



Pendidikan Kesehatan Yang *Service Excellent* Tentang *Pain Relief* Pada Saat Persalinan Di Desa Bangun Rejo Kecamatan Morawa Deli Serdang Tahun 2023

Service Excellent Health Education About Pain Relief During Childbirth In Bangun Rejo Village, Morawa District, Deli Serdang, Year 2023

Yessica Geovany Sianipar ¹, Ariska Fauzianty ², Khairunnisa Situmorang ³,
Nova Isabella Napitupulu ⁴, Hesti Desmawati Gulo ⁵, Erliani Br Ginting ⁶,
Esra Maria Tambunan ⁷

^{1*,2,3,4,5,6,7} STIKes Mitra Husada Medan

yesicageovanysianipar@gmail.com

Article History:

Received: 29 Maret 2023

Revised: 28 April 2023

Accepted: 30 Mei 2023

Keywords: *Childbirth, Health Education, Pain Relief, Strategy*

Abstract : *Labor pain is a physiological response that occurs due to an increase in catecholamines that interfere with uterine contractions. Labor pain can be overcome with various alternatives. However, the lack of health promotion related to pain relief strategies causes the majority of pregnant women to lack information literacy on how to deal with pain relief during childbirth. This community service activity was carried out in conjunction with the KKN midwifery undergraduate students at STIKes Mitra Husada Medan in Desa Bangun Rejo, Tanjung Morawa District. The main activity program is to provide education to pregnant women who will give birth with counseling about pain relief strategies during childbirth. This community service method adopts action research steps. Evaluating the program using a questionnaire. The results of the community service which was attended by 10 third trimester pregnant women, it turned out that this activity received a good and positive response from pregnant women. Furthermore, the results of the evaluation of this counseling were obtained, 60% of pregnant women could understand and explain the definition of pain relief strategies and the goals of pain relief strategies, 70% of pregnant women could understand and explain the handling of pain relief strategies. It is hoped that village midwives can also provide health education to birth attendants about pain relief strategies that can be implemented.*

Abstrak:

Nyeri persalinan merupakan respon fisiologis yang terjadi akibat peningkatan katekolamin yang mengganggu kontraksi uterus. Nyeri persalinan dapat diatasi dengan berbagai alternatif. Namun, minimnya promosi kesehatan terkait strategi *pain relief* menyebabkan mayoritas ibu-ibu hamil minim literasi informasi bagaimana mengatasi *pain relief* saat persalinan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan bersamaan dengan KKN mahasiswa sarjana kebidanan STIKes Mitra Husada Medan di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa. Program kegiatan utama yaitu memberikan edukasi kepada ibu hamil yang akan bersalin dengan penyuluhan tentang strategi *pain relief* saat persalinan. Metode pengabdian masyarakat ini mengadopsi langkah-langkah *action research*. Evaluasi program menggunakan angket. Hasil dari pengabdian masyarakat yang diikuti oleh 10 ibu hamil trimester tiga, ternyata kegiatan ini mendapatkan respon yang baik dan positif dari ibu-ibu hamil. Lebih lanjut, hasil evaluasi dari penyuluhan ini didapatkan, 60% ibu hamil dapat memahami dan menjelaskan tentang definisi strategi *pain relief* dan tujuan strategi *pain relief*, 70% ibu-ibu hamil dapat memahami dan menjelaskan tentang penanganan strategi *pain relief*. Diharapkan bidan desa dapat memberikan edukasi kesehatan juga kepada pendamping persalinan tentang strategi *pain relief* yang dapat diimplementasikan.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Strategi, *Pain Relief*, Persalinan

PENDAHULUAN

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dialami. Secara fisiologis nyeri terjadi karena otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka serviks dan mendorong kepala bayi kearah panggul nyeri persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh dilatasi serviks, hipoksia otot dan uterus saat berkontraksi, iskemik corpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf serviks (Marwani, 2019). Nyeri pada persalinan merupakan respon fisiologis tetapi dapat mengakibatkan peningkatan katekolamin yang berakibat mengganggu kontraksi uterus sehingga dapat menyebabkan inersia uteri, partus lama, oksigenasi pada janin tidak adekuat hingga distress janin, serta kematian ibu dan atau janin apabila nyeri persalinan tidak ditangani. Oleh karena itu penting penanganan nyeri bagi ibu selama persalinan (Solehati, dkk, 2018). Mengatasi nyeri persalinan patut dipertimbangkan tenaga kesehatan dalam membantu persalinan (Sari, dkk, 2015).

