

PENGARUH PIJAT PUNGGUNG TERHADAP PENURUNAN RASA NYERI KALA I PERSALINAN NORMAL DI RS. PMC TAHUN 2019

Ihsan Suheimi^{(1)*}, Mona Dewi Utari⁽²⁾

^(1,2)Kebidanan, STIKes Pekanbaru Medical Center

⁽¹⁾email: ihsansuheimi78@gmail.com

⁽²⁾email: monadewiutari89@gmail.com

*corresponding author

ABSTRAK

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan di jalani, dimana sebagian besar persalinan di sertai rasa nyeri. Nyeri pada persalinan merupakan proses yang fisiologis. Nyeri menyebabkan frustrasi dan putus asa, sehingga beberapa ibu merasa khawatir tidak akan mampu melewati proses persalinan. Pijat merupakan salah satu teknik non-farmakologi dalam mengatasi nyeri persalinan. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah Preeksperimental dengan pendekatan One group pretes posttest dan sampel penelitian ini adalah 30 ibu bersalin di Ruang Melati RS. PMC yang di ambil secara kouta sampling. Teknik analisis data menggunakan dengan uji wilcoxon. Hasil penelitian sebelum diberikan pijat nyeri yang dialami responden sebagian besar dalam katagori nyeri sedang yaitu sebanyak 17 responden (56,7%) dan sesudah diberikan pijat nyeri yang dialami responden sebagian besar dalam katagori ringan yaitu sebanyak 18 responden (60%), berdasarkan hasil uji analisis wilcoxon pada kelompok perlakuan didapatkan taraf signifikan p sebesar 0,000 ($p < 0,05\%$) sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh penerapan pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri kala I persalinan normal. Diharapkan kepada responden untuk lebih aktif mencari informasi dan menambah wawasan dari media atau tenaga kesehatan mengenai cara mengurangi rasa nyeri pada saat proses persalinan.

Kata kunci: Nyeri persalinan, Pijat punggung, Kala I

ABSTRACT

The process of childbirth is synonymous with the pain that will be experienced, where the majority of childbirth is accompanied by pain. The pain during childbirth is a physiological process. Pain causes frustration and despair, leading some mothers to worry that they will not be able to endure the childbirth process. Massage is one of the non-pharmacological techniques in managing labor pain. The design used in this research is Pre-experimental with a One-group pretest-posttest approach, and the research sample consists of 30 laboring mothers in the Melati Room of PMC Hospital, selected through quota sampling. Data analysis techniques used the Wilcoxon test. The research results before receiving massage showed that the pain experienced by the respondents was mostly in the moderate category, with 17 respondents (56.7%), and after receiving massage, the pain experienced by the respondents was mostly in the mild category, with 18 respondents (60%). Based on the Wilcoxon analysis test results in the treatment group, a significant level of p was obtained at 0.000 ($p < 0.05\%$), so it can be concluded that there is an influence of applying back massage on the reduction of pain in the first stage of normal childbirth. It is hoped that the respondents will be more active in seeking information and expanding their knowledge through media or healthcare professionals regarding ways to reduce pain during the childbirth process.

Keywords: Labor pain, Back massage, Stage I

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan saat yang dinanti-nantikan dalam kehidupan seorang wanita. Hal ini juga merupakan saat yang menegangkan ketika sebuah kehidupan baru tumbuh dan berkembang di dalam rahim. Pada waktu kehamilan terjadi berbagai macam efek karena perubahan hormon, bentuk tubuh maupun kondisi emosional yang dialami saat hamil (Dewi, 2011).

World health organization (WHO) memprediksikan bahwa 15% ibu hamil dapat mengalami komplikasi yang membahayakan jiwa. Faktor penting dalam mengurangi mortalitas maternal ialah memiliki tenaga kesehatan yang terampil saat persalinan. Selain itu, sangat penting bekerja sama dengan ibu, keluarga dan masyarakat dalam mempersiapkan kelahiran serta membuat tindakan apabila terjadi komplikasi pada kehamilan dan persalinan (Ningsih, 2010).

