

Perbandingan Pijat Akupresur Dan Pijat Oksitosin Terhadap Nyeri Persalinan di RS Aisyiyah Kudus

Mei Kurniawati¹, Nasriyah², Nor Asiyah³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Kudus

Email Penulis Korespondensi: daiawaiz1@gmail.com

Article History:

Received Apr 21st, 2026

Accepted Feb 15th, 2026

Publish Apr 27th, 2026

Abstrak

Nyeri persalinan yang berlebihan dan berkepanjangan dapat menyebabkan kecemasan, tekanan psikologis, komplikasi pada persalinan, bahkan kematian pada ibu dan bayi. Oleh karena itu, perlu dilakukan penanganan nyeri persalinan dengan metode non- farmakologis yaitu terapi akupresur dan pijat oksitosin. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh akupresur dan pijat oksitosin terhadap nyeri dan lama persalinan pada ibu bersalin di RS Aisyiyah Kudus. Metode yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan rancangan *pretest* dan *posttest with control group design*. Sampel adalah ibu bersalin sebanyak 54 sampel dengan teknik *total sampling*. Intervensi selama 3-5 menit dan diulangi sebanyak 3 kali. Hasil penelitian menunjukkan nyeri persalinan sebelum intervensi berada pada kategori nyeri sedang hingga berat. Uji perbedaan dua intervensi dengan $p < 0,05$ menunjukkan terdapat perbedaan efektivitas antara kedua intervensi, dengan pijat akupresure lebih efektif menurunkan nyeri persalinan dibandingkan pijat oksitosin.

Kata Kunci : Pijat akupresur, pijat oksitosin, nyeri persalinan

Abstract

Excessive and prolonged labour pain can cause anxiety, psychological stress, complications during labour, and even death in mothers and babies. Therefore, it is necessary to treat labour pain using non-pharmacological methods, namely acupressure therapy and oxytocin massage. This study aims to determine the effect of acupressure and oxytocin massage on labour pain and duration in mothers giving birth at Aisyiyah Hospital in Kudus. The method used was a quasi-experiment with a pretest and posttest with control group design. The sample consisted of 54 mothers giving birth, selected using total sampling technique. The intervention lasted 3-5 minutes and was repeated three times. The results showed that labour pain before the intervention was in the moderate to severe category. A test of the difference between the two interventions with $p < 0.05$ showed a difference in effectiveness between the two interventions, with acupressure massage being more effective in reducing labour pain than oxytocin massage.

Keyword : Acupressure massage, Oxytocin Massage, labor pain.

1. PENDAHULUAN

Persalinan merupakan hal yang fisiologis yang dialami oleh setiap orang, akan tetapi kondisi fisiologis tersebut dapat menjadi patologis apabila seorang ibu tidak mengetahui kondisi yang fisiologis dan seorang penolong atau tenaga kesehatan tidak memahami bagaimana suatu persalinan dikatakan fisiologis dan bagaimana penatalaksanaannya sehingga dapat membantu menurunkan angka kematian ibu [1]

Angka kematian ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan program Kesehatan ibu. AKI Adalah rasio kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan adan nifas yang

disebabkan oleh kehamilan, persalinan dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau incidental di setiap 100.000 kelahiran hidup. Selain untuk menilai program Kesehatan ibu, indikator ini juga mampu menilai derajat kesehatan masyarakat, karena sensitifitasnya terhadap perbaikan pelayanan kesehatan, baik dari sisi aksesibilitas maupun kualitas [2]. Secara umum terjadi penurunan kematian ibu secara periode 2021-2024 dari 199 menjadi 74,73 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini hampir mencapai target RPJMN 2024 sebesar 183 per

100.000 kelahiran hidup. Walaupun terjadi kecenderungan penurunan angka kematian ibu, masih diperlukan upaya dalam percepatan penurunan AKI untuk mencapai target SDGs yaitu sebesar 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030 [3]

