

PELATIHAN TEKNIK REBOZO PADA PERSALINAN UNTUK BIDAN KOTA SEMARANG

REBOZO TECHNIQUE TRAINING IN DELIVERY FOR SEMARANG CITY MIDWIVES

Erna Kusumawati¹, Siti Istiana², Fitriani Nur Damayanti³

¹²³ Program studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Semarang

Email : ernakusumawati@unimus.ac.id

ABSTRAK

Persalinan merupakan suatu proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari rahim ibu pada usia yang cukup bulan tanpa disertai penyulit. Pada kala 1 ibu merasakan kontraksi yang semakin sering dan sakit. Nyeri persalinan ini dapat menimbulkan kecemasan pada ibu, menyebabkan timbulnya hiperventilasi sehingga membuat kebutuhan oksigen ibu meningkat, kenaikan tekanan darah dan berkurangnya motilitas usus serta vesika urinaria. Salah satu teknik yang digunakan untuk mengurangi nyeri persalian yaitu dengan teknik rebozo.

Tujuan pengabdian ini digunakan untuk memberikan pelatihan penolong persalinan untuk mengkombinasikan tindakan non farmakologis pada kala 1 untuk mengatasi nyeri persalinan akibat kontraksi pada pasien menjelang persalinan. Dan diharapkan dengan kegiatan ini akan mewujudkan persalinan yang berjalan dengan lancar, mudah, dan nyaman.

Tahapan kegiatan adalah pre test, memberikan sosialisasi kepada bidan praktek mandiri tentang teknik rebozo, simulasi teknik rebozo, praktek kelompok, post test. Hasil dari pengabdian ini ada peningkatan pengetahuan bidan tentang teknik rebozo dari 62 % menjadi 100%. Kesimpulan Program pelatihan ini sebaiknya terus dilakukan secara berkesinambungan dan diperluas ke daerah lain agar lebih banyak bidan dapat menguasai teknik tersebut. Selain itu, disarankan untuk memasukkan teknik rebozo ke dalam prosedur standar pelayanan persalinan di fasilitas kesehatan.

Kata Kunci: Pelatihan, Teknik Rebozo, Nyeri Persalinan, Kala 1, Bidan

ABSTRACT

Childbirth is a process in which the baby, placenta and amniotic membrane come out of the mother's uterus at the age of full-term without complications. At 1 time, the mother feels more frequent and painful contractions. This labor pain can cause anxiety in the mother, causing hyperventilation so that the mother's oxygen needs increase, blood pressure increases and intestinal motility and urinary vesicles decrease. One of the techniques used to reduce labor pain is the rebozo technique. The purpose of this service is to provide training for birth attendants to combine non-pharmacological actions in phase 1 to overcome labor pain due to contractions in patients before delivery. And it is hoped that this activity will realize a delivery that runs smoothly, easily, and comfortably. The stages of the activity are pre-test, providing socialization to independent practice midwives about rebozo techniques, simulation of rebozo techniques, group practice, post test. As a result of this service, there is an increase in midwifery knowledge about rebozo techniques from 62% to 100%. Conclusion This training program should continue to be carried out continuously and expanded to other areas so that more midwives can master the technique. In addition, it is recommended to incorporate the rebozo technique into the standard procedures for childbirth services in health facilities.

Keywords: Training, Rebozo Technique, Childbirth Pain, Phase 1, Midwife

PENDAHULUAN

Persalinan (partus) merupakan proses alamiah yang dialami oleh setiap perempuan berupa pengeluaran hasil konsepsi dari rahim ibu melalui jalan lahir yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu passenger (janin dan plasenta), passage (jalan lahir), power (kekuatan ibu mendorong janin keluar yang mencakup his/kekuatan uterus, kontraksi otot dinding perut, kontraksi ligamentum action), didukung oleh faktor penolong dan juga psychologic (psikologis ibu).

Berdasarkan data Sensus Penduduk 2020, angka kematian ibu melahirkan mencapai 189 per 100 ribu kelahiran hidup. Angka ini membuat Indonesia menempati peringkat kedua tertinggi di ASEAN dalam hal kematian ibu, jauh lebih tinggi daripada Malaysia, Brunei, Thailand, dan Vietnam yang sudah di bawah 100 per 100 ribu kelahiran hidup. Berdasarkan data dari Maternal Perinatal Death Notification (MPDN), sistem pencatatan kematian ibu Kementerian Kesehatan, jumlah kematian ibu pada tahun 2022 mencapai 4.005 dan di tahun 2023 meningkat menjadi 4.129. Sementara itu, untuk kematian bayi pada 2022 sebanyak 20.882 dan pada tahun 2023 tercatat 29.945. Kematian bayi banyak disebabkan oleh bayi berat lahir rendah (BBLR) atau prematuritas dan asfiksia.

