



Edukasi Mahasiswa tentang Macam-Macam Terapi untuk Mengurangi Nyeri Persalinan

Siti Romlah*¹, Fiyani²

^{1,2}STIKes Bhakti Al-Qodiri

^{1,2}Program Studi D3 Kebidanan

*e-mail: -

Nomor Handphone Untuk keperluan koordinasi : -

Abstrak

Pendahuluan: Pemberian edukasi adalah cara terbaik untuk meningkatkan pengetahuan, terutama pengetahuan mahasiswa tentang metode-metode yang bisa digunakan untuk mengatasi dan mengurangi kecemasan yang dialami oleh lansia. Pemberian edukasi ini sangat penting untuk dilakukan sehingga mahasiswa mengerti dan mampu mengaplikasikan metode-metode tersebut saat melakukan asuhan kebidanan. Metode ini dilakukan bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri yang berlangsung selama persalinan. Oleh karena itu perlu adanya edukasi terhadap mahasiswi terutama mahasiswi kebidanan agar dapat menambah pengetahuan tentang macam-macam terapi yang bisa digunakan untuk mengatasi nyeri persalinan. **Tujuan:** Peningkatan pengetahuan mahasiswi kebidanan untuk mengurangi nyeri persalinan melalui terapi-terapi yang mudah digunakan. **Metode:** kegiatan yang dilakukan dengan melakukan pemberian edukasi pada mahasiswi kebidanan dan dilakukan evaluasi pengetahuan mahasiswi kebidanan tentang macam-macam terapi sebagai metode persalinan untuk mengurangi rasa nyeri. **Hasil:** sebelum dilakukan penyuluhan, mahasiswi memiliki rata-rata pengetahuan tentang macam-macam terapi untuk mengurangi nyeri persalinan adalah cukup, dan setelah dilakukan penyuluhan, pengetahuan tentang metode-metode tersebut menjadi baik.

Kata kunci: nyeri persalinan, edukasi, penyuluhan

Abstract

Introduction: Providing education is the best way to increase knowledge, especially students' knowledge about methods that can be used to overcome and reduce anxiety experienced by the elderly. Providing this education is very important to do so that students understand and are able to apply these methods when providing midwifery care. This method is carried out with the aim of reducing pain that occurs during labor. Therefore, it is necessary to provide education to female students, especially female midwifery students, so that they can increase their knowledge about the various therapies that can be used to overcome labor pain. **Objective:** Increasing the knowledge of female midwifery students to reduce labor pain through easy-to-use therapies. **Method:** activities carried out by providing education to female midwifery students and evaluating the knowledge of female midwifery students about the various therapies as labor methods to reduce pain. **Results:** before the counseling, female students had an average knowledge of the various therapies to reduce labor pain was sufficient, and after the counseling, knowledge of these methods became good.

Key words: labor pain, education, counseling

1. PENDAHULUAN

Pemberian pendidikan tentang berbagai metode terapi untuk mengurangi nyeri saat persalinan merupakan aspek penting yang harus disampaikan kepada mahasiswa, khususnya yang berada di bidang kesehatan seperti kebidanan. Pengetahuan ini tidak hanya memperluas wawasan mereka mengenai proses persalinan, tetapi juga meningkatkan kemampuan dalam mendampingi dan merawat pasien. Nyeri persalinan merupakan salah satu tantangan terbesar bagi ibu hamil, dan berbagai terapi, baik farmakologis maupun non-farmakologis, dapat menjadi alternatif untuk membantu ibu mengelola rasa nyeri dengan lebih baik. Mahasiswa perlu memahami bahwa pemilihan terapi harus disesuaikan dengan kondisi spesifik setiap ibu, serta faktor medis dan preferensi individu. Dengan memahami berbagai macam terapi ini secara menyeluruh, mahasiswa diharapkan dapat menjadi tenaga kesehatan yang lebih profesional,

empatik, dan mampu memberikan perawatan yang tepat untuk mendukung pengalaman persalinan yang lebih nyaman bagi ibu hamil [1][2][3].

Terdapat berbagai metode yang bisa digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan, yang umumnya terbagi menjadi dua jenis utama: farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan yang bekerja secara biologis untuk meredakan rasa sakit. Selain itu, ada juga analgesia inhalasi yang membantu mengurangi persepsi nyeri tanpa menyebabkan kehilangan kesadaran[4][5].

Terapi non-farmakologis menawarkan pendekatan alami dan teknik relaksasi untuk membantu mengatasi nyeri saat persalinan. Beberapa metode yang sering diterapkan adalah hypnobirthing, yang memanfaatkan teknik pernapasan dan visualisasi positif untuk menjaga ketenangan ibu selama kontraksi. Metode lain yang umum digunakan mencakup pijatan, kompres hangat, serta waterbirth untuk meredakan ketegangan otot dan memberikan kenyamanan. Pendekatan non-farmakologis ini sering dipilih oleh ibu yang lebih memilih proses persalinan dengan sedikit intervensi medis atau yang menginginkan pendekatan yang lebih alami [6][7].

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berguna untuk memberikan edukasi mahasiswa untuk mengurangi nyeri persalinan saat proses persalinan pada ibu sedang berlangsung. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan khususnya mahasiswa kebidanan tentang terapi-terapi yang dapat mengurangi nyeri persalinan.

2. METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Stikes Bhakti Al-Qodiri, Jember. Pelaksanaan pada tanggal 01 September 2024 dengan mahasiswa sebanyak 20 orang. Penyuluhan ini dilakukan dengan 4 tahap yaitu pertama pemaparan terapi-terapi untuk mengurangi nyeri persalinan, kedua inform consent dan ketiga praktik simulasi penggunaan terapi-terapi tersebut dan keempat tanya jawab. Setelah dilaksanakan penyuluhan dilakukan evaluasi tentang pemahaman dan pengetahuan setelah diberikan edukasi tentang terapi untuk mengurangi nyeri persalinan. Peningkatan pengetahuan dinilai berdasarkan hasil sebelum dan setelah test dilakukan dan dianalisis peningkatannya [8][9][10].

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilakukan dengan memberikan inform consent kepada mahasiswa tentang kegiatan penyuluhan yang akan dilakukan. Setelah mahasiswa setuju dengan kegiatan yang akan dilakukan, maka dilakukan edukasi tentang nyeri persalinan dan terapi yang bisa digunakan untuk mengatasi nyeri saat persalinan berlangsung. Selain itu, mahasiswa juga diberikan edukasi tentang beberapa terapi untuk mengurangi yang bisa digunakan pada persalinan berlangsung. Setelah kegiatan selesai dilakukan, maka dilakukan evaluasi tentang pemahaman mahasiswa sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan tentang terapi-terapi tersebut dalam untuk mengurangi nyeri persalinan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

Tabel 1. Pengetahuan Mahasiswi

Pengetahuan	Hasil Pre Test	Hasil Post Test
1. Nyeri Persalinan	Cukup	Baik
2. Pengetahuan tentang Terapi untuk Mengurangi Nyeri Persalinan	Kurang	Cukup

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil sebelum dilakukan penyuluhan, mahasiswi memiliki rata-rata pengetahuan tentang nyeri persalinan adalah cukup, dan setelah dilakukan penyuluhan, pengetahuan tentang nyeri persalinan menjadi baik. Evaluasi tentang pengetahuan terapi untuk mengurangi kecemasan sebelum diberikan penyuluhan adalah kurang dan setelah diberikan penyuluhan, pengetahuan tentang terapi-terapi tersebut menjadi cukup. Dari data di atas dapat diketahui bahwa dengan dilakukan penyuluhan maka akan terjadi peningkatan pengetahuan mahasiswi tentang nyeri persalinan dan terapi yang dapat digunakan sebagai salah satu terapi non farmakologis dalam mengurangi nyeri persalinan [11][12].

Saat melahirkan, pernapasan yang teratur dapat membantu mengalihkan perhatian dari rasa sakit. Ini juga dapat membantu mengendurkan otot dan pikiran. Saat tanggal persalinan semakin dekat, ibu hamil dapat mempelajari dan mempraktikkan berbagai cara melakukan pernapasan terfokus, seperti pernapasan perut dan sebagainya. Kelas melahirkan juga bisa mengajarkan ibu hamil untuk melakukan teknik pernapasan. Mempelajari lebih dari satu teknik bisa membantu individu dalam mengatasi nyeri saat persalinan berlangsung. Oleh karena itu, pemberian edukasi pada ibu hamil perlu dilakukan secara berkala sehingga masalah kesehatan ibu hamil meningkat dan nyeri yang dialami dapat diturunkan [13].

4. KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk peningkatan pengetahuan tentang terapi-terapi dalam mengurangi nyeri persalinan dalam dalam mengurangi nyeri persalinan dilakukan di Kabupaten Jember dengan jumlah responden 20 mahasiswi. Pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan tentang nyeri persalinan dan terapi-terapi yang dapat menurunkan nyeri persalinan. Pemberian edukasi pada mahasiswa perlu dilakukan secara berkala sehingga masalah kesehatan ibu hamil meningkat dan nyeri yang dialami dapat diturunkan dengan beberapa metode.

DAFTAR PUSTAKA

1. Prawirohardjo, Sarwono. 2011. Ilmu Kebidanan. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
2. Mander, R. (2004). Nyeri persalinan. EGC.
3. Pratama, I. N. S., & Budiana, I. N. G. Persalinan Dengan Menggunakan Metode Water Birth.
4. Sari, D. P., Rufaida, Z., & Lestari, S. W. P. (2018). Nyeri persalinan. E-Book Penerbit Stikes Majapahit, 1-30.
5. Yuliatun, L. (2008). Penanganan Nyeri Persalinan dengan Metode Nonfarmakologis. . Malang: Banyumedia Publishing.
6. Kuswanti, I. Asuhan Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2014.
7. BjelicaA, CetkovicN, Aleksandra Trninic-Pjevic LM-S. The phenomenon of pregnancy -a psychological view. Ginekol Pol. 2018;89(2):102-6.
8. Azari, A. A. 2022. Cara Mudah Menyusun Metode Penelitian Keperawatan dan Kebidanan. TIM: Jakarta
9. Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, da R&D. Bandung: CV Alfabeta.
10. Azari, A. A. 2024. Analisis Data Penelitian Kesehatan Memahami dan Menggunakan SPSS Untuk Pemula. Yogyakarta: Gosyen Publishing.

11. Putri, and Amalia. 2019. Terapi Komplementer. PT. Pustaka Baru.
12. Purba, M. (2021). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Persalinan Di Dalam Air Atau Water Birth Di Praktek Bidan Hj. Hendrayatni Periode April-Juni Tahun 2013. Jurnal Ilmiah Simantek, 5(3), 79-87..
13. Suryani, F. (2014). Mengurangi Nyeri Dan Trauma Persalinan Dengan Persalinan Di Dalam Air Berdasarkan Studi Literatur.