

Arum Meiranny

PENGATURAN LINGKUNGAN PERSALINAN

Sebagai Upaya Peningkatan
Kenyamanan dan Kepuasan Persalinan



UNISSULA PRESS

**PENGATURAN LINGKUNGAN PERSALINAN
SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN
KENYAMANAN DAN KEPUASAN PERSALINAN**

PENGATURAN LINGKUNGAN PERSALINAN SEBAGAI UPAYA
PENINGKATAN KENYAMANAN DAN KEPUASAN PERSALINAN

Penulis:

Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.

Tata letak dan desain sampul:

Dwi Riyadi Hartono

Hak cipta dilindungi Undang-undang

All right reserved

Cetakan pertama:

Agustus 2018

Penerbit:

UNISSULA PRESS

Universitas Islam Sultan Agung

Jl. Raya Kaligawe KM.4 Semarang (50112)

Jawa Tengah, Indonesia

Telp. (024)6583584 / Fax. (024)6582455

Isi di luar tanggung jawab penerbit.

ISBN 978-602-5995-43-9

PERSEMBAHAN

Pertama, buku ini saya persembahkan untuk suami saya, Muhammad Arif Setiawan, teriring doa, semoga Allah SWT., memberikan pondasi yang kuat bagi rumah tangga kita. Serta untuk anak-anak saya: Kafaa Billah Anarra, Kamal Alfarizqi Anarra, dan Kalief Fazal Anarra. **Semoga kalian selalu menjadi *Qurrata a'yun* bagi ayah bunda dan bermanfaat untuk orang lain.**

Kedua, buku ini saya persembahkan untuk orang tuaku, karena tanpa mereka, saya bukan siapa-siapa. **Semoga Allah SWT., selalu melindungi kalian.**

Ketiga, buku ini saya persembahkan untuk tim setting lingkungan persalinan Magister Kebidanan Universitas Padjajaran Bandung. **Semoga Allah SWT., selalu memberi kemudahan dalam perjuangan kita memberi yang terbaik bagi Profesi Bidan.**

Keempat, buku ini saya persembahkan untuk para dosen di Magister Kebidanan Universitas Padjajaran Bandung. Terima kasih atas pendampingannya. **Bapak dan Ibu adalah orang-orang yang sangat luar biasa!**

Terakhir, buku ini saya persembahkan untuk rekan-rekan dosen di Program Studi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang. **Kita bisa karena kita bersama!**

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur dipanjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, Buku Pengaturan Lingkungan Persalinan sebagai Upaya Peningkatan Kenyamanan dan Kepuasan Persalinan dapat diselesaikan. Buku ini dibuat berdasarkan fenomena kebutuhan ibu bersalin terhadap kenyamanan dan kurangnya kepuasan ibu bersalin terhadap lingkungan saat bersalin.

Buku Pengaturan Lingkungan Persalinan sebagai Upaya Peningkatan Kenyamanan dan Kepuasan Persalinan ini diharapkan dapat memberikan gambaran utuh tentang lingkungan persalinan yang diharapkan oleh ibu dan keluarganya saat proses persalinan, sehingga bidan dapat memberikan pelayanan secara komprehensif sesuai dengan kebutuhan ibu bersalin, yang tidak hanya berfokus pada kebutuhan fisik, namun juga kebutuhan psikis ibu bersalin dan keluarganya. Semoga buku ini dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas bidan dalam rangka memenuhi kepuasan ibu bersalin sesuai dengan kewenangan.

Penulis menyadari bahwa tak ada gading yang tak retak, buku ini masih terdapat kekurangan dan memerlukan perbaikan. Oleh karenanya, masukan dan saran untuk memperbaiki dan menyempurnakan buku ini sangat penulis harapkan.

Semarang, Agustus 2015

DAFTAR ISI

BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Kebutuhan Fisik dan Psikis Ibu Bersalin	1
1.2 Pengaruh Lingkungan Persalinan.....	4
BAB 2 KENYAMANAN DAN KEPUASAN IBU BERSALIN TERHADAP LINGKUNGAN PERSALINAN.....	8
2.1 Persalinan	8
2.2 Kenyamanan.....	16
2.3 Kepuasan	23
2.4 Lingkungan Persalinan	27
BAB 3 PERAN BIDAN DALAM MENINGKATKAN KENYAMANAN DAN KEPUASAN PERSALINAN MELALUI PENGATURAN LINGKUNGAN PERSALINAN.....	31
3.1 Modifikasi Lingkungan Persalinan	35
BAB 4 GAMBARAN KONSEP PENGARUH PENGATURAN LINGKUNGAN PERSALINAN TERHADAP KENYAMANAN DAN KEPUASAN IBU BERSALIN	61
REFERENSI	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Peran sistem hormonal dalam proses persalinan	10
Gambar 2.2. Kadar epinephrine dan norepinephrine selama persalinan.....	12
Gambar 2.3. Kadar beta-endorphin selama persalinan	12
Gambar 2.4. Kadar oksitosin selama persalinan.....	13
Gambar 2.5. Ruang persalinan sesuai standar Permenkes Nomor 1464/MENKES/PER/X/2010.....	16
Gambar 3.1. Gambaran lobi sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan.....	58
Gambar 3.2. Gambaran ruang tunggu sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan.....	59
Gambar 3.3. Gambaran 1 ruang persalinan sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan.....	59
Gambar 3.4. Gambaran 2 ruang persalinan sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan.....	60
Gambar 3.6. Gambaran 2 penyimpanan alat sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan.....	60

BAB 1 || PENDAHULUAN

1.1 Kebutuhan Fisik dan Psikis Ibu Bersalin

Persalinan adalah waktu yang sangat berharga bagi seorang perempuan, karena mereka mengalami beberapa kondisi yang tidak dapat diduga sebelumnya. Kualitas yang diberikan oleh penyedia layanan kesehatan bagi ibu bersalin, harus sangat diperhatikan. Kualitas merupakan indikator dari pemanfaatan layanan yang diterima oleh ibu bersalin yang terkait evaluasi positif dari pasien, dimana ibu merasa percaya, senang, dan nyaman terhadap pelayanan yang diberikan.

Pengalaman perempuan dalam proses persalinan merupakan hal yang penting dan selanjutnya menentukan kesejahteraan sosial perempuan tersebut. Hal ini yang membuat tidak mudah untuk memisahkan antara pengaruh model perawatan, lingkungan fisik dengan hasil luaran persalinan. Pengalaman kelahiran yang aman dan memuaskan dipengaruhi oleh tingkat stres, kecemasan yang dialami oleh wanita melahirkan. Sebagai salah satu upaya untuk menurunkan tingkat stres pada ibu bersalin adalah dengan meningkatkan kenyamanan ibu bersalin.

Bidan selaku penolong persalinan harus mampu memahami harapan ibu bersalin. Kenyamanan dan kepuasan pasien sangat diperlukan untuk peningkatan kualitas sehubungan dengan merancang dan mengelola sistim perawatan kesehatan.

Kenyamanan didefinisikan sebagai perasaan senang dengan situasi dan kondisi yang ada. Terpenuhinya kenyamanan seseorang dapat menyebabkan perasaan sejahtera pada diri individu tersebut. Manusia menilai kondisi lingkungan berdasarkan rangsangan yang masuk ke dalam dirinya melalui indra, syaraf dan dicerna oleh otak untuk dinilai. Dalam hal ini yang terlibat tidak hanya masalah fisik biologis, namun juga perasaan, suara, cahaya, bau dan rangsangan lain yang ditangkap sekaligus, lalu diolah oleh otak.

Seorang ibu bersalin yang merasa nyaman akan memiliki keyakinan, kemampuan untuk mengatasi serta memiliki kapasitas yang kuat untuk mengurangi persepsi nyeri dan menurunkan resiko intervensi medis selama persalinan. Perlu dilakukan evaluasi apakah kebutuhan kenyamanan ibu bersalin telah terpenuhi, peningkatan kenyamanan menunjukkan bahwa ketegangan/kecemasan sedang dipulihkan dan mengarah ke perilaku yang lebih konstruktif. Perilaku konstruktif, digambarkan sebagai rasa pembaharuan, dapat memperkuat motivasi dan sikap positif terhadap tantangan kemajuan persalinan meskipun ibu mungkin mengalami nyeri akibat kontraksi persalinan.

Selain kenyamanan, hal yang lebih diutamakan oleh penolong persalinan adalah kepuasan. Kepuasan ibu bersalin seringkali didefinisikan sama dengan kepuasan pasien, namun, ada pendapat lain yang menyatakan bahwa kepuasan ibu bersalin merupakan konsep multidimensi, yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, serta dapat didefinisikan sebagai evaluasi positif dari dimensi yang berbeda saat melahirkan.

Berdasarkan konsep kualitas Donabedian, kepuasan ibu bersalin dihubungkan dengan harapan ibu terhadap suatu layanan kesehatan, yang meliputi: struktur, proses, luaran persalinan, akses dan biaya. Kepuasan merupakan hal terpenting untuk mengukur suatu kualitas pelayanan dan dianggap sebagai tujuan dari peningkatan kualitas layanan kesehatan. Kepuasan perempuan terhadap layanan kesehatan ibu, terutama pada saat persalinan merupakan hal yang sangat penting bagi penyedia layanan kesehatan, khususnya bidan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa selama proses persalinan, ibu bersalin tidak hanya membutuhkan hal-hal yang bersifat fisik saja. Akan tetapi, juga dari aspek psikologis. Kebutuhan psikologis ibu antara lain mendapatkan dukungan, pendampingan keluarga dan penolong persalinan. Adanya pendampingan keluarga dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu selama proses persalinan. Penolong persalinan diharapkan juga dapat meningkatkan hubungan dan komunikasi terapeutik dengan ibu dan keluarga. Dengan adanya upaya dukungan fisik dan emosional ibu akan merasa nyaman dengan lingkungan persalinannya.

Ibu yang mendapat dukungan psikis dalam lingkungan persalinannya memiliki kontrol diri dan perasaan yang lebih positif tentang persalinan. Adanya dukungan dalam proses persalinan dapat meningkatkan kontraksi uterus dan aliran darah uterus melalui kontrol kecemasan ibu. Kecemasan telah terbukti menyebabkan tingginya tingkat epinefrin ibu, menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga membatasi aliran darah

ke rahim dan janin. Dukungan psikis dalam lingkungan persalinan berupa pendampingan dapat meningkatkan kenyamanan dan kepuasan ibu bersalin.

Kepuasan ibu bersalin saat ini menjadi fokus utama dalam layanan kesehatan maternal, terutama di Praktik Mandiri Bidan (PMB). Banyak hal yang dilakukan oleh bidan untuk meningkatkan kualitas layanan yang hasilnya adalah meningkatnya kepuasan ibu bersalin. Salah satu upaya yang dilakukan oleh bidan adalah dengan melakukan pengaturan terhadap lingkungan. Hal tersebut dilakukan terkait dengan harapan-harapan ibu pada saat akan bersalin.

Penelitian menunjukkan bahwa kepuasan ibu bersalin sebagian terkait dengan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayinya. Misalnya, ketidakpuasan terkait rendahnya pendekatan psikologis postnatal, tingginya resiko aborsi, kasus untuk operasi caesar, adanya sikap dan perasaan negatif terkait masalah bayi dan menyusui. Luaran persalinan juga memengaruhi kepuasan ibu bersalin. Bahkan, teknologi dan intervensi yang kini dianggap biasa pada sebagian besar tempat persalinan dapat menyebabkan ketidakpuasan perempuan selama proses persalinan.

1.2 Pengaruh Lingkungan Persalinan

Lingkungan merupakan salah satu faktor penting yang cenderung diabaikan. Lingkungan dalam proses persalinan dapat memiliki efek yang besar terhadap kenyamanan, kecemasan,

ketakutan, kelancaran persalinan, dan kepuasan pasien. Lingkungan yang dimaksud adalah sesuatu yang berada di sekitar ibu bersalin. Lingkungan yang ada saat ini terlihat sangat sederhana dan apa adanya. Dalam ruang tersebut, faktor psikologis pasien dan faktor kenyamanan dapat dikatakan diabaikan. Ruang tersebut hanya diperuntukkan sebagai penunjang fungsi fisik penyembuhan saja, padahal dengan keadaan ruang demikian, fungsi ruang tersebut tidak akan optimal menunjang proses penyembuhan.

Peraturan tentang standar ruang persalinan bagi rumah sakit maupun klinik bersalin bahkan untuk praktik mandiri dari Kementrian Kesehatan sudah ada sejak lama, hanya saja masih terbatas apa saja yang harus tersedia dalam ruang bersalin dan belum menyentuh hal-hal yang menjadikan ruang bersalin nyaman dan menyenangkan bagi wanita. Berbagai penelitian mengemukakan bahwa wanita menyukai ruang bersalin yang serupa dengan rumah yang berimplikasi rendahnya intervensi dan komplikasi yang terjadi pada wanita bersalin.

