

Efektifitas Pemberian Pijat Endorpin Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Taliwang Tahun 2017

Nurul Auliya Kamila¹ dan Nurul Fatmala¹

¹Jurusan Ilmu Kebidanan, Universitas Nahdlatul Wathan, Mataram, Indonesia

Abstrak : Rasa nyeri persalinan merupakan manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut, dan menjalar kearah paha. Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan jumlah persalinan normal tahun 2017 di puskesmas Karang Taliwang sebanyak 532. Berdasarkan register jumlah persalinan Puskesmas Karang Taliwang tahun 2017 dari bulan januari sampai bulan agustus terdapat 342 jumlah persalinan normal. Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui Lamanya waktu persalinan kala II pada primipara dan multipara di Puskesmas Karang Taliwang tahun 2017. Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui Efektifits Pemberian Pijat Endorpin Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I di wilayah kerja Puskesmas Karang Taliwang tahun 2017.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain pre-eksperimental, penelitian ini akan dilakukan di Puskesmas Karang Taliwang, populasi dari penelitian ini adalah ibu bersalin normal dari bulan januari sampai bulan agustus 2017, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah ibu bersalin normal yang bersedia menjadi responden. Instrumen yang digunakan yaitu format lembar observasi.

Dari hasil penelitian yang dilakukan menunjukan bahwa sebagian besar ibu bersalin kala I sebelum diberikan pijat endorpin yang mengalami rasa nyeri ringan yaitu 4 orang (40 %), dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sangat berat yaitu 1 orang (10 %). Sedangkan dari 10 sampel ibu bersalin kala I setelah diberikan pijat endorpin yang tidak mengalami rasa nyeri yaitu 6 orang (60 %), dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sedang yaitu 1 orang (10 %) terdapat pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin setelah dilakukan pijat endorpin.

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan pengetahuan peneliti serta masukan bagi tenaga kesehatan khususnya bidanagar lebih meningkatkan pelayanan dan informasi mengenai efektifitas pemberian pijat endorpin sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang ketidaknyamanan pada proses persalinan sehingga masyarakat dapat mengatasi rasa tidak nyaman pada proses persalinan

Kata kunci : Pijat Endorpin, Pengurangan Rasa Nyeri, Ibu Bersalin Kala 1

1. Pendahuluan

Kematian maternal merupakan salah satu masalah kesehatan yang terus menjadi perhatian masyarakat dunia. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan 565.000 perempuan meninggal setiap hari akibat komplikasi kehamilan, proses kelahiran dan aborsi yang tidak aman. Sekitar satu perempuan meninggal setiap menit (WHO, 2011).

Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2012, AKI di Indonesia adalah 359/100.000 kelahiran hidup, sedangkan AKB yaitu 32/1000 kelahiran hidup. Penyebab angka kematian ibu (AKI) diantaranya Perdarahan (58,1%), preeklamsi/eklamsi (15,9%), infeksi (9%), komplikasi masa puerperium (4%), abortus (3%), partus lama (3%), emboli obstetri (2%), dan lain-lain (5%). Penyebab angka kematian bayi (AKB) ,gangguan pernapasan (37%), Prematur (34%), sepsis (12%), hipotermi (7%), kelainan darah/ ikterus (6%), pos matur (3%), dan kelainan kongenital (1%).(Depkes RI, 2012).

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi NTB tahun 2013 Angka Kematian Ibu (AKI) 360/100.000 kelahiran hidup. Jumlah ini menurun di tahun 2014 yakni 251/100.000 kelahiran hidup, pada skala nasional NTB

berada pada urutan 14 dari 33 provinsi se-Indonesia. Penyebab angka kematian ibu (AKI) diantaranya Perdarahan (33%), Hipertensi dalam kehamilan (24%), infeksi (3%), lain-lain (40%). (Dikes NTB, 2014).

Data dari dinas kesehatan kota Mataram jumlah kematian ibu pada tahun 2013 sebanyak 14 kasus, sedangkan pada tahun 2014 kasus kematian ibu berjumlah 4 kasus. (Dikes Kota Mataram, 2014).

Persalinan adalah proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit (APN 2008).

