

Penurunan Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Melalui Masase Punggung Pada Ibu Inpartu Di Klinik Hj. Hamidah Kota Medan

Pain Reduction in First Stage of Labor Active Phase Through Back Massage to Mother Inpartu at Hj. Hamidah Medan

Juneris Aritonang^{*1}, Laura M Siregar², Frida Liharris Saragih³

^{1,2,3} Universitas Sari Mutiara Indonesia, Jl. Kapten Muslim No. 79, Medan 20123

*Koresponding Penulis: ¹june_30ops@yahoo.co.id, ²laura.boreg@yahoo.co.id, ³fridasaragih84@yahoo.co.id

ABSTRAK

Masase dilakukan pada ibu inpartu bertujuan melepaskan senyawa *endorphin* sehingga mengurangi nyeri. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi pengaruh metode masase terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Desain penelitian ini adalah *quasy-eksperimen* yang bersifat *two group pretest-posttest* menggunakan uji uji *t-dependen* dan *t-independen*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 38 orang. Hasil penelitian didapati ada perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi ($p=0.000$) dan pada kelompok kontrol ($p=0,007$). Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa adanya pengaruh metode masase terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Sehingga disarankan supaya bidan menerapkan metode masase dalam mengurangi nyeri persalinan.

Kata Kunci : Metode masase , nyeri persalinan kala I fase aktif

Abstract

Massage is performed on mothers in their labor aimed at releasing endorphin compounds so as to reduce pain. The purpose of this study was to identify the effect of the massage method on labor pain in the first phase of active phase. The design of this research is quasy-experiment which is two groups pretest-posttest using t-dependent and t-independent test. The number of samples in this study were 38 people. The results found there were significant differences in the intervention group ($p = 0,000$) and in the control group ($p = 0.007$). From the results of this study it was found that the effect of the massage method on the decrease in the intensity of labor in the first phase of active labor. So it is recommended that midwives apply massage methods to reduce labor pain.

Keywords: Method massage, labor pain in the first phase of active phase.

PENDAHULUAN

Indonesia sehat adalah suatu gambaran kondisi Indonesia di masa depan, yakni masyarakat, bangsa, dan negara yang ditandai oleh penduduknya hidup dalam lingkungan dengan perilaku hidup sehat, memiliki kemampuan menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu secara adil dan merata, serta mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya di seluruh wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia (Depkes, 2009).

Meningkatkan derajat kesehatan yang adil dan merata diperlukan sikap responsif dan efektif dalam melakukan suatu tindakan untuk memberi kenyamanan dan menghindari resiko yang akan terjadi seperti resiko kehamilan dan persalinan. Persalinan merupakan suatu hal yang fisiologis bagi seluruh wanita di dunia, walaupun sebagian besar ibu inpartu merasa tegang, takut dan menyakitkan menghadapi proses persalinan.

Persalinan suatu proses membuka dan menipisnya serviks serta terjadi kontraksi uterus sehingga menyebabkan nyeri pada proses persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh Niven dan Gijbers (1984) bertujuan untuk melihat perbandingan intensitas nyeri persalinan dengan nyeri lain diperoleh hasil bahwa nyeri persalinan melebihi sindrom nyeri lain seperti, 88% dari 73 penderita nyeri tungkai menerima intervensi farmakologis, 76% dari sampel (n=200) mengalami nyeri punggung selama kehamilan dengan insiden puncak pada usia kehamilan 24-28 minggu yang mengganggu aktivitas normal ibu, maka nyeri harus diberi intervensi metode pengendali nyeri demi kenyamanan dan keringanan si penderita (Mander R., 2003, hal. 140).

Departemen WHO Membuat Kehamilan Lebih Aman (MPS) yang pada dasarnya menekankan pada penyediaan pelayanan kesehatan maternal dan neonatal yang terampil untuk mengurangi angka kematian bayi dan kematian ibu secara signifikan pada tahun 2015 dengan diteksi dini, *antenatal care*, penatalaksanaan persalinan dan nifas yang baik (WHO, 2015). Pada masyarakat primitif, persalinan lebih lama dan nyeri, sedangkan masyarakat yang telah maju 7-14% bersalin tanpa rasa nyeri dan sebagian besar (90%) persalinan disertai rasa nyeri (Prawirohardjo, S., 2005).