Persalinan dimulai sejak uterus berkontraksi dan menyebabkan perubahan pada serviks (membuka dan menipis) dan berakhir dengan lahirnya plasenta secara lengkap. Kala I adalah kala pembukaan yang berlangsung antara pembukaan 1-10 cm (pembukaan lengkap). Proses ini terbagi menjadi dua fase yaitu fase laten (8 jam) di mana serviks membuka 1 sampai 3 cm dan fase aktif (7 jam) di mana serviks membuka dari 4-10 cm (Sulistiyawati, 2010).

Proses persalinan normal di tentukan oleh tiga faktor utama, yaitu power (his dan tenaga mengejan) passanger (janin, plasenta dan selaput ketuban) dan passage (jalan lahir). Ketiga faktor utama ini sangat menentukan jalannya persalinan (Manuaba, 2015).

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan di jalani, dimana sebagian besar persalinan di sertai rasa

nyeri. Nyeri pada persalinan merupakan proses yang fisiologis. Nyeri menyebabkan frustrasi dan putus asa, sehingga beberapa ibu merasa khawatir tidak akan mampu melewati proses persalinan (Williams, 2013).

Nyeri persalinan juga dapat ditimbulkan saat persalinan yang berlangsung dimulai dari pembukaan I persalinan rasa nyeri terjadi karena adanya aktifitas besar di dalam tubuh ibu untuk mengeluarkan bayi. Menghilangkan rasa nyeri ialah hal yang penting, bukan jumlah nyeri yang

di alami wanita yang perlu di pertimbangkan, tapi upaya bagaimana cara untuk mengatasi nyeri tersebut. Dalam hal ini dapat kita ketahui bahwa program yang dirancang oleh kementerian Kesehatan (Kemenkes) yaitu program making pregnancy saver (MPS) dengan salah satu aspek penatalaksanaan dalam persalinan yaitu aspek sayang ibu (Rohani, 2011).

Nyeri persalinan dapat menyebabkan penderitaan bagi ibu dan kesehatannya, hal tersebut dapat memiliki efek negatif terhadap hubungan ibu dengan bayi. Menurut sebuah penelitian menunjukkan bahwa banyak orang ketika melakukan perkawinan hal yang mereka takutkan adalah ketika akan bersalin yang menyebabkan nyeri pada saat bersalin. Dalam penelitian lain yang dilakukan yang di Amerika Serikat mengungkapkan bahwa sebanyak 84% ibu bersalin memilih untuk menggunakan teknik non-farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri persalinan. Sebanyak 55,2% menggunakan teknik pernafasan dan 17,3% menggunakan pemijatan (Cepeda, 2013).

Adapun kebutuhan dasar ibu bersalin yaitu meliputi kebutuhan nutrisi, kebutuhan eliminasi, kebutuhan pengaturan posisi, kebutuhan psikologi, dan kebutuhan penurunan rasa nyeri.

Dalam sebuah penelitian ditemukan bahwa 67% ibu merasa sedikit khawatir, 12% merasa sangat khawatir dan 23% merasa tidak khawatir tentang nyeri persalinan. Maka mengurangi rasa nyeri adalah hal yang penting dan perlu dipertimbangkan oleh tenaga kesehatan/penolong persalinan melalui upaya mengatasi rasa nyeri persalinan. Hal ini sejalan dengan program yang direncanakan kementerian kesehatan yaitu program making pregnancy saver (MPS) yang merupakan salah satu aspek sayang ibu yang dilakukan dengan cara melakukan pemijatan atau massase (Aryani, 2015).

Pemijatan dilakukan untuk membantu relaksasi dan menurunkan nyeri melalui peningkatan aliran darah pada daerah-daerah yang terpengaruhi, merangsang reseptor-reseptor raba kulit sehingga merileksasikan otot-otot. Mengubah suhu kulit dan secara umum memberikan perasaan yang nyaman yang berhubungan dengan keamatan hubungan antara sesama (Asrinah, 2010).