Lingkungan dalam proses persalinan dapat memiliki efek yang besar terhadap ketakutan dan kecemasan yang dialami oleh ibu. Dengan membuat suasana proses persalinan layaknya di rumah, akan membuat perempuan merasa lebih nyaman, ibu cenderung lebih santai dan memiliki proses persalinan lebih mudah. Pembentukan lingkungan yang nyaman dapat dijadikan suatu pendekatan holistik yang terkait masalah penyembuhan seseorang yang merupakan kompleksitas yang terjalin antara kondisi fisiologis dengan kondisi psikologis (*inner mind*) bagi

pasien maupun penyedia layanan kesehatan. Keduanya mempunyai kontribusi dalam proses penyembuhan seseorang.

Faktor lingkungan yang dapat memengaruhi proses persalinan melalui pendekatan panca indra antara lain: indra penglihatan (pencahayaan, warna, tata letak peralatan medis, dan pemandangan alam), indra perasa (suhu), indra pendengaran (musik), dan indra peraba (tata letak furnitur).

Lingkungan dapat memengaruhi model dukungan perawatan sosial, sehingga modifikasi lingkungan memiliki efek positif pada perempuan dan praktisi. Filosofi mobilisasi pada fase aktif persalinan semakin didukung dengan adanya modifikasi lingkungan. Penelitian *Home-like versus conventional institutional settings for birth* adalah pengaturan persalinan di rumah yang ditandai dengan orientasi filosofis terhadap kelahiran normal. Filosofi dan panduan untuk memberikan intervensi minimal dalam persalinan, lingkungan seperti di rumah, peralatan medis sudah tersedia, tetapi tersembunyi di balik lemari atau partisi.

Tempat seorang wanita melahirkan dapat memengaruhi bagaimana mereka berada dalam keadaan santai, percaya diri, dan memegang kendali. Faktor tersebut dapat memengaruhi pola dan kemajuan persalinan, serta jumlah kelahiran pervaginam tanpa intervensi. Sebuah lingkungan fisik memiliki pengaruh pada pemikiran, perasaan serta perilaku manusia. Sebagai sebuah lingkungan binaan, ruang merupakan stimulus yang mampu direspon oleh sistem panca indra manusia (penglihatan, pendengaran, pengecap, penciuman dan sentuhan), dimana secara

psikologis berpotensi membentuk persepsi yang secara tidak langsung berpengaruh pada emosional serta perilaku manusia.

Memperbaiki lingkungan fisik, meningkatkan harapan perempuan dan kepercayaan diri melalui dukungan antenatal dan persiapan persalinan, dan meningkatkan dukungan dan kontrol selama persalinan bisa membuat perbedaan yang signifikan terhadap jumlah perempuan yang mencapai jenis kelahiran yang mereka inginkan, mengurangi kebutuhan untuk operasi caesar. Perempuan percaya bahwa lingkungan persalinan dapat memengaruhi kemudahan atau kesulitan proses persalinan dan fasilitas yang disediakan dapat memengaruhi peluang untuk persalinan normal atau risiko yang memerlukan operasi darurat.

BAB 2 || KENYAMANAN DAN KEPUASAN IBU BERSALIN TERHADAP LINGKUNGAN PERSALINAN

2.1 Persalinan

A. Fisiologis dan psikologis persalinan

Pengertian persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala berlangsung dalam 18-24 jam tanpa komplikasi baik pada ibu ataupun pada janin.

Jadi kesimpulannya, persalinan normal adalah proses pengeluaran janin yang dapat hidup dari dalam uterus dan keluar melalui vagina secara spontan pada kehamilan cukup bulan tanpa bantuan alat dan tidak terjadi komplikasi pada ibu ataupun pada janin dengan presentasi belakang kepala berlangsung dalam kurang dari 24 jam. Proses persalinan diawali oleh adanya kontraksi rahim secara teratur dan lama sehingga membuka jalan lahir dan mendorong janin dan plasenta keluar rahim.

Pengalaman perempuan dalam proses persalinan merupakan hal yang penting dan selanjutnya menentukan kesejahteraan sosial perempuan tersebut. Hal ini yang membuat tidak mudah untuk memisahkan antara pengaruh model perawatan dari lingkungan fisik dengan hasil luaran persalinan.

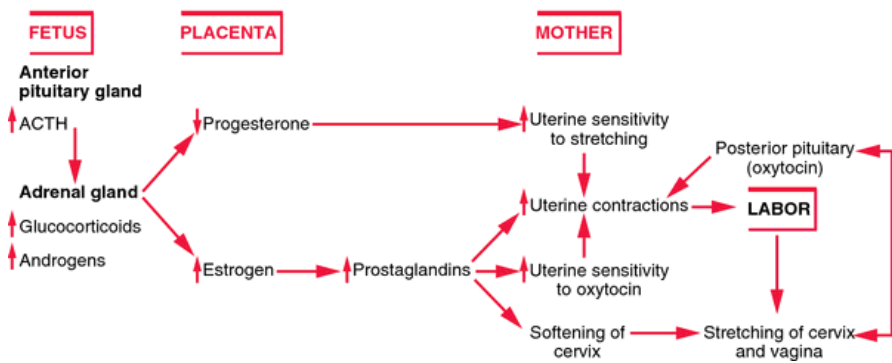
Rasa takut dan sakit menimbulkan stres yang mengakibatkan pengeluaran adrenalin. Hal ini mengakibatkan penyempitan pembuluh darah dan mengurangi aliran darah yang membawa oksigen ke rahim sehingga terjadi penurunan kontraksi rahim yang akan menyebabkan memanjangnya waktu persalinan. Hal ini kurang menguntungkan bagi ibu maupun janin yang berada di dalam rahim ibu.

Stres selama persalinan juga dapat menurunkan amplitudo dan frekuensi kontraksi uterus, dengan demikian persalinan akan berlangsung lama dan memungkinkan untuk *sectio caesare* (SC). Selain itu dapat juga meningkatkan adrenalin sehingga terjadi konstiksi pembuluh darah sehingga suplai oksigen ke janin menurun. Penurunan aliran darah juga menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat memanjangnya proses persalinan.

B. Hormon persalinan

Selama persalinan, tubuh manusia memproduksi tiga hormon utama yang mengatur kemajuan persalinan dan kelahiran dan mempengaruhi persepsi nyeri yaitu oksitosin, betaendorphin, dan adrenalin. Kadar hormon yang terlalu sedikit atau terlalu banyak dari setiap hormon ini dapat membuat persalinan menjadi lambat dan menyakitkan. Produksi dari ketiga hormon ini sangat dipengaruhi oleh keadaan emosional perempuan bersalin, oleh karena itu, relaksasi sangat penting untuk mengendalikan nyeri persalinan.

Hormon persalinan, seperti katekolamin, kortisol, epinefrin, dan beta-endorfin, yang disekresikan sebagai respons terhadap ketegangan dan kecemasan, terlibat dalam kemajuan dilatasi serviks. Hal tersebut memengaruhi otot rahim dan mengurangi kekuatan kontraksi dari rahim serta efisiensi dalam persalinan sehingga memperpanjang persalinan, meningkatkan rasa sakit, dan memicu kecemasan.



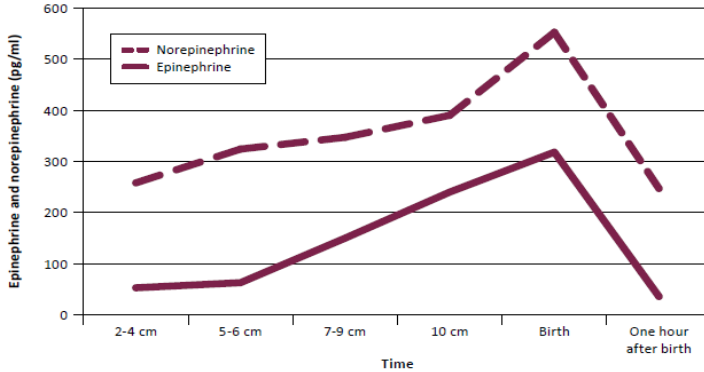
Gambar 2.1. Peran sistem hormonal dalam proses persalinan

Beberapahormon yang berkaitan dengan proses persalinan antara lain:

- a. Norepinephrine dan epinephrine

Epinephrine dilepaskan dalam kondisi stres selama persalinan. Pada akhir persalinan normal, epinephrine akan melonjak dan memberikan energi untuk mendorong bayinya keluar dan membuatnya bersemangat serta waspada pada saat akan melihat bayinya untuk pertama kali. Namun, kadar epinephrine yang berlebihan yang disebabkan oleh kelaparan, rasa takut,

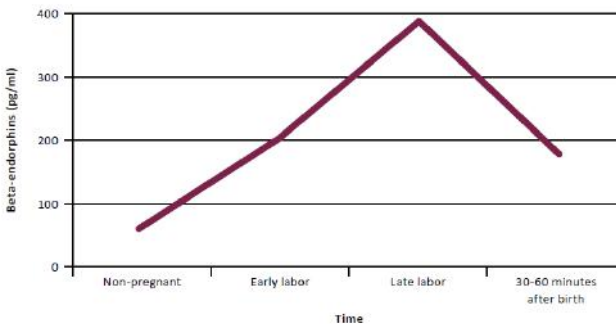
keedinginan, atau persepsi yang tidak baik, menghambat persalinan dan memperburuk persepsi nyeri. Tingkat epinefrin saat persalinan dapat meningkat hingga delapan kali lipat dibandingkan keadaan normal. Hal tersebut mencerminkan stres dan rasa sakit. Rasa takut dan stres dapat membangkitkan E-NE respon, dengan efek berpotensi negatif pada kemajuan persalinan dan suplai darah janin. Puncak kadar E-NE ibu adalah saat kala 2 dan menurun setelah melahirkan. Kadar E di kala 2 meningkat delapan kali dan kadar NE meningkat 1-1,5 kali. Peningkatan kadar E-NE sebagai bentuk kewaspadaan dan perhatian terhadap masukan sensorik selama persalinan. Norepinephrine dan epinephrine bekerja sinergis, memengaruhi konstiksi pembuluh darah. Ketika bekerja tidak sinergis akibat stress pada persalinan dapat menyebabkan gangguan sirkulasi darah termasuk pada uterus yang menyebabkan gangguan kontraksi. Norepinephrine menyebabkan peningkatan aktifitas uterus, sedangkan epinephrine menyebabkan penurunan aktifitas uterus.



Gambar 2.2. Kadar epinephrine dan norepinephrine selama persalinan

b. Beta-endorphine

Beta-endorphin adalah hormon stres saat persalinan. Rendahnya tingkat endorfin dapat menyebabkan lambatnya persalinan dan nyeri yang berlebih. Beta endorphin dilepaskan selama persalinan sebagai respon tubuh terhadap stres. Respon stres ke hipotalamus menyebabkan peningkatan kadar beta-endorphin, dan dianggap berperan dalam mendukung peningkatan respon analgesik selama persalinan.

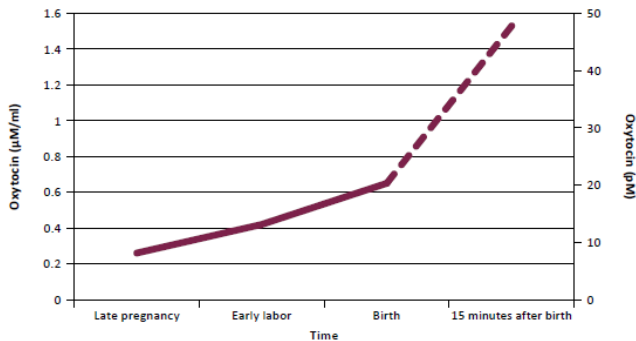


Gambar 2.3. Kadar beta-endorphin selama persalinan

c. Oksitosin

Oksitosin adalah hormon reproduksi yang kuat dengan efek luas di otak dan tubuh. Oksitosin dihasilkan oleh hipotalamus. Efek dari hormon ini kompleks dan masih belum sepenuhnya dipahami. Hormon oksitosin bekerjasama dengan prostaglandin untuk memastikan peningkatan frekuensi, panjang dan kekuatan kontraksi miometrium. Beberapa peranan oksitosin saat persalinan antara lain :

- 1) Meningkatkan kemajuan persalinan, pengeluaran hasil konsepsi (*Ferguson reflex*) dan mengurangi stres.
- 2) Mengikat reseptor oksitosin di miometrium untuk memulai kontraksi uterus yang teratur selama persalinan.
- 3) Oksitosin menyebabkan frekuensi dan durasi nadi meningkat
- 4) Oksitosin merangsang kontraksi.
- 5) Bekerja dengan meningkatkan tingkat beta-endorphin.
- 6) Memiliki efek analgesik kuat
- 7) Meningkatkan pengeluaran janin



Gambar 2.4. Kadar oksitosin selama persalinan

d. CRH (*Corticotrophin Releasing Hormone*)

CRH memiliki peranan penting dalam kelangsungan hidup dan adaptasi manusia. Selama persalinan, CRH mengatur pelepasan hormon prostaglandin, oxytocin, dan Beta-endorphin. Terdapat interaksi yang kompleks antara hipotalamus, hipofisis dan kelenjar adrenal (HPA axis). Hipotalamus melepaskan CRH yang bergerak dalam darah menuju ke hipofisis anterior untuk mengatur respon stress. Kemudian merangsang pelepasan beta-endorphin dan hormon adreno kortikotropik (ACTH). ACTH merangsang sekresi glukokortikoid dan menyebabkan pelepasan kortisol dari kelenjar adrenal. HPA bekerja bersama simpatik-adrenal-meduler (SAM) mengatur pelepasan Norepinephrine dan epinephrine.

