

PENGARUH *DEEP BACK MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN

Liva Maita
STIKes Hangtuh Pekanbaru, Indonesia
email : livamaita@gmail.com

Abstract: Labor pain occurs because of the contraction, if not resolved quickly can cause death to the mother and the baby, because it causes the flow of blood and oxygen to the placenta disturbed. Various attempts to reduce labor pain, no pharmacological or nonpharmacological one with Deep back massage. The purpose of this study is to determine the effectiveness of Deep Back Massage to decrease maternal pain when I. This type of quantitative research design Quasi Experiment. The population is all women giving birth in February of BPM Khairani s / d April 2016 as many as 21 people. Bivariate data analysis using t test dependent, with Mc. Nemar test. The result showed the majority of women who experience pain 6-10 as many as 13 people (61.9%) experienced mild pain relief 0-4 of 4 people. Bivariate data obtained no significant effect between Deep Back Massage to decrease labor pain with a p value of 0.004. Deep Back Massage techniques should have been taught during the third trimester of pregnancy during pregnancy exercise class.

Keywords: Deep Back Massage; Painful Childbirth

Abstrak: Nyeri persalinan terjadi karena adanya kontraksi, jika tidak cepat teratasi dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi, karena menyebabkan aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu. Berbagai upaya untuk menurunkan nyeri persalinan, ada farmakologi maupun nonfarmakologi salah satunya dengan *Deep back massage*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektifitas pelaksanaan *Deep Back Massage* terhadap penurunan nyeri ibu bersalin kala I. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi Eksperimen*. Populasi yaitu semua ibu bersalin di BPM Khairani bulan Februari s/d April 2016 sebanyak 21 orang. Analisa data bivariat menggunakan uji *t test dependen*, dengan uji *Mc. Nemar*. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar ibu yang mengalami nyeri 6-10 sebanyak 13 orang (61,9%) mengalami penurunan nyeri ringan 0-4 sebanyak 4 orang. Data bivariat diperoleh ada pengaruh yang signifikan antara *Deep Back Massage* terhadap penurunan nyeri persalinan dengan nilai p value 0,004. sebaiknya teknik *Deep Back Massage* sudah diajarkan pada saat hamil trimester III pada saat kelas senam hamil.

Kata kunci : *Deep Back Massage* ; Nyeri Persalinan

PENDAHULUAN

Nyeri pada persalinan merupakan manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim (Andarmoyo, dkk, 2013). Rasa nyeri pada persalinan adalah nyeri kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan

peningkatan aktifitas system saraf simpatis, perubahan tekanan darah, denyut jantung, pernafasan dengan warna kulit dan apabila tidak segera di atasi maka akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut, dan stress (

Bobak, 2004 dalam Maryunani,A, 2010).

Nyeri yang tidak cepat teratasi dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi, *karena nyeri menyebabkan pernafasan dan denyut jantung ibu akan meningkat yang menyebabkan aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu.* Penanganan dan pengawasan nyeri persalinan terutama pada kala 1 fase aktif sangat penting, karena ini sebagai titik penentu apakah seorang ibu bersalin dapat menjalani persalinan normal atau diakhiri dengan suatu tindakan dikarenakan adanya penyulit yang diakibatkan nyeri yang sangat hebat (Hermawati, 2009).

Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi maupun non-farmakologi. Metode non-farmakologi juga dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya. Relaksasi, teknik pernafasan, pergerakan dan perubahan posisi, massage, hidroterapi, terapi panas/dingin, music, *guided imagery*, akupresur, aromaterapi merupakan beberapa teknik nonfarmakologi yang dapat meningkatkan kenyamanan ibu saat bersalin dan mempunyai pengaruh pada coping yang efektif terhadap pengalaman persalinan (Arifin, 2008)

Massage merupakan salah satu teknik aplikasi teori *gate-control*, dengan menggunakan teknik massage atau pijatan yang dapat meredakan nyeri dengan menghambat sinyal nyeri, meningkatkan aliran darah dan oksigenasi keseluruhan jaringan. Ibu bersalin yang mendapat pijatan 20 menit setiap jam selama persalinan akan lebih terbebas dari rasa sakit. Hal ini menyebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan endorphin yang berfungsi sebagai

peredam rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman. Pijatan secara lembut membantu ibu untuk merasa lebih segar, rileks, dan nyaman dalam persalinan (Smith, 2008 dalam Sepryanti Azlin, 2014).