Persalinan biasanya dimulai dari rasa nyeri yang biasanya disebabkan adanya kontraksi. Rasa nyeri pada persalinan kala I disebabkan oleh munculnya kontraksi otot-otot uterus, hipoksia dari otot-otot yang mengalami kontraksi, peregangan serviks, iskemia korpus uteri, dan peregangan segmen bawah rahim. Reseptor nyeri ditransmisikan melalui segmen saraf spinalis T11-12 dan saraf saraf asesori torakal bawah serta saraf simpatik lumbal atas. Sistem ini berjalan mulai dari perifer melalui medulla spinalis, batang otak, thalamus dan kortek serebri. Nyeri menyebabkan frustrasi dan putus asa, sehingga

beberapa ibu merasa khawatir tidak akan mampu melewati proses persalinan.

Sebuah studi terbaru menemukan bahwa, 67% wanita merasa sedikit khawatir, 12% merasa sangat khawatir dan 23% sama sekali tidak khawatir tentang nyeri persalinan. Menghilangkan rasa nyeri ialah hal yang penting. Bukan jumlah nyeri yang dialami wanita yang perlu dipertimbangkan, akan tetapi upaya tentang bagaimana cara mengatasi nyeri tersebut. Hal ini sejalan dengan program yang dicanangkan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) yaitu program Making Pregnancy Saver (MPS) dengan salah satu aspek penatalaksanaan dalam persalinan yaitu aspek sayang ibu. (Reeder.2012).

Cara menghilangkan rasa nyeri dilakukan dengan cara non farmakologi salah satunya adalah Pijat Endorpin yaitu salah satu terapi dengan melakukan sentuhan ataupun pijatan ringan, yang sangat penting untuk dilakukan pada wanita yang hamil maupun bersalin.

Penelitian yang dilakukan oleh Novita R dan Sari (2011) melakukan penelitian tentang efektifitas sentuhan dalam penurunan rasa nyeri. Hasil yang didapatkan adalah intensitas nyeri pada kelompok intervensi sebelum dilakukan pemijatan lebih tinggi dari pada sebelum dilakukan pemijatan. Rata-rata intensitas nyeri sebelum dilakukan pemijatan 7,46 dan sesudah dilakukan pemijatan 2,42 dengan nilai signifikansi $p = 0.000$.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai “Efektifitas Pijat Endorpin Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I di Puskesmas Karang Taliwang 2017”

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan *Pre eksperiment* dengan *pretest-posttest without control group design*. Subjek penelitian yaitu semua ibu bersalin normal kala I dari bulan januari – september tahun 2017 dengan jumlah rata-rata perbulan 38 ibu bersalin normal. Pengambilan sampel berdasarkan Accidental Sampling yaitu dilakukan dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian. Analisis deskriptif (Univariat), analisa deskriptif sering disebut juga analisa univariat yang bertujuan mendeskripsikan responden atau variabel penelitian. Jenis instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi.

3. Hasil Dan Pembahasan

Hasil

1. Rasa nyeri Sebelum diberikan Pijat Endorpin, Dalam penelitian ini untuk efektifitas pemberian pijat endorpin terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin kala I di wilayah kerja puskesmas karang taliwang tahun 2017 dapat dilihat pada table di bawah ini :

Tabel 1. Distribusi Sampel Berdasarkan Rasa Nyeri yang dialami ibu bersalin kala I sebelum dilakukan pijat endorpin dipuskesmas Karang Taliwang 2017.

No	Tingkatan Nyeri	Frekuensi	Persentase %
1	Tidak nyeri	0	0 %
2	Nyeri ringan	4	40 %
3	Nyeri sedang	2	20 %
4	Nyeri berat	3	30 %
5	Nyeri sangat berat	1	10%
Total		10	100 %

Sumber : (Data primer terolah Tahun 2017)

Berdasarkan table 1 di atas menunjukkan bahwa dari 10 sampel sebagian besar ibu bersalin kala I sebelum diberikan pijat endorpin yang mengalami rasa nyeri ringan yaitu 4 orang (40 %), dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sangat berat yaitu 1 orang (10 %).