Henstrom dan newton (1986) dalam studi klasiknya mengenai penggunaan sentuhan dalam persalinan, menemukan bahwa sentuhan merupakan metode yang di gunakan secara umum dalam persalinan untuk mengurangi rasa nyeri (Asrinah, 2010).

Sentuhan yang dimaksud adalah massage, message merupakan metode non-farmalogik yaitu tanpa menggunakan obat-obatan, lebih aman, sederhana dan tidak menimbulkan efek merugikan serta mengacu kepada asuhan sayang ibu (Judha, 2012).

Pemijatan secara lembut akan membantu ibu merasa lebih segar, rileks dan nyaman selama persalinan. Sebuah penelitian menyebutkan ibu yang dipijat 20 menit setiap jam selama tahap persalinan akan lebih bebas dari rasa sakit. Hal yang terjadi karena pijat

merangsang tubuh melepaskan senyawa endorfin juga dapat menciptakan perasaan nyaman dan enak. Umumnya, ada dua teknik pemijatan yang dilakukan dalam persalinan, yaitu effluerage dan counterpressure. Effluerage adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat, dan panjang atau tidak putus-putus. Counterpressure adalah pijatan tekanan pijat kuat dengan cara meletakkan kedua tumit tangan atau bagian datar dari tangan, atau juga menggunakan bola tenis (Pastuty, 2010).

Dalam mengurangi nyeri persalinan kala I di RB Dince Syafrina Kota Pekanbaru diterapkan metode massase punggung dengan effluerage yaitu mengurangi nyeri dengan cara pijatan pada punggung digunakan untuk membantu relaksasi dan menurunkan nyeri melalui peningkatan aliran darah pada daerah-daerah yang terpengaruh, merangsang reseptor-reseptor raba kulit dan secara umum memberikan perasaan yang nyamanyang berhubungan dengan keamatan hubungan manusia (Asrinah, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Zahra Ghanbari, mendapatkan hasil sebesar 35% dari responden memilih melahirkan dengan cara sectio caesaria (SC) karena takut pada nyeri persalinan. Nyeri persalinan merupakan sumber yang paling signifikan dari ketidaknyamanan dalam melahirkan, sehingga dapat menghasilkan tingkat rasa sakit yang melebihi batas ketahanan fisik. Selama persalinan itu sendiri, ada variabel lain yang membuat persepsi rasa nyeri yang dirasakan setiap wanita itu unik, yaitu frekuensi kontraksi, ukuran dan posisi bayi, lama persalinan, kebebasan bergerak, derajat keletihan maupun kecemasan dan perlu mendapatkan dukungan dan besarnya rasa percaya diri dan kesiapan. (Online journal 2014).

Berdasarkan data ibu bersalin yang didapatkan di RS PMC peneliti melihat bahwa hampir seluruh ibu bersalin mengalami nyeri pada saat bersalin. Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa nyeri persalinan disebabkan oleh adanya aktivitas besar dalam tubuh untuk mengeluarkan bayi. Nyeri juga disebabkan oleh peregangan dan pelebaran mulut rahim, yang terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi mendorong keluar dan rasa cemas serta khawatir yang menjadi penyebab terjadinya nyeri.

Berdasarkan uraian tersebut tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan “Pengaruh Pijat Punggung Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Persalinan Normal di RS PMC Kota Pekanbaru Tahun 2019”

Tujuan penelitian ini Untuk Mengetahui Pengaruh Pijat Punggung Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Persalinan Normal Di RS PMC Kota Pekanbaru.

