

PENGARUH *CANDLE THERAPY* TERHADAP TINGKAT AFTERPAIN PADA IBU POST PARTUM DI PMB LIDYA NATALIA KOMPLEK RORINATA KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2024

Meniat Jaya Tafonao¹, Ester Simanullang², Rara Kirana³, Riani Mawardah⁴, Sei Aisah⁵,
Cindy Louis Pardede⁶

^{1,2,3,4,5,6} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

E-mail : 2319201037@mitrahusada.ac.id, estersimanullang@mitrahusada.ac.id,
2119201064@mitrahusada.ac.id, 2119201065@mitrahusada.ac.id, 2119201072@mitrahusada.ac.id,
2419201008@mitrahusada.ac.id

ABSTRAK

Jurnal American Journal of Medicine berjudul 'Possible Health Benefits of Color Therapy' membahas penelitian tentang terapi warna sebagai alternatif pengobatan. Dijelaskan bahwa warna merah dan indigo bisa membantu mengurangi nyeri. Candle therapy tidak memanfaatkan aromaterapi, melainkan menggunakan warna; saat frekuensi warna tertentu masuk ke mata, sinyal tersebut langsung diarahkan ke kelenjar hipotalamus, kemudian ke kelenjar pineal, dan akhirnya ke kelenjar pituitari, yang mengatur produksi hormon. Survei awal menunjukkan bahwa empat ibu nifas merasakan mules dan nyeri setelah melahirkan, dan mereka belum mengetahui manfaat candle therapy. Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh *Candle Therapy* Terhadap Tingkat Afterpain Pada Ibu Post Partum Di Pmb Lidya Natalia Komplek Rorinata Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh Candle Therapy terhadap tingkat afterpain pada ibu post partum di Pmb Lidya Natalia Komplek Rorinata Kabupaten Deli Serdang. Manfaatnya adalah memberikan manfaat bagi institusi kesehatan sebagai sumber informasi dan pembelajaran baru terkait penatalaksanaan afterpain pada ibu post partum. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi bagi institusi kesehatan dan membantu mengatasi permasalahan terkait penatalaksanaan afterpain pada ibu post partum. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan menambah wawasan serta perkembangan teori dalam bidang kepastakaan mengenai penatalaksanaan afterpain dan dapat dijadikan referensi dalam pengembangan riset selanjutnya. Diharapkan, hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan memberikan informasi baru kepada responden tentang penatalaksanaan afterpain pada ibu post partum.

Kata kunci: Candle Therapy, Afterpain, Ibu Post Partum, Manajemen Nyeri.

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah periode mulai dari kelahiran hingga tubuh dan alat reproduksi pulih sepenuhnya. Masa ini berlangsung sekitar 6 minggu atau 40 sampai 42 hari setelah ibu melahirkan. Selama masa ini, tubuh ibu mengalami berbagai perubahan, terutama yang berkaitan dengan organ reproduksi seperti rahim, leher rahim, dan vagina. (Sinaga, K, 2024).

Agar pemulihan organ reproduksi berjalan lancar dan sempurna, perlu diperhatikan beberapa aspek, termasuk suhu tubuh, produksi lochia, kondisi payudara, saluran kemih, dan sistem kardiovaskular. Selain itu, perhatian terhadap kondisi mental dan spiritual sangat penting, tidak hanya fokus pada kesehatan fisik. Banyak perempuan baru, termasuk orang-orang tercinta di sekitar mereka, sering meremehkan pentingnya kondisi mental. Akibatnya, kesehatan ibu yang sedang dalam masa pemulihan bisa terganggu (Manurung, HR, 2020).