Selama persalinan CRH merangsang peningkatan reseptor prostaglandin pada miometrium, merilis oksitosin, kortisol pada janin dan beta-endorphin. Hormon ini juga memiliki peran penting dalam emosi ibu serta respon fisik, emosional terhadap proses persalinan. Kadar CRH plasma ibu meningkat secara progresif selama persalinan mencapai puncak pada 8 dan 9 cm dilatasi serviks dan diikuti oleh penurunan signifikan dalam dua jam postpartum.

C. Ruang persalinan

Persalinan merupakan suatu pengalaman berharga bagi seorang perempuan, sehingga harus dilakukan upaya untuk menjadikan pengalaman persalinan ibu merupakan pengalaman positif. Bidan selaku penolong persalinan harus berusaha untuk menciptakan suatu inovasi yang tepat agar para perempuan yang melahirkan dapat menganggap pengalamannya saat melahirkan merupakan suatu pengalaman yang indah.

Sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1464/MENKES/PER/X/2010 Pasal 17, dalam menjalankan praktik mandiri, bidan harus memenuhi persyaratan meliputi:

- a. Memiliki tempat praktik, ruangan praktik dan peralatan untuk tindakan asuhan kebidanan, serta peralatan untuk menunjang pelayanan kesehatan bayi, anak balita dan pra sekolah yang memenuhi persyaratan lingkungan sehat
- b. Menyediakan maksimal 2 (dua) tempat tidur untuk persalinan
- c. Memiliki sarana, peralatan dan obat sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Tempat untuk praktik bidan mandiri terpisah dari ruangan keluarga, yang terdiri dari: ruang tunggu, ruang pemeriksaan, ruang persalinan, ruang rawat inap, WC/kamar mandi, ruang pencegahan dan pengendalian infeksi (PPI).



Gambar 2.5. Ruang persalinan sesuai standar Permenkes Nomor 1464/MENKES/PER/X/2010

Berdasarkan Permenkes Nomor 1464/MENKES/PER/X/2010, syarat minimal ruang persalinan telah diatur. Akan tetapi, aturan tentang ruang persalinan, masih berfokus pada kuantitas dan kebutuhan fisik ibu bersalin dan penolongnya, belum mencakup kualitas dan menyentuh kebutuhan psikis ibu bersalin, keluarga, dan penolong persalinan. Sehingga melalui buku ini, diharapkan akan ada pembaharuan dalam penataan lingkungan persalinan.

2.2 Kenyamanan

Kenyamanan didefinisikan sebagai suatu keadaan telah terpenuhinya kebutuhan dasar manusia yang bersifat individual dan

holistik, dengan terpenuhinya kenyamanan dapat menyebabkan perasaan sejahtera pada diri individu tersebut.

Kenyamanan adalah penilaian komprehensif seseorang terhadap lingkungannya. Manusia menilai kondisi lingkungan berdasarkan rangsang yang masuk ke dalam dirinya melalui keenam indra melalui syaraf dan dicerna oleh otak untuk dinilai. Dalam hal ini yang terlibat tidak hanya masalah fisik biologis, namun juga perasaan. Suara, cahaya, bau, suhu dan lain-lain rangsangan ditangkap sekaligus, lalu diolah oleh otak. Kemudian otak akan memberikan penilaian relatif apakah kondisi itu nyaman atau tidak.

Kenyamanan diklasifikasikan sebagai hal yang holistik dan didefinisikan sebagai pengalaman langsung yang diperkuat dengan adanya pemenuhan kebutuhan dalam kesenangan, ketentraman dan kebebasan untuk kemudahan meliputi empat konteks (fisik, psikospiritual, sosial, dan lingkungan).

Pencapaian kenyamanan pasien berhubungan dengan peningkatan kondisi pasien baik secara fisik ataupun mental di lingkungannya. Kenyamanan dihasilkan dari beberapa intervensi termasuk fisik, emosional, lingkungan dan sosial. Kenyamanan adalah hal yang multidimensi dan mencakup tiga domain dari tubuh, pikiran, dan jiwa. Kenyamanan dalam domain "tubuh" menunjukkan bahwa kebutuhan fisik telah terpenuhi, kenyamanan dalam "pikiran" menunjukkan ketenangan pikiran, keamanan, atau kebebasan dari kecemasan, sedangkan indikator kenyamanan

dalam domain "jiwa" adalah perasaan yang terhubung dengan kekuatan yang lebih tinggi, emosi terkontrol.

Antara tahun 1960 sampai dengan tahun 1980, kenyamanan sering dianggap sebagai tujuan kecil dari asuhan keperawatan. Konteks, makna, dan pentingnya kenyamanan telah berubah secara signifikan sejak abad ke 19 sampai abad 20 awal sebagai bentuk dari kemajuan dalam perawatan kesehatan. Karena kompleksitas istilah, seringkali kenyamanan ditunjukkan sebagai terpenuhinya kebutuhan pasien atau bahkan penghentian nyeri. Beberapa penelitian menunjukkan nilai kenyamanan sebagai hasil dari pelayanan yang dirasakan oleh pasien, sebagai pengalaman langsung yang diperkuat dengan terpenuhinya kebutuhan untuk bantuan, kemudahan, keamanan, dan transendensi pada konteks fisik, psikospiritual, lingkungan dan sosial. Kenyamanan dalam Persalinan Dari segi teoritis ataupun bukti nyata telah didapatkan hipotesis bahwa lingkungan yang mendukung selama proses persalinan menunjang fisiologi persalinan, mengontrol perasaan dan kemampuan ibu, mengurangi ketergantungan pada intervensi medis. Pemberian dukungan selama persalinan akan mengatasi stres yang mungkin terjadi pada fase persalinan, mengurangi kemungkinan kelahiran operatif dan komplikasi berikutnya, meningkatkan kenyamanan, kontrol perasaan perempuan dan kepuasan dengan pengalaman melahirkan mereka.

Telaah yang dilakukan oleh Lowe tentang kenyamanan dalam persalinan dan pendekatan kebidanan, definisi perasaan nyaman adalah ekspresi yang muncul setelah keinginannya

terpenuhi atau akan terpenuhi meskipun belum tetapi pasti akan terpenuhi atau keinginan dalam tiga hal, yaitu tubuh, pikiran, dan jiwa. Hal tersebut memberikan perasaan lega, keamanan, kemudahan, kesejahteraan, dan harapan. Kenyamanan melibatkan pemenuhan kebutuhan fisik untuk memberikan kemudahan fisik, memenuhi kebutuhan psikologis untuk keamanan, ketenangan, dan harapan.

Lowe berpendapat bahwa perspektif ini dapat menjelaskan mengapa ibu bersalin yang nyaman secara fisik, adanya privasi, lingkungan yang aman, adanya jaminan, informasi dan bimbingan selama persalinan, adanya pemberian motivasi, dukungan emosional, dan adanya pendamping mampu mengatasi rasa nyeri dan memiliki kekuatan, serta munculnya kenyamanan secara psikologis dan spiritual selama persalinan.

Borques dan Wieggers dalam penelitiannya pada tahun 2005 menyatakan bahwa perempuan yang merasa nyaman dengan lingkungan persalinan mereka hanya 34%. Hal ini terkait dengan ruang persalinan yang terkesan “asing”, kecil dan minimnya bantuan/pembatasan dukungan bagi ibu. Padahal, lingkungan memiliki efek positif pada pengalaman kelahiran ibu. Borques dan Wieggers merekomendasikan perlunya identifikasi dan pemahaman tentang faktor-faktor di lingkungan yang membuat pengalaman persalinan lebih positif untuk dikaji dan diterapkan dalam pengembangan keilmuan ataupun praktik kebidanan.

Kontrol perasaan ibu selama persalinan, berkorelasi dengan kepuasan yang lebih besar dalam pengalaman persalinan. Studi

terdahulu menunjukkan bahwa harapan ataupun persepsi ibu mempengaruhi proses kelahiran yang sebenarnya. Perlu ditekankan pentingnya proses persalinan berjalan secara fisiologis dan memastikan ibu bersalin dalam kondisi aman dan nyaman. Ketidaknyamanan pada ibu bersalin dapat difasilitasi dengan meningkatkan hal positif, yang bersifat menghibur dan dukungan lingkungan persalinan. Peningkatan kenyamanan akan memperkuat pasien untuk secara sadar terlibat dalam perilaku yang mendorong mereka menuju keadaan lebih baik, membantu upaya pemulihan, dan pencegahan komplikasi. Perhatian terhadap kenyamanan pasien sangat penting dan dapat membantu untuk mengurangi kecemasan, memberikan jaminan serta menanamkan harapan. Dalam istilah lainnya, peningkatan kenyamanan berkaitan dengan peningkatan harapan dan dapat mengurangi komplikasi yang berhubungan dengan kecemasan.

Seorang ibu bersalin yang merasa nyaman akan memiliki keyakinan, kemampuan untuk mengatasi serta memiliki kapasitas yang kuat untuk mengurangi persepsi nyeri dan menurunkan resiko intervensi medis/penggunaan analgesia selama persalinan. Intervensi terhadap nyeri persalinan dapat memengaruhi tingkat kenyamanan ibu dalam persalinan. Namun, tidak adanya rasa sakit tidak perlu dan tidak cukup untuk ibu mengalami kenyamanan. Rasa sakit bukanlah fenomena negatif, tapi hal tersebut adalah hal alami yang merupakan bagian dari kehidupan, banyak faktor yang memengaruhi persepsi perempuan dari rasa sakit. Demikian juga,

banyak faktor yang dapat memberikan kenyamanan meskipun terdapat nyeri persalinan.

Teori kenyamanan juga menyediakan kerangka kerja untuk menilai bagaimana terapi alternatif dan komplementer dapat meningkatkan hasil positif dari pengalaman melahirkan. Dalam melakukan pendekatan pelayanan kesehatan yang holistik, penolong persalinan diharapkan untuk mempertimbangkan semua aspek yang memengaruhi ibu bersalin, menilai status kenyamanan ibu dan mengembangkan rencana pemberian layanan. Pada fase awal persalinan seringkali terjadi ketegangan/kecemasan, sebagai konsekuensinya maka akan timbul persepsi ketidaknyamanan. Ketidakseimbangan kontrol diri dimulai saat intensitas dan frekuensi kontraksi meningkat. Ibu bersalin dan penolong perlu mengidentifikasi intervensi yang dapat memberikan kondisi yang lebih nyaman. Oleh karena itu, perlu dilakukan evaluasi apakah kebutuhan kenyamanan ibu bersalin telah terpenuhi.

Peningkatan kenyamanan menunjukkan bahwa ketegangan sedang dipulihkan dan mengarah ke perilaku yang lebih konstruktif. Perilaku konstruktif, digambarkan sebagai rasa pembaharuan, dapat memperkuat motivasi dan sikap positif terhadap tantangan kemajuan persalinan meskipun ibu mungkin mengalami nyeri akibat kontraksi persalinan. Lebih lanjut, dinyatakan bahwa keseimbangan antara kenyamanan dan nyeri selama persalinan mempengaruhi kerja sistem saraf simpatis dan parasimpatis yang nantinya akan berdampak pada luaran persalinan, antara lain: lama persalinan dan nilai APGAR. Kenyamanan dalam konsep

persalinan adalah ekspresi yang muncul setelah menemukan kebutuhan dalam 3hal, yaitu: tubuh, pikiran dan jiwa. Hal ini akan memberikan perasaan lega, aman, sejahtera, dan timbul kepercayaan diri ataupun terhadap lingkungannya. Para peneliti berpendapat bahwa ibu bersalin akan merasa nyaman melalui dukungan lingkungan fisik berupa lingkungan yang nyaman, aman, privasi ibu terjaga dan adanya dukungan emosional, terpenuhi kebutuhan fisik, psikologis dan spiritual selama proses persalinan.

Kenyamanan seseorang dapat terukur melalui beberapa cara, salah satunya adalah menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). NRS dikemukakan oleh Downie dkk pada tahun 1978. Pada prinsipnya, NRS hampir sama dengan Visual Analog Scale. Perbedaannya, pada NRS terdapat nomor dari kategori tingkatan ketidaknyamanan. Cara pengisiannya dengan menandai nomor yang tersedia sesuai tingkat “tidak nyaman” yang dirasakan. Kekurangan dari metode ini adalah mempunyai sensitivitas yang terbatas.

Berdasarkan literatur, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kenyamanan ibu bersalin, antara lain:

1. Usia

Usia adalah indikator pematangan pribadi, organik, psikis dan fungsi intelektual yang bervariasi pada periode siklus hidup perkembangan manusia. Dalam konteks perilaku kesehatan, usia kronologis dengan kemampuan seseorang dalam mengelola diri di suatu lingkungan, yang

melibatkan berbagai pemahaman, peneladanan, dan penilaian.