METODE

Penelitian ini menggunakan preeksperimental design dengan pendekatan one group pretest posttest yaitu rancangan penelitian yang dilakukan dengan cara memberikan pretest (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi. Lokasi Penelitian dilakukan di RS PMC Kota Pekanbaru. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal Maret 2019 sampai dengan Juni 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu inpartu kala I persalinan di RS PMC Kota Pekanbaru. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian yang di ambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi dengan jumlah sampel 30 Ibu Bersalin. Data dianalisis dengan Uji Wilcoxon.

HASIL

1. Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di RS. PMC terhadap 30 responden, dengan judul pengaruh pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri kala I persalinan normal, maka diperoleh hasil data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi berdasarkan indikasi dilakukannya.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan intensitas Nyeri sebelum diberikan pijat punggung di RS. PMC Tahun 2019

No	Skala Nyeri	Jumlah	
		f	%
	<i>(Pre Test)</i>		
1	Ringan	0	0
2	Sedang	17	56,7
3	Berat	10	33,3
4	Sangat berat	3	10

Berdasarkan tabel diatas maka didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki skala nyeri sedang yaitu sebanyak 17 responden (56,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan intensitas Nyeri sesudah diberikan pijat punggung di RS PMC Tahun 2019

No	Skala Nyeri	Jumlah	
		f	%
	<i>(Posttest)</i>		
1	Ringan	18	60
2	Sedang	9	30
3	Berat	3	10
4	Sangat berat	0	0
Total		30	100

Berdasarkan tabel di atas maka didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki skala nyeri ringan yaitu sebanyak 18 responden (60%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Pengaruh pemberian pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri kala I persalinan di RS PMC Tahun 2019

Variabel	Intervensi	N	Mean rank	Sum of Rank	Z	P value	α
Penurunan rasa nyeri kala I persalinan normal	Sebelum	Negatif rank 28 ^a	14,50	406,00	-5,292	0,000	0,05
	Sesudah	Positif rank 0 ^b	0,00	0,00			
	Ties	2 ^c					
	Jumlah	30					

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa N pada negatif rank yaitu 28 yang artinya ke 28 responden mengalami penurunan rasa nyeri dengan nilai mean rank atau rata-rata penurunannya yaitu sebesar 14,50 dan sum of rank atau rangking negatifnya adalah 406,00. Pada nilai positif rank menunjukkan nilai N 0 baik nilai mean rank maupun sum of rank yang artinya tidak ada responden yang mengalami peningkatan skala nyeri setelah intervensi. Sedangkan pada nilai N ties terdapat 2 responden yang artinya ada responden yang mengalami skala nyeri yang sama yaitu sebelum melakukan atau sesudah melakukan intervensi.

Berdasarkan analisis statistik menggunakan uji wilcoxon, didapatkan nilai p value (0,000)

$< \alpha$ (0,05) maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri kala I persalinan normal di RS PMC Tahun 2019.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian dengan melakukan analisa tentang pengaruh pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri di RS PMC, ditemukan hasil bahwasanya dari 30 responden terdapat 28 responden yang mengalami penurunan setelah diberikan pijat punggung, dimana 2 responden di antaranya tidak mengalami penurunan

rasa nyeri baik sebelum dilakukan pijat dan setelah dilakukan pijat. Berdasarkan dari hasil yang didapatkan tersebut kita bisa melihat dan membandingkan bahwasanya jumlah responden dengan penurunan rasa nyeri lebih banyak setelah dilakukan pemijatan dibandingkan dengan yang tidak mengalami perubahan skala nyeri yang hanya berjumlah 2 responden, sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang penyembuhan luka operasi kurang baik adalah responden yang tidak melakukan mobilisasi dini yaitu sebanyak 13 responden (32,5%). Mayoritas responden yang baik penyembuhan luka operasi adalah responden dengan melakukan mobilisasi dini yaitu sebanyak 14 responden (35%). Dari hasil pengujian statistik dapat diperoleh nilai p value (0,031) $< \alpha$ (0,05), sehingga ada hubungan bermakna antara mobilisasi dini post SC dengan penyembuhan luka operasi di Ruang Camar RSUD Arifin Achmad Tahun 2018.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aryani (2015) di dapatkan ibu bersalin yang di massage punggung memiliki intensitas nyeri punggung lebih rendah 29,62 poin dari ibu yang tidak dimassase, nilai $p=0,001$ yang berarti ada pengaruh massase pada punggung terhadap intensitas rasa nyeri dan kadar endokrin ibu bersalin kala I persalinan normal.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Hariyanti mengenai pengaruh pijat punggung teknik “effluarage” terhadap intensitas nyeri persalinan pada inpartu kala I fase aktif ditemukan sebagian besar responden mengalami nyeri berat