Penelitian Sylvia T Brown (2001) yang bertujuan untuk melihat pengaruh metode nonfarmakologi terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan dengan 10 metode nonfarmakologi yang dilakukan pada 46 orang sampel diperoleh hasil bahwa teknik pernapasan, relaksasi, akupresur, masase merupakan teknik paling efektif menurunkan nyeri saat persalinan (Arifin, L., 2008).

Tubuh memiliki pereda nyeri alamiah yaitu *endorphin*. *Endorpin* bisa diperoleh dengan masase (Nolan, 2003). Masase adalah melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri. Hanya 19,3% wanita mendapat masase untuk meredakan nyeri dan hanya 5% bidan dilaporkan menggunakan metode ini bagi wanita secara individu. Ketidaksesuaian ini berlawanan dengan pemberian obat seperti petidin, yang dilaporkan 37,8 % oleh bidan (Mander, R., 2003, hal. 163).

Dalam persalinan, masase membantu ibu lebih rileks dan nyaman selama persalinan. Ibu yang di masase 20 menit setiap jam selama tahapan persalinan yang dilakukan oleh petugas kesehatan, keluarga pasien ataupun pasien itu sendiri akan lebih bebas dari rasa sakit, karena masase merangsang tubuh melepaskan senyawa *endorphin*.

Banyak bagian tubuh ibu bersalin yang dapat di masase, seperti kepala, leher, punggung dan tungkai. Saat memijat, pemijat harus memperhatikan respon ibu apakah tekanan yang diberikan sudah tepat (Meiliasari, M., dan Danuatmaja, B., 2004, hal. 67). Penelitian Rahmadani (2009) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat punggung terhadap nyeri persalinan yang dilakukan pada 9 orang ibu primipara kelompok intervensi dan 9 orang kelompok kontrol selama 30 menit dengan menggunakan desain quasi eksperimen diperoleh hasil bahwa sebelum dilakukan pijat, intensitas nyeri rata-rata 7,33 dan setelah dilakukan pijat punggung intensitas nyeri rata-rata 4,56. Hal ini menunjukkan bahwa pijat punggung dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan pada ibu primipara kala I.

Penelitian Gadysa (2006) yang bertujuan untuk melihat pengaruh *Massage Abdominal Lifting* dengan menggunakan desain kualitatif pada 3 ibu inpartu diperoleh hasil bahwa 2 orang setuju dilakukan masase karena dapat mengurangi nyeri persalinan sedangkan 1 orang tidak nyaman dengan tindakan tersebut, sehingga disimpulkan bahwa *Massage Abdominal Lifting* dapat digunakan sebagai pertolongan pertama untuk mengurangi nyeri persalinan.

Penelitian Ratih (2010) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode masase yaitu *Massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan dengan menggunakan desain quasi eksperimen memberi hasil yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kala I persalinan, sehingga disimpulkan bahwa masase ini efektif mengurangi intensitas nyeri persalinan.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti tanggal 22 September 2017 dengan metode wawancara pada 7 orang ibu bersalin, menyatakan bahwa mereka belum pernah mendengar tentang metode masase untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan. Dari pengalaman 7 orang ibu bersalin tersebut, 5 orang mengatakan bahwa selama kontraksi ibu memperoleh tindakan pijat di punggung dan di pinggang yang dilakukan bidan dan pendamping persalinan, dan bidan menyuruh ibu untuk mencari posisi yang nyaman dan menarik nafas selama kontraksi, sedangkan 2 orang ibu hanya dianjurkan mengatur posisi yang nyaman dan menarik napas saat kontraksi. Hasil wawancara 13 orang bidan, 10 orang melakukan pijat pada punggung, pinggang ataupun sentuhan pada perut sedangkan 3 orang hanya menganjurkan pendamping persalinan untuk melakukan tindakan tersebut.