Nyeri persalinan juga dapat menyebabkan timbulnya hiperventilasi sehingga kebutuhan oksigen meningkat, kenaikan tekanan darah, dan berkurangnya motilitas usus serta vesika urinaria. Keadaan ini akan merangsang peningkatan katekolamin yang dapat menyebabkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi inersia uteri. Apabila nyeri persalinan tidak diatasi akan menyebabkan terjadinya partus lama (Lina Puspitasari, 2020). Berdasarkan penelitian dari (Efriyani Gusti Siregar, 2019), 90% persalinan selalu disertai dengan nyeri persalinan yang fisiologis. Dari 2.700 ibu bersalin, mayoritas 35% ibu bersalin merasakan nyeri persalinan hebat. Nyeri hebat ini menyebabkan gangguan psikologis, bahkan 87% ibu mengalami post partum blues pasca salin - 1 tahun.

Penanganan nyeri persalinan saat kala I penting dilakukan sebagai penentu apakah ibu dapat menjalani persalinan secara normal atau memerlukan tindakan karena adanya penyulit akibat nyeri hebat. Berbagai metode baik secara farmakologi dengan obat analgetik mau pun non farmakologi dapat digunakan dalam penanganan nyeri (Sari, dkk, 2015). Namun, mayoritas ibu belum mengetahui alternatif untuk mengurangi nyeri persalinan. Hal ini disebabkan oleh minimnya promosi kesehatan oleh tenaga kesehatan kepada ibu tentang strategi *pain relief* saat persalinan. Padahal, Pemberian edukasi melalui media edukasi merupakan salah satu strategi untuk menciptakan perubahan perilaku positif (Christiana Nkanunye & Obiechina, 2017).

Program pengabdian kepada masyarakat (PKM) melalui edukasi ini bertujuan untuk memberikan wawasan strategi pain relief kepada ibu-ibu hamil trimester tiga/ yang menjelang persalinan dengan target luaran yaitu terciptanya peningkatan pemahaman masyarakat

mengenai terciptanya suatu strategi gerakan mencegah dan mengantisipasi nyeri persalinan yang dapat mengakibatkan trauma dan komplikasi selama proses persalinan. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat terkait pendidikan kesehatan yang *service excellent* tentang *pain relief* pada saat persalinan di Desa Bangun Rejo Kecamatan Morawa Deli Serdang tahun 2023.

METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan saat praktik kerja lapangan mahasiswa kebidanan semester 7, yang dilaksanakan pada tanggal 13 Februari-9 Maret 2023. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara. Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini dilakukan dengan mengadopsi langkah-langkah *action research* yang terdiri beberapa tahapan, yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Langkah-langkah tersebut adalah sebagai berikut:

a. Tahapan perencanaan

Terdiri dari:

- 1) Tim pengusul melakukan survey untuk mengidentifikasi masalah ke Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa. Hasil survey tersebut dapat disimpulkan bahwa permasalahan di Desa tersebut adalah mayoritas ibu-ibu hamil kurang memahami strategi *pain relief* saat persalinan.
- 2) Tim pengusul melakukan perumusan masalah untuk menentukan prioritas penyelesaian masalah, menyusun kerangka penyelesaian masalah berdasarkan masalah yang dipilih, dan merumuskan tahapan kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan oleh tim pengusul

b. Metode penerapan IPTEK

Gambaran IPTEK dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, menggunakan berbagai kelengkapan visual seperti video strategi *pain relief* dalam persalinan dan PPT.

c. Partisipasi Mitra

Mitra dalam hal ini adalah bidan desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa, dimana mitra tersebut berpartisipasi dalam kegiatan PKM ini melalui beberapa hal berikut:

- 1) Menunjuk peserta. Peserta yang akan diikutsertakan dalam kegiatan ini adalah seluruh ibu-ibu hamil
- 2) Menyediakan tempat penyuluhan dan pelatihan kegiatan, yakni di Posyandu Desa Bangun Rejo

- 3) Memberi motivasi, pengawasan dan pembinaan selama dalam kegiatan pelatihan maupun perancangan.

d. Tahapan Tindakan

Adapun tahap Tindakan adalah sebagai berikut:

- 1) Melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan penyuluhan yakni temanya strategi *pain relief* saat proses persalinan
- 2) Tim pengusul melakukan penyuluhan tentang pengertian strategi *pain relief*, tujuan *pain relief*, penanganan *pain relief*

e. Tahap observasi

Observasi dilakukan terhadap proses penyuluhan edukasi kesehatan. Beberapa hal yang diobservasi adalah kendala-kendala, kekurangan-kekurangan dan kelemahan-kelemahan yang muncul saat proses penyuluhan.

f. Tahap Evaluasi

Tim pengusul melakukan analisa terhadap hasil angket sebagai ukuran kesuksesan penyuluhan kepada ibu-ibu hamil. Program ini dapat dilihat dari kegiatan struktur dimana:

- 1) Seluruh ibu-ibu hamil dapat mengikuti kegiatan penyuluhan
- 2) Tempat, alat dan media tersedia sesuai dengan perencanaan
- 3) Peran, tugas dan tanggung jawab tim PKM dan mahasiswa terlaksana sesuai dengan rencana.

Sedangkan pada proses kegiatan terlihat:

- 1) Ketepatan sasaran penyuluhan
- 2) Kegiatan terlaksana sesuai yang direncanakan
- 3) Peserta dapat mengikuti seluruh rangkaian kegiatan penyuluhan dan memahami materi yang diberikan oleh Tim PKM

Kegiatan evaluasi hasil kegiatan, setelah 15 menit penyuluhan, diberikan post test melalui angket.

HASIL

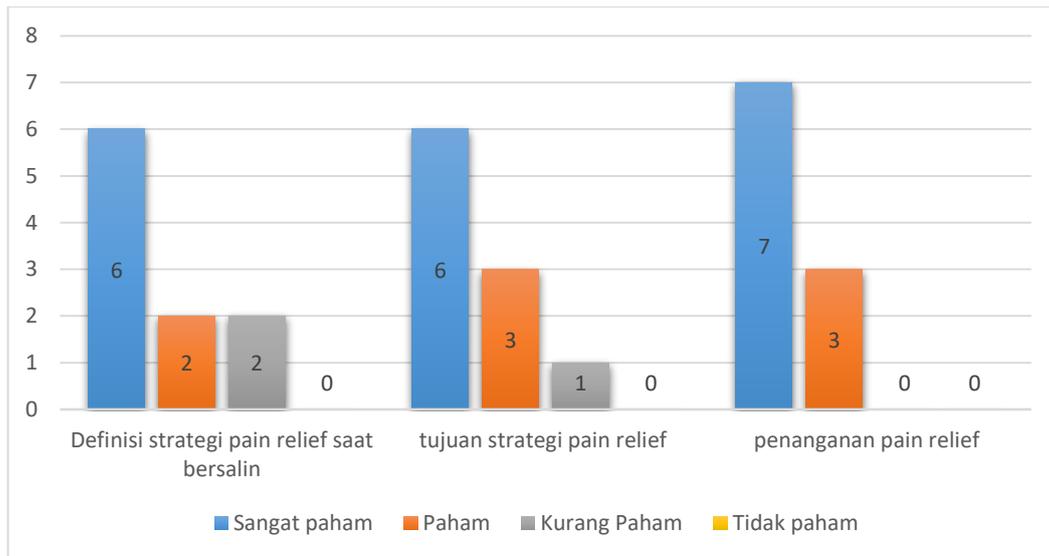
Capaian Program Pengabdian Kepada Masyarakat ini yang utama adalah memberikan wawasan kepada Ibu-ibu yang hamil trimester tiga mengenai strategi *pain relief* yang akan timbul saat proses persalinan berlangsung. Program Pengabdian Kepada Masyarakat ini telah dilakukan melalui pendampingan, penyuluhan, dengan berbagai program kegiatan utama dan pendukung yang dapat dijelaskan sebagai berikut.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim PKM yaitu Pendidikan kesehatan yang *service excellent* tentang *pain relief* pada saat persalinan, di Desa Bangun Rejo Kabupaten Tanjung Morawa pada tanggal 28 Februari 2023. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, mayoritas ibu hamil belum pernah mempraktekkan strategi *pain relief* saat bersalin. Lebih lanjut, ibu hamil/ primigravida belum memahami strategi *pain relief* saat persalinan. Setelah menemukan permasalahan tersebut, tim PKM memberikan surat permohonan pengabdian masyarakat ke Kepala Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa, setelah mendapatkan persetujuan maka tim PKM meminta izin kepada bidan desa setempat. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini bertepatan dengan pelaksanaan pemeriksaan *antenatal care* gratis yang dilaksanakan oleh mahasiswa STIKes Mitra Husada yang sedang Kuliah Kerja Nyata/KKN.



