



**MOKSIBUSI SEBAGAI TERAPI *LOWBACK PAIN* MASA NIFAS
DALAM PELAYANAN NONFARMAKOLOGIS
KEBIDANAN**

Norma Mardiani¹, Pearly Otis PO²

Program Studi Profesi Bidan

Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada Kota Cirebon

Email: omacuco07@gmail.com, pearlyotis28@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Terapi komplementer merupakan suatu fenomena yang muncul saat ini diantara banyaknya fenomena-fenomena pengobatan nonkonvensional yang lain, seperti pengobatan dengan ramuan atau terapi herbal. Pemberian terapi moksibusi dapat diaplikasikan dalam pelayanan kebidanan, yaitu pada masa kehamilan, persalinan dan nifas sebagai terapi nonfarmakologis kebidanan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas moksibusi terhadap *lowback pain*. **Metode:** Desain penelitian ini adalah eksperimen dengan satu grup, pre dan *post test*. Teknik pengambilan sampelnya dengan menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah responden 15 orang. Analisis data menggunakan uji T berpasangan. **Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ibu nifas yang mengalami *lowback pain*. Kategori “ringan” pada hasil pretest sebanyak 8 (53.3%) dan kategori “berat” sebanyak 2 (13.3%). Hasil posttest didapatkan 7 (46.7%) responden berada pada kategori “sedang” dan 2 (13.3%) responden pada kategori “berat”. Analisis bivariat didapatkan hasil signifikansi pada kelompok intervensi 0.002 ($p < 0.05$). Hal ini berarti terdapat pengaruh yang bermakna sebelum dan sesudah pemberian terapi moksibusi pada responden. **Saran** sebagai alternatif terapi menggunakan terapi komplementer berupa moksibusi, menambah perbendaharaan referensi mengenai berbagai macam metode terapi nonfarmakologis komplementer yang dapat diaplikasikan dalam ilmu kebidanan.

Kata Kunci

Moksibusi, *lowback pain*, ibu nifas

ABSTRACT

Introduction: *Complementer therapy is the phenomenon for this moment, between the another convensional therapy phenomenon, likes herbal therapy. Moksibusi therapy can get application in midwifery care are prenatal, intranatal and postnatal as midwifery nonfarmacologiest. Purpose:* This research to know moksibusi effect forlowback pain. **Methods:** Design of reseach used experiment with one group, pre and posttest. Smpling Technic with purposive sampling 15 respondent. Data analysis used univariate and bivariate with T test. **Result:** Beside the result is postnatal with lowback pain 8 (53.3%) low category, 2 (13.3%) heavy category. Post test result with 7 (46.7%) respondent is low category and heavy category is 2 (13.3%). The analysis of bivariate is 0.002 ($p < 0.05$). There is therapy effect before and after moksibusi therapy to respondent. This researched for therapy alternative, another reference with a lot of complementer method nonfarmacology therapy in midwifery care.

Keywords

Moksibusi. *Lowback pain*, *postnatal*

Pendahuluan

Kesehatan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia selain kebutuhan sandang, pangan, papan dan pendidikan, karena jika tubuh kita sehat, semua kegiatan atau aktivitas dapat berjalan dengan lancar. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh WHO, bahwa Indonesia merupakan negara ke empat di dunia yang kurang memperhatikan kesehatannya (Mahmudah, 2017).

Terapi komplementer merupakan suatu fenomena yang muncul saat ini diantara banyaknya fenomena-fenomena pengobatan nonkonvensional yang lain, seperti pengobatan dengan ramuan atau terapi herbal.

Terapi komplementer sudah mulai diaplikasikan di masyarakat sebagai penunjang atau terapi pengganti bagi klien yang menolak pengobatan konvensional dan saat ini tenaga kesehatan memberikan terapi bersamaan antara terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis, yaitu terapi komplementer.

Pelayanan kebidanan komplementer merupakan bagian integral dari pelayanan kesehatan, yang difokuskan pada pelayanan kesehatan wanita dalam siklus reproduksi, bayi baru lahir, dan balita untuk mewujudkan kesehatan keluarga sehingga terwujud sumber daya manusia yang berkualitas.

