

PENGARUH DEEP BACK MASSAGE TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF DI PUSKESMAS CISOLOK KABUPATEN SUKABUMI TAHUN 2021

Elawanti¹, Yenny Aulya², Retno Widowati³

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional Jakarta
Email: yenny.aulya@civitas.unas.ac.id

Abstrak

Persalinan tanpa nyeri hanya dialami sedikit ibu hamil. Nyeri bersifat subyektif artinya antara individu satu dan lainnya berbeda dalam menyikapi nyeri. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi deep back massage terhadap nyeri persalinan pada ibu multipara kala 1 fase aktif. Penelitian menggunakan desain quasi eksperimen dengan one group pre test-pos test. Sampel dalam penelitian berjumlah 20 responden ibu bersalin multipara pembukaan 4-7 yang diberi terapi deep back massage. Teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner Numerical Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah diberikan terapi simpleksia ginkgo folium selama 20 menit dengan frekuensi 30-40 gosokan permenit, sebanyak 5 kali. Data diolah menggunakan hingga uji paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh terapi deep back massage pada ibu bersalin multipara kala 1 fase aktif terhadap penurunan intensitas nyeri didapatkan hasil rata-rata mean sebelum 7,40 dan sesudah 5,00 dengan selisih mean 2,40. Uji paired t-test dengan nilai $t = 9,798$ dan nilai $P\text{-value } 0,000 < 0,05$ menunjukkan terapi deep back massage menurunkan rasa nyeri nilai secara signifikan.

Kata Kunci : Ibu bersalin multipara, nyeri, deep back massage.

PENDAHULUAN

Persalinan adalah usaha yang dilakukan oleh rahim ketika bayi akan dilahirkan. Selama persalinan, rahim berkontraksi dan mendorong bayi ke bawah sampai ke leher rahim. Proses menipisnya dan membukanya serviks yang diikuti dengan turunnya janin ke jalan lahir yang berakhir sampai keluarnya bayi. Kala I persalinan adalah proses membukanya serviks dari pembukaan 0 sampai dengan pembukaan 10 atau lengkap (Nafiah, 2018).

Persalinan tanpa nyeri hanya di alami sedikit ibu hamil. nyeri bersifat subyektif artinya antara individu satu dan lainnya berbeda dalam menyikapi nyeri. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid, dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Oktarina, 2017).

Ada beberapa upaya yang dilakukan untuk mengurangi nyeri saat persalinan baik dengan farmakologi maupun non farmakologi. Pengurangan nyeri persalinan dengan metode non farmakologi sangat banyak salah satunya dengan teknik sentuhan atau massage (Maita, 2016).

Massase adalah melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot, atau ligamentum, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi dan atau memperbaiki sirkulasi. Salah satu metode massage yang bisa digunakan yaitu Deep back massage (Leny, 2017).

Teknik deep back massage adalah penekanan pada sacrum yang dapat mengurangi ketegangan pada sendi sacroiliacus dari posisi oksiput posterior janin sehingga dapat memberikan kenyamanan pada ibu saat bersalin, dengan melakukan penekanan pada daerah sacrum pada saat ada kontraksi selama 20 menit dengan frekuensi 30- 40x gosokan

permenit, sekitar 6-8 kali penekanan dengan menggunakan telapak tangan bagian bawah, dengan kekuatan tekanan bertumpu pada pangkal lengan, dengan gerakan seperti mengelus-elus pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di lakukan tiga kali siklus pada fase aktif kala I persalinan dengan pembukaan 4-7 cm (Fitriahadi, 2021).

Berdasarkan latar belakang di atas untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh deep back massage terhadap nyeri persalinan kala 1 fase aktif di Puskesmas Cisolok Kabupaten Sukabumi tahun 2021”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi *deep back massage* terhadap nyeri persalinan pada ibu multipara kala 1 fase aktif.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan di Puskesmas Cisolok Kabupaten Sukabumi pada bulan Juli-Agustus. Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan pendekatan one group pre-test dan post-test desain pada 20 ibu bersalin sebagai responden yang dipilih secara purposive sampling yang menerima terapi deep

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis univariat

back massage. Terapi deep back massage dilakukan dilakukan selama 20 menit dengan frekuensi 30-40 gosokan permenit, sebanyak 5 kali. Instrument dalam pengambilan data skor nyeri dilakukan dengan menggunakan lembar observasi NRS (Numerical Rating Scale). Populasi pada penelitian ini adalah Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin multipara kala I fase aktif di Puskesmas Cisolok Kabupaten Sukabumi pada bulan Juli-Agustus tahun 2021. Sampel dalam penelitian ini adalah semua subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dimasukan dalam penelitian sampai jumlah responden yang diharapkan terpenuhi.