Berdasarkan hasil survei di BPM Khairani Asnita, Amd.Keb didapatkan ibu bersalin mengatakan tidak tahan nyeri yang dirasakan terutama pada kala I. Ibu merasakan nyeri dibagian perut, pinggang, punggung, dan menjalar ke tulang belakang merasakan nyeri persalinan semakin hebat ketika pembukaan bertambah, dan ibu belum mengetahui bagaimana cara mengatasi nyeri persalinan dengan *deep back massage*. Di BPM Khairani Asnita, Amd.Keb tersebut belum memberikan terapi nonfarmakologi seperti relaksasi massage kepada ibu saat melahirkan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini *Quasi Eksperimen* dengan menggunakan *pretest* dan *posttest* yaitu untuk mengetahui pengaruh relaksasi massage terhadap penurunan nyeri persalinan yang hasil ukurnya dilakukan sebelum dan setelah diberikan *Deep Back Massage* Penelitian dilakukan di BPM Khairani Asnita. Populasi semua ibu bersalin Pada Bulan Februari-April 2016 di BPM Khairani Asnita Pekanbaru sebanyak 21 orang. Anaisa data bivariat dengan uji *Mc. Nemar*.

HASIL & PEMBAHASAN

a. Hasil

Analisa Univariat

1. Nyeri Sebelum Massage

Dari 21 responden mayoritas merasakan nyeri dengan skor 6-10 sebelum dilakukan massage sebanyak

13 orang (61,9%) yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Nyeri Sebelum Deep Back Massage

No.	Sebelum Massage	F	%
1.	Skor 6-10	13	61,9
2.	Skor 0-4	8	38,1
Total		21	100

2. **Nyeri Sesudah Massage** sesudah massage hanya sebanyak 4 orang (19%) yang dapat dilihat dari tabel
 Dari 21 responden yang merasakan nyeri dengan skor 6-10 di bawah ini :

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Nyeri Sesudah Deep Back Massage

No.	Sesudah Massage	F	%
1.	Skor 6-10	4	19
2.	Skor 0-4	17	81
Total		21	100

3. **Massage** mengalami massage secara efektif yaitu sebanyak 19 orang (90,5%) yang melakukan massage mayoritas dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Deep Back Massage

No.	Massage	F	%
1.	Efektif	19	90,5
2.	Tidak Efektif	2	9,5
Total		21	100

Analisis Bivariat

A. Rata-rata Nyeri Sebelum dan Sesudah Massage Pada Ibu Bersalin Kala I

Dari hasil penelitian responden yang mengalami penurunan nyeri

yaitu 19 orang dan yang nyerinya ada tetap 2 orang. Rata-rata tingkat nyeri pesalinan sebelum *massage* yaitu 0,38 dan rata-rata nyeri pesalinan sesudah *massage* yaitu 0,81.

yang dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 4
Distribusi Rata-rata Nyeri Sebelum dan Sesudah Deep Back Massage Pada Ibu Bersalin Kala I

Nyeri	Frekuensi	Rata-rata nyeri	
		Sebelum	Sesudah
Penurunan	19		
Peningkatan	0	0,38	0,81
Tetap	2		

Total	21
--------------	-----------

B. Pengaruh *deep back massage* Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I

Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 13 responden yang merasakan nyeri (skor 6-10) sebelum *deep back massage* mengalami penurunan nyeri (skor 0-4) sesudah *deep back massage*

sebanyak 9(42,9%) responden sedangkan ibu yang mengalami nyeri (skor 6-10) sebelum *deep back massage* tidak mengalami penurunan nyeri (skor 6-10) setelah dilakukan *deep back massage* sebanyak 4 (19%) responden. Berdasarkan uji statistik didapatkan nilai *p-value* adalah 0,004 ($p < 0,05$).