Menurut informasi dari *World Health Organization* (WHO) ditemukan 99% kematian ibu terjadi di negara berkembang yaitu 239/100.000 kelahiran hidup, hal ini berbanding terbalik jika dibandingkan di negara maju yaitu 12/100.000 kelahiran hidup. Angka kematian ibu di negara maju seperti Eropa dan Amerika Utara mencapai 12 per 100.000 kelahiran hidup, di Australia dan Selandia mencapai 7 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan angka kematian ibu di negara berkembang yaitu sebesar 415 per 100.000 kelahiran hidup. Adapun ibu di negara – negara ASEAN masih cukup tinggi, Asia Tenggara seperti Filipina 114 per 100.000 kelahiran hidup, Vietnam 54 per 100.000 kelahiran hidup, Thailand 20 per 100.000 kelahiran hidup, Brunei 23 per 100.000 kelahiran hidup, dan Malaysia 40 per 100.000 kelahiran hidup (*World Health Organization*, 2020).

Pengurangan rasa nyeri pada saat persalinan sebetulnya dapat dilakukan dengan metode nonfarmakologis yang cenderung lebih aman dan mudah. Salah satunya adalah pemberian akupresure. Akupresur dapat memudahkan proses persalinan karena meningkatkan efektivitas kontraksi pada uterus. Akupresur juga membantu memproduksi hormon endorpin yang berfungsi mengurangi rasa sakit. Metode ini tidak memiliki efek samping atau kerugian pada pasien dan dapat dilakukan oleh bidan, perawat maupun suami selama persalinan. Akupresur disebut juga akupunktur tanpa jarum, atau pijat akupunktur. Teknik ini menggunakan teknik penekanan, pemijatan, dan pengurutan sepanjang meridian tubuh atau garis aliran energi. Teknik akupresur ini dapat menurunkan nyeri dan mengefektifkan waktu persalinan. Berdasarkan delapan artikel penelitian menunjukkan bahwa terapi akupresur yang dilakukan pada titik SP6 dan LI4 selama 30 menit efektif dapat mengurangi nyeri persalinan kala I [4]. Penelitian Marsilia dan Kubilawati (2022) melaporkan penurunan rata-rata nyeri dari 6,48 menjadi 3,84 setelah diberikan akupresur pada titik SP6 dan LI4 dengan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$). Berdasarkan berbagai hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa akupresur pada titik SP6 dan LI4 merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang efektif, aman, dan mudah diterapkan untuk membantu ibu bersalin dalam mengurangi nyeri persalinan kala I [5]

Salah satu cara untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu dengan memberikan pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah sentuhan ringan atau pijatan tulang belakang mulai dari yang dapat menimbulkan efek relaksasi. Relaksasi yang dialami ibu merangsang otak untuk menurunkan kadar hormon adrenalin dan meningkatkan produksi oksitosin yang merupakan faktor timbulnya kontraksi uterus yang adekuat [6]. Rata-rata nyeri setelah perlakuan pada kelompok pijat oksitosin dengan kategori nyeri terbanyak adalah nyeri ringan yaitu 90,0%, sedangkan kelompok tidak pijat oksitosin kategori nyeri terbanyak adalah nyeri sedang yaitu 68,4%. Adanya nyeri yang berkurang maka dapat memperlancar aliran darah yang membawa oksigen ke Rahim, ketika oksigen dalam rahim tercukupi, kontraksi dapat berjalan dengan baik sehingga dapat mempercepat pembukaan pada kala persalinan [7]

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian *quasy experiment* dengan rancangan *pretest* dan *posttest only with control group design*. Tempat penelitian dilakukan di RS Aisyiyah Kudus. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di RS Aisyiyah Kudus pada periode november sampai dengan desember 2025, dengan jumlah rata-rata ibu bersalin sebanyak 90 orang per bulan. Jumlah sampel sebanyak 54 responden yang dibagi kedalam 2 kelompok. Data yang digunakan adalah data primer yang didapatkan hasil observasi. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengkajian skala nyeri berupa numeric rating scale. Pengelolaan data yang dilakukan dengan cara univariat dan bivariat dengan uji beda pada kelompok yang berbeda dengan uji Wilcoxon dan mann whitney.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Penelitian ini dilakukan di Rs Aisyiyah Kudus, pada tanggal 28 November sampai 31 desember 2025. Penelitian ini melibatkan 54 responden ibu bersalin yang memenuhi kriteria inklusi di RS Aisyiyah Kudus. Distribusi responden berdasarkan kelompok intervensi menunjukkan bahwa jumlah responden pada kelompok pijat akupresur dan pijat oksitosin masing-masing sebanyak 27 orang. Hasil pengukuran skala nyeri sebagai berikut:

Tabel 1. Perbandingan pijat akupresur dan oksitosin terhadap nyeri persalinan di RS Aisyiyah Kudus (n = 54)

Variabel	Waktu		Mean	Selisih	Z	P-Value	Mean Rank
	Kelompok Pijat Akupresur						
Nyeri Persalinan	Pre Test	7,89	3,85	4,562	0,000	32,85	
	Post Test	4,04					
Kelompok Pijat Oksitosin							
Nyeri Persalinan	Pre Test	7,74	2,63	4,118	0,000	22,15	
	Post Test	5,11					

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nyeri persalinan pada kelompok pijat akupresur sebelumnya adalah 7,89 dan menjadi 4,04 dengan selisih 3,85 dengan hasil p value sebesar 0,000 artinya ada pengaruh pemberian pijat akupresur dengan penurunan skala nyeri. Disamping itu, pada kelompok pijat oksitosin, sebelum diberikan intervensi rata-rata skala nyeri adalah 7,74 menjadi 5,11 dengan selisih 2,63 dan hasil p value sebesar 0,000 artinya ada pengaruh pemberian pijat oksitosin dengan penurunan skala nyeri. Perbandingan kedua kelompok tersebut ditunjukkan dengan hasil mann whitney sebesar 0,008 artinya ada perbedaan kelompok pijat akupresur dan pijat oksitosin. Hal tersebut juga bisa dilihat selisih kedua kelompok tersebut lebih besar pada kelompok pijat oksitosin.

2) Pembahasan

Hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata nyeri sebelum intervensi sebesar 7,89 pada kelompok akupresur dan 7,74 pada kelompok oksitosin. Setelah intervensi menurun menjadi 4,04 dan 5,11. Hal ini menunjukkan bahwa kedua intervensi berpengaruh terhadap persepsi nyeri persalinan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Saharani yang menemukan bahwa akupresur efektif menurunkan intensitas nyeri kala I fase aktif. Stimulasi titik saraf memberikan efek analgesik yang signifikan dibanding tanpa intervensi [8].

Stimulasi titik akupresur bekerja melalui mekanisme *gate control theory* dengan menghambat

transmisi impuls nyeri ke otak serta merangsang pelepasan endorfin. Penelitian Nugraeni menyatakan bahwa akupresur memberikan penurunan nyeri lebih besar dibandingkan massage biasa [9]. Yulianti juga melaporkan bahwa stimulasi titik saraf mampu meningkatkan toleransi nyeri melalui mekanisme neurologis dan hormonal [10].

Akupresur pada titik LI4 dan SP6 secara signifikan menurunkan nyeri persalinan kala I. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini, di mana uji Mann-Whitney menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($<0,05$) dan mean rank kelompok akupresur lebih tinggi dibanding kelompok oksitosin, sehingga akupresur lebih efektif menurunkan nyeri persalinan. Hormon endorfin yang berfungsi sebagai analgesik alami tubuh. Endorfin bekerja dengan mengurangi persepsi nyeri serta meningkatkan rasa nyaman dan relaksasi. Kondisi relaksasi tersebut dapat menurunkan ketegangan otot dan kecemasan ibu, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan. Beberapa penelitian sebelumnya juga membandingkan berbagai teknik nonfarmakologis [11]. Selain itu, Santiasari melaporkan bahwa teknik berbasis tekanan saraf memiliki efek analgesik lebih kuat karena bekerja melalui mekanisme gate control dan pelepasan endorfin, sedangkan massage hormonal seperti pijat oksitosin lebih dominan memengaruhi aspek psikologis ibu [12].