Berdasarkan data di atas peneliti tertarik untuk melanjutkan penelitian sebelumnya tentang pengaruh metode masase terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif dengan teknik *deep back massage*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi-eksperimen* yang bersifat *two group pretest-posttest* yaitu kelompok kontrol dan intervensi untuk mengidentifikasi pengaruh metode masase terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu inpartu sebelum dan sesudah dilakukan masase. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu inpartu kala I fase aktif yang fisiologis yang mempunyai keluhan nyeri persalinan dengan partus pervaginam di klinik Hj. Hamidah.

Sampel dalam penelitian ini dengan kriteria inklusi: ibu inpartu yang mengalami nyeri pada proses persalinan kala I fase aktif tanpa pengaruh analgesik atau obat anti nyeri ataupun obat-obatan untuk induksi persalinan, ibu inpartu dengan presentasi kepala, tanpa penyulit dan komplikasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan pendekatan secara *simple random sampling* yaitu pengambilan sampel secara acak sederhana. Pada saat pelaksanaan penelitian Februari-April 2014 diperoleh responden 38 orang yang sesuai dengan kriteria yaitu 19 orang kelompok kontrol dan 19 orang kelompok intervensi. Hal tersebut dikarenakan ada responden yang mendapat obat-obatan selama fase aktif, bukan presentasi kepala dan ada responden yang menolak menjadi sampel dalam penelitian. Penelitian dilakukan di Klinik Hj. Hamidah pada bulan Februari sampai dengan April 2018. Alat yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari dua bagian berisi data demografi dan skala pengukuran intensitas nyeri (0-10) yang dibuat oleh peneliti berdasarkan literatur yang ada. Analisis ini digunakan untuk menguji pengaruh metode masase dalam mengurangi intensitas nyeri ibu inpartu kala I fase aktif. Dalam menganalisis data secara bivariat, pengujian data dilakukan dengan uji statistik uji t-dependen yaitu uji statistik *Paired sample t-test* untuk mengukur skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan masase pada kelompok intervensi dan kontrol, dan diperoleh mean perbedaan sebelum dengan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol. Sedangkan t-independen membandingkan skala nyeri setelah dilakukan masase pada kelompok intervensi dan kontrol. Taraf signifikan ($\alpha = 0.05$), pedoman dalam menerima hipotesis : jika data probabilitas ($p < 0.05$) maka H_0 ditolak dan apabila nilai ($p > 0,05$) maka H_0 gagal ditolak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Akan diuraikan hasil penelitian tentang pengaruh metode masase dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu inpartu di klinik hj. hamidah jalan letda sujono kecamatan medan tembung pada bulan Februari-April 2014. Jumlah responden adalah 55 orang. Namun, ada keterbatasan sampel pada saat dilakukan penelitian responden, sehingga yang memenuhi kriteria adalah 38 orang. Responden dibagi 2 kelompok yaitu 19 orang kelompok kontrol dan 19 orang kelompok intervensi.

Karakteristik demografi responden di klinik hj. Hamidah bulan Februari-April 2018 diperoleh bahwa dari 19 orang kelompok intervensi sebagian besar responden berada pada rentang usia 24-29 tahun sebanyak 8 orang (42,1%). Berdasarkan paritas responden sebagian besar adalah multipara (>2 anak) sebanyak 8 orang (42,1%), dan sebagian besar tingkat pendidikan responden adalah SMA sebanyak 14 orang (73,7%). Sedangkan pada 19 orang kelompok kontrol sebagian besar responden berada pada rentang usia 24-29 tahun juga sebanyak 7 orang (36,8%). Berdasarkan paritas responden sebagian besar adalah multipara (>2 anak) sebanyak 9 orang (47,4%), dan sebagian besar tingkat pendidikan responden adalah SMA sebanyak 18 orang (94,7%).

Intensitas nyeri responden pada kelompok intervensi rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan metode masase adalah 7,26 dan sesudah dilakukan metode masase adalah 4,74 diperoleh nilai $p=0,000$. Pada kelompok kontrol rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan metode masase adalah 7,00 dan sesudah dilakukan metode masase pada kelompok kontrol 6,16 diperoleh nilai $p=0,007$. Sehingga perbandingan sesudah dilakukan metode masase pada kelompok intervensi dan kontrol diperoleh nilai $p=0,001$.