Setelah melahirkan, perjuangan ibu belum selesai. Terkadang, beberapa ibu mengalami sakit perut yang sangat menyiksa setelah melahirkan, yang merupakan hal yang normal dan umum. Kram ini terjadi akibat kontraksi rahim setelah sembilan bulan janin menyusui di dalamnya. Banyak ibu yang mengeluhkan rasa kram perut setelah melahirkan yang menyebabkan ketidaknyamanan, namun hanya sedikit dari mereka yang sadar akan penyebabnya. Untuk mengatasi kram ini, tenaga kesehatan, termasuk bidan, biasanya memberikan obat penenang atau tranquilizer. Alternatif yang lebih aman dan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri meliputi terapi pijat, terapi lilin, metode listrik transkutan, stimulasi saraf (TENS), senam pasca persalinan, serta perawatan lain seperti pengosongan kandung kemih

dan penempatan ibu dalam posisi nyaman, misalnya posisi terlentang dengan perut didukung bantal. Teknik relaksasi, mobilisasi dini, istirahat cukup, dan asupan gizi seimbang juga sangat dianjurkan (Manurung, H R, 2022).

METODE

Penelitian yang diteliti termasuk dalam penelitian eksperimen semu (quasi eksperimental). Desain penelitian menggunakan one-group pretest-posttest, raancangan awal dengan melakukan test awal, kemudian melakukan perlakuan atau praktik dalam jangka waktu tertentu, kemudian dilakukan pengukuran untuk kedua kalinya yang digunakan sebagai post test atau test akhir.

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di PMB Lidya Natalia Komplek Rorinata Kabupaten Deli Serdang waktu penelitian dilakukan pada bulan mei-juni 2024.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan metode *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel berdasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas 1-2 hari yang mengalami *afterpains* dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi.

Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer dan sekunder. Data primer dalam penelitian ini di dapat langsung dari observasi, wawancara, dan intervensi yang dilakukan pada ibu nifas yang mengalami nyeri *afterpains*. Data sekunder berupa data uumlah ibu post partum yang mengalami nyeri setelah melahirkan. Data dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner yang dilakukan oleh peneliti dan melakukan teknik *Candle Therapy* sesuai sop.

Analisis univariat dilakukan terhadap setiap variabel dan hasil penelitian, data ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Data yang akan dianalisis pada penelitian ini adalah distribusi frekuensi karakteristik ibu dan tingkat nyeri baik sebelum maupun sesudah perlakuan. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara dua variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen. Jenis uji statistik yang digunakan adalah uji t, uji statistik yang digunakan untuk membandingkan rata-rata dua kelompok, confidence interval (CI) 95% dan $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan intensitas nyeri sebelum pemberian Candle Terapi terhadap Tingkat Afterpain pada ibu post partum

Intensitas	Frequency(N)	Presentase
7	5	33.3
8	4	26.7
9	4	26.7
10	2	13.3
Total	15	100.0

Berdasarkan Tabel 1 diatas 15 ibu post partum responden sebelum diberikan terapi candle therapy terhadap tingkat afterpain yang mengalami intensitas nyeri 7 yakni 5 orang (33.3), nyeri 8 yakni 4 orang (26.7), nyeri 9 yakni 4 orang (26.7) responden, nyeri 10 yakni 2 orang (13.3) responden.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan intensitas nyeri sesudah pemberian Candle Terapi terhadap Tingkat Afterpain pada ibu post partum

Intensitas	Frequency (N)	Percent
4	6	40.0
5	7	46.7
6	2	13.3
Total	15	100

Berdasarkan tabel 2 diatas 15 ibu postpartum responden sesudah diberikan terapi pengurang nyeri mengalami intensitas nyeri 4 yakni 6 (40.0) responden, nilai 5 yakni 7 (46.7) responden, nyeri 6 yakni 2 (13.3) responden.