sebelum diberikan pijat teknik “effluarage” yaitu sebanyak 9 orang (90%). Setelah dilakukan pijat sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 9 orang dengan nilai $p=0,002$ yang berarti ada pengaruh pijat punggung terhadap intensitas nyeri persalinan kala I

Menurut asumsi peneliti bahwa saat proses persalinan dilakukan pijat punggung maka akan berkurang rasa nyeri. Ibu yang dilakukan pijat punggung tersebut akan turun rasa nyerinya sesuai dengan his/kontraksi yang dialami. Semakin kuat kontraksi maka nyeri yang dirasakan semakin bertambah. Dengan adanya pijat maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang positif bagi ibu bersalin yang dilakukan pijat dibandingkan pada ibu yang tidak dilakukan pijat pada saat menjalani proses persalinan.

SIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini bahwa ada pengaruh yang bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri kala I persalinan normal di RS PMC.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan atau pedoman untuk mengevaluasi tentang Pijat Punggung terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Persalinan Normal di RS PMC.

DAFTAR PUSTAKA

Aprilia, (2010). Hipnotetri Rileks, Nyaman dan Aman Saat Hamil dan Melahirkan. Jakarta: Gagas Media.

Asrinah, (2010). Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Bobak, (2014). Buku ajar keperawatan maternitas edisi 4. Jakarta : EGC Cepeda, MS

(2013). Music For Pain Relief. Cochrane Databased Systematic

Chrisna, T(2018).Asuhan Kebidanan 2. JakartaTimur: CV. Trans Info Media.

Destiana, P, (2010) Hamil Aman Dan Nyaman Diatas 30 Tahun: Yogyakarta, Media Pressindo.

Dwi, (2011). Asuhan Persalinan Normal. Joygakarta: Nuha Medika.

Eka, PS, (2014) asuhan kebidanan persalinan. Jakarta: TIM

Hariyanti, (2014). Pijat Punggung Teknik Effluarage Terhadap Intensitas Nyeri persalinan pada inpartu kala IFaseAktif. Jakarta: TIM

Hidayat, M, (2014). Metode Penelitian Kebidan dan Analisis Data. Jakarta: Selemba Medika.

Iman, M, (2016) Panduan Penyusun Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan, Bandung :Citapustaka

Judha, M (2012). Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan. Joygakarta: Nuha Medika.

Manuaba, (2015). Pengantar Kuliah Obstetri. Jakarta: EGC.

Maryunai, A, (2010).Nyeri Dalam Persalinan. Jakarta: TIM.

Mufdlilah, (2009). Pemeriksaan Kehamilan Fokus Dilengkapi Dengan Ibu Hamil. Yogyakarta: Nuha Medika.

Notoatmodjo, S (2012) Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Ningrum, (2012). Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.

Pastuty, (2010). Buku Saku Asuhan Kebidanan Ibu Bersalin. Jakarta: EGC.

Rohani, (2012). Asuhan Pada Masa Persalinan. Jakarta: Salemba Medika.

- Sugiono,(2013). Metodologi Penelitian Kesehatan. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyawati, (2010).Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin. Jakarta: Salemba Medika.
- Sumanto, (2014). Teori Dan Aplikasi Metodologi Penelitaian. Yogyakarta: CAPS.