2. Status Ekonomi

Indikator status ekonomi dapat dilihat dari pekerjaan, pendapatan suami istri. Pekerjaan berhubungan dengan faktor ekonomi yang memegang peranan penting dalam memengaruhi tingkat kesehatan, pemilihan jenis dan tempat pelayanan kesehatan. Bila ekonomi cukup, maka akses untuk mendapatkan pelayanan kesehatan lebih mudah. Ibu yang bekerja di sektor formal memiliki akses yang baik terhadap informasi kesehatan sehingga dapat menerima informasi-informasi dengan baik dan jelas mengenai kesehatan.

2.3 Kepuasan

Kepuasan ditentukan oleh perbedaan antara apa yang diharapkan dan apa yang sebenarnya terjadi. Kepuasan merupakan indikator hasil kualitas yang penting dan untuk mengukur keberhasilan sistem layanan kesehatan. Kepuasan pasien adalah sikap pasien yang disebabkan oleh hasil, pelayanan, atau proses. Sikap yang dimaksud adalah yang terukur lebih menyeluruh terhadap hasil dan layanan. Kepuasan pasien adalah suatu tingkat perasaan pasien yang timbul sebagai akibat dari kinerja pelayanan kesehatan yang diperolehnya setelah pasien membandingkannya dengan apa yang diharapkan. Pasien baru akan merasa puas apabila

kinerja pelayanan kesehatan yang diperolehnya sama atau melebihi dari apa yang diharapkannya.

Kepuasan adalah nilai subjektif terhadap kualitas layanan yang diterima. Walaupun kepuasan bersifat subjektif, tetap ada dasar objektifnya, artinya penilaian dilandasi oleh:

1. Pengalaman masa lalu
2. Pendidikan
3. Situasi psikis saat itu
4. Pengaruh lingkungan saat itu

Mengukur kepuasan pasien memiliki dampak terhadap peningkatan kualitas pelayanan. Evaluasi pelayanan pasien merupakan alat yang realistis untuk melakukan perbaikan, meningkatkan pengambilan keputusan strategis, mengurangibiaya, memenuhi harapan pasien, dan strategi yang efektif untuk memperbaiki manajemen, dan memantau kinerja kesehatan.

Kepuasan pasien mencerminkan adanya keterlibatan pasien dalam pengambilan keputusan dan peran mereka sebagai mitra dalam meningkatkan kualitas kesehatan. Terdapat korelasi yang signifikan antara mengukur kepuasan pasien dan kesinambungan pelayanan, yaitu apabila pasien yang merasa puas cenderung untuk mematuhi anjuran dan pengobatan yang diberikan oleh penyedia layanan kesehatan.

Kepuasan ibu bersalin sebagian terkait dengan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayinya. Misalnya, ketidakpuasan terkait rendahnya pendekatan psikologis postnatal, tingginya resiko aborsi,

preferensi untuk operasi caesar, memiliki perasaan negatif terhadap bayi dan masalah menyusui. Kepuasan persalinan dipengaruhi oleh pengendalian diri, persepsi nyeri persalinan, harapan, dan dukungan bidan. Berdasarkan konsep kualitas Donabedian, kepuasan ibu bersalin dihubungkan dengan harapan ibu terhadap suatu layanan kesehatan, yang meliputi: struktur, proses, luaran persalinan, akses dan biaya.

Sebuah tinjauan literatur menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor penentu utama kepuasan ibu bersalin, yaitu:

1. Nyeri

Studi tentang hubungan antara intensitas nyeri dan kepuasan tampaknya memberikan hasil yang beragam. Beberapa peneliti menemukan bahwa pengalaman nyeri persalinan mengakibatkan penurunan kepuasan.

2. Harapan

Harapan mengacu pada sistem peran. Peran ibu saat bersalin melibatkan harapan tentang perilaku diri sendiri dan orang lain seperti bidan. Harapan yang tidak terlaksana dapat mengganggu kelancaran persalinan dan dapat menjadi sebuah ancaman. Adanya penyimpangan harapan atau kondisi abnormal dapat menciptakan tekanan. Wanita yang terpenuhi harapan-harapannya saat melahirkan merasakan lebih puas daripada yang tidak terpenuhi. Harapan terkait beberapa aspek persalinan, seperti: emosi, lama persalinan, kebutuhan untuk

intervensi, kondisi bayi yang dilahirkan, dan dukungan dari penyedia layanan.

3. Kontrol diri

Kendali pribadi telah terbukti menjadi prediktor terkuat untuk kepuasan persalinan. Meskipun manajemen nyeri adalah solusi jangka pendek terbaik untuk membantu perempuan mengatasi melahirkan, namun kontrol diri memberikan manfaat jangka panjang. Kontrol diri mengacu merupakan kebalikan dari ketidakberdayaan ibu bersalin yang dapat menyebabkan perasaan terasing. Keterasingan diduga menjadi konsekuensi dari medikalisasi melahirkan. Adanya kontrol diri yang baik, terbukti meningkatkan kepuasan persalinan dan mengurangi nyeri persalinan.

4. Kemampuan diri

Kemampuan diri mencerminkan terdapat kepercayaan diri bahwa ia memiliki kemampuan untuk menghadapi setiap situasi stres. Kemampuan diri juga terkait untuk menurunkan tingkat nyeri. Kontrol diri dan kemampuan diri merupakan mediator nyeri, sehingga semakin tinggi kontrol dan kemampuan diri, maka nyeri akan semakin berkurang.

5. Lingkungan fisik

Lingkungan fisik yang baik dan manajemen yang efisien termasuk penilaian positif terhadap fasilitas kesehatan dan pelayanan kesehatan yang signifikan oleh ibu. Hal-hal

tersebut termasuk pembangunan infrastruktur yang baik dengan mudahnya aliran air, listrik, tempat tidur, kebersihan, ruang kamar yang memadai, pengaturan tempat duduk dan ruang tunggu. Pada ibu bersalin yang mendapatkan fasilitas yang baik, secara bermakna lebih puas.

6. Luaran persalinan

Ibu dan bayi baru lahir dalam hal kelangsungan hidup dan kesehatan ibu dan bayi baru lahir memengaruhi kepuasan ibu bersalin. Pada dasarnya, ada dua pendekatan untuk mengevaluasi kepuasan pasien, yaitu pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Pendekatan kuantitatif dapat menggunakan kuesioner, dan pendekatan kualitatif menggunakan wawancara maupun observasi.

2.4 Lingkungan Persalinan

Manusia dan alam lingkungan pada hakikatnya merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Keduanya saling berinteraksi, dan dari proses interaksi tersebut dapat berupa lingkungan fisik. Sebagai lingkungan binaan, interior dapat memberikan sebuah bentuk respon tertentu dari individu sebagai penggunaannya. Proses respon manusia terhadap ruang pada dasarnya adalah sebuah proses *stimulus-organism-response*. Stimulus dapat diartikan sebagai fenomena yang dihasilkan ruang dan berpotensi memberikan sensasi terhadap indra manusia. Sedangkan organisme

adalah filter bagi proses persepsi sebelum akhirnya individu memberikan respon.

Pengaruh kebudayaan termasuk kebiasaan hidup, tampak dalam berbagai gejala hubungan manusia dengan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari. Reaksi orang terhadap lingkungannya bergantung pada tingkat adaptasi orang yang bersangkutan pada lingkungan tersebut. Semakin jauh perbedaan antara keadaan lingkungan dengan tingkat adaptasi, makin kuat pula reaksi orang tersebut.

Kebudayaan berperan dalam menjembatani hubungan antara manusia dengan lingkungan alam dan fisiknya. Dalam proses ini peranan kebudayaan sangat menentukan tingkat kesanggupan adaptasi manusia, dan dalam meningkatkan taraf kesejahteraan hidupnya. Manusia dan lingkungan, baik lingkungan alam maupun lingkungan sosial budaya, merupakan sebuah sistem yang saling terkait satu sama lain. Manusia dalam menjalani kehidupannya tidak akan terlepas dari pengaruh sosial, budaya, dan lingkungan alam dan semuanya itu membangun pola pikir atau ide setiap manusia terhadap keberadaannya dalam lingkungan yang melingkupinya.

Manusia menyesuaikan responnya terhadap rangsang yang datang dari luar, sedangkan stimulus dapat diubah sesuai dengan kebutuhan manusia. Adaptasi merupakan penyesuaian respon terhadap stimulus. Stimulus yang diberikan, akan terlihat oleh seseorang, menciptakan harapan sendiri dan dapat memutuskan sesuatu terhadap stimulus yang diterimanya.

Gangguan dari faktor psikis berupa kecemasan dan nyeri seringkali muncul pada ibu bersalin menjelang persalinan. Mengatasi hal tersebut dapat dilakukan melalui dukungan lingkungan fisik berupa lingkungan yang nyaman, aman, privasi ibu terjaga dan adanya jaminan serta penguatan berbagai sumber daya, dukungan emosional, terpenuhi kebutuhan fisik, psikologis dan spiritual selama proses persalinan. Namun, saat ini lingkungan merupakan salah satu faktor penting yang cenderung diabaikan. Lingkungan dalam proses persalinan dapat memiliki efek yang besar terhadap kenyamanan, kecemasan, ketakutan, kelancaran persalinan, dan kepuasan pasien.

Sebuah lingkungan fisik memiliki pengaruh pada pemikiran, perasaan serta perilaku manusia. Seseorang menilai lebih atau kurangnya stimulus dengan adanya pengindraan dan persepsi. Sebagai sebuah lingkungan binaan, ruang merupakan stimulus yang mampu direspon oleh sistem panca indra manusia (penglihatan, pendengaran, pengecap, penciuman dan sentuhan), dimana secara psikologis berpotensi membentuk persepsi yang secara tidak langsung berpengaruh pada emosional dan perilaku manusia.

Reaksi seseorang terhadap lingkungannya bergantung pada tingkat adaptasi orang yang bersangkutan pada lingkungannya. Semakin jauh perbedaan antara keadaan lingkungan dengan tingkat adaptasi, maka semakin kuat pula reaksi orang tersebut. Penyesuaian seseorang terhadap suatu stimulus terbagi menjadi dua, yaitu penyesuaian respon seseorang terhadap lingkungan yang

disebut adaptasi, dan penyesuaian lingkungan terhadap keadaan seseorang yang disebut *adjustment*. Salah satunya adalah pembuatan lingkungan buatan di ruang bersalin.

Proses pembuatan lingkungan binaan atau rekayasa lingkungan melibatkan tingkah laku merancang lingkungan. Dalam merancang lingkungan, ada dua unsur, yaitu kelayakan huni (*habitability*) dan alternatif desain. Kelayakan huni adalah seberapa jauh suatu lingkungan dapat memenuhi keperluan manusia yang akan menggunakan lingkungan buatan itu. Alternatif desain adalah semua cara yang mungkin terpikirkan oleh manusia untuk membuat rancangan guna memenuhi keperluan layak huni. Setelah rancangan ditetapkan, kemudian diterapkan dan diwujudkan dalam bentuk nyata. Keseluruhan kegiatan sejak mendesain sampai melaksanakannya itulah yang dinamakan sebagai *adjustment*.

Tingkatan adaptasi tidak hanya berbeda antara satu manusia dengan manusia yang lain sebagai fungsi dari pengalaman, tetapi dapat terjadi karena perbedaan tingkatan stimulus dari suatu waktu ke waktu yang lain. Dengan demikian dalam tingkatan adaptasi akan terjadi pergeseran ambang toleransi seseorang terhadap stimulus lingkungan yang muncul. Apabila stimulus lingkungan secara terus-menerus memberikan rangsangannya, maka seseorang yang bersangkutan akan menurunkan standarnya dan mengikuti lingkungan tersebut.

BAB 3 || PERAN BIDAN DALAM MENINGKATKAN KENYAMANAN DAN KEPUASAN PERSALINAN MELALUI PENGATURAN LINGKUNGAN PERSALINAN

Gangguan dari faktor psikis berupa kecemasan dan nyeri seringkali muncul pada ibu bersalin menjelang persalinan. Mengatasi hal tersebut dapat dilakukan melalui dukungan lingkungan fisik berupa lingkungan yang nyaman, aman, privasi ibu terjaga dan adanya jaminan serta penguatan berbagai sumber daya, dukungan emosional, terpenuhi kebutuhan fisik, psikologis dan spiritual selama proses persalinan. Namun, saat ini lingkungan merupakan salah satu faktor penting yang cenderung diabaikan. Lingkungan dalam proses persalinan dapat memiliki efek yang besar terhadap kenyamanan, kecemasan, ketakutan, kelancaran persalinan, dan kepuasan pasien.

Banyak wanita menunjukkan bahwa aspek-aspek positif dari lingkungan persalinan berhubungan dengan hasil luaran persalinan yang positif. Lingkungan fisik yang lebih menyenangkan dan dirasa nyaman adalah lingkungan yang sangat bersih, ramah, hangat, berbau harum dan estetika menyenangkan, dapat membantu ibu merasakan santai, terutama ketika persalinan lama dan dapat memiliki waktu yang cukup untuk memerhatikan hal-hal tersebut. Santai dan merasa nyaman adalah hal yang penting dalam menjaga situasi yang belum tentu dapat direncanakan.