Pijat oksitosin bekerja dengan merangsang pelepasan hormon oksitosin yang meningkatkan rasa nyaman, menurunkan kecemasan, dan membantu ibu lebih rileks selama persalinan. Sulistyarningsih menyatakan bahwa pijat oksitosin mampu meningkatkan kenyamanan ibu dan menurunkan persepsi nyeri [13]. Penelitian Qonitun juga menunjukkan bahwa pijat oksitosin sepanjang tulang belakang merangsang pelepasan oksitosin dan endorfin sehingga meningkatkan toleransi nyeri [14].

Tanaiyo menambahkan bahwa pijat oksitosin efektif meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu bersalin. Pada penelitian ini, nyeri kelompok oksitosin menurun dari 7,74 menjadi 5,11, menunjukkan efektivitas intervensi meskipun penurunannya lebih kecil dibandingkan akupresur [15]. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pijat oksitosin memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri persalinan. Pijat oksitosin bekerja dengan merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam memperkuat kontraksi uterus dan meningkatkan rasa aman serta kenyamanan pada ibu bersalin. Menurut teori fisiologi persalinan, hormon oksitosin tidak hanya berperan dalam kontraksi uterus, tetapi juga memengaruhi kondisi emosional ibu. Peningkatan kadar oksitosin dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menghadapi persalinan, sehingga persepsi terhadap nyeri dapat berkurang. Namun demikian, mekanisme kerja pijat oksitosin lebih berfokus pada aspek hormonal dan psikologis dibandingkan penghambatan impuls nyeri secara langsung [16].

Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan adanya perbedaan efektivitas antara pijat akupresur dan pijat oksitosin, di mana pijat akupresur lebih efektif menurunkan nyeri persalinan. Akupresur memberikan efek analgesik langsung melalui stimulasi saraf dan pelepasan endorfin, sedangkan pijat oksitosin lebih dominan pada aspek psikologis dan hormonal. Dengan demikian, pijat akupresur dapat direkomendasikan sebagai metode nonfarmakologis utama dalam manajemen nyeri persalinan kala I fase aktif. Perbedaan efektivitas antara kedua intervensi ini diperkuat oleh hasil uji Mann-Whitney yang menunjukkan bahwa pijat akupresur memiliki nilai penurunan nyeri yang lebih tinggi. Dengan demikian, pijat akupresur dapat dijadikan pilihan utama dalam manajemen nyeri persalinan nonfarmakologis.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pijat akupresure lebih efektif dibandingkan pijat oksitosin dalam menurunkan nyeri persalinan. Bidan disarankan dapat menerapkan pijat akupresure sebagai salah satu metode nonfarmakologis dalam manajemen nyeri persalinan. Penerapan metode ini dapat membantu meningkatkan kenyamanan ibu bersalin serta kualitas pelayanan kebidanan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada seluruh sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Kudus baik dosen atau teman sejawat dan direktur Rumah Sakit Aisyiyah Kudus serta beberapa tenaga medis yang ikut andil dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] L. Himawati dan N. Kodiyah, "Pengaruh pijat oksitosin terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin di Rumah Sakit Permata Bunda Purwodadi Grobogan," *J. midwifery*, vol. 8, no. 1, 2021.
- [2] I. P. Sari *et al.*, "Faktor penyebab angka Kematian ibu dan Angka Kematian bayi serta strategi penurunan kasus (studi kasus di negara berkembang): Systematic Review," *Prepotif J. Kesehat. Masy.*, vol. 7, no. 3, hal. 16578–16593, 2023.
- [3] A. F. Jamir dan F. Kalsum, "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Lama Kala I Fase Aktif pada Ibu bersalin di Puskesmas Balangnipa Kabupaten Sinjai," *Pros. Penelit. Pendidik. dan Pengabd. 2021*, vol. 1, no. 1, hal. 366–371, 2021.
- [4] M. Mukhoirotn dan H. Mustafida, "Pemberian Akupresur Kombinasi Titik BL32 dan LI4, Titik BL32 dan Sp6 Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan," *J. Holist. Nurs. Sci.*, vol. 7, no. 2, hal. 133–141, 2021, doi: 10.31603/nursing.v7i2.3118.
- [5] I. D. Marsilia dan S. Kubilawati, "Pengaruh Akupresur Titik SP6 dan LI4 terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Persalinan di PMB NY. TO Desa Klapanunggal Kabupaten Bogor," *J. Akad. Baiturrahim Jambi*, vol. 11, no. 2, hal. 279–288, 2022.
- [6] K. Widyastuti dan N. Azizah Indriastuti, "Pengaruh Pijat Endorphine Dan Pijat Oksitosin Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Dan Mempercepat Proses Persalinan," *J. Penelit. Perawat P*, vol. 7, no. April, hal. 921–928, 2025, [Daring]. Tersedia pada: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- [7] R. Kundaryanti, E. Rizkiyani, dan J. A. Siauta, "Perbandingan nyeri persalinan pada ibu yang mendapatkan pijat oksitosin dengan pijat endorphin," *Menara Med.*, vol. 6, no. 1, hal. 45–54, 2023.
- [8] H. F. Saharani dan I. R. Wahyuningsih, "Pengaruh Akupresure Titik Sp6 Dan Li4 Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Pratama D'maryam," *Paradig. J. Filsafat, Sains, Teknol. dan Sos. Budaya*, vol. 31, no. 2, hal. 415–424, 2025.
- [9] L. Nugraeny dan L. Andriani, "Pengaruh Akupresur Terhadap Induksi Alami Pada Ibu Bersalin Di Klinik Pratama Niar Medan Amplas," *J. Kebidanan, Keperawatan Dan Kesehat.*, vol. 1, no. 1, 2022, doi: 10.51849/j-bikes.v1i1.3.
- [10] I. Yulianti dan V. E. Prameswari, "Pengaruh Akupresure (TITIK LI 4 dan SP 6) Terhadap Durasi Persalinan Kala I Fase Aktif," vol. 5, hal. 2707–2715, 2025.
- [11] J. Rahmi, yollin noviana Sari, D. Meri, dan S. Haryanto, "Pengaruh efektivitas teknik