2. Rasa Nyeri Sesudah diberikan Pijat Endorpin. Dalam penelitian ini untuk mengetahui pengurangan rasa nyeri sesudah diberikan pijat endorpin dapat dilihat pada table distribusi dibawah ini :

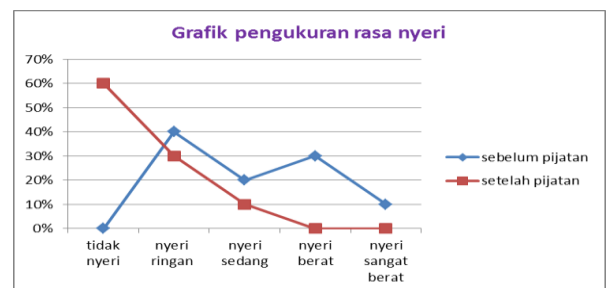
Tabel 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Rasa Nyeri yang dialami ibu bersalin kala I setelah dilakukan pijat endorpin dipuskesmas Karang Taliwang 2017.

No	Tingkatan Nyeri	Frekuensi	Persentase %
1	Tidak nyeri	6	60 %
2	Nyeri ringan	3	30 %
3	Nyeri sedang	1	10 %
4	Nyeri berat	0	0 %
5	Nyeri sangat berat	0	0%
Total		10	100 %

Sumber : (Data primer terolah Tahun 2017)

Berdasarkan tabel 2, dari 10 sampel sebagian besar ibu bersalin kala I setelah diberikan pijat endorpin yang tidak mengalami rasa nyeri yaitu 6 orang (60 %), dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sedang yaitu 1 orang (10 %).

3. Mengidentifikasi efektifitas pemberian pijat endorpin terhadap pengurangan rasa nyeri.



Gambar 1. Grafik Pengurangan Rasa Nyeri

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan bahwa 40 % ibu yang belum diberikan pijat endorpin merasakan rasa nyeri ringan dan ibu yang tidak mengalami rasa nyeri sebanyak 0 %, sedangkan setelah diberikan pijat endorpin sebagian besar ibu merasakan tidak nyeri yaitu 60 %, dan yang mengalami nyeri berat dan sangat berat sebanyak 0%. Jadi terdapat efektivitas pemberian pijat endorpin terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersali kala I.

Pembahasan

1. Rasa Nyeri Sebelum diberikan Pijat Endorpin

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin kala I sebelum diberikan pijat endorpin yang mengalami rasa nyeri ringan yaitu 4 orang (40 %) dalam penelitian ini pasien yang mengalami nyeri ringan sebanyak 4 orang dikarenakan pasien yang akan diberikan pijat endorpin tersebut yaitu pasien yang pernah melahirkan sebelumnya (multipara), masih dalam fase laten dan pernah merasakan rasa tidak nyaman atau nyeri persalinan, dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sangat berat yaitu 1 orang (10 %) dikarenakan pada pasien ini pasien yang pertamakali melahirkan (primi) dan sudah memasuki fase aktif sehingga rasa nyeri yang dialaminya sangat berat.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 10 sampel ibu bersalin sebelum dilakukan pijat endorpin mengalami nyeri ringan 40% dan yang mengalami nyeri sangat berat sebanyak 10% dikarenakan pada sampel ini ibu bersalin sudah memasuki fase aktif, dan baru pertamakali melahirkan (primi), dalam teori mengatakan semakin besar pembukaan servik maka rasa nyeri yang dialami ibu semakin meningkat.

Nyeri persalinan normal kala I yaitu, ketidaknyamanan atau nyeri nyeri akibatkan oleh kontraksi involuter otot uteri. Kontraksi cenderung di rasakan di pinggang pada awal persalinan. Ketika persalinan mengalami kemajuan, sensasi nyeri melingkari batang tubuh bawah mencakup abdomen dan punggung. Kontraksi sering di gambarkan sebagai gelombang nyeri yang datang dan pergi secara berirama. Sebelum atau sesudah terjadi kontraksi, sering kali muncul lendir bercampur darah yang keluar dari vagina sebagai tanda persalinan, hal ini disebabkan oleh karena terlepasnya sumbatan pelindung pada leher rahim, karena servik mulai membuka (Ina Kuswanti, 2010)

Salah satu patofisiologi nyeri persalinan yaitu transduksi yang merupakan proses dimana suatu stimuli nyeri (noxious stimuli) dirubah menjadi suatu aktifitas listrik yang akan diterima ujung-ujung saraf. Stimuli ini dapat berupa stimuli fisik (tekanan), suhu (panas) atau kimia (substansi nyeri). Terjadi perubahan patofisiologi karena mediator-mediator nyeri mempengaruhi juga nosiseptor diluar daerah trauma sehingga lingkaran nyeri meluas, selanjutnya terjadi proses sensitisasi perifer yaitu menurunnya nilai ambang rangsang nosiseptor karena pengaruh mediator-mediator

diasas dan penurunan pH jaringan. Akibatnya nyeri dapat timbul karena rangsang yang sebelumnya tidak menimbulkan nyeri minsalnya rabaan (Anik Maryunani, 2010)