Memperbaiki lingkungan fisik, meningkatkan harapan perempuan dan kepercayaan diri melalui dukungan antenatal dan persiapan persalinan, dan meningkatkan dukungan dan kontrol selama persalinan bisa membuat perbedaan yang signifikan terhadap jumlah perempuan yang mencapai jenis kelahiran yang mereka inginkan, mengurangi kemungkinan operasi caesar. Perempuan percaya bahwa lingkungan persalinan dapat memengaruhi kemudahan atau kesulitan proses persalinan dan fasilitas yang disediakan dapat memengaruhi peluang untuk persalinan normal atau risiko yang memerlukan operasi darurat.

Lingkungan fisik yang baik dan manajemen yang efisien termasuk penilaian positif terhadap fasilitas kesehatan dan pelayanan kesehatan yang signifikan oleh ibu. Hal-hal tersebut termasuk pembangunan infrastruktur yang baik dengan mudahnya aliran air, listrik, tempat tidur, kebersihan, ruang kamar yang memadai, pengaturan tempat duduk dan ruang tunggu. Pada ibu bersalin yang mendapatkan fasilitas yang baik, secara bermakna lebih puas.

Kenyamanan dan kepuasan ibu bersalin merupakan tolak ukur tertinggi bagi bidan dalam melakukan pertolongan persalinan. Karena kepuasan dapat digunakan sebagai bahan evaluasi bidan dalam memberikan layanan pertolongan persalinan. Kenyamanan dan kepuasan persalinan tidak dapat terlepas dari beberapa faktor lain, seperti kecemasan, nyeri, kemajuan persalinan, dan luaran persalinan.

Dalam sebuah lingkungan persalinan, ibu memiliki keterbatasan khusus yang dikarenakan oleh keadaan atau kondisi fisiknya. Kondisi fisik ibu mengandung, menyebabkan ibu sulit untuk bergerak, baik secara vertikal maupun horizontal dan waktu melahirkan yang tak tentu, merupakan hal utama yang perlu diperhatikan bagi perencanaan ruang pada lingkungan persalinan. Selain keadaan fisik yang berubah, keadaan psikologis ibu juga mengalami perubahan. Untuk memahami peran bidan dalam menciptakan lingkungan persalinan yang nyaman, seorang bidan harus mampu memahami kebutuhan Ibu bersalin dalam lingkungan persalinan terlebih dahulu.

Adapun kebutuhan ibu dalam lingkungan persalinan yang dimaksud adalah kebutuhan ibu secara fisik dan psikologis. Kondisi lingkungan fisik dalam lingkungan persalinan menjadi penting untuk diperhatikan karena dapat memengaruhi kondisi psikologis ibu yang dapat memberikan dampak pada kelancaran proses persalinan, dan juga memberikan kepuasan pada ibu bersalin.

Untuk dapat melihat apa saja yang dibutuhkan ibu dalam sebuah lingkungan persalinan, maka akan dipaparkan bagaimana aktivitas ibu saat persalinan, terutama kala I persalinan, serta kebutuhan ruangnya dalam lingkungan persalinan sehingga bidan bisa mengetahui hal apa saja yang harus terpenuhi dalam masa-masa persalinan tersebut.

Pada saat pertama kali, ibu yang datang ke rumah sakit atau rumah bersalin, ada suatu hal yang mungkin terjadi, yaitu ibu baru mengalami mulas teratur, ataupun sudah siap melahirkan. Sehingga

ibu memerlukan akses yang mudah untuk dapat masuk ke area bersalin. Kondisi fisik ibu bersalin yang mengalami kemunduran dalam pergerakan, seperti lebih sulit bergerak cepat, tidak dapat berjalan jauh, dan waktu persalinan yang tidak terduga merupakan hal yang perlu diperhatikan untuk bisa membuat akses lingkungan persalinan menjadi lebih mudah. Lingkungan persalinan yang mudah diakses dari mulai ibu masuk, adalah hal yang penting jika dilihat dari kondisi fisik dan waktu ibu melahirkan karena merupakan suatu kebutuhan khusus, sehingga ibu dapat merasa nyaman dalam sebuah lingkungan persalinan, karena merasa kebutuhannya terpenuhi.

Beberapa waktu sebelum ibu melahirkan anaknya, ibu akan mengalami kontraksi yang dapat membatasi pergerakan ibu. Sehingga ibu disarankan untuk melakukan gerakan yang dapat meringankan rasa nyeri yang dialami saat kontraksi. Pada tahap ini, biasanya ibu sudah menginap di rumah sakit atau tempat ibu akan melahirkan. Dalam kurun waktu itu, sang ibu diberi kebebasan untuk mengontrol dirinya.

Ibu diperbolehkan untuk berjalan-jalan, berkumpul bersama keluarga yang menunggu, ataupun hanya berbaring di tempat tidur, sejauh apa yang ibu lakukan dapat memberikan rasa nyaman kepada dirinya, dan tidak melanggar aturan medis. Ibu membutuhkan suasana rileks di lingkungan persalinan, yang dapat dicapai dengan ruang yang mendukung, seperti taman, kantin ataupun sekedar ruang tunggu yang nyaman.

Setelah mulai pembukaan, dan ibu sudah harus berbaring di tempat tidur ataupun posisi yang nyaman menurut ibu, untuk mengurangi resiko pecahnya ketuban dan keadaan ibu yang mulai melemah. Hingga akhirnya ibu mencapai pembukaan jalan lahir lengkap, ibu telah siap melakukan persalinan. Pada tahap ini, dukungan keluarga sangat penting. Kehadiran keluarga dapat memberikan dukungan emosional terhadap ibu, yang pada akhirnya dapat memberikan rasa yakin pada ibu, sehingga dapat membantu kelancaran proses persalinan. Berdasarkan hal tersebut, maka bidan harus menyiapkan tempat khusus untuk pendamping persalinan.

Berdasarkan kegiatan ibu dalam tahap ini, akses yang mudah bagi ibu dan keluarga menjadi penting. Selain itu, dibutuhkan *space* yang layak dengan kualitas ruang yang baik, baik dalam ruang dalam maupun luar ruang juga menjadi penting, seperti suasana ruang yang dapat menenangkan ibu serta keluarga yang sedang menunggu proses kelahiran buah hatinya.

Faktor lingkungan mempunyai peran besar dalam proses persalinan. Sehingga perlu dibuat lingkungan binaan yang keberadaannya dapat menjadi stimulus ibu bersalin.

3.1 Modifikasi Lingkungan Persalinan

Berdasarkan pendekatan stimulus terhadap panca indra, pengaturan lingkungan persalinan diklasifikasikan sebagai berikut :

A. Indra penglihatan (visual)

1. Pencahayaan

Kenyamanan visual adalah ketika persepsi penglihatan dalam otak manusia dapat beroperasi tanpa adanya hambatan, sehingga, fungsi dasar mata, seperti penglihatan, kecepatan, dan sensitivitas kontras dapat dioptimalkan. (Velasco) Warna dan cahaya adalah faktor utama dalam lingkungan buatan manusia; dan tidak ada keraguan bahwa keduanya memiliki pengaruh yang kuat terhadap psikologis dan fisiologis manusia.

Dari berbagai macam stimulus yang merupakan bagian dari lingkungan fisik, stimulus visual mempunyai kemampuan paling dominan dalam menciptakan sensasi. Yang termasuk stimulus visual antara lain : pencahayaan yang memengaruhi warna dan visualisasi.

Pencahayaan di dalam suatu ruangan memungkinkan orang yang menempatinya dapat melihat objek. Tanpa dapat melihat objek dengan jelas maka aktivitas di dalam ruang akan terganggu. Sebaliknya, cahaya yang terlalu terang juga dapat mengganggu penglihatan.

Pencahayaan sangat memengaruhi kemampuan manusia untuk melihat objek secara jelas, cepat dan tanpa menimbulkan kesalahan. Kurangnya pencahayaan akan mengakibatkan mata menjadi cepat lelah karena mata akan berusaha untuk melihat jelas dengan membuka lebar-lebar. Kelelahan mata akan mengakibatkan kelelahan mental dan

kerusakan mata. Kemampuan mata untuk melihat objek secara jelas dipengaruhi oleh ukuran objek, derajat kontras antara objek dengan sekelilingnya, luminansi (*brightness*), serta lamanya waktu untuk melihat objek tersebut.

Intensitas warna yang menonjol dapat diubah oleh kekuatan cahaya yang menyinarinya. Mengurangi kekuatan cahaya akan menetralkan warna tersebut. Menambah kekuatan cahaya akan menambah warna menjadi lebih muda dan meningkatkan intensitasnya. Walaupun demikian, pencahayaan yang tinggi membuat warna tampak kurang pekat atau luntur.

Kepmenkes No 1204 tahun 2004 telah mengatur standar pencahayaan yang digunakan di dalam ruang persalinan sebesar 300 lux, sedangkan untuk tindakan dan pemeriksaan sebesar 1000 lux.

Pencahayaan alam maupun buatan diupayakan agar tidak menimbulkan silau dan intensitasnya sesuai dengan kegunaannya. Pencahayaan didapatkan dari pencahayaan alami, general (lampu standar) dan pencahayaan khusus (*spot light*).

Fokus utama pada kenyamanan visual adalah kekuatan cahaya, kontras, dan kesilauan. Yang pertama adalah kekuatan cahaya, kegiatan yang membutuhkan suatu ketelitian dan intens, maka kekuatan cahaya harus semakin terang. Hal tersebut yang menjadi

alasan utama kamar operasi pasti lebih terang daripada di perkantoran pada umumnya. Selanjutnya adalah yang berkaitan dengan kekontrasan. Semakin besar kekontrasan, maka lebih mudah pemahaman terhadap objek. Kesilauan dapat dikurangi dengan cahaya dari sumber yang lain.

Pentingnya pencahayaan dalam lingkungan persalinan sering tidak diperhatikan. Kontrol atas intensitas cahaya adalah salah satu cara mudah untuk memberikan ibu kontrol atas lingkungan persalinan mereka. Pengaturan pencahayaan juga dapat membuat kesan “asing” berkurang, penggunaan lampu dengan pencahayaan yang tidak terlalu terang memberikan kesan seperti di rumah, sedangkan lampu neon mencolok terang adalah ciri khas dari lingkungan klinis. Pengaturan pencahayaan juga memberikan kesempatan untuk perubahan suasana hati. Cahaya terang dapat mendorong aktivitas dan pencahayaan rendah dapat mengubah “mood” menjadi lebih tenang dan privasi yang lebih besar.

Kebutuhan pencahayaan bagi bidan dalam melakukan pekerjaan perlu pula diperhatikan saat pengaturan pencahayaan. Pencahayaan yang baik diperlukan untuk ketelitian dalam bekerja. Arah sumber cahaya perlu diperhatikan untuk efektifitas penglihatan, sebaiknya mata tidak langsung menerima cahaya dari sumbernya, tetapi cahaya tersebut harus mengenai objek

yang akan dilihat yang kemudian akan dipantulkan objek tersebut ke mata kita. Untuk menyiasati kebutuhan pencahayaan bagi bidan maka dapat dilakukan dengan penggunaan lampu sorot. Tata pencahayaan dapat memengaruhi kenyamanan ibu bersalin dan juga berpengaruh bagi kelancaran bidan dalam melakukan tugasnya.

Desain pencahayaan dapat membuat ibu bersalin merasa santai dan tenang. Mampu menyesuaikan pencahayaan juga memberikan kesempatan untuk mengubah suasana hati. Pencahayaan yang terlalu terang adalah ciri khas lingkungan klinis serta dapat merangsang neokorteks. Cahaya terang dapat mendorong aktivitas, sedangkan pencahayaan yang lebih redup dapat membuat suasana hati menjadi lebih tenang dan terasa ada privasi. Pengaturan pencahayaan yang tidak terlalu terang juga dapat merangsang tubuh untuk memproduksi melatonin, dan selanjutnya meningkatkan produksi oksitosin.

Ditemukan kaitan pengaturan pencahayaan dengan produksi oksitosin. Kehadiran oksitosin memengaruhi produksi endorfin. Beta-endorphin adalah hormon yang terakumulasi secara alami pada saat persalinan untuk membantu menahan rasa sakit pada nyeri persalinan. Rendahnya tingkat endorfin dapat menyebabkan persalinan menjadi lambat dan ibu merasakan sakit yang berlebihan. Seorang wanita dalam proses persalinan dapat

meningkatkan produksi endorfin dengan tetap tenang dan nyaman serta menghindari gangguan yang mengacaukan.

2. Warna

Warna adalah sensasi visual yang dihasilkan oleh adanya stimulus cahaya, baik cahaya alami maupun buatan. Tampilan warna suatu objek bergantung pada jenis cahaya, sehingga dapat dikatakan bahwa warna berubah sesuai dengan kualitas cahaya. Warna memiliki dampak emosional langsung pada individu. Nilai warna tidak hanya ditentukan oleh fungsi ruangan, tetapi juga oleh kebutuhan dan preferensi penggunaannya.

Terdapat beberapa faktor yang dapat menghambat persepsi terhadap warna antara lain:

- a. Arah cahaya yang salah
- b. Terlalu silau
- c. Pemilihan warna yang buruk
- d. Desain interior yang buruk

Warna memiliki berbagai macam fungsi, yaitu:

- a. Fungsi indikasi: Warna menjelaskan karakter, manfaat, dan fungsi dari sebuah objek dengan menunjukkan validitas visual, kondisi, material, tujuan, atau struktur fungsional.
- b. Fungsi simbolik: Warna memaparkan makna suatu objek.

