

PENGARUH ENDORPHIN MASSASE TERHADAP PENGURANGAN NYERI PUNGGUNG IBU BERSALIN DI KLINIK MURNIATI KISARAN TAHUN 2021

Maidina Putri^{1*}, Manda Sari¹

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan As Syifa, Kabupaten Asahan, Sumatera Utara

Email: maidinaputri@gmail.com, sariamanda599@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan dan kelahiran merupakan kejadian fisiologis yang normal. Upaya untuk mengurangi rasa nyeri persalinan yaitu dengan teknik non farmakologi. Terdapat alternatif teknik non farmakologi salah satunya yaitu dengan masase. Masase dapat meningkatkan relaksasi tubuh dan mengurangi stress, disamping itu masase merupakan asuhan yang efektif, aman, sederhana dan tidak menimbulkan efek yang merugikan baik pada ibu maupun janin. Tujuan penelitian adalah untuk melihat pengaruh endorfin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di klinik Murniati Kisaran tahun 2021. Jenis penelitian ini adalah menggunakan pre eksperimental design dengan jenis *one-shot case study*. Perlakuan diberikan pada satu kelompok kontrol kemudian di observasi hasilnya dan dilakukan post test. Kelompok kontrol berjumlah 20 orang dari klinik Murniati Kisaran. Sampel berjumlah 20 orang diambil secara total sampling. Sebelum dilakukan endorfin massage terdapat mayoritas nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 16 responden (80%). Setelah dilakukan endorfin massage terdapat mayoritas nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 18 responden (90%). Uji T test yang dilakukan pada kelompok kontrol sebelum dilakukan endorfin massage dan sesudah dilakukan endorfin massage terdapat nilai 14,104. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh endorfin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran tahun 2021 dengan hasil uji T 14,104 dan didapat nilai p value 0,001. Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Murniati Kisaran pada tahun 2021, dapat disimpulkan bahwa : Sebelum dilakukan endorfin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021. Diperoleh hasil dengan mayoritas nyeri sedang 4-6 (80%). Sesudah dilakukan endorfin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021. Diperoleh hasil dengan mayoritas nyeri ringan 1-3 (90%). Ada pengaruh pemberian endorfin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021 dengan *p-value* 0,001 < (0.05).

Kata Kunci: Endorfin Massage, Pengurangan Rasa Nyeri Punggung, Ibu Bersalin.

The Effect of Endorfin Massage on Reduction of Back Pain in Maternal Maternity at Murniati Clinic in 2021

ABSTRACT

Labor and birth are normal physiological events. Efforts to reduce labor pain are non-pharmacological techniques. There are alternative non-pharmacological techniques, one of which is massage. Massage can increase body relaxation and reduce stress, besides that massage is an effective, safe, simple care and does not cause adverse effects on both mother and fetus. The general purpose of the study was to see the effect of endorfin massage on reducing back pain for pregnant women at the Murniati Kisaran clinic in 2021. This type of research is using a pre-experimental design with the type of one-shot case study. The treatment was given to one control group then the results were observed and a post test was performed. The control group consisted of 20 people from the Murniati Kisaran clinic. A sample of 20 people was taken by total sampling. Prior to endorfin massage, the majority of moderate pain on a scale of 4-6 were 16 respondents (80%). After endorfin massage, the majority of mild pain with a scale of 1-3 were 18 respondents (90%). The T test that was carried out in the control group before the endorfin massage was performed and after the endorfin massage was performed there was a value of 14,104. It can be concluded that there is an effect of endorfin massage on the reduction of back pain in maternity women at the Murniati Clinic Kisaran in 2021 with a T test result of 14.104 and a p value of 0.001. Based on the results of research conducted at the Murniati Kisaran Clinic in 2021, it can be concluded that: Before endorfin massage was performed to reduce back pain during childbirth at the Murniati Clinic Kisaran in 2021. The results were obtained with the majority of moderate pain 4-6 (80%). After an endorfin massage was carried out to reduce back pain for maternity women at the Murniati Kisaran Clinic in 2021. The results were obtained with the majority of mild pain 1-3 (90%). There is an effect of giving endorphins massage to the reduction of back pain during childbirth at the Murniati Clinic Kisaran in 2021 with a p-value of 0.001 < (0.05).

