

**PENGARUH PIJAT PUNGGUNG TERHADAP PENURUNAN RASA NYERI KALA I  
PERSALINAN NORMAL DI BPM DESITA, S, SiT DESA PULO ARA  
KECAMATAN KOTA JUANG KABUPATEN BIREUEN  
TAHUN 2019**

***THE EFFECT OF BACK MASSAGE ON THE REDUCTION OF NORMAL LINE CALCULATION  
IN BPM DESITA S, SiT PULO ARA KECAMATAN VILLAGE, KOTA JUANG BIREUEN  
DISTRICT, 2019***

**Sarah Nadiya<sup>1</sup>, Nadia Salamuna<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Dosen Akademi Kebidanan Munawarah, <sup>2</sup>Mahasiswa Akademi Kebidanan Munawarah  
Jl. Sultan. Iskandar Muda No. 18 Kota Juang, Bireuen

[sarahnadiya@akbid.ac.id](mailto:sarahnadiya@akbid.ac.id)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Nyeri persalinan merupakan salah satu penyebab terjadinya partus lama dan kematian janin. nyeri pada kala I persalinan adalah akibat adanya dilatasi servik, segmen bawah rahim, adanya tahanan yang berlawanan, tarikan serta perlukaan pada jaringan otot maupun ligamen-ligamen yang menopang struktur di atasnya. Pijat merupakan salah satu teknik non-farmakologi dalam mengatasi nyeri persalinan

**Metode:** Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah Preeksperimental dengan pendekatan One group pretes posttest dan sampel penelitian ini adalah 30 ibu bersalin di BPM Desita, S, SiT Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen yang di ambil secara kouta sampling. Teknik analisis data menggunakan analisis Univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis Bivariat dengan uji wilcoxon.

**Hasil:** Hasil penelitian sebelum diberikan pijat nyeri yang dialami responden sebagian besar dalam katagori nyeri sedang yaitu sebanyak 16 responden (53,3%) dan sesudah diberikan pijat nyeri yang dialami responden sebagian besar dalam katagori ringan yaitu sebanyak 16 responden (53,5%), 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.

**Kesimpulan :** Diharapkan kepada responden untuk lebih aktif mencari informasi dan menambah wawasan dari media atau tenaga kesehatan mengenai penurunan rasa nyeri saat dilakukan pemijatan pda saat proses persalinan.

**Kata kunci :** Nyeri persalinan, Pijat punggung, Kala I

### **ABSTRACT**

**Background:** *Labor pain is one of the causes of prolonged labor and fetal death. pain in the first stage of labor is due to cervical dilatation, lower uterine segment, the presence of opposing resistance, pulling and injury to the muscle tissue and ligaments that support the structure above. Massage is one of the non-pharmacological techniques in dealing with labor pain.*

**Method:** *The purpose of this study was to see the difference in pain before and after massage during the first stage of labor. The design used in this study was Pre-experimental with the One group posttest pretest approach and the sample of this study were 30 mothers at BPM Desita, S, SiT Desa Pulo Ara, Kota Juang Subdistrict, Bireuen District which was taken by sampling. Data analysis techniques used Univariate analysis with frequency distribution and Bivariate analysis with Wilcoxon test.*

**Results:** *The results of the study before being given pain massage experienced by respondents were mostly in the category of moderate pain as many as 16 respondents (53.3%) and after being given pain massage experienced by respondents mostly in the mild category as many as 16 respondents (53.5%), based on the test results Wilcoxon analysis in the treatment group obtained a significant level of p of 0.000 ( $p < 0.05$ ) so that it can be concluded that there was an effect of applying back massage to a decrease in pain in the first stage of normal labor.*

**Conclusion:** *It is expected that the respondents will be more active in seeking information and adding insight from the media or health workers regarding the reduction in pain during a massage during labor.*

**Keywords:** *Labor pain, Back Massage, Time I*

## PENDAHULUAN

Kehamilan pertama kali bagi seorang calon ibu merupakan salah satu perjalanan baru yang di tandai dengan perubahan-perubahan psikis hingga timbul berbagai masalah psikologis. Banyak perubahan yang terjadi pada masa kehamilan sehingga ibu takut dan merasa khawatir terhadap kehamilan dan saat menghadapi proses persalinan (Wahyuni, 2015).