Gambar 1 dan 2. Tim PKM melakukan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil

Dari hasil pelaksanaan penyuluhan yang diikuti oleh 10 ibu hamil yang dilakukan di Desa Bangun Rejo, mendapatkan respon yang baik. Ibu-ibu menjadi lebih paham mengenai strategi *pain relief*, yang dikehamilkan sebelumnya tidak pernah di aplikasikan saat bersalin. Hal ini dapat diketahui dari hasil evaluasi melalui angket Hasil penyuluhan pendidikan kesehatan telah digambarkan dalam diagram batang sebagai berikut:



Berdasarkan diagram diatas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. 60% ibu-ibu hamil dapat memahami dan menjelaskan tentang definisi strategi *pain relief*
2. 60% ibu-ibu hamil dapat memahami dan menjelaskan tentang tujuan strategi *pain relief*
3. 70% ibu-ibu hamil dapat memahami dan menjelaskan tentang penanganan strategi *pain relief*

Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2012) menunjukkan bahwa usia, pendidikan, pengalaman, informasi dan fasilitas merupakan faktor – faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pengetahuan merupakan proses belajar dengan menggunakan pancaindra yang dilakukan seseorang terhadap objek tertentu untuk dapat menghasilkan pengetahuan dan keterampilan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan maka, orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya, serta juga dikarenakan pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup.

DISKUSI

Pengabdian Masyarakat di Desa Bangun Rejo terkait pendidikan kesehatan yang *service excellent* tentang *pain relief* pada saat persalinan berjalan dengan baik dan lancar. Pendidikan kesehatan yang dilakukan TIM PKM tidak hanya melalui PPT namun melalui lefleaf. Hal ini sejalan dengan penelitian (Christiana Nkanunye & Obiechina, 2017), Pemberian edukasi melalui media edukasi merupakan salah satu strategi untuk menciptakan perubahan perilaku positif. Strategi komunikasi kesehatan ini sebagai pintu gerbang yang efektif untuk promosi kesehatan dan kesejahteraan individu. Promosi kesehatan melalui media sosial akan lebih mudah untuk menyentuh sasaran pada tiap levelnya (Leonita & Jalinus, 2018). Pendidikan

kesehatan melalui audio visual secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan (Daryani *et al.*, 2019). Hal ini dikarenakan KIE melalui audio visual memiliki kesan jangka panjang pada setiap individu yang melihat. Efek visualisasi yang dihasilkan pada video menjadi sarana pengajaran praktis dan efisien (Shah *et al.*, 2016). Penelitian lain menyebutkan dibutuhkan waktu yang relatif panjang (18-66 hari) untuk menghasilkan perubahan perilaku individu pasca pemberian edukasi kesehatan.

Edukasi kesehatan penanganan pain relief saat bersalin yang diberikan oleh TIM PKM yakni memberikan kompres hangat pada punggung ibu. Penggunaan kompres hangat untuk area yang tegang dan nyeri dianggap mampu meredakan nyeri. Rasa hangat dapat mengurangi spasme otot yang disebabkan oleh iskemia yang merangsang neuron yang memblok transmisi lanjut rangsang nyeri menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah ke area yang dilakukan pengompresan (Wahyu Intan Dewi, 2014). Lebih lanjut, tim PKM juga menjelaskan penanganan pain relief dapat dilakukan dengan melakukan pijatan pada bagian punggung, kaki dan tangan, melakukan Teknik relaksasi seperti menarik nafas dalam, mendengarkan music dan memanfaatkan aromaterapi. Menurut penelitian Yazdkhasti *et al.*, 2016; Hamdamian, *et al.* 2018, lavender dapat mengurangi rasa sakit, peradangan, dan menenangkan, sedangkan ester dapat mencegah kejang otot, mengurangi ketegangan dan depresi. Penelitian lain mengungkapkan bahwa inhalasi dengan menggunakan 0,1 ml minyak essen lavender yang dicampur dengan 2 ml air suling dapat menurunkan skala nyeri persalinan $p=0,001$ (Chughtai *et al.*, 2018).

