

JURNAL INOVASI PEMBERDAYAAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (JIPPM)

Available online at: <https://myjournal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/jippm/index>

Vol.5, No.1, Tahun 2025, Halaman 58-67

e-ISSN 2776-5628

DOI: <https://doi.org/10.36990/jippm.v5i1.1703>

EDUKASI TEKNIK MENGURANGI NYERI PERSALINAN DENGAN BANTAL PANAS DI DESA BAJOE INDAH KECAMATAN SOROPIA PROVINSI SULAWESI TENGGARA

Hesti Wulandari^{1*}, Endah Saraswati², Muliaty Dolofu³, Malahayati N⁴

¹Prodi D-III Kebidanan/Jurusan Kebidanan/Poltekkes Kemenkes Kendari;

hestiwulandari85@gmail.com

²Prodi D-III Kebidanan/Jurusan Kebidanan/Poltekkes Kemenkes Kendari;

endahsaraswati1983@gmail.com

³Prodi D-III Kebidanan/Jurusan Kebidanan/Poltekkes Kemenkes Kendari;

dolofumuliati@yahoo.com

⁴Prodi D-III Kebidanan/Jurusan Kebidanan/Poltekkes Kemenkes Kendari; m4_lh4@yahoo.co.id

*(Korespondensi e-mail: hestiwulandari85@gmail.com)

ABSTRAK

Latar Belakang: Persalinan adalah proses kompleks yang melibatkan perubahan fisik dan emosional signifikan pada ibu hamil. Salah satu fase yang sering menimbulkan ketidaknyamanan adalah fase meneran. Nyeri dan ketidaknyamanan ini dapat disebabkan oleh tekanan yang tinggi pada area perut, punggung, dan panggul. Selama proses ini, ibu membutuhkan strategi manajemen nyeri yang efektif dan aman. Bantal panas dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dan ketegangan otot dengan cara meningkatkan aliran darah ke area yang tertekan. Panas dari bantal dapat membantu merelaksasi otot-otot yang tegang dan mengurangi rasa nyeri. Ini bisa menjadi alat bantu non-farmakologis yang efektif dalam manajemen nyeri. Tujuan: Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penggunaan bantal panas pada saat meneran pada ibu bersalin. Metode: Metode kegiatan menggunakan metode ceramah tanya jawab dan demonstrasi. Hasil: Pengetahuan ibu hamil dan masyarakat tentang penggunaan bantal panas pada posisi semi fowler saat meneran sebelum edukasi sebagian besar pada kategori kurang (93%) dan setelah edukasi seluruhnya pada kategori baik (96%).

Kata Kunci: Edukasi, Bantal Panas, Intrapartum.

ABSTRACT

Background: Childbirth is a complex process that involves significant physical and emotional changes in the pregnant woman. One phase that often causes discomfort is the menstrual phase. This pain and discomfort can be caused by high pressure in the stomach, back and pelvic areas. During this process, mothers need effective and safe pain management strategies. A hot pillow can be used to reduce pain and muscle tension by increasing blood flow to the stressed area. The heat from the pillow can help relax tense muscles and reduce pain. It can be an effective non-pharmacological aid in pain management. Objective: To increase public knowledge about the use of hot pillows during labor for mothers in labor. Method: The activity method uses the lecture, question and answer method and demonstration. Results: Knowledge of pregnant women and the public regarding the use

of hot pillows in the semi-Fowler's position during menstruation before education was mostly in the poor category (93%) and after education all were in the good category (96%).

Keywords: Education, Hot Pillow, Intrapartum

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan peristiwa transisi dalam hidup secara berkesinambungan yang dialami perempuan dengan pengalaman positif yang dapat menjadi proses “*healing*” (*menyembuhkan*), dan juga pengalaman yang menguatkan di satu sisi, namun juga menjadi pengalaman negatif atau bahkan traumatis di sisi lain (Leinweber et al., 2023). Pengalaman melahirkan yang positif telah mendapat perhatian lebih sejak WHO mengeluarkan pedoman yang mengakui “pengalaman melahirkan yang positif” sebagai indikator hasil yang sangat penting bagi semua wanita yang melahirkan (World Health Organization, 2018). Bidan sebagai tenaga penolong persalinan terpilih bagi perempuan perlu mengupayakan harapan dan hak dari setiap perempuan untuk dapat memiliki pengalaman yang positif dalam persalinan salah satunya dengan mengurangi rasa nyeri pada saat persalinan.

