

Original Article^{*)}**Hubungan Massage Punggung, Senam Hamil, Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan**

(Relationship of Back Massage, Pregnancy Exercise, Warm Compresses to Pain Intensity in Labor)

Sri Rakhmawati¹, Hidayani²¹RSUD Pagelaran Kabupaten Cianjur

Email correspondent: srirakhmawati94@gmail.com

Abstract

Introduction: Labor pain is pain caused by the appearance of contractions of the uterine muscles, hypoxia of the contracting muscles, stretching of the cervix when opening, ischemia of the uterine corpus, and stretching of the lower uterine segment. Preliminary studies show that there are 315 people stating ignorant of how to deal with pain in labor. The research was conducted to determine the relationship between back massage, pregnancy exercise, warm compresses, and the intensity of pain during labor at Pagelaran Cianjur Hospital in 2023.

Methods: The research was conducted using a questionnaire with research subjects involving 176 samples of mothers who experienced labor pain in the Delivery Room of Pagelaran Hospital Cianjur in 2023.

Results: The results of the chi-square test showed that 25 (14%) did not do back massage, experienced severe pain and 145 (92%) did light back massage. Of the respondents who did not do pregnancy exercise as many as 23 (13%) experienced severe pain and respondents who did pregnancy exercise experienced mild pain as many as 145 (93%), respondents who did not do warm compresses as much as 53 (30%) experienced severe pain and compressed Warm as many as 123 (70%) experienced mild pain *p-value* 0,000 (<.0.05),

Discussion: The conclusion from this study was that pain reduction techniques such as back massage, pregnancy exercise, and warm compresses were expected to be carried out not only during research but can be applied or taught to every birthing mother who experiences labor pain so that the birthing mother feels comfortable.

Keywords: research methods, labor pain, research objectives

Artikel

Disubmit (Received) : 18 April 2023

Diterima (Accepted) : 04 July 2023

Diterbitkan (Published): 06 July 2023

Copyright: © 2023 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Pendahuluan

Persalinan *sectio caesarea* (SC) adalah siklus hati-hati di mana titik masuk dibuat di daerah Persalinan adalah proses dimana seorang wanita melahirkan seorang bayi yang diawali dengan kontraksi uterus yang teratur dan ber puncak pada saat bayi keluar dengan plasenta dan selaput dimana pekerjaan ini berlangsung selama 12-14 jam. Persalinan atau nifas adalah proses dimana produk pembuahan yang layak dikeluarkan dari dalam rahim ke luar melalui vagina.¹ Komplikasi persalinan baik bagi ibu maupun bayi baru lahir merupakan salah satu faktor tingginya angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) pada persalinan berbantuan yang dikombinasikan dengan pelayanan kebidanan normal.¹

Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin. Ibu hamil mengharapkan dapat bersalin tanpa rasa nyeri. Rasa sakit yang berlebihan dan terus-menerus menyebabkan kecemasan dan tekanan psikologis, yang dapat mempengaruhi kondisi fisik ibu saat melahirkan, seperti persalinan lama, yang dapat membahayakan ibu dan janin.² Murray melaporkan di Indonesia kejadian nyeri persalinan pada 2,700 ibu bersalin hanya 15% persalinan yang berlangsung dengan nyeri ringan; 35% dengan nyeri sedang; 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat berat.³ Bonica pada penelitiannya terhadap 2,700 ibu melahirkan di 121 pusat obsetri dari 36 negara menemukan bahwa hanya 15% persalinan yang berlangsung tanpa nyeri atau nyeri ringan; 35% persalinan disertai nyeri sedang; 30% persalinan disertai nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri yang sangat hebat.

Menurut Andarmoyo dan Suharti faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan yaitu faktor fisiologis dan faktor Psikologis. Dari faktor fisiologis yaitu kontraksi, karena pada saat persalinan otot-otot rahim akan memanjang dan kemudian memendek disertai dengan gerakan otot sehingga menimbulkan rasa nyeri. Dan faktor psikologis yaitu ditimbulkan karena ketakutan dan kecemasan yang berlebihan. Setiap ibu akan mempunyai versi yang berbeda-beda tentang melahirkan dan rasa nyeri persalinan, dikarenakan ambang batas rangsangan nyeri setiap orang bersifat subjektif.⁴ Berdasarkan uraian informasi diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Massage Punggung, Senam Hamil, Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Di RSUD Pagelaran Tahun 2023.” Eichi Septiani Hubungan Senam Hamil Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Praktik Bidan Mandiri Responden yang tidak melakukan senam hamil yang mengalami nyeri punggung ibu hamil trimester III yaitu sebanyak 14 responden (56,0%) dan yang tidak mengalami nyeri punggung ibu hamil trimester III yaitu sebanyak 11 responden (44,0%) sedangkan responden yang melakukan senam hamil yang mengalami nyeri punggung ibu hamil trimester III yaitu sebanyak 4 responden (20,0 %) dan yang tidak mengalami nyeri punggung ibu hamil trimester III yaitu sebanyak 16 responden (80,0 %).