Tabel 5
Pengaruh *deep back massage* Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I

Sebelum Massage	Sesudah Massage						Uji Statistik P value
	Skor 6-10		Skor 0-4		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Skor 6-10	4	19	9	42,9	13	61,9	0,004
Skor 0-4	0	0	8	38,1	8	38,1	
Total	4	19	17	81	21	100	

b. Pembahasan

Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 13 responden yang merasakan nyeri (skor 6-10) sebelum *deep back massage* mengalami penurunan nyeri (skor 0-4) sesudah *deep back massage* sebanyak 9(42,9%) responden sedangkan ibu yang mengalami nyeri (skor 6-10) sebelum *deep back massage* tidak mengalami penurunan nyeri (skor 6-10) setelah dilakukan *deep back massage* sebanyak 4 (19%) responden. Hal ini menggambarkan penurunan rasa nyeri persalinan ibu. Berdasarkan uji statistik didapatkan nilai *p-value* adalah 0,004 ($p < 0,05$). Adanya penurunan nyeri ini disebabkan kondisi ibu yang dapat mengendalikan stress, ibu yang bersikap tenang dan percaya bahwa ia dapat mengendalikan nyeri tersebut.

Ketika sentuhan *deep back massage* dan nyeri dirangsang bersamaan, sensasi sentuhan berjalan

keotak dan menutup pintu gerbang dalam otak, pembatasan jumlah nyeri dirasakan dalam otak. Pijatan yang diberikan secara teratur dengan latihan pernafasan selama kontraksi digunakan untuk mengalihkan wanita dari nyeri selama kontraksi. Massage mempunyai efek distraksi juga dapat meningkatkan pembentukan endorphin dalam sistem kontrol dasenden. Massage dapat membuat pasien lebih nyaman karena massage membuat relaksasi otot (Danuatmadja dan Meiliasari, 2004).

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Lestari, dkk (2012), terdapat perbedaan (adanya penurunan) tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian *deep back massage*. Penelitian Wulandari, dkk (2015) yang menyatakan hasil *massage effleurage* pada ibu primigravida kala I fase aktif memberikan pengaruh terhadap pengurangan tingkat nyeri persalinan. Tidak adanya pengaruh

deep back massage hal ini karena faktor persepsi atau toleransi terhadap nyeri yang berbeda-beda serta dapat dikarenakan penekanan yang dilakukan saat massage kurang tepat.

Nyeri yang dirasakan seseorang bersifat personal dan unik, dimana setiap individu berbeda dan tidak dapat disamakan meskipun mempunyai kondisi yang sama (Rohani dkk, 2011).

KESIMPULAN

Adanya pengaruh *deep back massage* terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I.

DAFTAR PUSTAKA

Danuatmaja & Meiliasari. (2004) Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit. Jakarta:Puspa Swara
Hermawati. (2009) *Hubungan antara kecemasan pada kehamilan akhir triwulan tiga dengan lama persalinan pada ibu yang melahirkan anak pertama*. Vol

IX (No.34), (Hal; 63-82). Anima: Media Psikologi Indonesia

Lestari, dkk. (2012). Pengaruh *Deep Back Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Dan Kecepatan Pembukaan Pada Ibu Bersalin Primigravida, (Online), (<https://www.scribd.com>> mobile > doc, diakses 2013)

Rohani, dkk. (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Persalinan*. Jakarta: Salemba Medika

Wulandari, dkk. (2015). *Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada PrimiGravida di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang*, (Online), (<https://www.scribd.com>> mobile > doc, diakses 2016)