METODE

Promosi kesehatan tentang promosi kesehatan tentang teknik rebozo kepada bidan dan ibu hamil sebanyak 7 orang dan ibu hamil sejumlah 14 orang.

Hasil pre test tentang Teknik rebozo pada kehamilan sebagai berikut :

Hasil pre test Teknik Rebozo

Hasil	Jumlah	
	n	%
Paham	13	62
Tidak paham	8	38
Total	21	100

Hasil post test Teknik Rebozo

Hasil	Jumlah	
	n	%
Paham	21	100

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Jawa Tengah, Angka Kematian Ibu (AKI) sebanyak 84,6 per 100.000 Kelahiran hidup atau 485 kasus kematian ibu sepanjang tahun 2022. Mengalami penurunan dari tahun sebelumnya tahun 2021 yaitu 199 per 100.000 Kelahiran hidup atau 1011 kasus kematian ibu.

Tujuan pengabdian ini digunakan untuk memberikan pelatihan bagi bidan dalam menangani nyeri akibat kontraksi pada pasien menjelang persalinan dengan tindakan non farmakologis yaitu dengan teknik rebozo. Diharapkan dengan kegiatan ini akan mewujudkan persalinan yang berjalan dengan lancar, mudah, dan nyaman. Kegiatan ini nantinya bisa diajarkan kepada pendamping persalinan seperti suami dan keluarga untuk bisa mandiri melaksanakan teknik rebozo ini. Sehingga bisa menjadi salah satu bentuk suport dan dukungan.

Teknik rebozo ini menggunakan alat yang sederhana yaitu selendang/ jarik. Mahasiswa bisa mempraktekkan langsung teknik rebozo ini dengan ibu selama kehamilan dan persalinan. Tahapan kegiatan adalah pre test, memberikan sosialisasi kepada bidan praktek mandiri tentang teknik rebozo, simulasi teknik rebozo, praktek kelompok, post test.

Tidak paham	0	0
Total	21	100

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kurangnya pengetahuan yang dimiliki peserta dalam kegiatan ini dapat membuat mereka tidak menyadari adanya metode non-farmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri persalinan dan mempercepat fase aktif kala pertama (Astuti et al., 2024). Salah satu penyebabnya adalah kurangnya informasi mengenai teknik rebozo yang diterima oleh tenaga kesehatan, sehingga tidak ada sosialisasi atau penyuluhan dari pihak mereka. Penyuluhan merupakan bentuk promosi kesehatan yang bisa diberikan. Lebih dari 50% ibu berusia 25-34 tahun dengan literasi memiliki pemahaman yang kurang memadai tentang layanan antenatal, natal, postnatal, imunisasi, dan pencatatan kelahiran. Namun, setelah diberikan edukasi atau intervensi promosi kesehatan, kesadaran kesehatan meningkat secara signifikan (Astuti et al., 2024).

Pada pemeriksaan kala I fase aktif, kepala janin masih berada pada posisi hodge I. Meskipun kondisi ini terjadi pada ibu multipara, disarankan untuk melakukan tindakan tertentu. Bidan memberikan asuhan komplementer berupa pelvic rocking, salah satu teknik yang dapat membantu mempercepat proses persalinan. Pelvic rocking dengan menggunakan birthing ball dilakukan dengan mengayunkan panggul di atas bola persalinan. Selama kala I persalinan, ibu duduk di atas bola dan mengayunkan serta menggoyangkan pinggul ke depan, belakang, kanan, kiri, dan melingkar agar panggul menjadi lebih rileks. Manfaat pelvic rocking meliputi peningkatan aliran darah ke rahim,

plasenta, dan bayi, pengurangan tekanan, peningkatan luas panggul hingga 30%, kenyamanan bagi lutut dan pergelangan kaki, serta membantu penurunan kepala bayi. Teknik ini juga membuat panggul lebih rileks dan mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan dan persalinan. (Setiawati & Siauta, 2024).