- akupresur SP6 terhadap nyeri persalinan kala 1 fase aktif,” *Posiding SEMLITMAS*, vol. 1, no. 1, hal. 254–264, 2024.
- [12] R. N. Santiasari, E. Sari, dan A. D. Saputri, “Intervensi Terapi Akupresure (Titik BL32) pada Nyeri Persalinan Kala I Aktif,” *J. Keperawatan*, vol. 9, no. 2, hal. 33–42, 2021.
- [13] D. Sulistyaningsih, W. Mariyana, dan M. Oktiningrum, “Pengaruh Kombinasi Pijat Oksitosin dan Teknik Pranayama Terhadap Nyeri Persalinan,” *J. Kesehat. Tambusai*, vol. 4, no. 4, hal. 7223–7231, 2023.
- [14] U. Qonitun dan M. Qiftiyah, “Pengaruh pijat oksitosin terhadap frekuensi His, durasi His pada ibu inpartu di BPM ASRI Tuban,” *J. Kebidanan*, vol. 10, no. 1, hal. 75, 2021, doi: 10.26714/jk.10.1.2021.75-82.
- [15] M. Tanaiyo dan S. Mulyaningsih, “Efektifitas Pijat Endorphin Dan Pijat Oksitosin Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Di Rumah Sakit Toto Kabila,” *Bunda Edu-Midwifery J.*, vol. 9, no. 1, hal. 334–342, 2025.
- [16] I. O. Chakti, D. Indrayani, dan S. Sariaty, “Pengaruh Teknik Pijat Oksitosin Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan : Evidence Based Case Report (EbcR),” *J. Kesehat. Siliwangi*, vol. 3, no. 2, hal. 212–221, 2022, doi: 10.34011/jks.v3i2.1213.