Analisis yang dilakukan adalah analisa univariat yaitu untuk mengetahui distribusi rata-rata penurunan skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikannya terapi deep back massage. Analisa dalam penelitian ini menggunakan uji *paired t-test* untuk mengetahui perbandingan sebelum dan sesudah dilakukannya terapi deep back massage apakah berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin multipara kala 1 fase aktif.

Tabel 1

Rata-rata skor intensitas nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan terapi *deep back massage*

Nyeri persalinan	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	maksimum	Selisih
Pre-test	20	7,40	1,39	5	10	2,40
Post-test	20	5,00	1,68	2	9	

Berdasarkan data tabel 1 menunjukkan bahwa dari 20 responden nilai rata-rata tingkat nyeri pada persalinan sebelum dilakukannya terapi deep back massage adalah 7,40 dengan standar deviasi 1,39 dengan nilai terendah 5 dan

Analisis bivariat

tertinggi 10. Sedangkan rata-rata tingkat intensitas nyeri setelah diberikan terapi deep back massage menurun menjadi 5,00 dengan standar deviasi 1,68 dengan nilai terendah 2 dan tertinggi 9 dengan selisih mean 2,40.

Tabel 2

Hasil uji normalitas data *Shapiro Wilk*

Variabel	Statistik	Df	Sig	Keterangan
Pre-test	0,935	20	0,191	Normal
Post-test	0,959	20	0,534	Normal

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan uji normalitas data. Berdasarkan penilaian data yang digunakan kurang dari 50 responden, maka digunakan uji Shapiro Wilk. Hasilnya nilai sig

pre-test dan post-test lebih besar dari 0,05. Nilai Sig pre-test menunjukkan hasil 0,191 dan nilai Sig Post-test menunjukkan hasil 0,534. Dengan demikian data tersebut terdistribusi normal.

Tabel 3
Pengaruh terapi deep back massage terhadap nyeri persalinan kala 1 fase aktif

Variabel	N	Min	Max	SD	Mean	Selisih Mean	t	p-value
Pre-test	20	5	10	1,3917	7,40	2,40	9,798	0,000
Post-test	20	2	9	1,6858	5,00			

Tabel 3 menunjukkan hasil sebelum diberikannya terapi deep back massage dengan skor minimum 5 dan maksimum 10, dengan skor rata-rata 7,40. sedangkan skor rata-rata sesudah diberikannya terapi deep back massage yaitu 5,00 dengan skor maksimum 2 dan maksimum 9 dengan selisih 2,40. Uji statistik

PEMBAHASAN

Rata-rata skor sebelum dan sesudah diberikannya terapi deep back massage

Berdasarkan hasil penelitiannya yang dilakukan di Puskesmas Cisolok Kabupaten Sukabumi didapatkan hasil dari 20 responden ibu bersalin multipara kala 1 fase aktif sebelum dilakukan terapi deep back massage dengan nilai rata-rata 7,40 dengan standar deviation 1,39 dengan skor terendah 5 dan skor tertinggi 10. Sedangkan setelah diberikannya perlakuan terapi deep back massage menurun dengan rata-rata 5,00 dengan standar deviation 1,68 dengan skor nilai terendah 2 dan tertinggi 9 dengan selisih 2,4. Hal ini menunjukkan bahwa nilai nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada ibu multipara setelah diberikannya perlakuan terapi deep back massage mengalami penurunan.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan teori bahwa terapi deep massage terhadap ibu bersalin berfungsi sebagai analgesi epidural yang dapat mengurangi nyeri dan stress, serta dapat memberikan kenyamanan pada ibu bersalin (Fitrianiingsih, 2017). Menurut Fitriahadi (2021) Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan yang dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat nyeri bertambah banyak.

ini menggunakan Paired T-test dengan nilai $t = 9,798$ dan nilai Sig $0,00 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif sebelum dilakukan deep back massage dengan sesudah dilakukan deep back massage.

Upaya yang dilakukan untuk mengurangi nyeri saat persalinan dengan metode non farmakologi sangat banyak salah satunya dengan teknik sentuhan atau massage dengan melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot, atau ligamentum, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi dan atau memperbaiki sirkulasi (Taqiah, 2021).