Proses kompleks persalinan melibatkan perubahan fisik dan emosional yang signifikan pada ibu hamil. Salah satu fase yang sering menimbulkan ketidaknyamanan adalah fase meneran. Nyeri dan ketidaknyamanan ini dapat disebabkan oleh tekanan yang tinggi pada area perut, punggung, dan panggul. Nyeri saat persalinan telah digambarkan sebagai salah satu nyeri terparah yang dialami oleh sebagian besar wanita dalam hidup mereka. Persalinan merupakan peristiwa normal dalam kehidupan seorang ibu. Secara konsisten, kontraksi persalinan yang menyakitkan terjadi seiring dengan penurunan dilatasi dan/atau penipisan serviks. Mekanisme peregangan dan hormon dapat bekerja sama untuk memulai kontraksi pada persalinan normal, meskipun penyebab pasti kontraksi uterus tidak diketahui. Peregangan (distensi) merupakan rangsangan kontraktil pada otot polos. Estrogen, progesteron, prostaglandin, dan oksitosin merupakan hormon utama yang terlibat dalam kontraksi uterus. Selama proses ini, ibu membutuhkan strategi manajemen nyeri yang efektif dan aman (Goswami et al., 2022).

Secara global, ada beberapa tindakan non-farmakologis (hipnosis, biofeedback, injeksi air steril intradermal atau subkutan, perendaman dalam air, aromaterapi, teknik relaksasi, yoga, musik, audio, pijat, dll.) dan tindakan farmakologis (analgesia inhalasi, opioid, obat-obatan non-opioid, epidural termasuk gabungan spinal-epidural, blok saraf anestesi lokal) yang digunakan untuk mengelola nyeri selama persalinan (Goswami et al., 2022). Namun, metode farmakologis memiliki beberapa efek samping yang berbahaya bagi ibu dan bayi (misalnya penurunan curah jantung, kerusakan saraf, alergi, dan terhambatnya perkembangan kala dua persalinan). Tindakan nonfarmakologis dilaporkan lebih aman bagi ibu dan bayi, dan banyak perawat dan bidan berbagi pengalaman mereka dan melaporkan bahwa sebagian besar dari mereka menggunakan tindakan ini saat merawat ibu selama proses persalinan untuk mengatasi nyeri persalinan (Boateng et al., 2019).

Posisi semi Fowler adalah posisi dengan sudut elevasi 30 hingga 45 derajat dari posisi datar. Posisi ini dapat membantu mengurangi tekanan pada perut dan memperbaiki sirkulasi darah. Selain itu, posisi ini dapat memudahkan pernapasan dan meningkatkan kenyamanan ibu selama persalinan (Wu et al., 2022). Bantal panas dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dan ketegangan otot dengan cara meningkatkan aliran darah ke area yang tertekan. Panas dari bantal dapat membantu merelaksasi otot-

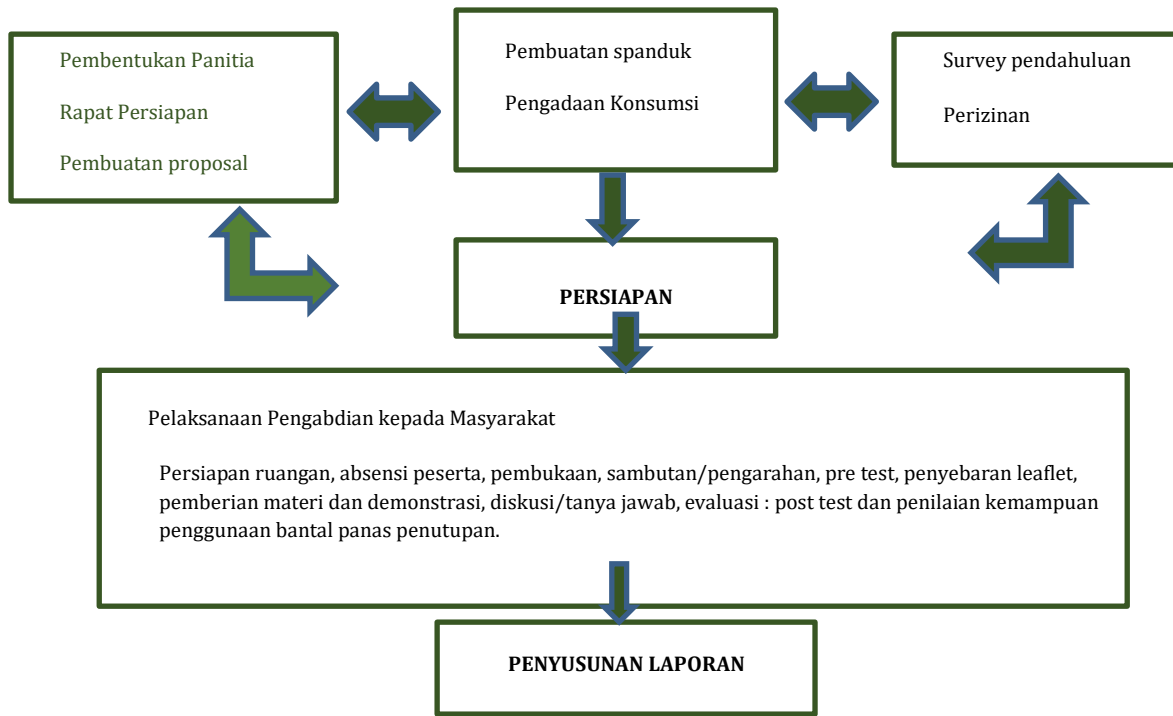
otot yang tegang dan mengurangi rasa nyeri. Ini bisa menjadi alat bantu non-farmakologis yang efektif dalam manajemen nyeri (Suyani, 2020). Penerapan Bantal Panas dalam Posisi Semi Fowler: Panas dari bantal membantu merilekskan otot-otot punggung dan perut, mengurangi ketegangan dan nyeri. Pengurangan Nyeri: Dengan meningkatkan sirkulasi darah, bantal panas dapat mengurangi rasa nyeri selama proses meneran (Yazdkhasti et al., 2018).