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan No. 1109/Menkes/Per/IX/2007 tentang pengobatan komplementer-Alternatif yang ditujukan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat meliputi promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif dengan kualitas, keamanan dan efektifitas tinggi.

Indonesia merupakan salah satu negara yang mengaplikasikan terapi komplementer dengan pengobatan Cina (*Traditional Chinese Medicine/TCM*). Sekitar 386 juta orang di Indonesia beralih mengunjungi praktik pengobatan tradisional. Pengobatan tradisional Cina didasarkan pada keseimbangan, harmoni dan energi. Salah satu terapi dalam *Traditional Chinese Medicine* adalah Moksibusi. Moksibusi digunakan dengan menggunakan bumbu kering yang dibakar dekat kulit. Terapi ini untuk menghangatkan dan menguatkan aliran darah, menstimulasi aliran Qi, memperkuat ginjal Yang, mengusir angin dan dingin serta melarutkan stagnasi (Nezabudkin, 2007).

Pemberian terapi moksibusi dapat diaplikasikan dalam pelayanan kebidanan, yaitu pada masa kehamilan, persalinan dan nifas sebagai terapi nonfarmakologis kebidanan.

Moksibusi (Moxa) merupakan suatu ramuan mugwort (*Artemisia vulgaris*) dengan menggunakan teknik pembakaran ramuan melalui titik akupunktur kandung kemih (BL) 67 yang terletak di bagian luar jari kelingking kaki digunakan dalam pengobatan tradisional Cina. Moksibusi biasanya dipadatkan dan digulung berbentuk silinder dan diletakkan dekat dengan kulit sampai menghasilkan hiperemi dari vasodilatasi lokal.

Mekanisme kerja moksibusi memiliki efek termal dan efek radiasi. Efek termal dengan cara membakar moxa tanpa menggunakan api dapat menghasilkan suhu tinggi sekitar 548-890°C, akan memberikan perasaan hangat ketika dekat dengan tubuh, sehingga beberapa orang berpikir bahwa pengobatan ini pada dasarnya adalah efek fisik termal.

Moksibusi dapat menyebabkan vasokonstriksi pada titik pembakaran, sementara vasodilatasi di sekitar titik dan meningkatkan aliran darah arteri perifer dan mikrovaskuler permeabilitas. Bila suhu lingkungan lebih tinggi dari tubuh, maka panas mentransmisikan ke dalam tubuh melalui konduksi, konveksi, atau radiasi.

Efek terapi panas meliputi peningkatan perpanjangan jaringan kolagen dan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah ke daerah yang terpapar. Peningkatan tingkat sirkulasi bertindak untuk memberikan nutrisi dan oksigen untuk mempromosikan penyembuhan jaringan.

Masa nifas adalah masa setelah melahirkan bayi, umumnya saat masa ini ibu mengalami beberapa keluhan yang berhubungan dengan setelah melahirkan. Salah satu keluhan pada masa nifas yang sering muncul adalah sakit punggung. Sakit punggung setelah melahirkan dapat disebabkan oleh meningkatnya beban tubuh pada tulang belakang dan otot punggung. Hal ini bisa terjadi karena peregangan otot perut, penambahan berat badan, dan perubahan hormonal selama kehamilan (Dewi, 2011).

LBP (*Low Back Pain*/ nyeri punggung bawah) pada nifas merupakan gejala dan bukan suatu diagnosis saat nifas, dimana pada beberapa kasus gejalanya sesuai dengan diagnosis patologisnya dengan ketepatan yang tinggi, namun di sebagian besar kasus, diagnosis tidak pasti dan berlangsung lama. Dengan demikian maka LBP yang timbulnya sementara dan hilang timbul adalah sesuatu yang dianggap biasa (Andini, 2015).

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar efektivitas moksibusi sebagai terapi *lowback pain* pada masa nifas dalam pelayanan kebidanan.

Manfaat penelitian ini sebagai referensi bagi pelayanan kebidanan dalam memberikan terapi nonfarmakologis holistik komplementer, sebagai alternatif pemberian terapi nonfarmakologis.

Metode Penelitian

Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen *one group pre and post test*.