- c. Fungsi estetika: Warna dapat berfungsi sebagai elemen dekoratif atau sebagai bagian dari komposisi formal.

Berdasarkan psikologi warna, warna dibagi menjadi 3, yaitu:

- a. Warna hangat: merupakan warna yang cepat ditangkap oleh mata dan memberikan rangsangan energi untuk yang melihat. Warna di sisi hangat lingkaran warna umumnya dipahami sebagai kebahagiaan, kenikmatan, energik, agresif, aktif dan menyenangkan. merah-ungu, merah, merah-jingga, jingga, kuning-jingga, sampai kuning dan warna paling panas adalah warna jingga
- b. Warna dingin: warna yang memberikan nuansa kesejukan atau ketenangan, yaitu warna kuning-hijau, hijau, hijau-biru, biru, biru-ungu, ungu dan warna paling dingin adalah perpaduan warna hijau-biru. Warna-warna ini memberikan perasaan santai dan ketenangan.
- c. Warna netral: putih, hitam, abu-abu berada di kategori ini. Warna-warna tersebut berada diantara warna dingin dan hangat dan memiliki efek psikologis yang kurang intens. Warna akromatik juga dianggap sebagai warna netral, seperti coklat, krem, dan tans.

Setiap warna memberikan pengaruh psikologis yang berbeda. Penggunaan cat yang berwarna putih cerah di

ruang bersalin harus dihindari karena dapat merangsang neokorteks. Warna gelap dapat memberikan kesan sempit, warna terang dapat memberikan kesan leluasa. Dalam keadaan ruangan yang sempit warna yang terang dapat menghilangkan kesan tersebut. Hal tersebut, secara psikologis sangat menguntungkan karena kesan sempit cenderung menimbulkan ketegangan.

Salah satu masalah yang dihadapi untuk pewarnaan bangunan yang bersifat pelayanan kesehatan adalah karena memiliki kekhususan dalam pelayanan manusia. Mereka yang dilayani adalah manusia yang butuh pemeliharaan, pelayanan, dan penyembuhan, baik fisik maupun mental. Manusia yang demikian umumnya memiliki emosional yang tinggi.

Berdasarkan studi pustaka, saat menolong persalinan, bidan membutuhkan penerangan yang cukup kuat, sehingga harus diimbangi dengan warna yang sesuai, sehingga tidak menimbulkan kesilauan mata. Warna hijau dan biru kehijauan dapat menurunkan kesilauan mata. Saat bersalin, ibu mengeluarkan darah yang cukup banyak. Warna hijau dan biru kehijauan dapat menyebabkan kontras visual yang membentuk warna lawannya, yaitu warna merah darah, sehingga membantu akuitas mata bidan saat menolong persalinan. Bagi ibu bersalin, kedua warna tersebut dapat menyebabkan kenyamanan pada

matanya, yang merupakan prasyarat yang diutamakan sebelum kebutuhan emosional lainnya terpenuhi.

Hal tersebut senada dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa warna yang sesuai bagi ruang rawat inap adalah warna hijau pastel dan biru pastel, karena akan memberikan kesan relaksasi. Warna hijau merupakan warna kesukaan bagi psikoneurotik dan psikotik. Dibandingkan warna lain, warna hijau relatif lebih netral, pengaruh terhadap emosi hampir mendekati pasif dan bersifat istirahat.

Permainan komposisi warna pada dinding juga diperlukan untuk mengurangi kemonotonan dalam ruang rawat inap. Permainan komposisi warna ini dapat dilakukan dengan memberikan warna aksen yang berbeda namun tidak terlalu kontras pada salah satu dindingnya sehingga ruangan tidak berkesan monoton, sehingga membantu mengurangi ketegangan pasien.

Pengaturan pencahayaan yang redup dan warna cat tembok yang ideal dan nyaman dapat mengurangi rangsangan terhadap neokorteks. Dengan adanya pengurangan terhadap neokorteks, maka akan mendukung pelepasan hormon yang dibutuhkan selama persalinan, seperti oksitosin dan endorfin. Hormon-hormon tersebut dapat mengontrol syaraf simpatik, sehingga akan terjadi relaksasi. Relaksasi pada ibu bersalin sangat memengaruhi proses persalinan. Ibu yang mengalami relaksasi,

kecemasan dan nyeri yang dirasakan akan berkurang, persalinannya lancar, bayi yang dilahirkan dalam kondisi yang baik. Dengan adanya rangkaian proses tersebut, maka harapan-harapan ibu tentang persalinan dapat terpenuhi. Harapan ibu tentang persalinan merupakan salah faktor penentu kepuasan ibu bersalin.

3. Tata letak peralatan medis

Peralatan persalinan yang nampak oleh ibu dirasa asing dan meningkatkan kecemasan. Ibu bersalin menginginkan persalinannya berada di lingkungan seperti di rumah, sehingga walaupun peralatan medis sudah tersedia, tetapi tersembunyi di balik lemari atau partisi. Penyimpanan alat-alat persalinan di almari dapat menciptakan ketenangan ibu dan mengurangi suasana klinis. Peralatan persalinan sebaiknya disimpan dan diminimalisir dari pandangan ibu bersalin, agar ibu tidak mengalami kecemasan.

Penyimpanan peralatan memengaruhi kecemasan dan kenyamanan ibu bersalin. Peralatan persalinan sebaiknya disimpan dan diminimalisir dari pandangan ibu bersalin, agar ibu memiliki kontrol diri yang baik dan tidak mengalami kecemasan.

Ibu yang memiliki kontrol diri yang baik, maka ibu akan merasa lebih santai, sehingga kecemasan dan nyeri yang dirasakan akan menurun. Ibu yang mengalami

kecemasan dan nyeri persalinan yang tidak terlalu tinggi, proses persalinannya lancar. proses persalinan lancar akan membuat ibu merasa senang atas proses persalinannya, sehingga harapan ibu terpenuhi, dan dapat menimbulkan kepuasan.

4. Pemandangan alam

Kesan dekat dengan alam akan menunjang psikologi ibu untuk lebih tenang. Usahakan ruang persalinan mempunyai akses luar terhadap alam. Bila tidak memungkinkan, pemberian kesan dekat dengan alam dapat dilakukan dengan memodifikasi ruang persalinan misalnya dengan penambahan gambar-gambar latar bernuansa alam pada beberapa bagian ruangan yang dikehendaki.

B. Indra pendengaran (musik)

Terapi musik adalah salah satu metode non farmasi untuk mengurangi rasa sakit. Musik telah digunakan untuk manajemen nyeri sejak dahulu. Terapi musik digunakan untuk memulihkan, memelihara dan memperbaiki kesehatan mental dan fisik.

Pada saat persalinan, terapi musik dapat membantu mengurangi kecemasan dan sensasi nyeri pada ibu bersalin melalui pengurangan konsentrasi ibu terhadap stimulasi negatif. Musik juga dapat digunakan sebagai cara yang

berguna untuk memblokir suara lain yang mengganggu dan meningkatkan perasaan privasi ibu di ruang bersalin. Suara-suara alam juga memiliki efek menenangkan. Ibu yang mendengarkan musik sebelum persalinan dan selama proses persalinan terbukti mengalami peningkatan relaksasi dan membantu mereka dalam pengaturan nafas dan pengelolaan rasa sakit.

Peran musik dalam mengurangi rasa sakit didasarkan pada gagasan bahwa musik dapat menjadi stimulan untuk respon fisiologis dan psikologis bagi pendengarnya. Hal ini juga dapat mengontrol kegiatan simpatik dari sistim syaraf pusat. Metode ini efektif dan mengurangi stres, perbaikan suasana hati dan keseimbangan emosi. Hal ini disebabkan karena efek positif yang diberikan melalui mekanisme pengalihan perhatian terhadap nyeri (*distraction*). Musik yang dapat digunakan pada saat proses persalinan adalah jenis musik tenang tanpa syair lagu, salah satunya adalah jenis musik klasik instrumental.

Otak berperan mengubah kondisi fisik tubuh dalam responsnya terhadap musik. Pada musik relaksasi, ritme musik dapat memandu tubuh menjadi bernapas lebih lambat dan mendalam, sehingga dapat memberikan efek menenangkan. Detak jantung dan tekanan darah juga dapat merespon musik yang didengarkan. Efek mental juga bergantung pada tipe serta jenis musik, musik dapat mengasah ketajaman mental atau membantu dalam relaksasi. Efek musik terhadap emosional

dapat memengaruhi suasana kejiwaan manusia menjadi lebih baik dan lebih lanjut dapat membuat tubuh bergerak. Bervariasinya musik secara kejiwaan memungkinkan dipergunakan untuk menciptakan perasaan yang menenangkan. Mendengarkan musik yang menenangkan dengan rangsangan irama yang tepat memungkinkan tubuh untuk menghasilkan *endorphine* yang terbentuk secara alami dalam mengurangi nyeri.

Musik dapat meningkatkan dan menstimulasi endorfin (hormon yang berguna untuk menurunkan nyeri) serta mengatur hormon yang berkaitan dengan stress yaitu adrenalin dan kortisol. Musik memberikan stimulus sensori yang menyenangkan, sehingga menyebabkan pelepasan endorfin. Teknik distraksi merupakan salah satu upaya untuk melepaskan endorfin. Penggunaan musik di rumah-rumah sakit masa kini mulai banyak, hal ini disebabkan efek musik yang menenangkan dan menyenangkan pasien, sehingga berakibat pada kondisi kesehatan khususnya jantung dan pembuluh darah.

Teori kontrol gerbang menjelaskan bagaimana musik dapat menurunkan nyeri dalam persalinan. Perjalanan impuls nyeri dan juga mendengarkan musik berada pada spinal tertutup dengan musik terapi. Antara impuls nyeri dan mendengarkan musik yang disalurkan ke otak akan mengalami kompetisi selama perjalanan menuju otak dan impuls mendengarkan musik akan dipersepsikan terlebih dahulu oleh

otak daripada impuls nyeri. Dalam hal ini terapi mendengarkan musik dapat menyebabkan tubuh mengalami kekacauan untuk mempersepsikannya.

Efektifitas terapi musik digunakan dalam menurunkan nyeri fisiologis. Musik terbukti menunjukkan efek positif yaitu menurunkan denyut jantung, mengurangi cemas, menghilangkan nyeri, dan mengubah persepsi. Seseorang yang mendengarkan musik akan memfokuskan pikiran dan perhatiannya (konsentrasi pikiran) pada suara atau irama musik yang diterimanya, sehingga fokus perhatiannya terhadap nyeri atau stimulus nyeri teralihkan atau berkurang. Selain itu terapi musik juga merupakan proses kognitif yang diduga dapat menstimulasi sistem kontrol desenden melalui mekanisme produksi dan kerja endorfin, sehingga dengan adanya stimulasi kontrol desenden maka area “gerbang” akan menutup transmisi nyeri menuju otak. Hasilnya transmisi impuls suara musik yang lebih banyak dan lebih dahulu mencapai otak akan menghambat (mengurangi) transmisi impuls nyeri menuju otak, akibatnya persepsi terhadap nyeri menurun.

Ketika musik didengarkan untuk mengatasi nyeri, maka akan berkurang kecemasan dan muncul ketenangan pada ibu, otak akan mengalami kekacauan dalam mempersepsikan nyeri, yang akhirnya berfokus pada penurunan nyeri akibat kontraksi. Penggunaan musik tidak dapat menghilangkan nyeri secara keseluruhan, serta dapat mengatasi ketidaknyamanan selama persalinan. Terapi musik mempunyai vibrasi dan harmoni yang

bisa digunakan sesuai pendengar maka akan terasa nyaman. Selain itu karena vibrasi musik menghasilkan getaran atau hantaran udara pada pendengaran, maka organ vestibula (alat keseimbangan) juga memperoleh dampak dari musik sehingga menjadi rileks.

Kekuatan suara yang dapat didengar oleh manusia terletak antara 20 dan 20.000 Hz. Semakin usia bertambah, frekuensi pendengaran dapat berkurang dan telinga membutuhkan lebih banyak energi (diukur dengan desibel yang lebih tinggi). Guna mendapatkan kenyamanan pendengaran, kekuatan suara tidak terlalu tinggi.

Pengalihan konsentrasi ibu bersalin terhadap stimulus nyeri dapat meningkatkan kontrol diri. Adanya kontrol diri yang baik pada ibu bersalin, ibu akan merasa lebih santai, kecemasan dan nyeri yang dirasakan juga akan berkurang, persalinannya lancar, bayi yang dilahirkan dalam kondisi yang baik. Dengan adanya rangkaian proses tersebut, maka harapan-harapan ibu tentang persalinan dapat terpenuhi. Harapan ibu tentang persalinan merupakan salah faktor penentu kepuasan ibu bersalin.

Ibu mungkin memutuskan untuk mendengarkan music dari kaset dan CD selama persalinan . Bidan dapat memberikan musik relaksasi atau musik klasik untuk ibu. Perlu diingat bahwa ketika persalinan mengalami kemajuan, keadaan pikiran ibu mungkin berubah juga. Musik yang terdengar keras dalam persalinan di tahapan awal mungkin menjadi tidak sesuai di

kemudian hari ketika ibu perlu aktif, fokus dan bersantai diantara kontraksi. Jika ibu berada di rumah sakit ibu mungkin mempertimbangkan untuk menggunakan earphone untuk digunakan selama persalinan untuk mencegah interferensi dengan orang lain.