Desa Bajoe Indah Kecamatan Soropia merupakan Desa di Pesisir Sulawesi Tenggara yang jauh dari pusat kota. Keterbatasan akses fasilitas kesehatan menjadi salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi di wilayah pesisir, salah satunya karena jarak yang jauh antara wilayah pesisir dengan kota besar yang memiliki pusat layanan kesehatan yang memadai (Kristian, 2016). Selain itu, terkadang kondisi geografis seperti pantai yang terisolasi juga menyulitkan upaya pemerintah untuk menyediakan fasilitas kesehatan yang memadai di daerah tersebut. Untuk mengatasi permasalahan ini, bidan di wilayah pesisir dapat memainkan peran yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat sekitar dalam hal perawatan kesehatan diri sendiri dan keluarga. Hal ini dapat dilakukan melalui kegiatan penyuluhan Kesehatan (Asri et al., 2021). Dalam menghadapi masalah kesehatan di daerah pesisir, bidan perlu memahami karakteristik daerah setempat dan menyesuaikan solusi yang diberikan dengan kondisi yang ada. Selain itu, bidan juga perlu bekerja sama dengan pemerintah daerah, instansi kesehatan, dan masyarakat setempat untuk meningkatkan kesehatan ibu dan balita di daerah pesisir (Wulandari et al., 2023). Berdasarkan pemaparan di atas maka pengabdian menganggap perlunya dilakukan edukasi kepada kader dan ibu hamil yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penggunaan bantal panas dan posisi semi fowler pada saat meneran untuk mengurangi nyeri persalinan.

METODE

Pelaksanaan penerapan PKM ini dilakukan dengan cara melakukan edukasi dan pemberdayaan kepada kader dan ibu hamil Di Desa Bajo Indah, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe yang dilaksanakan di Balai Desa Bajo Indah, melalui kegiatan sebagai berikut: Tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan mengumpulkan kader dan ibu hamil sebagai langkah awal pelaksanaan kegiatan kemudian diberikan penjelasan tujuan kegiatan dan diberikan kuesioner untuk mengukur pengetahuan kader dan ibu hamil apakah mereka mengetahui tentang posisi semi fowler & penggunaan bantal panas. Selanjutnya membagikan leaflet dan pemaparan materi menggunakan LCD. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan simulasi / demonstrasi cara menggunakan bantal panas, terakhir yaitu sesi tanya jawab dan evaluasi (Posttest dan penilaian kemampuan penggunaan bantal panas).