Penelitian yang dilakukan oleh Insaffita S (2006) dengan judul pengaruh pemijatan terhadap nyeri primigravida kala I persalinan fisiologis di peroleh hasil rata-rata skala nyeri pada responden sebelum dilakukan pemijatan (8,3) lebih tinggi dari pada responden sesudah dilakukan pemijatan (4,69) dengan taraf signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$).

2. Rasa Nyeri Sesudah diberikan Pijat Endorpin

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dari 10 sampel ibu bersalin kala I setelah diberikan pijat endorpin yang tidak mengalami rasa nyeri yaitu 6 orang (60 %), dikarenakan dalam penelitian ini pasien yang diberikan pijatan yaitu rata-rata ibu bersalin multipara dan pendamping pasien yaitu suami yang dapat memberikan kenyamanan tersendiri pada istri, dalam teori mengatakan dalam menghadapi persalinan pendamping persalinan sangat penting terutama kehadiran seorang suami, ibu bersalin yang mengalami nyeri ringan yaitu 3 orang (30 %) dalam penelitian ini pasien yang diberikan pijatan yaitu ibu bersalin pertama kali (primi) dan disini faktor pendampingnya tidak mendukung karena pasien didampingi oleh keluarga lain (mertua) yang menyebabkan ketidaknyamanan tersendiri bagi pasien, dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sedang yaitu 1 orang (10 %) dalam penelitian ini ibu bersalin yang diberikan pijatan yaitu ibu bersalin primi sehingga peneliti mengalami kesulitan dalam melakukan pemijatan.

Nyeri adalah suatu bagian proses melahirkan yang diketahui dan akan diperkirakan hampir semua masyarakat berdasarkan persepsi pribadi, perilaku eksternal yang ditunjukkan dalam respon terhadap nyeri, dan pemahaman budaya tentang peran nyeri dalam proses melahirkan bervariasi dalam komunitas (Sigit, 2010)

Rasa nyeri pada persalinan kala I disebabkan oleh munculnya kontraksi otot-otot uterus, hipoksia dari otot-otot yang mengalami kontraksi, peregangan serviks, iskemia korpus uteri, dan peregangan segmen bawah rahim. Reseptor nyeri ditransmisikan melalui segmen saraf spinalis T11-12 dan saraf – saraf asesori torakal bawah serta saraf simpatik lumbal atas. Sistem ini berjalan mulai dari perifer melalui medulla spinalis, batang otak, thalamus dan kortek serebri.

Patofisiologi pijat endorpin, pijat endorpin dilakukan karena memiliki banyak manfaat, yang paling utama dari manfaat massage adalah memperlancar peredaran darah dan getah bening. Dimana massage akan membantu memperlancar metabolisme dalam tubuh. Treatment massage akan mempengaruhi kontraksi dinding kapiler sehingga terjadi keadaan vasodilatasi atau melebarnya pembuluh darah kapiler dan pembuluh getah bening. Aliran oksigen dalam darah meningkat, pembuangan sisa-sisa metabolic semakin lancar sehingga memacu hormone endorpin yang

berfungsi memberikan rasa nyaman. Selain hal tersebut banyak sekali manfaat massage bagi peningkatan fungsi-fungsi fisiologis tubuh. (Anik Maryunani, 2010)

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 10 sampel ibu bersalin normal kala I setelah dilakukan pijat endorpin yang tidak mengalami rasa nyeri sebanyak 60%. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang di mana dalam teori mengatakan salah satu tujuan pemberian pijat endorpin yaitu mengurangi rasa tidak nyaman dalam proses persalinan dan dapat mengurangi rasa nyeri.

Penelitian yang dilakukan oleh Novita R dan Sari (2011) melakukan penelitian tentang efektifitas sentuhan dalam penurunan rasa nyeri. Hasil yang didapatkan adalah intensitas nyeri pada kelompok intervensi sebelum dilakukan pemijatan lebih tinggi dari pada sesudah dilakukan pemijatan. Rata-rata intensitas nyeri sebelum dilakukan pemijatan 7,46 dan sesudah dilakukan pemijatan 2,42 dengan nilai signifikansi $p = 0.000$.