Keywords: Endorfin Massage, Reduction of Back Pain, Mother Maternity

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2017 sekitar 800 wanita meninggal setiap harinya karena adanya komplikasi utama yang menyebabkan hampir 80% dari semua kematian ibu salah satunya adalah perdarahan. Dimana disebabkan karena adanya atonia uteri, rupture uteri, retensio plasenta dan rupture parineum. Sedangkan di Indonesia pada tahun 2019 angka kejadian perdarahan 1.273 yang disebabkan oleh atonia uteri, rupture parineum, retensio plasenta, dan rupture uteri. Kemudian pada hasil penelitian Ani, dkk di RSUD Pringsewu tahun 2018 sebanyak 158 pasien terdapat angka kejadian perdarahan sebanyak 76,58% dari faktor penyebab yaitu atonia uteri berjumlah 39,9%, retensio plasenta 52% dan rupture parineum berjumlah 41%.

Kemudian data hasil dari Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, AKI Indonesia masih tinggi, yaitu 177 per 100.000 KH. Dibandingkan tahun 2013 AKI di Indonesia mengalami penurunan mencapai 190 per 100.000 KH. Tetapi bila dibandingkan dengan AKI di Malaysia 29 per 100.000 KH, Singapura 8 per 100.000 KH, AKI Indonesia lebih besar dari negara tersebut (WHO, 2017).

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Asahan, Angka Kematian Ibu dan Anak Tahun 2018 berjumlah 12 kematian. Dampak bahaya yang sering terjadi pada persalinan seperti, perdarahan post partum, rupture uteri, robekan jalan lahir, dan retensio plasenta. WHO melaporkan 25% kematian maternal diakibatkan oleh perdarahan post partum dan diperhitungkan ada 100.000 kematian maternal setiap tahunnya. Rasa nyeri pada persalinan disebabkan oleh munculnya kontraksi otot-otot uterus, hipoksia dari otot-otot yang mengalamikontraksi, pereganganserviks, iskemia korpus uteri, dan peregangan segmen bawah rahim. Reseptor nyeri ditransmisikan melalui segmen saraf spinalis T11-12 dan saraf-saraf asesoritorakal bawah serta saraf simpatik lumbal atas. Sistem ini berjalan mulai dari perifer melalui medulla spinalis, batang otak, thalamus dan korteks rebri (Cunningham, 2013).

Survei awal yang dilakukan peneliti di Klinik Murniati terhadap 5 orang ibu hamil dengan metode wawancara didapatkan ada 2 orang mengatakan nyeri yang hebat yang dirasakan seperti saat persalinan yang lalu. Kemudian ada 3 orang ibu bersalin yang mengatakan rasa nyeri yang sangat hebat sampai ibu merasa trauma untuk melahirkan kembali. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Punggung Ibu Bersalin Di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021”.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana “Pengaruh Endorphin Massase Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Punggung Ibu Bersalin di klinik Murniati Kisaran Tahun 2021”.

TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk melihat skala nyeri sebelum dilakukan endorphin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021.
2. Untuk melihat skala nyeri sesudah dilakukan endorphin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode pre eksperimen atau *pre eksperimental design* merupakan rancangan penelitian yang belum dikategorikan sebagai eksperimen sungguhan. Jenis penelitian pre eksperimen menggunakan jenis *One-Shot Case Study*, perlakuan diberikan pada satu kelompok kontrol sebagai bandingan dan selanjutnya diobservasi hasilnya dengan melaksanakan *posttest*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III di Klinik Murniati Kisaran berjumlah 20 responden.

HASIL

Uji Univariat

Tabel 1 Frekuensi rasa nyeri sebelum dilakukan endorphin massage

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan dari 20 responden sebelum dilakukan endorphin massage mayoritas nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 15% sedangkan nyeri sedang sebanyak 80%. dan nyeri berat sebanyak 5%.

Tabel 2 Frekuensi rasa nyeri sesudah dilakukan endorphin massage

No	Skala	Jumlah	Frekuensi
1	Nyeri Ringan (1-3)	3	15%
2	Nyeri Sedang (4-6)	16	80%
3	Nyeri Berat (7-10)	1	5%
Jumlah		20	100%

No	Skala	Jumlah	Frekuensi
1	Nyeri Ringan (1-3)	18	90%
2	Nyeri Sedang (4-6)	2	10%
3	Nyeri Berat (7-10)	-	-
Jumlah		20	100%

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan dari 20 responden sebelum dilakukan endorphin massage mayoritas nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 90% sedangkan nyeri sedang sebanyak 10%.

Tabel 3 Frekuensi Observasi Pengkajian Nyeri Sesudah Dilakukan Endorphin Massage

No	Skala	Jumlah	Frekuensi
1	Nyeri Ringan (1-3)	18	90%
2	Nyeri Sedang (4-6)	2	10%
3	Nyeri Berat (7-10)	-	-
Jumlah		20	100%

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan dari 20 responden sebelum dilakukan endorphin massage mayoritas nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 90% sedangkan nyeri sedang sebanyak 10%.