Alur Pelaksanaan Penyuluhan

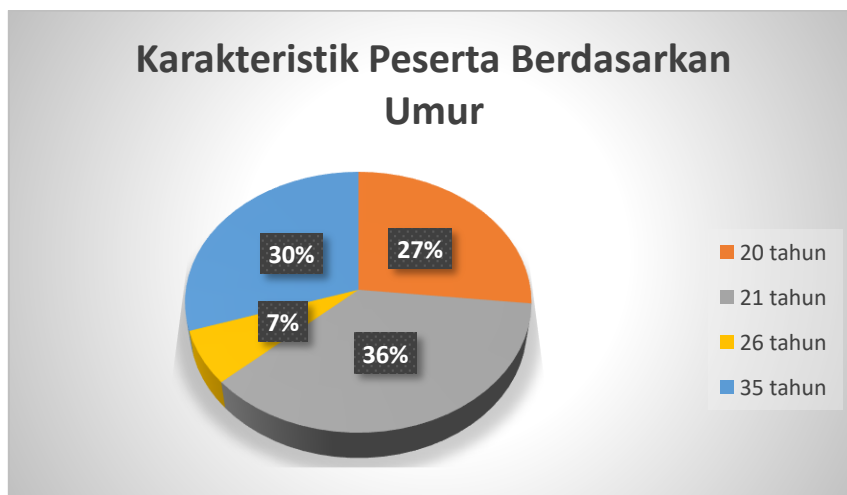


Gambar 1. Bagan Alur Kegiatan Pengabmas

HASIL

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2024 dihadiri oleh 30 peserta yang terdiri dari kader dan ibu hamil Masyarakat desa Bajo Indah. Kegiatan diawali dengan pembagian kuesioner untuk posttest, leaflet dan pemaparan materi serta demonstrasi yang dilakukan oleh peserta, lalu diakhiri dengan sesi tanya jawab dan pembagian kuesioner posttest, dokumentasi terlampir. Berdasarkan hasil pengumpulan data kegiatan diperoleh data sebagai berikut:

A. Karakteristik Responden



Gambar 2. Distribusi Karakteristik Wanita Usia Subur yang Mengikuti Kegiatan Pengabdian Masyarakat.

Berdasarkan data yang diperoleh, diperoleh informasi karakteristik umur peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat sebagian besar berumur 21 tahun (36%), dan paling rendah berusia 26 tahun (7%).

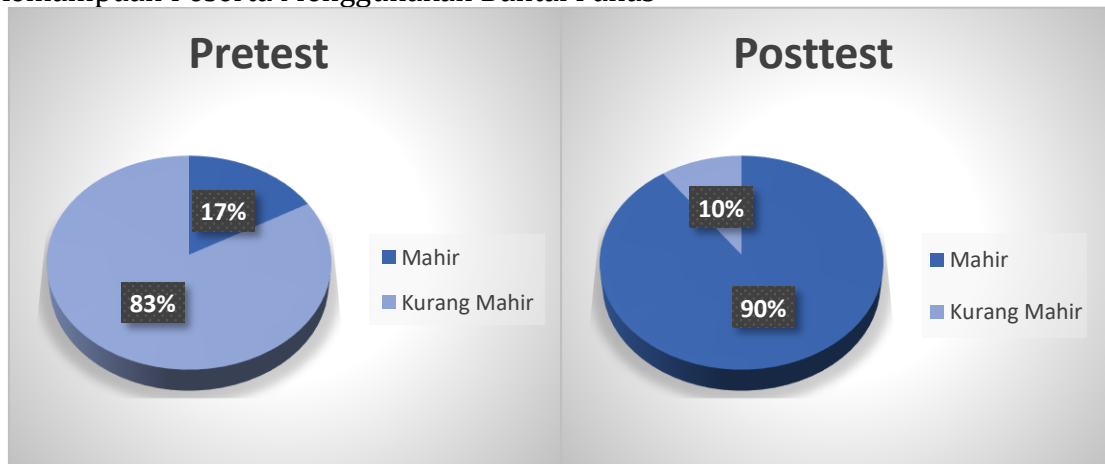
B. Pengetahuan peserta tentang posisi semi fowler dan penggunaan bantal panas

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan masyarakat tentang penggunaan bantal panas pada posisi semi fowler saat meneran.

Kegiatan	Pengetahuan				Total	
	Baik		Kurang			
	n	%	n	%	n	%
Sebelum edukasi	2	6	28	93	30	100
Setelah edukasi	29	96	1	3	30	100

Berdasarkan hasil pretest dan posttest diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil dan masyarakat tentang penggunaan bantal panas pada posisi semi fowler saat meneran sebelum edukasi sebagian besar pada kategori kurang (93%) dan setelah edukasi seluruhnya pada kategori baik (96%).