Hasil uji statistik *t-dependen* kelompok intervensi nilai $p=0,000$ dan kelompok kontrol nilai $p=0,007$, sedangkan *t-independen* didapatkan nilai p adalah 0,001, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode masase terhadap pengurangan nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif.

Dari hasil uji statistik *t-dependent* dan *t-independent* diperoleh kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah dilakukan metode masase pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sebuah penelitian menyebutkan, ibu yang di masase 20 menit setiap jam selama tahapan persalinan akan lebih bebas dari rasa sakit. Hal ini dikarenakan masase merangsang tubuh melepaskan senyawa *endorphin* yang dapat menghilangkan sakit secara alamiah sehingga lebih nyaman (Meiliasari, M., & Danuatmaja, B., 2004).

Menurut Simkin (1989), dianjurkan selama persalinan agar masase dilakukan terusmenerus, karena rasa nyeri cenderung akan meningkat jika masase dihentikan. Hal tersebut terjadi karena sistem saraf menjadi terbiasa terhadap stimulus dan organ-organ indra berhenti merespons nyeri tersebut (Jones, K., & Henderson, C., 2005). Dari uraian di atas, maka hipotesa penelitian dapat dijawab bahwa metode masase berpengaruh terhadap pengurangan intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif dan ada perbedaan pengurangan intensitas nyeri yang dirasakan sebelum dan sesudah dilakukan masase pada kelompok intervensi dan kontrol serta perbedaan signifikan sesudah dilakukan masase pada kedua kelompok tersebut.

Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa metode masase sebagai salah satu metode pengendalian nyeri secara non-farmakologi yang berpengaruh terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif. Oleh sebab itu, metode masase dapat digunakan sebagai intervensi dalam asuhan kebidanan pada ibu inpartu kala I fase aktif yang mempunyai keluhan nyeri dalam persalinan tanpa efek samping pada ibu dan bayi.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh metode masase terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Hj. Hamidah adalah adanya pengaruh metode masase terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

SARAN

1. Bagi Praktek Kebidanan

Untuk bidan di klinik maupun rumah sakit supaya menggunakan metode masase sebagai salah satu intervensi dalam mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif.

2. Bagi Penelitian Kebidanan

Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan batasan paritas dan pembukaan serviks yaitu sama-sama primigravida dengan pembukaan yang sama.

3. Bagi Responden

Untuk dapat melakukan masase ataupun pendamping persalinan yang melakukannya sebagai salah satu intervensi untuk mengurangi intensitas nyeri ibu selama proses persalinan kala I fase aktif.

DAFTAR PUSTAKA

Bobak, I. M., at all. (2004). *Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC

Brockopp, D. Y., dan Hastings, M. T. (2000). *Dasar-Dasar Riset Keperawatan*. Jakarta : EGC

Fraser, D. M., dan Cooper, M. A. (2009). *Buku Ajar Bidan Myles*. Ed-14. Jakarta : EGC

Gadysa, G. (2009). *Persepsi Ibu Tentang Metode Masase*. Diambil 27 September 2010, dari <http://luluvikar.wordpress.com>

Jones, K., dan Henderson, C. (2005). *Konsep Kebidanan*. Jakarta : EGC

Leveno, K., J. (2009). *Obstetri Williams*. Ed-21. Jakarta : EGC

Mander, R. (2003). *Nyeri Persalinan*. Jakarta : EGC

Meiliasari, M., dan Danuatmaja, B. (2004). *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*.

Jakarta : Puspa Swara

Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : SalembaMedika

Potter, P. A., dan Perry, A. G. (2005). *Fundamental Keperawatan*. Jakarta : EGC

Prawirohardjo, S. (2005). *Ilmu Kebidanan*. Yogyakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Price, S., dan Price, L. (1997). *Aromaterapi*. Jakarta : EGC

Rahmadani, F. (2009). *Pengaruh Pijat Punggung Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primipara*. Medan : tidak dipublikasikan

Ratih, R. H. (2010). *Pengaruh Metode Masase Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I*. Medan : tidak dipublikasikan

Simkin, P., Whalley, J., dan Kepler, A. (2007). *Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan dan Bayi*. Jakarta : Arcan