3. Efektifitas pemberian pijat endorpin terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin kala I

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dari 10 sampel ibu bersalin kala I setelah diberikan pijat endorpin yang tidak mengalami rasa nyeri yaitu 6 orang (60 %), dan yang mengalami rasa nyeri berat sebanyak 0 %.

Pijat endorpin adalah pijatan ringan, yang sangat penting untuk dilakukan pada wanita yang hamil. Terapi ini dapat dilakukan sebagai pengelola rasa sakit. Terapi seperti ini dapat digunakan agar mengurangi rasa kurang nyaman pada saat menjalani proses persalinan, serta dapat meningkatkan relaksasi yang dapat membuat perasaan lebih nyaman melalui permukaan pada kulit.

Endorpin massage adalah sebuah teknik sentuhan dan pemijatan ringan yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh ibu hamil dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit (Kuswandi, 2011).

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat efektifitas pemberian pijat endorpin terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin kala I baik pada fase laten maupun pada fase aktif. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dimana dalam teori mengatakan bahwa manfaat dari pemberian pijat endorpin salah satunya yaitu dapat mengurangi rasa nyeri pada proses persalinan.

Penelitian yang dilakukan oleh Insaftita S (2006) dengan judul pengaruh pemijatan terhadap nyeri primigravida kala I persalinan fisiologis di peroleh hasil rata-rata skala nyeri pada responden sebelum dilakukan pemijatan (8,3) lebih tinggi dari pada responden sesudah dilakukan pemijatan (4,69) dengan taraf signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$).

4. Kesimpulan

1. Sebagian besar ibu bersalin kala I sebelum diberikan pijat endorpin yang tidak mengalami rasa nyeri

sebanyak 0%, yang mengalami nyeri ringan yaitu 4 orang (40 %), nyeri sedang 2 orang (20%), nyeri berat sebanyak 3 orang (30%) dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sangat berat yaitu 1 orang (10 %).

2. Setelah diberikan pijat endorpin yang tidak mengalami rasa nyeri yaitu 6 orang (60 %), yang mengalami nyeri ringan 3 orang (30%), nyeri sedang sebanyak 1 orang (10%) dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sedang nyeri berat dan sangat berat yaitu sebanyak 0%.
3. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 10 sampel ibu bersalin yang diberikan pijat endorpin yang dimana pijatan endorpin yang efektif sebanyak 6 orang (60 %) dan pijatan endorpin yang tidak efektif sebanyak 4 orang (40 %). Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat efektifitas pemberian pijat endorpin terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin.

Daftar Pustaka

- Arikunto, 2006. Manajemen Penelitian. Jakarta: Rineka, cipta cunaingham, F.gary.
- Depkes RI 2012. *Survey Demografi Kesehatan Indonesia* : Jakarta
- Dinas Kesehatan NTB. 2014. *Profil Kesehatan Nusa Tenggara Barat*. Bina Akses; NTB.
- Dinas Kesehatan Kota. 2014. *Profil Kesehatan Kota* : NTB.
- Ina Kuswanti, Fitria Melina. 2013. *Asuhan Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta
- JNPK-KR. 2008. *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta : Depkes RI PP-IBI.
- Standar Pelayanan Kebidanan. Buku I : Jakarta.
- Manuba, I, B, G. 2007. *Pengantar Kuliah Obstetri*. EGC; Jakarta.
- Mohamad Judha, Sudarti. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri da Nyeri Persalinan*. Yogyakarta,
- Nollan, 2008. *Kehamilan dan persalinan*. Arcan: Jakarta.
- Notoatmodjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka cipta; Jakarta.
- Prawirohardjo, S. 2010. *Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirahadi; Jakarta.
- Redeer, dkk. 2012. *Keperawatan maternitas kesehatan*: Jakarta
- Sugiyono. 2010. *Metodologi Penelitian Administrasi*. Alfabeta; Bandung.
- Susila & Suyanto. 2014. *Metodologi Penelitian Cross Sectional*, Bossscript; Klaten.
- Winkjosastro. 2009. *Ilmu Kebidanan*. YBPSP : Jakarta.