C. Kemampuan Peserta Menggunakan Bantal Panas



Gambar 3. Distribusi Kemampuan kader dan ibu hamil menggunakan bantal panas

Berdasarkan hasil penilaian diketahui bahwa kemampuan peserta melakukan peragaan penggunaan bantal panas sebelum latihan pada kategori kurang mahir sebanyak 83% dan setelah latihan sebagian besar pada kategori mahir yaitu sebanyak 90%.



Gambar 4. Posisi Semi Fowler (Deliktas & Eyleminin, 2018).



Gambar 5. Dokumentasi Kegiatan

PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di desa Bajoe Indah Kecamatan Soropia mendapatkan sambutan yang positif dari masyarakat, hal ini dapat dilihat dari antusiasme masyarakat yang mengikuti kegiatan berjumlah 30 peserta, terdiri dari ibu kader dan ibu hamil setempat. Berdasarkan data diperoleh informasi karakteristik umur peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat sebagian besar berumur 21 tahun (36%), dan paling rendah berusia 26 tahun (7%). Hal ini menunjukkan peserta mayoritas dalam usia puncak kesuburan, sebagaimana yang dinyatakan oleh Thomson team (2024) bahwa usia 20-an merupakan masa puncak kesehatan reproduksi, tingkat konsepsi bulanan pada usia 20-an sekitar 20-25%, memiliki banyak cadangan sel telur berkualitas tinggi, sehingga memiliki peluang tertinggi untuk hamil secara alami dan memiliki risiko rendah dalam masalah kesuburan dan komplikasi kehamilan (Thomson Team, 2024). Sebaliknya peningkatan usia ibu saat hamil dan bersalin menurut banyak penelitian meningkatkan risiko komplikasi terkait kehamilan dan penurunan kinerja uterus. Meskipun demikian terkait durasi persalinan menurut beberapa penelitian tidak hanya dipengaruhi oleh faktor usia, namun ada lebih banyak faktor lain seperti: permulaan persalinan spontan atau yang diinduksi, paritas, manajemen persalinan, posisi persalinan, antropometri bayi dan indeks massa tubuh (IMT) ibu (Lundborg et al., 2021; Saraswati, 2021)

Berdasarkan hasil pretest pada peserta pengabdian kepada masyarakat diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil dan kader tentang penggunaan bantal panas saat meneran sebelum edukasi sebagian besar pada kategori kurang (93%). Menurut Siregar S, dkk

(2023), usia ibu dapat dikaitkan dengan kurang aktifnya ibu dalam mencari informasi mengenai persalinan seperti melalui tenaga kesehatan, ataupun media informasi seperti media sosial, televisi, dan lain-lain. Dikaitkan dengan letak geografis, akses terhadap informasi juga bisa dipengaruhi oleh lokasi tempat masyarakat tinggal yang merupakan daerah pelosok wilayah Pesisir Sulawesi Tenggara. Lokasi yang jauh dari perkotaan bisa menjadi faktor penghambat informasi tidak mudah sampai ke masyarakat. Pengetahuan setelah edukasi mengalami peningkatan berdasarkan hasil posttest, yang angkanya mencapai 96% pada peserta yang memiliki pengetahuan baik. Hal ini sesuai dengan pengabmas sebelumnya yang dilakukan oleh Mutmaina (2022) yang menemukan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan intervensi Edukasi Posisi Persalinan Sesuai Standar Asuhan Persalinan Normal Pada Ibu Hamil. Pengetahuan (*knowledge*) merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Mutmaina Mutmaina, 2022).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan tidak hanya pemaparan teori, tetapi juga dengan metode simulasi / demonstrasi cara penggunaan bantal panas dan posisi semi fowler. Kemampuan peserta dalam mendemonstrasikan penggunaan bantal panas dan posisi semi fowler berdasarkan data yang diperoleh mengalami perbedaan antara sebelum dan sesudah demonstrasi. Hasil ini menunjukkan peserta dapat menyerap informasi dan pengetahuan dengan baik. Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat sebelumnya oleh Pertiwi R, dkk (2022) yang melakukan pelatihan pada ibu hamil dan kader tentang teknik meneran “Tiup” dengan memberikan teori dan demonstrasi teknik meneran pada kala II persalinan, dan mereka menemukan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan teknik meneran pada peserta pengabdian kepada Masyarakat (Pertiwi et al., 2022). Metode simulasi adalah metode yang memberikan kesempatan kepada peserta pelatihan untuk meniru dan memperagakan ulang segala hal yang telah disampaikan pada kegiatan pelatihan. Metode simulasi ini bertujuan untuk melatih keterampilan peserta pelatihan dalam mempraktikkan secara langsung kegiatan penyuluhan pada masyarakat (Nurbaya et al., 2022).

