



PENGETAHUAN IBU HAMIL TRIMESTER III TENTANG MANFAAT TEKNIK REBOZO UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN DI PRAKTEK MANDIRI BIDAN

Putri Amelia Batubara¹, Siti Aminah²

^{1,2}Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga

^{1,2}STIKes Darmais Padangsidimpuan

Email: Siti Aminah @gmail.com

ABSTRAK

Childbirth is a physiological process involving the expulsion of the products of conception from the uterus. Normal delivery generally occurs at term, when the fetus is ready to be born. This process is often accompanied by pain sensations, in which psychological factors such as stress, anxiety, and fear play a significant role in influencing the intensity of pain experienced by the mother (Alhalidi, 2023). According to the World Health Organization (WHO) report in 2020, the incidence of prolonged labor ranged between 1–7%. During the first stage of labor in the active phase, mothers usually experience pain at a scale of 6–9, along with feelings of anxiety, restlessness, and difficulty resting comfortably (Shondkh, 2020). This study aims to determine the knowledge of third-trimester pregnant women regarding efforts to reduce labor pain at the Midwife Siti Aminah Am.Keb Clinic, Padangsidimpuan City, in 2024. The benefits of this research are expected to broaden knowledge, enrich experiences, and provide valuable contributions to the researchers. The research used a descriptive design with an accidental sampling technique, involving 26 respondents assessed based on age, education level, occupation, parity, and sources of information. The results showed that most respondents were 20–40 years old (77%), with the majority having insufficient knowledge (68%). About 65% of respondents were housewives. Low knowledge was also identified among primiparous and secundiparous mothers (46%), as well as among those who obtained information from electronic media (46%). From these findings, it can be concluded that most third-trimester pregnant women still have limited knowledge about the benefits of the rebozo technique. Therefore, it is expected that pregnant women can improve their knowledge through health workers and printed media.

Keywords : *Third Trimester Pregnant Women, Rebozo Technique, Labor Pain*

ABSTRAK

Persalinan merupakan proses fisiologis berupa pengeluaran hasil konsepsi dari rahim. Kelahiran normal umumnya terjadi pada usia kehamilan aterm, saat janin telah siap dilahirkan. Proses ini sering disertai dengan sensasi nyeri, di mana faktor psikologis seperti stres, rasa cemas, dan ketakutan berpengaruh besar terhadap tingkat nyeri yang dirasakan ibu (Alhalidi, 2023). Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO) tahun 2020, kejadian persalinan lama berkisar antara 1–7%. Pada kala I fase aktif, ibu biasanya merasakan nyeri dengan skala 6–9, disertai kecemasan, kegelisahan, serta sulit beristirahat dengan tenang (Shondkh, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil trimester III terkait upaya mengurangi nyeri persalinan di Klinik Bidan Siti Aminah Am.Keb, Kota Padangsidimpuan, tahun 2024. Manfaatnya diharapkan dapat memperluas wawasan, menambah pengalaman, serta memberikan kontribusi positif bagi peneliti. Jenis penelitian bersifat deskriptif dengan teknik accidental sampling, melibatkan 26 responden yang dikaji berdasarkan usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, paritas, serta sumber informasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20–40 tahun (77%), dengan mayoritas memiliki pengetahuan kurang memadai (68%). Sebanyak 65% responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Pengetahuan rendah juga ditemukan pada ibu hamil primipara dan sekunder (46%), serta pada responden yang memperoleh informasi dari media elektronik (46%). Dari temuan ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai manfaat teknik rebozo. Oleh karena itu, diharapkan ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan mereka melalui dukungan tenaga kesehatan maupun media cetak.

Kata kunci : Ibu Hamil Trimester III, Manfaat Teknik Rebozo, Nyeri Persalinan

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses alami berupa pengeluaran hasil konsepsi dari rahim. Kelahiran normal biasanya terjadi pada masa kehamilan aterm, yaitu ketika janin telah cukup matang untuk dilahirkan. Proses persalinan selalu disertai rasa nyeri, di mana faktor psikologis seperti stres, kecemasan, dan ketakutan memiliki peranan penting dalam menentukan tingkat nyeri yang dialami ibu saat melahirkan (Alchalidi, 2023).

Setiap ibu hamil akan merasakan nyeri, cemas, dan takut dalam proses persalinan. Walaupun nyeri tidak dapat dihilangkan sepenuhnya, pengelolaan nyeri dapat dilakukan untuk menguranginya sehingga ibu merasa lebih nyaman selama melahirkan. Pemilihan metode pengelolaan nyeri bergantung pada kondisi ibu maupun intervensi yang diberikan bidan. Nyeri merupakan hal wajar akibat kontraksi rahim dan turunnya kepala janin ke jalan lahir, namun intensitas nyeri dapat meningkat apabila ibu mengalami kelelahan

atau rasa takut yang berlebihan (Nyimas, 2020).