Tabel 3. Paired Samples Statistics sebelum (pre) dan sesudah (post)

dilakukan candle therapy terhadap Tingkat afterpain pada ibu post partum						
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	P-Value	
Sebelum Terapi		8.20	1.082	0.279		
Sesudah Terapi	15	4.73	0.704	0.182	0.000	

Berdasarkan tabel paired samples statistics di atas, diperoleh hasil bahwa rata-rata intensitas Tingkat Afterpain pada ibu postpartum sebelum terapi adalah 8,20 (nyeri berat), sedangkan setelah terapi menurun menjadi 4,73 (nyeri sedang). Pada hasil uji statistik, nilai p-value sebesar 0,000 ($p=0,000<0,05$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian Candle Therapy berpengaruh terhadap Tingkat Afterpain pada ibu postpartum di PMB Lidya Natalia Komplek Rorinata Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Didien Ika Setyarini, 2018 yang berjudul Pengaruh Candle Therapy Terhadap Tingkat Afterpain Ibu Postpartum, dari penelitian tersebut diperoleh rata-rata (mean) tingkat afterpain pada data pretest responden paritas ketiga adalah 5,08 dan paritas kedua adalah 3,27. Sehingga dapat disimpulkan bahwa rata-rata tingkat afterpain responden dengan paritas ketiga lebih besar dari paritas kedua. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh candle therapy terhadap tingkat

afterpain pada ibu postpartum. Hal tersebut dapat disebabkan karena adanya perbedaan kondisi uterus pada responden dengan parites berbeda.

Masa nifas (puerperium) adalah periode pemulihan dari proses persalinan hingga alat reproduksi kembali seperti semula, berlangsung selama 6-8 minggu. Selama masa ini, terjadi perubahan fisiologis, termasuk pengerutan uterus, yang merupakan proses utama di mana uterus mengalami perubahan terbesar pada akhir persalinan kala tiga. Ukuran uterus saat ini kira-kira sebesar pada kehamilan 20 minggu dan beratnya sekitar 1000 gram, turun dari berat awal sekitar 500 gram. Involusi ini dapat dipastikan dengan pemeriksaan abdomen yang menunjukkan bahwa pada hari ke-12, uterus tidak lagi teraba, meskipun proses involusi berjalan lebih lambat setelah itu.

Terapi lilin tidak menggunakan aromaterapi sebagai media, melainkan memanfaatkan warna. Ketika frekuensi warna tertentu masuk ke mata, sinyal tersebut langsung diarahkan ke kelenjar hipotalamus, kemudian ke kelenjar pineal, dan selanjutnya ke kelenjar pituitari yang mengatur produksi hormon. Proses ini menyebabkan perubahan pada sel dan hormon saat otak memproses informasinya. Frekuensi yang dihasilkan bersifat konstan (Birren, 2020).

Ketidaknyamanan selama masa nifas, seperti afterpains, adalah masalah yang memerlukan perhatian bidan karena dapat mengganggu kesehatan fisik dan mental ibu. Selama masa nifas, bidan harus melakukan asuhan untuk memastikan ibu dan bayi dalam kondisi sehat secara fisik maupun psikis. Secara fisik, termasuk perubahan sistem reproduksi seperti perubahan uterus, pengeluaran lochea, darah, dan perubahan ligament. Selama masa nifas, bidan harus memastikan proses

involusi uteri berjalan dengan baik dan sesuai, sehingga dilakukan massage uterus. Tindakan massage uterus yang dilakukan bidan pasca bersalin dapat menyebabkan terjadinya afterpains. (Karimah et al., 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan adanya penurunan tingkat nyeri Afterpain sebelum dan sesudah dilakukan teknik *Candle Therapy* pada ibu postpartum di PMB Lidya Natalia kompleks rorinata kabupaten deli serdang tahun 2024. Hasil rata-rata (mean) intensitas nyeri sebelum diberikan terapi dengan teknik *candle therapy* sebesar 8.20 dengan standar. Deviasi 1.082. sedangkan hasil rata-rata (mean) intensitas nyeri sesudah diberikan terapi dengan candle therapy sebesar 4.73 dengan standar ediasi 0.704.

Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar $0.000 < 0,005$, sehingga H_0 ditolak. Ini menyimpulkan bahwa candle therapy berpengaruh terhadap tingkat nyeri afterpain pada ibu postpartum di PMB Lidya Natalia Komplek Rorinata, Kabupaten Deli Serdang, tahun 2024. Temuan ini menjawab tujuan penelitian.