Pengalaman persalinan yang positif merupakan dambaan bagi setiap perempuan di dunia. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan persalinan yang positif sebagai “persalinan yang memenuhi atau melampaui keyakinan dan harapan pribadi dan sosial budaya perempuan sebelumnya, termasuk melahirkan bayi yang sehat dalam lingkungan yang aman secara klinis dan psikologis dengan dukungan praktis dan emosional yang berkelanjutan dari pendamping dan penolong persalinan yang baik dan kompeten secara teknis”. Definisi ini didasarkan pada 56 rekomendasi untuk perawatan intrapartum, yang berasal dari literatur yang berfokus pada keyakinan dan harapan perempuan tentang persalinan dan melahirkan (Leinweber et al., 2023; World Health Organization, 2018). Filosofi kebidanan menurut *International Confederation of Midwives* (ICM) dalam *Professional Framework for Midwifery* (2025) menyatakan bahwa kehamilan dan persalinan merupakan proses fisiologis normal dan pengalaman mendalam yang membawa makna penting bukan hanya bagi perempuan, namun juga bagi keluarga dan masyarakat (ICM, 2025). Sayangnya pengalaman yang sakral ini seringkali diasosiasikan dengan pengalaman yang penuh dengan perasaan nyeri. Rasa nyeri yaitu istilah subjektif dari perasaan yang tidak nyaman, rasa sakit. Nyeri merupakan perasaan yang sangat subjektif. Memahami penderitaan wanita terhadap nyeri saat persalinan, penting untuk menentukan manajemen yang tepat. Berbagai metode dikembangkan saat ini untuk mengurangi penderitaan wanita saat persalinan, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis.

Metode pengurangan nyeri yang dibutuhkan adalah yang efektif dan tidak mempunyai efek samping. Usaha mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin menggunakan metode nonfarmakologi terbukti memberikan dampak positif pada ibu bersalin (Suyani, 2020).

Berdasarkan beberapa penelitian melalui metode uji klinis membuktikan sebagian besar lebih menyukai terapi panas sebagai salah satu intervensi yang paling tepat, aman, dan hemat biaya dalam penanganan nyeri selama kala satu persalinan. Tinjauan Cochrane oleh Smith et al (2018) melaporkan bahwa terdapat pengurangan nyeri yang signifikan selama kala satu persalinan di antara ibu yang menerima terapi panas daripada perawatan rutin (Smith et al., 2018). Efektifitas terapi panas diberikan melalui berbagai metode, termasuk sabuk elastis, handuk basah, kompres hangat, bak mandi hangat, botol air panas dan juga bantal panas. Ada berbagai tempat terapi panas diterapkan: pada lumbosakral, perut, perineum, area suprapubik, dan punggung bawah, yang dievaluasi dalam tinjauan sistematis dan metaanalisis (Goswami et al., 2022). Temuan studi Goswami et al (2022) menunjukkan bahwa terapi panas memiliki peran tambahan dalam mengurangi rasa sakit selama tahap pertama persalinan. Terapi panas menghalangi transmisi impuls ke otak dengan melepaskan endorfin untuk mengurangi rasa sakit menurut teori kontrol gerbang. Selain itu, terapi panas meningkatkan sekresi oksitosin, mengurangi produksi adrenalin, dan akhirnya menghasilkan kemajuan persalinan, yang pada akhirnya menyebabkan berkurangnya durasi persalinan (Akbarzadeh et al., 2018; Goswami et al., 2022).

Sanders dkk., melakukan penelitian terhadap 210 pusat kebidanan di Inggris. Ia menemukan bahwa bidan telah menggunakan kompres panas untuk mengurangi nyeri persalinan selama fase kedua persalinan pada 33% ibu bersalin. Kompres panas efektif untuk mengatasi kerusakan perineum dan proses persalinan. Dahlen dkk., melakukan penelitian untuk menyelidiki efek kompres hangat terhadap nyeri persalinan pada fase kedua dari sudut pandang ibu dan bidan. Efek termoterapi terhadap nyeri persalinan disetujui oleh 80,4% bidan dan 79,7% ibu bersalin. Sebagian besar bidan merekomendasikan penggunaan terapi panas di masa mendatang untuk ibu bersalin lainnya (Akbarzadeh et al., 2018).