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk meneliti tingkat pengetahuan ibu hamil trimester III mengenai manfaat teknik rebozo dalam mengurangi nyeri persalinan di Klinik Bidan Hj. Siti Aminah Am.Keb, Kota Padangsidempuan, tahun 2024.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan Umum

Untuk menelaah sejauh mana pengetahuan ibu hamil trimester III mengenai manfaat teknik rebozo dalam mengurangi nyeri persalinan di Klinik Bidan Siti Aminah, Kota Padangsidempuan pada tahun 2024.

Tujuan Khusus

Untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu hamil trimester III ditinjau dari faktor usia, paritas, jenis pekerjaan, sumber informasi, dan tingkat pendidikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Manfaat Teknik Rebozo Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Di Klinik Bidan Hj. Siti Aminah Am.Keb Kota Padangsidempuan Tahun 2024

Pengetahuan	F	%
Baik	0	0
Cukup	0	0
Kurang	26	26
Jumlah	26	100

Berdasarkan Tabel 4.1 diketahui

bahwa pengetahuan responden mengenai manfaat teknik rebozo sebagian besar masih tergolong kurang. Selanjutnya, pada Tabel 4.2 ditunjukkan bahwa dari 26 responden, mayoritas dengan usia 20–40 tahun berjumlah 20 orang (77%) memiliki pengetahuan kurang, sedangkan kelompok usia <20 tahun berjumlah 6 orang (23%) juga berada pada kategori pengetahuan kurang. Dengan demikian, seluruh responden yang diteliti berjumlah 26 orang (100%).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Manfaat Teknik Rebozo Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Berdasarkan Umur di Klinik Bidan Hj. Siti Aminah Am. Keb Kota Padangsidempuan Tahun 2024

Umur	Pengetahuan			Jumlah
	Baik	Cukup	Kurang	
<20	0	0	6	6
20-40	0	0	20	20
Jumlah	0	0	26	26

Berdasarkan Tabel 4.2, dari total 26 responden diketahui bahwa sebagian besar berusia 20–40 tahun dengan jumlah 20 orang

(77%) memiliki pengetahuan yang masih kurang, sedangkan kelompok usia di bawah 20 tahun hanya sebanyak 6 orang (23%) yang juga berada pada kategori pengetahuan kurang.

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Manfaat Teknik Rebozo Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Berdasarkan Pendidikan di Klinik Bidan Hj. Siti Aminah Am. Keb Kota Padangsidempuan Tahun 2024

Pendidikan	Pengetahuan			Jumlah
	Baik	Cukup	Kurang	
SD	0	0	2	2
SMP	0	0	0	0
SMA	0	0	18	18
Perguruan Tinggi	0	0	3	3
Jumlah	0	0	23	23

Berdasarkan Tabel 4.3, diketahui bahwa dari 26 responden, sebagian besar memiliki pengetahuan kurang dengan tingkat pendidikan SMA, yaitu sebanyak 18 orang (68%), sedangkan yang berpendidikan SD atau setara berjumlah 3 orang (12%) juga termasuk dalam kategori pengetahuan kurang.

Tabel 4.4

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Manfaat Teknik Rebozo Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Berdasarkan Pekerjaan Di Klinik Bidan Hj. Siti Aminah Am.Keb Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No	Pekerjaan	Pengetahuan		Jumlah
		Baik	Kurang	
		F	F	
	P	0	0	
NS	Wi	0	5	0
	Pe	0	4	5
	IR	0	1	5
T			7	5
	Jumlah	0	2	00
			6	00

Berdasarkan Tabel 4.4, dari 26 responden terlihat bahwa sebagian besar dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga memiliki pengetahuan yang kurang, yaitu sebanyak 17 orang (65%), sedangkan yang bekerja sebagai pedagang hanya berjumlah 4 orang (15%) dan juga termasuk dalam kategori pengetahuan kurang.

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Manfaat Teknik Rebozo Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Berdasarkan Paritas Di Klinik Bidan Hj. Siti Aminah Am.Keb Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No	Paritas	Baik	Cukup	Kurang
		F	F	F
	Primi			4
	para		2	6
	Skun			0
	dipara			0
	Multi			
	para			
	Gran			
	demultipara	0		
	Jumlah			00

Berdasarkan Tabel 4.5, dari total 26 responden diketahui bahwa sebagian besar ibu dengan status sekunder (sekundipara) memiliki pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 12 orang (46%), sedangkan kelompok ibu multipara yang berpengetahuan kurang berjumlah 6 orang (24%).