Hasil Penelitian

Identifikasi keluhan *Low Back Pain* pada ibu nifas di BPM Diana Kota Garut

		Frekuensi (F)	Perse ntase (%)
Pretest	Ringan	8	53,3
	Sedang	5	33,3
	Berat	2	13,3
Posttest	Ringan	6	40,0
	Sedang	7	46,7
	Berat	2	13,3
	Total	15	100,0

Kategori “ringan” pada hasil pretest sebanyak 8 (53.3%) dan kategori “berat” sebanyak 2 (13.3%). Hasil posttest didapatkan 7 (46.7%) responden berada pada kategori “sedang” dan 2 (13.3%) responden pada kategori “berat”.

Moksibusi Pada Ibu Nifas Dengan *Low Back Pain* Di BPM Diana Kota Garut

	Kelompok Kontrol	Kelompok Intervensi
Z	-2,640 ^b	-3,153 ^c
Asymp. Sig. (2- tailed)	,008	,002

Signifikansi pada kelompok intervensi 0.002 ($p < 0.05$), hal ini berarti terdapat pengaruh yang bermakna sebelum dan sesudah pemberian terapi moksibusi pada responden.

Pembahasan

Hasil uji hipotesis pada table 4.2 signifikansi pada kelompok intervensi 0.002 ($p < 0.05$), hal ini berarti terdapat pengaruh yang bermakna sebelum dan sesudah pemberian terapi moksibusi pada responden.

Pembahasan

Masa nifas adalah masa setelah melahirkan bayi, umumnya saat masa ini ibu mengalami beberapa keluhan yang berhubungan dengan setelah melahirkan. Salah satu keluhan pada masa nifas yang sering muncul adalah sakit punggung. Sakit punggung setelah melahirkan dapat disebabkan oleh meningkatnya beban tubuh pada tulang belakang dan otot punggung. Hal ini bisa terjadi karena peregangan otot perut, penambahan berat badan, dan perubahan hormonal selama kehamilan (Dewi, 2011).

Pada masa postpartum tidak jarang ibu yang mengalami berbagai keluhan yang membuat ibu menjadi tidak nyaman sehingga berakibat *baby blues* selama masa postpartum dan menjadi kurang menyenangkan. Jika kita kembali pada masa kehamilan, dimana selama kehamilan rahim mengembang dan wanita biasanya mengalami

kenaikan berat badan pada trimester kedua. Kehamilan mengganggu kurva 'S' alami dari tulang belakang dan menggeser pusat gravitasi. perubahan postur dan berat bayi yang sedang tumbuh menekan cakram dan saraf di tulang belakang. Terkadang, masalah ini tidak teratasi dengan sendirinya setelah melahirkan. Penyebab nyeri punggung postpartum bisa karena berbagai alasan. Mulai dari perubahan hormon hingga perubahan postur, berat badan, dan posisi tidur.

Menurut Fitria (2020) moksibusi adalah cara merangsang titik akupunktur dengan menggunakan moksa yaitu cerutu yang terbuat dari daun Ngai (*Arthemisiavulgaris*) dengan cara dibakar. Daya panas dari moksa tersebut melalui titikakupunktur akan dialirkan menembus permukaan kulit, otot dan kemudian sampai pada titik dan meridian sehingga akan menimbulkan reaksi pengobatan, pencegahan dan perbaikan serta perawatan.

Moxabustion digunakan bagi penyakit-penyakit yang berkaitan dengan dingin dan lembab, misalnya bentuk-bentuk tertentu arthritis dan nyeri punggung. Moxabustion tidak pernah digunakan jika pasien menderita demam panas atau kondisi panas. Moxabustion langsung, dengan tumbuhan herbal tersebut dibiarkan terbakar pada kulit, dapat menyebabkan bekas luka dan tidak pernah digunakan untuk wajah atau kepala, atau diberikan dekat dengan organ-organ, arteri atau tulang-tulang penting (Nedzabukin, 2007).

Oleh sebab itu, terapi menggunakan moksibusi dapat dilakukan pada masa postpartum sebagai terapi keluhan ini, tetapi tetap perlu waspada tidak sembarang orang dapat melakukan hal tersebut, perlu terapis yang terampil. Sehingga terapi ini dapat tepat diberikan sesuai dengan keluhan yang terjadi.

Kesimpulan

Responden setelah diberikan terapi sebagian besar terjadi perubahan dari kategori berat (13.3%) menjadi kategori nyeri sedang (40 %).