C. Indra penciuman

Persepsi bau didominasi oleh ukuran menyenangkan atau tidak menyenangkan. Bau dapat mempengaruhi suasana hati karena tumpang tindih dari sistim penciuman dan emosional di otak. Sama seperti bau yang menyenangkan berkontribusi terhadap perasaan sejahtera dan kesehatan, malodors memiliki kemampuan untuk menghasilkan respon organismik yang tidak menyenangkan dan bahkan mungkin berbahaya.

Ada hubungan kuat antara emosi dan bau, dengan aroma menyenangkan memiliki kapasitas untuk menurunkan kecemasan dan persepsi rasa sakit dan aroma yang tidak menyenangkan yang memicu kecemasan, ketakutan dan stress. Bau yang biasanya ada di rumah sakit merupakan sumber kecemasan. Salah satu cara termudah untuk mengatasi steril, bau antiseptik dari lingkungan rumah sakit adalah untuk mengajak wanita untuk membawa barang-barang pribadi dari rumah, seperti selimut.

Shin et al menyebutkan bahwa ketersediaan jendela dapat digunakan untuk mengantisipasi bau di lingkungan

sekitar. Ruang bersalin harus memiliki jendela yang dapat digunakan untuk menetralkan bau.

Stimulasi penciuman dapat memicu terjadinya dua hal yaitu positif dan negatif yang dapat mempengaruhi pada manusia. Bau dapat mengatur suasana hati, kognisi, dan perilaku. Efek rangsangan bau pada aktivitas otak yang dilihat oleh rekaman elektrofisiologi. dan metode neuroimaging menunjukkan bahwa bau yang menyenangkan dapat memberikan hal positif yang akan mempengaruhi suasana hati dan mengurangi gairah, sedangkan bau yang tidak menyenangkan memiliki efek yang kurang baik. Di sisi lain, bau yang kuat mendorong gairah tinggi dari bau yang lemah membuat seseorang mudah lelah.

Bau alami yang berasal dari mekar tanaman meningkatkan ketenangan, kesigapan, lingkungan dan suasana hati, pada manusia di pengaturan alam diluar ruangan. Efek menguntungkan dari bau yang menyenangkan juga hadir dalam lingkungan alam dan dapat disebabkan oleh bau yang kompleks, seperti aroma tumbuhan berbunga. Bau alami meningkatkan afektif pada manusia dalam pengaturan di luar ruangan bebas alam dari input visual.

Penciuman biasanya tidak terlalu dibutuhkan dalam menentukan kenyamanan seseorang, namun adanya bau yang tidak diinginkan dapat memengaruhi pengalaman ibu bersalin selama proses persalinan. Beberapa bau yang tidak diinginkan

dapat menyebabkan sakit kepala dan mungkin memainkan peran penting dalam memicu kecemasan seseorang.

Modifikasi yang dapat dilakukan untuk menetralkan bau yang tidak diinginkan di ruang persalinan adalah dengan menambahkan bau-bauan baru di lingkungan persalinan untuk merubah zat yang berbau menjadi zat yang kurang merangsang bisa disebut juga dengan *masking process* yang didasarkan atas kerja antagonis diantara dua zat berbau, kedua zat tersebut saling menetralkan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan bidan adalah dengan menggunakan aromaterapi. Jika ibu bersalin tidak suka menggunakan aromaterapi, bidan dapat membawa bola kapas wangi atau handuk dengan beberapa tetes minyak esensial yang paling ibu sukai.

D. Indra perasa

Suhu adalah salah satu komponen kenyamanan yang signifikan dalam suatu lingkungan. Tubuh seseorang memproses metabolisme tubuh yang menghasilkan panas, dan akan menghilang ke udara atau permukaan sekitarnya. Ketika suhu eksternal lebih tinggi, proses ini menjadi lebih sulit dan tubuh bisa terasa panas atau hangat. Namun, ketika suhu eksternal lebih rendah, maka kehilangan panas akan menjadi lebih cepat, dan tubuh akan mudah merasa dingin. Perbedaan suhu yang terlalu signifikan di suatu lingkungan dan pada tubuh dapat membuat rasa ketidaknyamanan. Menurut *American Society of Heating, Refrigerating and Air-*

Conditioning Engineers (ASHRAE) Standard 55, kenyamanan terhadap suhu lingkungan didefinisikan sebagai kondisi pikiran yang mengekspresikan kepuasan terhadap suhu lingkungan

Suhu tidak sepenuhnya ditentukan oleh udara, akan tetapi peran warna terbukti dapat memengaruhi persepsi tentang suhu dan kualitas iklim. Percobaan mengungkapkan bahwa ruang yang dicat menggunakan cat warna antara biru atau hijau dapat terasa lebih dingin dari kamar dibandingkan dengan dinding merah atau oranye. Selain itu, metabolisme tubuh berpengaruh cukup signifikan terhadap persepsi seseorang terhadap suhu. Tubuh kita umumnya melakukan pengaturan terhadap suhu, akan tetapi masing-masing tubuh memiliki metabolisme yang berbeda dalam beradaptasi terhadap suhu.

Respon terhadap suhu terjadi terutama dari kulit ke lingkungan melalui beberapa proses. Panas dari jaringan tubuh inti diangkut dalam darah ke pembuluh subkutan, di mana panas yang hilang ke lingkungan melalui radiasi. Ini adalah cara kehilangan panas yang paling sering. Sedangkan cara lain adalah dengan konduksi, yaitu mengacu kehilangan energi kinetik dari gerak dalam jaringan kulit untuk udara sekitarnya.

Suhu kulit naik dan turun. Namun, suhu jaringan tubuh yang mendalam, yaitu, suhu inti relatif konstan ($36\text{--}37^{\circ}\text{C}$). Suhu tubuh biasanya berada diantara 97°F dan 100°F . Hal ini disebabkan penilaian yang dilakukan sebuah sistim

thermoregulator yang terbagi menjadi tiga komponen, yaitu: panca indra, pusat kontrol, dan respon.

Panca indra

Masukan aferen dipicu oleh sel termal-sensitif (reseptor) ditemukan tidak hanya di kulit, tetapi di sebagian besar tubuh. Reseptor untuk dingin secara anatomi berbeda dengan reseptor untuk panas. Temperatur di atas ambang batas membangkitkan reseptor panas yang menghasilkan impuls sepanjang serabut C, yang juga melakukan sensasi nyeri. Oleh karena hal tersebut, pasien sering tidak dapat membedakan antara nyeri yang tajam dan panas yang hebat. Informasi ini kemudian dikirimkan melalui spinal cord dan otak, akhirnya tiba di pusat termoregulasi primer dalam hipotalamus.

Pusat kontrol

Meskipun beberapa integrasi dan suhu regulasi dapat terjadi pada tingkat sumsum tulang belakang, hipotalamus adalah pusat utama untuk mengontrol termoregulasi, mengintegrasikan input aferen dan mengkoordinasikan berbagai output eferen yang diperlukan untuk mempertahankan tingkat *normothermic*. Suhu dalam memengaruhi tubuh melibatkan interaksi dari beberapa neurotransmitter, termasuk norepinefrin, dopamin, 5-hidroksitriptamin (serotonin), asetilkolin, prostaglandin E1, dan neuropeptida lainnya. Sebagai reseptor, suhu mengirimkan informasi ke hipotalamus, hal itu terintegrasi

dan dibandingkan dengan ambang batas pengaturan. Nilai atas atau bawah ambang batas ini menentukan respon eferen yang dihasilkan. Output eferen dari hipotalamus mengatur suhu tubuh dengan mengubah aliran darah subkutan, berkeringat, otot skeletal, dan aktivitas metabolik keseluruhan.

Respon

Perilaku adalah respon yang paling efektif untuk termoregulasi, antara lain dengan penggunaan pakaian yang tepat, memodifikasi suhu lingkungan, perubahan posisi tubuh untuk mengurangi atau meningkatkan kehilangan panas. Posisi pasien adalah penting dalam konservasi panas. Semakin radial diposisikan ekstremitas pasien, semakin besar kehilangan panas. Menempatkan lengan dan kaki medial dan menyelipkan pasien dengan selimut untuk mempertahankan ekstremitas terhadap tubuh juga akan mengurangi kehilangan panas.

Upaya yang dapat dilakukan bidan untuk memenuhi kebutuhan ibu bersalin terhadap suhu lingkungan persalinan adalah meminta ibu untuk menggunakan pakaian yang longgar dan menggunakan kipas angin atau AC dengan suhu sesuai kebutuhan dan keinginan ibu bersalin.

E. Indra peraba

Tata letak furnitur yang efektif harus memenuhi kriteria fungsional dan visual. Kriteria fungsional mengevaluasi seberapa baik tata letak yang mendukung aktivitas manusia yang berlangsung di dalam ruang tersebut, seperti komunikasi, istirahat atau gerakan. Kriteria visual yang menyangkut persepsi tata letak sebagai komposisi visual. Kriteria dan formulasi analitis ideal sebagai istilah dalam fungsi kepadatan ruangan.

Kriteria fungsional untuk tata letak furnitur didasarkan pada kendala yang dikenakan oleh fisiologi manusia dan efek dari tata ruang pada perilaku manusia. Fisiologi manusia memengaruhi bagaimana benda harus diposisikan sehubungan dengan satu sama lain. Sebagai contoh, sebuah meja harus ditempatkan dalam jangkauan kursi.

Furnitur mempengaruhi suasana ruang persalinan. Furnitur dan penataannya yang minimalis sangat penting diperhatikan, mengingat pentingnya ruang yang cukup untuk mobilitas di ruang persalinan. Merubah posisi yang ibu rasa nyaman dapat membantu dalam kemajuan persalinan. Gerakan dan bantuan gravitasi untuk membawa janin turun ke bawah lebih cepat daripada ibu hanya tidur berbaring dan diam di tempat tidur. Adanya pembatasan terhadap mobilitas berkontribusi terhadap peningkatan stress dan ketegangan. Sebaliknya, jika bidan memberi kebebasan kepada ibu untuk mobilitas di ruang persalinan, dapat meningkatkan hormon

endorfin, yang dapat meningkatkan kontrol emosional, mengurangi kebutuhan untuk obat-obatan atau intervensi terhadap nyeri, dan dapat mengurangi durasi persalinan..

Selain dimaksudkan untuk mobilitas, penataan furnitur juga dimaksudkan untuk menjaga privasi ibu bersalin. Peningkatan privasi terkait erat dengan tata ruang lingkungan persalinan. Pintu masuk dan jendela di ruang persalinan tidak terpapar langsung dari luar ruang persalinan, sehingga orang-orang yang berada di luar ruang persalinan, tidak dapat melihat langsung ibu yang sedang bersalin di ruang persalinan. Mengetuk pintu sebelum masuk ke ruang bersalin juga harus dijadikan sebagai prosedur standar. Pintu tidak terbuka langsung berhadapan ke ruang persalinan, tetapi harus diberi hambatan visual dan fisik untuk menjaga privasi, bahkan ketika pintu terbuka. Selain itu, jendela yang ada harus diperhatikan agar ada cahaya matahari, tapi jangan sampai aktivitas di dalam ruangan persalinan dapat dilihat orang dari luar ruangan.

Dukungan persalinan yang baik adalah menjaga privasi ibu bersalin dan memastikan mereka tidak terganggu sehingga dapat menemukan motivasi dan kekuatan dari dalam dirinya sendiri untuk melahirkan. Kurangnya privasi akan meningkatkan katekolamin yang dapat menyebabkan persalinan dini, membuat kontraksi tidak efektif dan menyebabkan nyeri.



Gambar 3.1. Gambaran lobi sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan



Gambar 3.2. Gambaran ruang tunggu sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan



Gambar 3.3. Gambaran 1 ruang persalinan sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan



Gambar 3.4. Gambaran 2 ruang persalinan sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan



Gambar 3.5. Gambaran 1 penyimpanan alat sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan



Gambar 3.6. Gambaran 2 penyimpanan alat sebelum dan sesudah dilakukan pengaturan lingkungan persalinan

BAB 4 || GAMBARAN KONSEP PENGARUH PENGATURAN LINGKUNGAN PERSALINAN TERHADAP KENYAMANAN DAN KEPUASAN IBU BERSALIN

Lingkungan dalam proses persalinan memiliki efek yang besar terhadap ketakutan dan kecemasan, seperti lingkungan yang asing, adanya intervensi medis dan adanya pikiran-pikiran negatif. Kecemasan biasanya berhubungan dengan nyeri yang meningkat selama persalinan.

Lingkungan fisik memengaruhi sebesar 94 % terhadap mudah atau sulitnya untuk melahirkan. Sebuah lingkungan fisik memiliki pengaruh pada pemikiran, perasaan, serta perilaku manusia. Sebagai sebuah lingkungan binaan, suatu ruang merupakan stimulus (rangsangan dari luar) yang mampu direspon oleh sistem panca indra manusia, secara psikologis berpotensi membentuk persepsi yang secara tidak langsung berpengaruh terhadap hormonal dan syaraf, mampu memengaruhi psikologis ibu bersalin dan berpotensi terhadap kelancaran, luaran, dan kepuasan persalinan.