Tabel 4 Hasil Analisis Uji Bivariat

No	Skala Nyeri	Endorphin Massage						Uji T	P-Value
		Sebelum		Sesudah		Observasi			
		F	%	F	%	F	%		
1	Nyeri Ringan (1-3)	3	15%	18	90%	18	90%	14,104	0,001
2	Nyeri Sedang (4-6)	16	80%	2	10%	2	10%		
3	Nyeri Berat (7-10)	1	5%						
Total		20	100%	20	100%	20	100%		

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan hasil analisis dari 20 orang responden sebelum dilakukan endorphin massage mayoritas nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 16 responden (80%), dan sesudah dilakukan endorphin massage mayoritas nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 18 responden (90%). Setelah dilakukan Endorphin Massage dengan hasil observasi yaitu mayoritas ibu bersalin mengalami penurunan skala nyeri pada saat proses persalinan yaitu dengan tingkatan nyeri ringan berskala 1-3 sebanyak 18 responden (90%). Dari uji analisis bivariat, dengan T hitung 14,104 dengan v-value 0,001, maka Ho ditolak. Sehingga ada pengaruh yang signifikan endorphin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

a. Melihat skala nyeri sebelum dilakukan endorphin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran tahun 2021.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 20 responden sebelum dilakukan endorphin massage, terdapat tiga kategori skala nyeri yaitu, skala nyeri ringan 1-3 berjumlah 3 responden (15%), skala nyeri sedang 4-6 berjumlah 16 orang (80%), dan skala nyeri berat 7-10 berjumlah 1 orang (5%).

Berdasarkan uji statistic *chi-square* didapatkan nilai *p.Value* (0.001), Ho diterima atau dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021.

Hasil penelitian dari Ratih dan Aprilliya (2016), dari hasil analisis univariat, diperoleh hasil dari 28 responden sebelum dilakukan endorphin massage (67,9%) mengalami nyeri berat, dan setelah dilakukan endorphin massage menunjukkan bahwa sebagian besar responden (64,3%)

mengalami nyeri sedang dan hampir sebagian mengalami nyeri kecil (32,1%), dan (3,6%) mengalaminyeri berat.

b. Melihat skala nyeri sesudah dilakukan endorphin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran tahun 2021.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 20 responden sesudah dilakukan endorphin massage, terdapat kategori skala nyeri yaitu, skala nyeri ringan 1-3 berjumlah 18 responden (90%), dan skala nyeri sedang 4-6 berjumlah 2 orang (80%).

Menurut teori yang dikemukakan oleh (Yeni, dkk, 2015). Massage pada punggung merangsang titik tertentu disepanjang meridaian medulla spinallis yang ditransmisikan melau serabut saraf keformatoretikularis, thalamus dan sistem limbic tubuh akan melepaskan endorphin. Endorphin merupakan neurotransmitter atau neuromodulator yang menghambat pengiriman rangsang nyeri dengan menempel pada bagian reseptoropiat padasaraf dan sumsum tulang belakang sehingga dapat memblok pesan nyeri kepusat yang lebih tinggi dan dapat menurunkan sensasi nyeri.

Menurut penelitian Ratih dan Aprilliya (2016), Endorphin Massage merupakan sebuah terapi sentuhan atau pijatan ringan yang cukup penting diberikan pada ibu hamil di waktu menjelang hingga saatnya melahirkan. Pijatan ini dapat merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorfin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. Selama ini, endorfin sudah dikenal sebaga izat yang banyak manfaatnya. Beberapa diantaranya adalah mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa nyeri serta sakit yang menetap, mengendalikan perasaan stress, serta munculnya melalui berbagai kegiatan, seperti pernafasan yang dalam dan relaksasi, sertameditasi. Manfaat Endorphin Massage antara lain, membantu dalam relaksasi dan menurunkan kesadaran nyeri dengan meningkatkan aliran darah ke area yang sakit, merangsang reseptor sensori di kulit dan otak dibawahnya, mengubah kulit, memberikan rasa sejahtera umum yang dikaitkan dengan kedekatan manusia, meningkatkan sirkulasilokal, stimulasi pelepasan endorfin, penurunan katekiolamin endogen rangsangan terhadap serateferen yang mengakibatkan blok terhadap rangsang nyeri.

Hasil penelitian dari heny Puspasari (2018), dari hasil analisis univariat, diperoleh hasil dari responden sebelum dilakukan endorphin massage (60,0%) mengalami nyeri berat, dan sebagian mengalami nyeri sedang (13,3%). Setelah dilakukan endorphin massage menunjukkan bahwa sebagian besar responden (66,7%) mengalami nyeri sedang dan hampir sebagian mengalami nyeri ringan (26,7%), dan (6,6%) mengalami nyeri berat.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti sama dengan peneliti sebelumnya bahwa disaat ibu merasakan nyeri punggung dan dilakukan endorphin massassge dapat mengurangi raasa nyeri dan memberikan rasa nyaman pada ibu hamil.