Terdapat pengaruh yang bermakna sebelum dan sesudah pemberian terapi moksibusi pada responden $0.002 < 0.05$.

Daftar Pustaka

- Achmad Setya Roswendi. 2020. *Effect Of Moxibustion Therapy On Intensity Of Primary Dysmenorrhea In Adolescents Girl At Cimahi Negeri 2 Junior High School*. IVCN The 4th International Virtual Conference on Nursing Volume 2021.
- Ambarwati, R. 2009. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta : Mitra Cendikia.
- Andini, F., 2015. *Risk Factors of Low Back Pain in Workers*. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Anggraini Y. 2010. *Asuhan kebidanan masa nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.

- Anonim, 2007. Sejarah Moksibusi. Yakin Sehat. <https://yakinesehat.id/sejarah-moksibusi-dan-akupunktur/>. Diakses pada tanggal 17 Mei 2021, pk. 18.20 WIB.
- Anonim, 2018. Moksibusi. <https://id.wikipedia.org/wiki/Moksibusi>. Diakses pada tanggal 17 Mei 2021, pk. 18.20 WIB.
- Arshad, N.M., Hafiz, N.R., Furqon, A.S., 2013. *Cross sectional survey of prevalence of low back pain in forward bend sitting postur*. RMJ. 2013; 38(3) : 253-5.
- Arsana, P.M. & Djoerban, Z., 2011. Obat Herbal: Dari Testimoni ke Ilmiah. Halo Internis, 18, p.3.
- Asikin, M., Nasir, M. and Takko Podding, S., 2016. Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Muskuloskeletal. *Jakarta: Erlangga*.
- Dede, Cahyati. 2019. Efektifitas Terapi Moxa Dan Hypnobirthing Untuk Perbaikan Letak Sungsang Pada Ibu Hamil Trimester III . STIKes Jenderal Achmad Yani
- Dewi, V.N.L & Tri, S. 2011. Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas. Jakarta Salemba Medika
- Ernst, Edzard & Watson, Leala. 2012. *Midwives' use of complementary/ Alternative Treatments: Midwifery Journal, Volume 28, Issue 6, Ed: December 2012, Pages 772– 777*.
- Farrer, Helen. Perawatan Maternitas. Jakarta : EGC
- Fitria & Eko Budi Santoso. 2020. Efektivitas Moksibusi Dan Posisi Knee Chest Terhadap Keberhasilan Pemutaran Posisi Janin Dengan Presentasi Sungsang Pada Kehamilan Trimester III. Bina Wahyu Ilmiah Jurnal
- Gondo, Harry Kurniawan. 2010. Peran Akupunktur Dalam Obstetri. FK Udayana – RSUP Sanglah Denpasar, Bali.
- GowP., 2003. *Acute Low Back Pain*. In: Rowbotham DJ and Macintyre PE (Ed.). *Clinical Pain Management Acute Pain*. London, pp. 405-18.
- Pialoux, J. (2008). *Guide to Acupuncture and Moxibustion*. Switzerland: Foundation Cornelius Celsus.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1109/Menkes/Per/IX/2007 tentang penyelenggaraan pengobatan komplementer alternatif.
- Mahmudah. 2017. Buku Ajar Kebidanan Komplementer. Numed: Yogyakarta
- Nezabudkin, V. (2007). *How to research alternative treatment before using them*.<http://www.naturalhealthweb.com/articles/Nezabudkin1.html>, diperoleh 25 April 2021.
- Pialoux, J. (2008). *Guide to Acupuncture and Moxibustion*. Switzerland: Foundation Cornelius Celsus.
- Rahmawati, Diyah Tepi. Efektivitas Akupresur Selama Persalinan (STUDI TINJAUAN PUSTAKA). UNPAD Bandung.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Watsila. 2020. Efektifitas Terapi Moxa Dan Hypnobirthing Untuk Perbaikan Letak Sungsang Pada Ibu Hamil Trimester III. Vol.15 No.8 Maret 2021. ISSN 2615-3505. Cimahi. JOMIS (*Journal of Midwifery Science*) P-ISSN : 2549-2543 Vol 5. No.1, Januari 2021 E-ISSN : 2579-7077.