Diharapkan institusi pelayanan kebidanan dapat mengembangkan teori, terutama dalam pengobatan non-farmakologi, dengan teknik candle therapy untuk menurunkan tingkat nyeri afterpain pada ibu postpartum. Selain itu, diharapkan ibu postpartum rutin menerapkan candle therapy untuk mengurangi nyeri afterpain setelah melahirkan.

Kepada peneliti, selanjutnya diharapkan meneliti dengan variabel yang berbeda agar bisa menjadi referensi dan acuan dalam melakukan penelitian dan

mengembangkan ilmu kebidanan tentang mengurangi Tingkat nyeri afterpain dengan Teknik candle therapy.

Referensi

- Krisna Octavianus Dwiputra, 31 Okt 2020. 4 Cara Mengatasi Kram Perut Setelah Melahirkan - KlikDokter
- Satria Aji Purwoko. 2023. Masa Nifas: Tahapan, Lama Waktu, Perawatan, dll. - Hello Sehat
- Lucia Dianawuri. 2023. Apa Itu Masa Nifas, Tahapan dan Bagaimana Perawatan Saat Nifas? (tirto.id)
- Nicky Danur Jayanti. Senditya Indah Mayasari. Asuhan Komplementer Tatalaksana Afterpain pada Ibu Postpartum : Literature Review - Neliti. Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan (May 2022), Volume 5, Nomor 1
- Karinta Ariani Setiawati. 2024. Penyebab Kram Perut Setelah Melahirkan dan Penanganannya (hellosehat.com)
- Yusuf Abdhul Azis. 2023. Desain Penelitian: Pengertian, Macam dan Contoh (deepublishstore.com)
- Ahmad Fikri. 2024. Definisi operasional menurut Sugiyono: Mengungkap Makna di Balik Data dan Variabel - RedaSamudera.id
- Siti Fadilah. 2021. Naskah Publikasi. Penatalaksanaan Afterpain Pada Ibu Post Partum Multipara Hari Ke 2-4 Dengan Terapinya Di Bpm Siti Azizah Wijaya S.St Sukolilo Bangkalan.18154010016-2021-MANUSCRIPT.pdf (stikesnhm.ac.id)
- Febrianti Tiara Putri. 2023. Karya Ilmiah. Implementasi Keperawatan Manajemen Nyeri Dengan Masalah Ketidaknyamanan Pasca Partum Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2023. f46f996c7d3c78ca1a4b2cb431432665.pdf (google.com)
- Desti Putri Andarie. Pengaruh Teknik Effleurage Massage Terhadap Nyeri Afterpains Pada Ibu Nifas Multipara Di Bpm Lismarini Dan Bpm Vitri Suzanti Kota Palembang Tahun 2018.
- Dinda Amalia. 2022. Asuhan Kebidanan PostPartum Pada Ny.L Usia 34 Tahun Dipraktek Mandiri Bidan A. <https://repo.poltekkesbandung.ac.id/6016>
- Hidayati et al. (2022) Buku Ajar Maternitas. Edited by A. Leonardo and D. S. Mantende. CV. Feniks Muda Sejahtera.
- Wulandari, N. F. (2020). Happy Exclusive Breastfeeding (D. Nadhiva (ed.)).
- Wibawati, D. A. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Primipara. In Kaos GL Dergisi (Vol. 8, Issue75). <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020>.
- Maryuni. (2020). Hubungan Karakteristik Ibu Bersalin dengan Nyeri Persalinan. Jurnal Stikes Siti Hajar, 2(1). <http://jurnal.stikes-sitihajar.ac.id/index.php/jhsp>
- Manurung, H. R., Sinaga, R., Marlioni, M., Munthe, J., & Tobing, B. (2022). Penerapan Teknik Effleurage Massage Dalam Mengatasi Nyeri Afterpains Ibu Postpartum Di Puskesmas Negeri Lama Kecamatan Bilah Hilir Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2022. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 5, 1-10.