2. Analisis Bivariat

Hasil analisa statistik dalam penelitian ini menunjukkan T hitung 14,104 dengan *p-value* sebesar $0,001 < (0.05)$, maka H_0 ditolak. Hal ini disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan endorphin massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin diKlinik Murniati Kisaran Tahun 2021.

Dari 20 responden sebelum diberikan endorphin massage terdapat mayoritas dengan skala nyeri sedang 4-6 sebanyak 16 orang (80%). Sedangkan sesudah dilakukan endorphin massage terdapat mayoritas nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 18 orang (90%).

Rata-rata nilai pengurangan rasa nyeri punggung ini lebih tinggi dibandingkan sebelum dilakukan endorphin massage. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian endorphin massage sangat berpengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Murniati Kisaran pada tahun 2021, dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebelum dilakukan endorphan massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021. Diperoleh hasil dengan mayoritas nyeri sedang 4-6 (80%).
2. Sesudah dilakukan endorphan massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021. Diperoleh hasil dengan mayoritas nyeri ringan 1-3 (90%).
3. Ada pengaruh pemberian endorphan massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin di Klinik Murniati Kisaran Tahun 2021 dengan *p-value* $0,001 < (0.05)$.

SARAN

Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam menerapkan ilmu yang diperoleh selama masa pendidikan baik itu teori maupun praktek khususnya metodologi penelitian.

Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah referensi bahan pustaka bagi STIKes As Syifa Kisaran tentang Pengaruh Endorphan Massage Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Punggung Ibu Berasalin Di Klinik Murniati Tahun 2021.

Bagi Tempat peneliti

Sebagai referensi untuk pihak tenaga kesehatan untuk melakukan endorphan massage terhadap ibu hamil.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan perbandingan dan pedoman bagi peneliti selanjutnya serta dapat melanjutkan penelitian yang berkaitan dengan endorphan massage terhadap pengurangan rasa nyeri punggung ibu bersalin.

DAFTAR PUSTAKA

1. Cuningham, F.G (2019) dalam jurnal *Yeni, A, Dkk (2015) Pengaruh Masasse Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Kala I fase Laten Persalinan Normal Melalui peningkatan Kadar Endorphan* artikel: jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/193
2. Elisabeth. S dan Endang. P (2019) *Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta : PUSTAKABARUPRESS
3. Mander, R. 2012. *Nyeri Persalinan*. Jakarta : EGC.
4. Maryaningsih, Sulaiman (2020). *Efek Terapi Punggung Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur lanjut Usia*. Prossiding Seminar Hasil Penelitian. Jilid 3 (1). Hal. 543-551.
5. Prawihardjo, S (2016) *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT BINA PUSTAKA
6. Potter dan Perry (2006) dalam artikel : <file:///D:/BAB%20II.pdf>
7. Pratama, N. A (2019) dalam penelitian *Pengaruh Massage Punggung Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Pada Inpartu Kala I*
8. PROFIL_KAB KOTA 2015
https://www.pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2012/1208_Sumut_Kab_Asahan_2012.pdf
9. Rukiah, Dkk (2014) *Asuhan Kebidanan II Persalinan*. Jakarta Timur : CV Trans Info Media

10. Setia, B.P.M (2018) dalam *jurnal Pengaruh Endorphin Massase Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Dilatasi Maksimal* artikel : <https://publishing.krafon.or.id/index.php/jki/article/view/136>
11. Sulaiman, Anggriani (2018). *Efek Postur Tubuh Terhadap Keseimbangan Lanjut Usia DI Desa Suka Raya Kecamatan Pancur Batu*. Jumantik. Vol 3 (2), Hal. 127-140. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/kesmas/article/view/2875>
12. Yuni, F dan Widy, N (2018) Asuhan Persalinan. Konsep Persalinan secara Komprehensif dalam Asuhan Kebidanan, PT : PUSTAKA BARU YOGYAKARTA
13. WHO, 2017 dalam jurnal Pebrina WHO. 2014. Angka Kematian Ibu. di dunia. Diambil dari : <http://repository.usu.ac.id/bitstream/chapter%20I.pdf>.
14. Anggriani Anggriani, Zulkarnain Zulkarnain, Sulaiman Sulaiman, Roni Gunawan (2018). *Pengaruh ROM (Range of Motion) Terhadap Kekuatan Otot Ekstremitas Pada Pasien Stroke Non Hemoragik*. Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan. Vol.3(2),Hal.64-72. <https://jurnal.kesdammedan.ac.id/index.php/jurhesti/article/view/46>