KESIMPULAN

Dari hasil pelaksanaan penyuluhan pendidikan kesehatan tentang strategi *pain relief* pada saat persalinan yang diikuti oleh 10 ibu hamil trimester tiga, ternyata kegiatan ini mendapatkan respon yang baik dan positif dari ibu-ibu hamil. Lebih lanjut, hasil evaluasi dari penyuluhan ini didapatkan, 60% ibu-ibu hamil dapat memahami dan menjelaskan tentang definisi strategi *pain relief*, 60% ibu-ibu hamil dapat memahami dan menjelaskan tentang tujuan strategi *pain relief*, 70% ibu-ibu hamil dapat memahami dan menjelaskan tentang penanganan strategi *pain relief*.

Berdasarkan hasil dari pengabdian masyarakat, diharapkan setelah diadakannya penyuluhan pendidikan kesehatan ini, bidan desa dapat melibatkan pendamping persalinan/ suami untuk turut berpartisipasi dalam mengurangi nyeri persalinan pada ibu dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang strategi *pain relief* yang dapat diimplementasikan oleh pendamping persalinan melalui kelas ibu hamil.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis berterimakasih kepada STIKes Mitra Husada Medan kepada ketua yayasan STIKes Mitra Husada Medan, Ketua STIKes Mitra Husada Medan, Ketua UPPM, Bidan Desa Bangun Rejo dan ibu-ibu hamil serta para pihak yang terkait yang telah membantu dalam kelancaran pelaksanaan pengabdian masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Christiana, N. C., & Obiechina, G. O. (2017). Health Communication Strategies as Gateway to Effective Health Promotion and Well-being. *J Med Res Health Educ*, 1(3), 1–4. <https://www.imedpub.com/articles/health-communication-strategies-as-gateway-to-effective-health-promotionand-wellbeing.pdf>
- Chughtai, N. (2018). Comparing the effect of aromatherapy with essential oils of rosa damascena and lavender alone and in combination on severity of pain in the first phase of labor in primiparous women, *Crescent J. Med. Biol. Sci.*, 5(4), 312– 319
- Daryani, I., Suciana, F., & Rusmingsih, E. (2019). Effect of Health Education using Audiovisual on Knowledge of Osteoporosis Prevention in Elderly. *Journal of Physics: Conference Series*, 1179(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1179/1/012141>
- Hamdamian, S., Nazarpour, M., Simbar, S., Hajian, F. Mojab., A. Talebi. (2018). Effects of aromatherapy with Rosa damascena on nulliparous women’s pain and anxiety of labor during first stage of labor,” *J. Integr. Med.*, 16(2), 120–125
- Leonita, E., & Jalinus, N. (2018). Peran Media Sosial Dalam Upaya Promosi Kesehatan: Tinjauan Literatur. *INVOTEK: Jurnal Inovasi Vokasional Dan Teknologi*, 18(2), 25–34. <https://doi.org/10.24036/invotek.v18i2.261>
- Shah, N., Mathur, V., Kathuria, V., & Gupta, T. (2016). Effectiveness of an educational video in improving oral health knowledge in a hospital setting. *Indian Journal of Dentistry*, 7(2), 70. <https://doi.org/10.4103/0975-962x.184646>
- Siregar, E. G. (2019). Perbedaan Tehnik Kompres Hangat dan Tehnik Pijat Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Klinik Bidan Mandiri Shanty Afridani, SST Kecamatan Cilincing Medan Barat Tahun 2019. Repositori Helvetia.
- Solehati, T., Kosasih, CE., Jayanti, N., Ardiyanti, I., Sari, RI., dkk. (2018).Terapi Nonfarmakologi Nyeri Pada persalinan:*Systematic Review*. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1), 50-73.
- Sari, K & Christiani, N. (2015). Musik Dan Masase Dapat Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Ibu Primigravida. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 10(3).
- Marwani. (2019). Gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Kala I Terhadap Pemberian Kompres Air Hangat Dalam Mengurangi Rasa Nyeri Di RB Mitra Ananda Palembang Tahun 2018. *Avicenna: Jurnal Ilmiah*, 14(01). <https://doi.org/10.36085/avicenna.v14i01.233>
- Lina Puspitasari. (2020). Efektifitas Teknik Effleurage Dan Counter Pressure Vertebra Sacralis Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Kebidanan*, 12(01), 46-56. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v12i01.364>
- Yazdkhasti & A. Pirak. (2016). The effect of aromatherapy with lavender essence on severity of labor pain and duration of labor in primiparous women,” *Complement. Ther. Clin. Pract.*, 25, 81–86.