Lokasi penerapan terapi bantal panas juga berperan penting dalam mengurangi nyeri persalinan. Aplikasi panas lokal meningkatkan elastisitas jaringan kolagen, yang membantu meningkatkan fleksibilitas jaringan dan mengurangi keparahan nyeri (Petrofsky et al., 2013). Posisi ibu saat persalinan merupakan faktor penting yang memiliki konsekuensi penting bagi ibu dan janin serta secara langsung memengaruhi kesehatan ibu-janin/bayi. Pergerakan dan perubahan posisi, yang digunakan sebagai metode nonfarmakologis untuk meredakan nyeri ibu, juga memenuhi dimensi psikologis dan emosional perawatan dengan mencegah ibu mengalami ketakutan yang berlebihan. Salah satu posisi yang paling sering dipilih oleh Wanita saat proses persalinan adalah posisi semi fowler. Posisi semi fowler memungkinkan wanita mengangkat kakinya untuk membantu tenaga kesehatan selama persalinan dan mengistirahatkan kakinya. Selain itu, posisi ini memungkinkan kaki diluruskan ke bawah di antara kontraksi (Gambar 4) (Basar, 2023)

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat telah terlaksana dengan baik. Peserta antusias mengikuti kegiatan. Hasil pretest dan posttest menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dan kemampuan peserta dalam memahami manfaat bantal panas dan posisi semi fowler selama persalinan setelah diberikan pemaparan. Luaran Pengabdian kepada

Masyarakat ini yaitu peningkatan pengetahuan peserta, leaflet dan artikel yang dipublish di jurnal pengabdian masyarakat ini.

Berdasarkan hasil pretest dan posttest, terdapat peningkatan pengetahuan dan kemampuan penggunaan bantal panas. Kegiatan edukasi dan latihan sebaiknya tetap diteruskan agar setiap kader dan ibu hamil mengetahui tentang penggunaan bantal panas pada posisi *semi fowler* saat persalinan untuk mengurangi rasa nyeri ibu saat persalinan. Oleh karena itu perlu dukungan dari pemerintah, dinas kesehatan, tenaga Kesehatan khususnya Bidan dan masyarakat setempat untuk mendukung kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dan mengaplikasikan penerapan bantal panas dan posisi semi fowler selama proses persalinan.

PERNYATAAN Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih diucapkan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Kendari, Kapus PPM, Ketua Jurusan Poltekkes Kemenkes Kendari, Tim Pemonev, Kepala Puskesmas Kecamatan Soropia, peserta dan tentunya tim Pengabmas atas dukungan dan kerjasama semua pihak sehingga kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat terlaksana sesuai harapan.

Pendanaan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini didanai oleh DIPA Poltekkes Kemenkes Kendari Tahun 2024 dengan Keputusan Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari Tentang Penetapan Nama Tim Perencana dan Pengawas Pengabdian kepada Masyarakat Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari Tahun Anggaran 2024 Nomor: DP.04.03/F.XXXVI/XXXX/2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbarzadeh, M., Nematollahi, A., Farahmand, M., & Amooee, S. (2018). The Effect of Two-Stage Warm Compress on the Pain Duration of First and Second Labor Stages and Apgar Score in Prim Gravida Women: a Randomized Clinical Trial. *Journal of Caring Sciences*, 7(1), 21–26. <https://doi.org/10.15171/jcs.2018.004>
- Asri, I. H., Lestari, Y., Husni, M., Muspita, Z., & Hadi, Y. A. (2021). Edukasi Pola Hidup Sehat di Masa Covid-19. *Jurnal Abdi Populika*, 2(1), 56–63. <https://ejournal.hamzanwadi.ac.id/index.php/abdipopulika/article/view/3105>
- Basar, F. (2023). Academic Research and Reviews in Health Sciences. In M. T. Yilmaz & B. ISIK (Eds.), *Academic Research and Reviews in Health ...* (Issue Query date: 2024-09-11 11:37:12). Platanus Publishing. https://www.researchgate.net/profile/Necati-Buekecik-2/publication/377577374_Health_Tourism_In_Turkey_And_Research_On_The_Subject/link/s/65ae57b27fe0d83cb54a768d/Health-Tourism-In-Turkey-And-Research-On-The-Subject.pdf#page=50
- Boateng, E. A., Kumi, L. O., & Diji, A. K. A. (2019). Nurses and midwives' experiences of using non-pharmacological interventions for labour pain management: A qualitative study in Ghana. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 19(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12884-019-2311-x>
- Deliktas, A., & Eyleminin, D. (2018). *The Effect of Maternal Positions on Women's Health in the 1st and 2nd Stage of Labor: A Meta -Analysis Study*. Akdeniz University Institute of Health Sciences Antalya.
- Goswami, S., Jelly, P., Sharma, S. K., Negi, R., & Sharma, R. (2022). The effect of heat therapy on pain intensity, duration of labor during first stage among primiparous women and Apgar scores: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Midwifery*, 6(November), 1–9. <https://doi.org/10.18332/ejm/156487>
- ICM. (2025). *Professional Framework for Midwifery* (Issue April).
- Kristian, I. (2016). *Pengelolaan Wilayah Pesisir Secara Terpadu dan berkelanjutan*. 1–23.