Tabel 4.6
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Manfaat Teknik Rebozo Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Berdasarkan Informasi Di Klinik Bidan Hj. Siti Aminah Am.Keb Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No	Sumber Informasi	Pengetahuan		
		Baik	Cukup	Kurang
		F	F	F
	Media	0		
Cetak			1	2
	Media	0		
Elektronik			2	6
	Tenaga	0		
Kesehatan			3	2
	Jumlah	0		00
			6	00

Berdasarkan Tabel 4.6, dari 26

responden diketahui bahwa sebagian besar yang memperoleh informasi melalui media cetak berjumlah 11 orang (42%) dengan pengetahuan kurang, sementara responden yang mendapatkan informasi dari media elektronik sebanyak 12 orang (46%) juga berada pada kategori pengetahuan kurang. Adapun kelompok yang memperoleh informasi dari tenaga kesehatan hanya 3 orang (12%) dan termasuk dalam kategori pengetahuan kurang.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik accidental sampling, melibatkan 26 responden yang dianalisis berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, paritas, serta sumber informasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20–40 tahun sebanyak 20 orang (77%), mayoritas dengan tingkat pendidikan SMA memiliki pengetahuan kurang sebanyak 18 orang (68%), dan responden yang bekerja sebagai ibu rumah tangga berjumlah 17 orang (65%). Selain itu, kelompok ibu primipara maupun sekundipara yang berpengetahuan kurang tercatat 12 orang (46%), sedangkan responden yang memperoleh informasi melalui media elektronik juga menunjukkan pengetahuan kurang dengan jumlah yang sama yaitu 12 orang (46%). Dari temuan ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu hamil trimester III masih memiliki pengetahuan terbatas mengenai manfaat teknik rebozo. Oleh karena itu, diharapkan para ibu hamil dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang teknik rebozo melalui tenaga kesehatan maupun media cetak.

Menurut penelitian Hartati Simbolon et al. (2021) yang berjudul *Gambaran Pelaksanaan Teknik Rebozo untuk Mengurangi atau Menurunkan Rasa Nyeri dalam Proses Persalinan*, ditemukan bahwa sebagian responden masih kurang memahami cara mengatasi nyeri persalinan dengan menggunakan teknik rebozo. Dari total responden, sebanyak 32 orang awalnya tidak melaksanakan teknik tersebut, namun setelah dilakukan intervensi, 27 responden merasakan kenyamanan dan ketenangan terutama di area perut bagian bawah dan pinggang, serta seluruh responden menyatakan merasa lebih rileks. Setelah memperoleh pengalaman tersebut, 32 responden sepakat bahwa teknik rebozo layak diterapkan sebagai salah satu upaya untuk mengurangi rasa nyeri pada perut dan pinggang selama proses persalinan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Munafiah et al. (2020) mengenai manfaat teknik rebozo terhadap kemajuan persalinan, diperoleh kesimpulan bahwa penerapan gerakan rebozo terbukti efektif dalam mempercepat proses pembukaan serviks serta membantu penurunan kepala janin pada ibu bersalin kala I fase aktif. Dengan demikian, teknik rebozo dinilai sangat bermanfaat dalam mendukung kelancaran proses persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alchlidi, (2023). *Terapi Kopmplementer Dalam Manajemen Nyeri Persalinan.*, Bandung: Media Sains Indonesia.
- Amelia, (2020). *Rebozo Dan Endorphin Massage Untuk Memperlancar Proses Melahirkan.* Available at: Dina R, Cicik

- M, (2021). *Birting Ball Alternative Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan*, Malang: Ahlimedia Press.
- Maryunani A, (2016). *Nyeri Dalam Persalinan*. Jakarta: Trans Info Media Medforth, Jant, Battersby.
- Mutiah, C., Lismawati, L., Putri, I., Dewita, D. & Abdurrahman, A. (2020). *The pengaruh pendamping persalinan terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu primigravida jurnal kebidanan*
- Nyimas, I. R. R. A. (2020) *Pelatihan Teknik Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Dengan Massage Effleurage Pada Bidan Di Wilaya Kerja Puskesmas Tanjung Bintang, Lampung Selatan Jurnal Pengabdian Kesehatan Beguai Jejema*, 1.
- Fitriawati, L., Kurniawati, D., & Julianingrum, P. P. (2020). *Perbedaan Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Terapi Acupressure Poin For Locatation Pada Ibu Bersalin Kala I di rumah sakit jember klinik kabupaten jember. Jurnal keperawatan Sriwijaya*, 7(2), 34 42.
- Purwanti, A. S. (2020). *Effect Of Aplication Rebozo Tecniques On Pain Intensity And Anxiety Levels To The Mother Gives Birth Ist Phase Of Active. Proceeding The 4 Th Internasional Conference On Health Secience (ICH)*.
- Simbolon GAH, (2021). *Menguji efektifitas teknik rebozo dalam persalinan: Media Sains Indonesia*.
- Siti Marfuah, (2023). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan, Yogyakarta: K- Media*.

MEMBERIKAN KUESINONER KEPADARESPONDEN



DOKUMENTASI IBU HAMIL

