresur dapat membantu merilekskan otot-otot dan mengalihkan perhatian dari rasa sakit. Titik akupresur L14 (hegu) terletak diantara pangkal ibu jari dan jari telunjuk. Akupresur (*teknik finger press*) merupakan suatu metode terapi non farmakologis yang menggunakan teknik tertentu dengan melakukan manipulasi berbagai titik meridian pada tubuh manusia (Danta Sastriani et al., n.d.). Nyeri persalinan mulai timbul pada tahap kala I fase laten dan akan berlanjut semakin bertambah kuat intenitas nyeri pada kala I fase aktif.

Nyeri yang terjadi dapat berpengaruh pada kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan serta dapat mengakibatkan stress. Stress dapat mengakibatkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lebih lama, bahkan dapat merujung kematian pada ibu bersalin (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indramayu JIWirapati -Sindang Kabupaten Indramayu Jawa Barat, 2023). Melakukan penurunan tingkat nyeri persalinan lebih aman dengan Teknik non farmakologi yang bersifat sederhana sehingga dapat dilaksanakan oleh ibu hamil serta tidak menimbulkan efek samping. Selain akupresur titik hegu dapat juga menggunakan *squishy stress ball* untuk membantu mengurangi rasa nyeri sehingga membuat ibu menjadi nyaman dan tidak mengalami stress saat menjalani proses persalinan. Tingkat kecemasan ibu bersalin yang tinggi akan lebih cenderung merasakan nyeri berat disebabkan karena tidak dapat mengolah tingkat stress, yang mengakibatkan otot dalam tubuh mengalami ketegangan, serta aliran oksigen kurang lancar, sehingga ibu bersalin kurang nyaman serta merasakan sakit yang berlebihan (Widia, 2023)

Squishy bertujuan bisa mengurangi nyeri persalinan serta dapat memberikan sensasi nyaman saat proses persalinan. Penggunaan *squishy stress ball* ini dilaksanakan dengan cara meremas *squishy* saat timbul nyeri persalinan, sehingga diharapkan mengalihkan perhatian dari rasa nyeri yang dirasakan. Hasil penelitian membuktikan bahwa penggunaan *squishy stress ball* juga efektif mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif. Teknik distraksi yang melibatkan meremas *squishy* secara efektif dapat mengurangi nyeri dibandingkan hanya melakukan intervensi standar seperti menarik nafas dalam (Prasetyowati & Oktafia, 2022). Saat tubuh pada kondisi rileks, ketegangan dapat berkurang, tingkat nyeri mengalami penurunan serta otot yang tegang juga berkurang (Shifa et al., 2023).

Peneliti berasumsi penggunaan *squishy* terbukti efektif menurunkan Tingkat nyeri persalinan kala I. Metode meremas *squishy* adalah salah satu bentuk distraksi mengurangi nyeri persalinan non farmakologi, yang mana menurut penelitian menurunkan nyeri dengan pendekatan non farmakologi selama persalinan memberikan manfaat yang signifikan untuk ibu maupun bayi yang akan dilahirkan tanpa menyebabkan kejadian yang tidak diinginkan.

Peneliti belum menemukan hasil penelitian yang membandingkan antara akupresur titik hegu dan penggunaan *squishy* dalam penurunan tingkat nyeri persalinan kala I, akan tetapi hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Natalia (2020) yang meneliti tentang efektifitas terapi akupresur sanyinjiao point dengan Teknik relaksasi nafas dalam menurunkan nyeri menstruasi menunjukkan bahwa terapi akupresur dan Teknik relaksasi nafas dapat menurunkan tingkat nyeri haid (dismenore) primen pada remaja (Ris Natalia, n.d.)

SIMPULAN

Hasil perbandingan efektifitas pemberian akupresur titik hegu dan penggunaan *squishy stress ball* terhadap nyeri persalinan kala I menunjukkan bahwa akupresur titik hegu mempunyai pengaruh yang lebih efektif dari penggunaan *squishy stress ball*. Terapi akupresur titik hegu merupakan terapi komplementer yang belum banyak diketahui cara serta manfaatnya sehingga diperlukan sosialisasi dan pelatihan sebelum menjalankan terapi akupresur. Rekomendasi dari penelitian ini diharapkan teknik akupresur titik hegu (L14) dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien atau dapat dibantu oleh keluarga pasien.