- Leinweber, J., Fontein-Kuipers, Y., Karlsdottir, S. I., Ekström-Bergström, A., Nilsson, C., Stramrood, C., & Thomson, G. (2023). Developing a woman-centered, inclusive definition of positive childbirth experiences: A discussion paper. *Birth*, 50(2), 362–383. <https://doi.org/10.1111/birt.12666>
- Lundborg, L., Liu, X., Åberg, K., Sandström, A., Tilden, E. L., Stephansson, O., & Ahlberg, M. (2021). Association of body mass index and maternal age with first stage duration of labour. *Scientific Reports*, 11(1), 13843. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-93217-5>
- Mutmaina Mutmaina. (2022). Edukasi Posisi Persalinan Sesuai Standar Asuhan Persalinan Normal Pada Ibu Hamil. *Abdimas Polsaka*, 84–89. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i2.39>
- Nurbaya, N., Haji Saeni, R., & Irwan, Z. (2022). Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Kader Posyandu Melalui Kegiatan Edukasi Dan Simulasi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(1), 678. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i1.6579>
- Pertiwi, R., Handayani, I. F., Fariji, A. A., & Makhrus, I. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Teknik Meneran “Tiup” Terhadap Bidan, Kader Dan Ibu Hamil Di Wilayah Karawang Barat Kabupaten Karawang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(1). <https://doi.org/10.34011/jpmki.v1i1.985>
- Petrofsky, J. S., Laymon, M., & Lee, H. (2013). Effect of heat and cold on tendon flexibility and force to flex the human knee. *Medical Science Monitor*, 19(1), 661–667. <https://doi.org/10.12659/MSM.889145>
- Saraswati, E. (2021). Posisi Lateral Saat Meneran Pada Ibu Intrapartum Terhadap Perlangsungan Persalinan Kala II Di RSUD Kota Kendari Tahun 2021. *Poltekkes Kemenkes Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia*, 18, 10–14.
- Smith, C. A., Levett, K. M., Collins, C. T., Dahlen, H. G., Ee, C. C., & Sukanuma, M. (2018). Massage, reflexology and other manual methods for pain management in labour. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2018(3). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009290.pub3>
- Suyani, S. (2020). Pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 39. <https://doi.org/10.26714/jk.9.1.2020.39-44>
- Thomson Team. (2024). *Age and Fertility: What Women in Their 20s, 30s, and 40s Should Know*. Thomson Medical. <https://www.thomsonmedical.com/blog/age-and-fertility>
- World Health Organization. (2018). *Intrapartum care for a positive childbirth experience*. <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/260178/1/9789241550215-eng.pdf?ua=1%0Ahttp://www.who.int/reproductivehealth/publications/intrapartum-care-guidelines/en/>
- Wu, N., Huang, R., Shan, S., Li, Y., & Jiang, H. (2022). Effect of the labour roadmap on anxiety, labour pain, sense of control, and gestational outcomes in primiparas. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 46(101545).
- Wulandari, H., Chairiyah, R., Ketut, N., Wulandari, A., Sya'bin, N., Dian, G., Neny, P., Susanti, Y., Hariyani, F., Yuliani, M., Rosiana, H., Hanifah, I., & Marini, T. (2023). Asuhan Kebidanan Pada Perempuan dan Anak Dalam Kondisi Rentan. Get Press Indonesia. www.getpress.co.id
- Yazdkhasti, M., Hanjani, S. M., & Tourzani, Z. M. (2018). The effect of localized heat and cold therapy on pain intensity, duration of phases of labor, and birth outcomes among primiparous females: A randomized, controlled trial. *Shiraz E Medical Journal*, 19(8). <https://doi.org/10.5812/semj.65501>