Penelitian Winarni (2023) mendukung hal ini, menunjukkan adanya perbedaan posisi kepala janin (hodge) sebelum dan sesudah melakukan pelvic rocking, serta efek positif teknik ini terhadap penurunan kepala janin pada ibu bersalin. (Agustin et al., 2023). Nyeri yang muncul akibat kontraksi dapat diatasi dengan asuhan komplementer menggunakan teknik rebozo. Teknik rebozo membantu memastikan posisi bayi optimal, memberikan kenyamanan lebih bagi ibu yang akan melahirkan. Lilitan kain yang tepat dapat memberikan rasa seperti pelukan, merangsang hormon oksitosin untuk melancarkan proses persalinan, dan membuat ibu lebih rileks tanpa bantuan obat. Selain itu, teknik ini memberi ruang bagi bayi untuk mencapai posisi optimal dalam persalinan (Munafiah et al., 2020). Intervensi teknik rebozo pada pasien yang mengalami nyeri berat, intensitas nyeri berkurang menjadi sedang. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa teknik rebozo berpengaruh pada intensitas nyeri kala I fase aktif pada ibu bersalin di Praktek Mandiri Bidan M Kota Bandung tahun 2023. (Setiawati & Siauta, 2024).

Hasil penelitian dari Lina Maryati tahun 2022 yaitu setelah dilakukan teknik rebozo dan effleurage, mayoritas responden mengalami ketidaknyamanan ringan

hingga 9 orang (60,0%), tanpa rasa sakit sebanyak 4 orang (26,7%), dan nyeri sedang sebanyak 2 orang (13,3%). Uji Wilcoxon menunjukkan nilai negatif = 15 dengan rata-rata rank 8,00 dan jumlah rank 120,00, nilai positif = 0, dan nilai ikatan = 0. Analisis skala nyeri kontraksi menunjukkan perbedaan signifikan pada skala nyeri kontraksi sebelum dan sesudah penggunaan teknik rebozo dan effleurage, dengan nilai $p (0,001) < \alpha (0,05)$. Hasil ini menyimpulkan bahwa teknik rebozo dan effleurage efektif dalam mengurangi nyeri kontraksi persalinan (Maryati & Nursitiaroh, 2023).

SIMPULAN

Penguatan Pengetahuan dan Keterampilan

Program pelatihan ini berhasil memperluas pemahaman bidan mengenai dasar-dasar serta manfaat teknik Rebozo dalam mendukung proses persalinan. Selain itu, bidan juga dibekali kemampuan praktis untuk mengaplikasikan teknik ini dengan efektif.

Keuntungan bagi Ibu Bersalin Penerapan teknik Rebozo terbukti membantu mengurangi ketegangan, memperbaiki posisi janin, dan memberikan rasa nyaman selama proses persalinan. Dengan pelaksanaan yang sesuai, teknik ini dapat meningkatkan mutu pelayanan persalinan. Meningkatkan Kepercayaan Diri Bidan Pelatihan ini membuat bidan lebih percaya diri dalam memanfaatkan teknik Rebozo sebagai salah satu pendekatan non-invasif untuk mendukung persalinan secara alami.

Dukungan terhadap Praktik Berbasis Bukti Bidan mendapatkan pemahaman baru mengenai pentingnya menerapkan pendekatan berbasis bukti dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak, termasuk dalam penggunaan teknik Rebozo. Saran untuk Implementasi Untuk memperkuat hasil pelatihan, direkomendasikan pelaksanaan pelatihan lanjutan, supervisi, serta pemantauan penggunaan teknik Rebozo di lapangan. Selain itu, mempertimbangkan integrasi teknik ini ke dalam standar pelayanan persalinan di Kota Semarang dapat menjadi langkah strategis.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, R., Rihardini, T., & Punggun, N. (2023). Pengaruh Pelvic Rocking Terhadap Penurunan. *Snhrp-5*, 2733–2740.
- Astuti, A. D. W., Intanwati, I., Presty, M. R., & Yasinta, A. (2024). Knowledge Overview of Thirdtrimester Pregnant Women and Women in Labor about the Rebozo Technique. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(1), 159–164. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v6i1.2654>
- Maryati, L., & Nursitiaroh, N. (2023). The Effect of the Rebozo and Effleurage Techniques on Reducing Contraction Pain During Labor at TPMB Lina Maryati in 2022. *International Journal of Health and Pharmaceutical (IJHP)*, 3(4), 717–722. <https://doi.org/10.51601/ijhp.v3i4.233>
- Setiawati, R., & Siauta, J. A. (2024). Asuhan Berkesinambungan Pada Ny. I Dengan Menggunakan Terapi Komplementer Pada Kehamilan Dan Persalinan Di Pmb Nurjannah Karawang Jawa Barat. *Journal Of Midwifery*, 12(1), 31–39. <https://doi.org/10.37676/jm.v12i1.6186>

DOKUMENTASI