SARAN

Tinjauan ini dapat menjadi referensi untuk para ibu bersalin dalam rangka menurunkan tingkat nyeri, sehingga dapat membantu proses persalinan berjalan dengan lancar. Adapun saran untuk peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dikombinasikan dengan terapi lainnya sehingga dapat lebih efektif dalam penurunan nyeri kala I.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia., Amina, M. (2020). Intervensi Pengurangan Nyeri Dengan Kombinasi Teknik *Kneading* Dan Relaksasi Nafas Di Puskesmas Campursari. *Journal Of Tsjkeb. Vol 5 (2) 27-31*. <https://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/tscbid/article/view/228>
- Cahyaningtyas, P. Y., Sri Purwanti, O., Putra Purnama, A., & Purwanti, O. S. (2020). Efek Terapi Akupresur Point Hugo Untuk Mengurangi Nyeri Tusukan Arteriovenous Fistula Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Rs Pku 'Aisyiyah Boyolali. *Indonesian Journal Of Nursing Health Science Issn*, 5(1), 75–84. <https://doi.org/10.47007/ijnhs.V5i01.3077>
- Danta Sastriani, M., Hasanah, O., Wahyuni, S.. (2022). Efektifitas Terapi Akupresur Terhadap Nyeri (Dismenore) Remaja Di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. In *Health Care : Jurnal Kesehatan* (Vol. 11, Issue 2). <https://doi.org/10.36763/healthcare.V11i2.202>
- Eifel Alfarezita Sunarto, C. (2021). Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Unw*. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/article/view/1074/742>
- Fitriah, I. P., Saputri, L. A., Marlin, H. A. (2022). Hubungan Paritas Dan Usia Ibu Dengan Kejadian Partus Lama Di Rumah Sakit Umum Daerah Tapan Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal Doppler. Vol.6 (1) 20-25*. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/doppler/article/view/4036>
- Hibatulloh, Q. N., Rahayu, D. E., Siti, R., & Rahmawati, N. (2022). Efektifitas Terapi Akupressur Terhadap Nyeri Persalinan Pada Fase Aktif Tahap Pertama The Effectivity Of Acupressure Therapy To Relieve Labor Pain During The Active Phase Of The First Stage. *Original Research Indonesian Midwifery And Health Sciences Journal*. <https://doi.org/10.20473/imhsj.V6i1.2022.96>
- Komariah, M., Maulid Mulyana, A., Maulana, S., Dinah Rachmah, A., Nuraeni, F., Keperawatan Dasar, D., Keperawatan, F., Padjadjaran, U., & Author, C. (N.D.). *Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur Dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan*. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Modul, P., Purwanti, Y., St, S., Keb, M., & Raya, J. (N.D.). *Nama Mk : Akupresur Dalam Kebidanan Program Studi Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Kampus Iii Fikes-Umsida*. www.kebidanan.umsida.ac.id
- Mukhoirotin, M., & Mustafida, H. (2020). Pemberian Akupresur Kombinasi Titik B132 Dan Li4, Titik B132 Dan Sp6 Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *Journal Of Holistic Nursing Science*, 7(2), 133–141. <https://doi.org/10.31603/nursing.V7i2.3118>
- Panjaitan Edita, O., Anggun, A., Irma, A. N., Nova, N., Meilani, R., Tati Lastri, R., Morina, S., Apri Dwi, S., & Sri, S. (N.D.). Pengaruh Pemberian Terapi Non

- Farmakologi Terhadap Nyeri Persalinan. In *Jurnal Kebidanan Stikes Insan Cendekia Medika* (Vol. 12, Issue 1).
- Prasetyowati, A., & Oktafia, R. (2022). "Strengthening Youth Potential For Sustainable Innovation" 220 Application Of Squeezing Squishy To Reduce Childbirth Pain During Active Phase I In Maternity Mothers: Case Report Aplikasi Meremas Squishy Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin: Case Report (Issue 2).
- Revianti, I. D., Kasus, S., & Yanto, A. (2021). Teknik Akupresur Titik Hegu (Li4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 2808–2095. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i1.nomor>
- Ris Natalia, J. (N.D.). *Pengaruh Obesitas Dalam Kehamilan Terhadap Berat Badan Janin* (Vol. 10).
- Riset, P., Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Bagi Pembangunan Indonesia Berkelanjutan, I., Titik Hegu, A., Yin Jiao Dan Shen Men Efektif Menurunkan Tingkat Kecemasan Persalinan Yuriska Nur Wahyudhianti, S., Khoirul Waroh, Y., & Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Sains Dan Kesehatan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, P. (2023). *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian*.
- Sartika, *, Sari, R., Ratna, S., Program, S., Kebidanan, S. S., Kesehatan, I., & Triani, Y. (2023). Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Di Bpm Sagita Darma Sari Palembang Tahun 2023. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 127–144. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i4.2546>
- Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indramayu JIwirapati -Sindang Kabupaten Indramayu Jawa Barat, D. (2023). Darwiten. (2023). Analisis Komparasi Tingkat Nyeri Persalinan Antara Primipara Dan Multipara. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*. In *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* (Vol. 14, Issue 1).
- Shifa, N. A., Salam, B., Koto, Y., Studi, P., Keperawatan, S., & Kesehatan, I. (N.D.). Teknik Relaksasi Genggam Jari Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Finger Hands Relaxation Technique Can Reduce The Level Of Anxiety In Patients Pre Operation Sectio Caesarea. In *Jurnal Antara Keperawatan* (Vol. 6, Issue 1).
- Sulistiwati, L., & Maya Ningrum, W. (2020). *Perbandingan Skala Nyeri Pada Ibu Bersalin Yang Dilakukan Pijat Punggung Dengan Tidak Diberikan Perlakuan Di Praktik Mandiri Bidan Iik Maskiah, Am. Keb Tahun 2020* (Vol. 2, Issue 2).
- Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati, S., Cristifora Palilingan, X., Tri Wijayanti, I., Sariyani, D., & Studi Sarjana Kebidanan, P. (2023). Nyeri Persalinan Turun Dengan Metode Massage Ounterpressure. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 14(1), 7–12.
- Widia, T. (2023). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala 1 Fase Laten Di Ruang Bersalin Rumah Sakit Umum Daerah Kayuagung Tahun 2022* (Vol. 13, Issue 25).