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 di mulai 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 di timbulkan 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 di rancang 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 dirancangan 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 keeratn 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).

Teknik yang dipakai untuk mengurangi nyeri persalinan kala I di BPS Tri Handayani Gebog Kabupaten Kudus 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 bidan Desita, S.SiT, peneliti melihat bahwa hampir seluruh ibu bersalin mengalami nyeri pada saat bersalin. Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa nyeri persalinan di sebabkan 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 BPM Desita, S.SiT Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kapupaten Bireuen Tahun 2019 ?”

Tujuan penelitian ini Untuk Mengetahui Pengaruh Pijat Punggung Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Persalinan Normal Di BPM Desita, S.SiT Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen.

## METODE PENELITIAN

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 BPM Desita, S,SiT Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 11 April 2019 sampai dengan 18 Mei 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu inpartu kala I persalinan di BPM Desita S,SiT Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. 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 secara univariat dengan distribusi frekwensi dan analisis Bivariat dengan Uji Wilcoxon.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di BPM Desita,S.SiT 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 BPM Desita, S,SiT Di Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2019.

No	Skala nyeri (Pre Test)	Jumlah	
		F	%
1	Ringan	0	0
2	Sedang	16	53,3
3	Berat	12	40,0
4	Sangat berat	2	6,7
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas maka didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki skala nyeri sedang yaitu sebanyak 16 resonden (53,3%).

**TABEL. 2**

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan intensitas Nyeri sesudah diberikan pijat punggung di BPM Desita, S,SiT Di Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2019.

No	Skala nyeri ( <i>Posttest</i> )	Jumlah	
		F	%
1	Ringan	16	53,3
2	Sedang	10	33,3
3	Berat	4	13,3
4	Sangat berat	0	0
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas maka didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki skala nyeri ringan yaitu sebanyak 16 responden (53,3%).

## 2. Analisis Bivariat

**TABEL. 3**

Pengaruh pemberian pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri kala I persalinan di BPM Desita, S,SiT Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2019.

Variabel	Intervensi		N	Mean Rank	Sum of Rank	Z	P value
Penurunan rasa nyeri kala I persalinan normal	Sebelum- Sesudah	<i>Negatif rank</i>	28 <sup>a</sup>	14,50	406,00	-5,292	0,000
		<i>Positif rank</i>	0 <sup>b</sup>	0,00	0,00		
	<i>Ties</i>	2 <sup>c</sup>					
	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) < (0,05) maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri kala I persalinan normal di BPM Desita, S.SiT di desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2019.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian dengan melakukan analisa tentang pengaruh pijat punggung terhadap penurunan rasa nyeri di BPM Desita, S,SiT, ditemukan hasil bahwasanya dari 30 responden terdapat 28 responden yang mengalami penurunan setelah di berikan 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) < (0,05), sehingga ada hubungan bermakna antara mobilisasi dini post SC dengan penyembuhan luka operasi di Ruang Kebidanan Rumah Umum Daerah dr. Fauziah Bireuen 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 endorkrin 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.

## **KESIMPULAN**

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

## **SARAN**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan atau pedoman untuk mengevaluasi tentang Pijat Punggung terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Persalinan Normal di BPM Desita, S.SiT Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aprilia, (2010). *Hipnostetri 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 Releif*. Cochrane Databased Systematic
- Chrisna, T(2018).*Asuhan Kebidanan 2*. JakartaTimur: CV. Trans Info Media.

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). *AsuhanKebidananPersalinan&BayiBaruLahir*. 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.

Wahyuni, (2019). *Kecemasan Menjaln Kehamilan Anak Pertama*, [http://etd, library, ums, ac, id](http://etd.library.ums.ac.id), Diakses pada 01 mei 2019.