Hypothalamus-Pituitary-Adrenal (HPA) axis dan *Sympathetic Nervous System (SNS)* mengatur keadaan psikologis dan fisiologis seseorang. Pada saat yang sama, persepsi terhadap nyeri dan cedera akan mengaktifkan *HPA axis*, dimana *Corticotropin-Releasing Hormone (CRH)* dilepaskan dari hipotalamus dan menuju kehipofisis anterior untuk mengatur

respon stres. Hal ini merangsang pelepasan *beta-endorphin* dan hormon *Adrenocorticotropin (ACTH)*. *ACTH* kemudian mengaktifkan korteks adrenal untuk melepaskan kortisol. Selama persalinan peningkatan kadar *CRH* merangsang peningkatan reseptor prostaglandin miometrium, pengeluaran prostaglandin, oksitosin, kortisol janin dan beta-endorfin.

Rasa sakit menimbulkan stres yang menstimulasi keluarnya hormon adrenalin, yang menyebabkan vasokonstriksi dan mengurangi vaskularisasi ke uterus sehingga terjadi penurunan his yang dapat menyebabkan persalinan memanjang. Peningkatan kecemasan dan rasa sakit juga meningkatkan pelepasan katekolamin dan stimulasi alpha reseptors oleh sistim saraf simpatik, yang pada gilirannya menyebabkan vasokonstriksi, ketegangan otot meningkat dan penurunan aliran darah uterus, tekanan darah meningkat, hilangnya kontraksi uterus, persalinan memanjang, peningkatan metabolisme dan asupan oksigen.

Pengurangan terhadap kecemasan, nyeri, dan peningkatan kontrol diri serta kenyamanan saat persalinan dapat dilakukan dengan melakukan modifikasi atau pengaturan terhadap lingkungan persalinan.

Pengaturan pencahayaan dapat membuat ruang kelahiran menjadi santai dan menenangkan. Keadaan gelap memacu tubuh untuk memproduksi melatonin, yang kemudian meningkatkan produksi oksitosin. Oksitosin memengaruhi produksi endorfin. Oksitosin juga mengurangi stres dengan cara terpusat, yaitu mengaktifkan sistim saraf parasimpatis, yang memberikan efek

tenang dan penyembuhan, serta mengurangi aktivitas di sistem saraf simpatik yang mengurangi rasa takut dan stres. Oksitosin meningkatkan kadar beta endorfin dan memiliki efek analgesik yang kuat.

Warna berperan penting dalam memengaruhi emosi dan suasana hati seseorang, karena dapat merangsang neokorteks untuk mengeluarkan endorfin. Neokorteks memprovokasi pelepasan adrenalin dan menghambat fisiologi kelahiran.

Penyimpanan alat-alat persalinan di almari dapat menciptakan ketenangan bagi ibu dan mengurangi suasana klinis. Peralatan persalinan sebaiknya disimpan dan dijauhkan dari pandangan ibu bersalin untuk mengurangi kecemasan. Paparan dengan unsur alam juga dapat membantu mengurangi stres dan rasa sakit yang dirasakan pada saat persalinan. Salah satu unsur alam yang dapat digunakan di ruang bersalin adalah penggunaan pemandangan alam. Selain itu, perlu diperhatikan juga pentingnya tata letak furnitur. Furnitur mempengaruhi suasana ruang persalinan. Furnitur dan penataannya yang minimalis sangat penting untuk privasi dan mobilisasi di ruang bersalin. Adanya pembatasan terhadap mobilisasi ibu bersalin dapat berkontribusi terhadap peningkatan stres dan ketegangan.

Menstimulasi indra pendengaran dapat menggunakan musik di dalam ruangan bersalin. Musik dapat membantu ibu mengatasi nyeri. Terapi musik mempunyai vibrasi dan harmoni yang bisa digunakan sesuai pendengar maka akan terasa nyaman. Selain itu karena vibrasi musik menghasilkan getaran atau hantaran udara

pada pendengaran, maka organ vestibula (alat keseimbangan) juga memperoleh dampak dari musik sehingga menjadi rileks.

Munculnya bau yang tidak diinginkan dapat memengaruhi pengalaman ibu bersalin. Bau yang tidak diinginkan dapat menyebabkan sakit kepala dan memicu kecemasan seseorang. Modifikasi yang dapat dilakukan dengan pemberian pengharum ruangan.

Suhu kulit naik dan turun. Namun, suhu jaringan tubuh yang mendalam, yaitu, suhu inti relatif konstan ($36\text{--}37^{\circ}\text{C}$). Suhu tubuh biasanya berada diantara 97°F dan 100°F . Hal ini disebabkan penilaian yang dilakukan sistem thermoregulator yang terbagi menjadi tiga komponen, yaitu: panca indra, pusat kontrol, dan respon.

Lingkungan yang mendukung selama proses persalinan menunjang fisiologi persalinan, mengontrol perasaan ibu, mengurangi kecemasan sehingga merangsang mekanisme sistem hormonal yang mendukung mekanisme homeostatis yang memungkinkan ibu dan bayi untuk beradaptasi dengan lingkungan persalinan dan berdampak pada persalinan.

Memperbaiki lingkungan fisik dapat meningkatkan harapan dan kepercayaan diri ibu. Lingkungan persalinan dapat memengaruhi kemudahan atau kesulitan proses persalinan, serta fasilitas yang disediakan dapat memengaruhi peluang untuk kelahiran normal atau risiko yang memerlukan operasi darurat.

REFERENSI

Good Lighting for Health Care Premises 7.

ALEXANDRA SAWYER, S. A., JANE ABBOTT, GILLIAN GYTE, HEIKE RABE, LELIA DULEY 2013. Measures of satisfaction with care during labour and birth: a comparative review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 13.

AN-NAFI', A. F. 2009. *Pengaruh Kenyamanan Lingkungan Fisik Ruang Rawat Inap Kelas III terhadap Kepuasan Pasien di RSUI Kustati Surakarta*. Program Diploma IV Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

ARADHANA SRIVASTAVA, B. I. A., PREETY RAJBANGSHI, SANGHITA BHATTACHARYYA 2015. Determinants of women's satisfaction with maternal health care: a review of literature from developing countries. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15.

BANGUN, E. V. 2014. *Pengaruh Warna Ruang Kerja terhadap Kenyamanan Dosen Departemen Psikologi Industri dan Organisasi Fakultas Psikologi USU Sarjana*, Universitas Sumatra Utara.

BESEL, J. M. 2006. *The Effects of Music Therapy on Comfort in the Mechanically Ventilated Patient in the Intensive Care Unit*. Montana state University.

BUCKLEY, S. J. 2015. *Hormonal Physiology of Childbearing. Evidence and Implications for Women, Babies, and*

Maternity Care. Washington DC: National Partnership for Women & Families.

CHRISTIAENS, W. & BRACKE, P. 2007. Assessment of social psychological determinants of satisfaction with childbirth in a cross-national perspective. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 7.

CHUNTHARAPAT, S. 2007. *The Effect of Using a Yoga Program during Pregnancy on Maternal Comfort, Labor Pain, and Birth Outcome*. Doctor of Philosophy in Nursing, Prince of Songkla University.

DARMAPRAWIRA, S. 2002. *Warna: Teori dan Kreativitas Penggunaannya*, Bandung, ITB.

DIXON, L., SKINNER, J. & FOUREUR, M. 2013. The emotional and hormonal pathways of labour and birth: integrating mind, body and behaviour. *New Zealand College of Midwives Journal*, 48, 15 - 23.

DWIRAHAYU, Y. Efektifitas Therapi Musik terhadap Penurunan Nyeri Kala I pada Ibu Inpartu di Ruang Melati RSUD Dr. Harjono Ponorogo.

GEDEY, S. 2014. Labor-Delivery-Recovery room design that facilitates non-pharmacological reduction of labor pain: a model LDR room plan and recommended best practices. *journal research*, 6.

HODNETT, E., SOODOWNE, EDWARDS, N. & WALSH, D. 2009. Home-like versus conventional institutional settings for birt (Review).

- JANE MUNRO, M. J. 2012. Evidence Based Guidelines for Midwifery-Led Care in Labour. *Birth Environment*.
- JENKINSON, B., JOSEY, N. & KRUSKE, S. 2014. Birth Space: An evidence-based guide to birth environment design. Australia: Queensland Centre for Mothers & Babies.
- KALIA, S. 2013. Colour and its effects in interior environment: a review. *Int. J. Adv. Res. Sci. Technol*, 2, 106-109.
- LIDAYANA, V., ALHAMDANI, M. R. & PEBRIANO, V. 2013. Konsep dan Aplikasi Healing Environment dalam Fasilitas Rumah Sakit. *Jurnal Teknik Sipil Untan*, 3.
- LOTHIAN, J. A. 2004. Do Not Disturb: The Importance of Privacy in Labor. *The Journal of Perinatal Education*, 13.
- LOWE, N. K. 2002a. The nature of labor pain. *Am J Obstet Gynecol*, 186.
- LOWE, N. K. 2002b. The Nature of labor pain. *Am J Obstet Gynecol*, 186, 16-24.
- LUBIS, S. I. H. 2013. *Pengaruh akupressur terhadap nyeri saat persalinan, lamanya persalinan dan kondisi neonatus*. Universitas Padjadjaran Bandung.
- MALEHERE, N. S. Pengaruh Pemberian Terapi Musik terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif (di Kamar Bersalin RSUD Prof. Dr. W. Z Johannes Kupang).
- MANIZHEH PIRDEL, L. P. 2009. Perceived Environmental Stressors and Pain Perception During Labor Among Primiparous and Multiparous Women. *J Reprod Infertil*, 10, 217 - 23.

- MEERWEIN, RODECK & MAHNKE 2007. Colour: Communication in Architectural Space. German.
- MENDER, R. 2003. *Nyeri Persalinan*, Jakarta, EGC.
- MERRELL, P., SCHKUFZA, E., LI, Z., AGRAWALA, M. & KOLTUN, V. Interactive Furniture Layout Using Interior Design Guidelines. California: Stanford University.
- NCT 2011. NCT Policy Briefing: Midwife-led units, community maternity units and birth centres.
- NEWBURN, M. & SINGH, D. 2003a. Creating a Better Birth Environment. *Women's views about the design and facilities in maternity units: a national survey*. The National Childbirth Trust.
- NEWBURN, M. & SINGH, D. 2003b. Creating a better birth environment: women's views about the design and facilities in maternity units: a national survey. *The national childbirth trusth*.
- OKTAVIA, N. S., GANDAMIHARJA, S. & AKBAR, I. 2013. Perbandingan Efek Musik Klasik Mozart dan Musik Tradisional Gamelan Jawa terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Nulipara. *2013*, 45, 218 - 225.
- PANTIKAWATI, I. & SARYONO 2010. *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*, Yogyakarta, Nuha Medika.
- PUTRI, D. H., WIDIHARDJO & WIBISONO, A. 2013. Relasi Penerapan Elemen Interior Healing Environment Pada Ruang Rawat Inap dalam Mereduksi Stress Psikis Pasien

- (Studi Kasus: RSUD. Kanjuruhan, Kabupaten Malang). *ITB J. Vis. Art & Des*, 5, 108-120.
- SARI, S. M. 2003. Peran Warna pada Interior Rumah Sakit Berwawasan 'Healing Environment' terhadap Proses Penyembuhan Pasien. *Dimensi Interior*, 1, 141 - 156.
- SAULS, D. J. 2002. Effects of Labor Support on Mothers, Babies, and Birth Outcomes. *JOGGN*, 31, 733–741.
- SEDIGHEH FOROUHARI, R. H., RAZIEH MAASOUMI, MINOO ROBATI, IRAJ HASHEM ZADEH, YUSEF SETAYESH 2011. Evaluation of the Auditory Effects of the Sound of Quran e Karim on Labor Pain. *Quran Med*, 1, 14 - 8.
- STENGLIN, M. & FOUREUR, M. 2013. Designing Out the Fear Cascade to Increase the Likelihood of Normal Birth. *Journal of Midwifery*, 29, 819-25.
- SUSILOWATI, E. 2014. Upaya Menciptakan Kenyamanan pada Ibu Bersalin melalui Setting tempat persalinan. *Proceeding Book Workshop Nasional Magister Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran Bandung*, 1.
- SUTALAKSANA, I. Z., ANGGAWISASTRA, R. & TJAKRATMADJA, J. H. 2006. *Teknik Perancangan Sistim Kerja*, Bandung, ITB.
- TEXAS, T. U. O. 2009. *Standards of Human Comfort Relative and Absolute*. Austin.
- THORSTENSSON, S., EKSTROM, A., LUNDGREN, I. & WAHN, E. H. 2012. Exploring Professional Support

Offered by Midwives during Labour: An Observation and Interview Study. *Nursing Research and Practice Hindawi Publishing Corporation.*

VELASCO, C. R. Color and Visual Comfort. *In: LANG, W. & MCCLAIN, A. (eds.). Texas: School of Architecture University of Texas.*