Penelitian lain juga dilakukan oleh Nafiah (2018) yang hasilnya menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian deep back massage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat kesesuaian hasil dengan teori bahwa dengan melakukannya terapi deep back massage pada ibu bersalin dapat mengurangi nyeri saat persalinan.

Menurut asumsi peneliti keberhasilan pemberian terapi deep back massage dalam menentukan nyeri tergantung pada persepsi dan toleransi nyeri responden. Pemberian massage dan informasi yang berkelanjutan tentang nyeri pada ibu selama kehamilan dan persalinan sangat diperlukan untuk mempersiapkan ibu secara fisik dan psikologis guna menghadapi persalinan.

Pengaruh terapi deep back massage terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin multipara kala 1 fase aktif

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan dilakukannya terapi deep back massage tingkat nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif mengalami penurunan, dilihat dari signifikansi hasil uji paired t-test nilai p-value = 0,000 yang artinya terdapat pengaruh deep back massage terhadap nyeri persalinan kala 1 fase aktif.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Nafiah (2018); Annisa (2019); Taqiah (2021) dengan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa adanya perbedaan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif sebelum dan sesudah diberikannya terapi deep back massage nilai p-value <0,05.

Menurut asumsi peneliti perbedaan skala nyeri yang dirasakan subjektivitas masing-masing responden karna ambang setiap nyeri responden yang berbeda. Selain itu pengalaman dan kemampuan mengontrol nyeri setiap individu juga menentukan penerimaan nyeri seseorang. Selain itu terdapat faktor fisiologis yang dapat mempengaruhi persepsi dan reaksi dari masing-masing individu terhadap nyeri, disamping faktor fisiologis itu

juga dapat berpengaruh pada intensitas nyeri yang dialami ibu yaitu takut dan cemas terhadap persalinan yang akan dialami, kemampuan melakukan kontrol diri dan rasa percaya diri.

KESIMPULAN

Pada ibu bersalin multipara kala 1 fase aktif yang diberikan terapi deep back massage terdapat penurunan intensitas nyeri.

Rata-rata skor intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif sebelum diberikannya terapi deep back massage adalah 7,40. Adapun rata-rata skor intensitas nyeri sesudah dilakukan terapi deep back massage yaitu 5,00. Terapi *deep back massage* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin multipara kala 1 fase aktif dengan p-value=0,00.

SARAN

Bagi bidan diharapkan mampu menerapkan terapi deep back massage sebagai salah terapi non-farmakologi yang dapat dijadikan intervensi pada asuhan kebidanan untuk manajemen nyeri pada persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, H.S., (2020), *Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Metode Akupresur*, Media Sains Indonesia, Bandung, 1-14.
- Fitrianiingsih, Prianti. (2017). Perbedaan metode *deep back massage* dan *metode endorphin massage* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di puskesmas poned plered kabupaten cirebon tahun 2017. *Jurnal Care*. Vol .5, No.3
- Fitriahadi., Utami. (2021). *Deep back dan rubbing massage* berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dan percepatan pembukaan serviks ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan*. Vol 10, No1
- Leny, C., Mahfudloh. (2017). Terapi *Endorphin Massage* Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Kala 1 Fase Aktif Persalinan, *Jurnal SMART Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKES KARYA Husada Semarang*, Vol.2, no.2, hh. 6-7.
- Maita. (2016). Pengaruh *Deep Back Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan di BPM Khairani Asnita. *Jurnal ilmu kesehatan*. Vol.9, No. 2, Hal 186-190.
- Nafiah, Megawati., Artha. (2018). Pengaruh *Metode Deep back massage* terhadap intensitas nyeri pada persalinan kala i fase aktif di klinik pratama mutiara bunda kawalu kota tasikmalaya tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*. Volume 18 Nomor 2
- Oktarina, Asriana., dan Muniarti. (2019). Pengaruh *Deep back massage* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di ruang bersalin rumah sakit Immanudin Kabupaten kotawaringin barat. *Midwifery Journal of STIKes Insan Cendekia Medika Jombang*. Volume 17 No. 1
- Oktarina, Asriana., dan Muniarti. (2017). Pengaruh metode *Deep Back massage* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di ruang bersalin Rumah Sakit Immanudin Kabupaten Kota Waringin Barat. *Jurnal Borneo Cendekia*, Volume 1 No. 2
- Taqiyah. (2021). Terapi *Deep Back Massage* Efektif Terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di RSUD Kota Makassar. *Jurnal Penelitian*

Kesehatan Suara Forikes. Volume 12,
Nomor Khusus