Hasil Uji statistik chi square diperoleh $p\text{-value} = 0,018$; ini berarti ada hubungan yang bermakna antara hubungan pelaksanaan senam hamil dengan nyeri punggung ibu hamil trimester III.⁴ Penelitian sebelumnya oleh penulis pada Oktober-Desember 2022 Catatan pasien di ruang bersalin RSUD Pagelaran Cianjur yang tidak mengetahui manfaat masase punggung, kompres hangat dan senam hamil untuk pengurangan rasa nyeri persalinan selama 3 bulan terakhir terdapat 315 orang menyatakan ketidaktahuan cara mengatasi nyeri pada persalinan.⁵ Berdasarkan uraian studi pendahuluan tersebut peneliti tertarik untuk mengkaji mengenai “Hubungan Massase Punggung, Senam Hamil, Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Di RSUD Pagelaran Cianjur 2023.”

Metode

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif analitis yang bertujuan untuk menemukan hubungan antar variabel.⁶ Analisis deskriptif adalah suatu metode yang tujuannya untuk mendeskripsikan atau menyurvei objek penelitian dengan menggunakan data atau sampel yang dikumpulkan begitu saja tanpa menganalisisnya untuk menarik kesimpulan yang cocok untuk umum.⁷ Rancangan penelitian ini merupakan rancangan *cross-sectional*. Metode penelitian yang digunakan adalah survey menggunakan kuesioner dengan pendekatan *cross-sectional*.

Metode *cross-sectional* adalah desain penelitian yang menggunakan pengukuran atau pengamatan secara simultan atau sekali waktu. Penelitian *cross-sectional* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika kolerasi antara faktor-faktor resiko atau variable independen dengan efek atau variable dependen yang diobservasi atau pengumpulan datanya sekaligus pada suatu saat yang sama atau diukur secara bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang datang bersalin ke wilayah kerja RSUD Pagelaran Kabupaten Cianjur Provinsi Jawa Barat pada bulan Februari 2023 dengan jumlah populasi sebanyak 315 orang. Sampel penelitian adalah 176 ibu bersalin yang melakukan persalinan di RSUD Pagelaran Kabupaten Cianjur Provinsi Jawa Barat pada bulan Februari 2023. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner yang meliputi massase punggung, senam hamil dan kompres hangat pada intensitas nyeri persalinan.

Hasil

Tabel 1. Hubungan Massase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Di RSUD Pagelaran Cianjur 2023

Intensitas Nyeri Persalinan	Pelaksanaan Massase Punggung				Total	P- Value	OR	
	Dilakukan		Tdk Dilakukan					
Ringan	145	92%	13	8%	158	100%	0,000	15,825
Berat	6	33%	12	67%	18	100%		
Total	151	86%	25	14%	176	100%		

Sumber: Data responden penelitian di Ruang Bersalin RSUD Pagelaran Cianjur

Berdasarkan tabel 1 sebagian kecil responden yang tidak melakukan massase punggung sebanyak 25 (14%); mengalami nyeri berat sebanyak 12 (67%); dan mengalami nyeri ringan sebanyak 13 (8%); dan sebagian besar yang melakukan massase punggung mengalami nyeri ringan sebanyak 145 (92%); dan mengalami nyeri berat sebanyak 6 (33%) Dari uji yang dilakukan diperoleh nilai *p-value* = 0,000 (<.0,05) sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat “Hubungan Massase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Di RSUD Pagelaran Cianjur 2023.”

Tabel 2. Hubungan Senam Hamil Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Di RSUD Pagelaran Cianjur 2023

Intensitas Nyeri Persalinan	Pelaksanaan Senam Hamil				Total	P- Value	OR	
	Dilakukan		Tdk Dilakukan					
Ringan	147	93%	11	7%	158	100%	0,000	54,289
Berat	6	33%	12	67%	18	100%		
Total	153	87%	23	13%	176	100%		

Sumber: Data responden penelitian di Ruang Bersalin RSUD Pagelaran Cianjur

Berdasarkan tabel 2 Sebagian kecil responden yang tidak melakukan senam hamil sebanyak 23 (13%) dan mengalami nyeri berat sebanyak 12 (67%) dan sebagian besar yang melakukan senam hamil mengalami nyeri ringan sebanyak 1457 (93%) dan mengalami nyeri berat sebanyak 6 (33%) Dari uji yang dilakukan diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan senam hamil terhadap intensitas nyeri persalinan di RSUD Pagelaran Cianjur 2023.

Tabel 3. Hubungan Kompres hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Di RSUD Pagelaran Cianjur 2023

Intensitas Nyeri Persalinan	Pelaksanaan Senam Hamil				Total	P-Value	OR	
	Dilakukan		Tdk Dilakukan					
Berat	3	16%	15	84%	18	100%	0,000	25,819
Ringan	120	76%	38	24%	158	100%		
Total	123	70%	53	30%	176	100%		

Sumber: Data responden penelitian di Ruang Bersalin RSUD Pagelaran Cianjur

Berdasarkan tabel 3 sebagian kecil responden yang tidak melakukan kompres Hangat sebanyak 53 (30%); mengalami nyeri berat sebanyak 15 (84%); dan mengalami nyeri ringan sebanyak 38 (24%); dan sebagian besar yang melakukan kompres Hangat sebanyak 123 (70%) mengalami nyeri ringan sebanyak 123 (70%); dan mengalami nyeri berat sebanyak 3 (16%). Dari uji yang dilakukan diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan di RSUD Pagelaran Cianjur 2023.

Pembahasan

Hubungan Massase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan di RSUD Pagelaran Cianjur 2023

Menurut Peneliti penelitian yang dilakukan di ruang bersalin RSUD Pagelaran Cianjur ibu bersalin yang tidak melakukan massase punggung dan mengalami nyeri berat disebabkan karena rasa kekhawatiran ibu akan bertambahnya nyeri yang akan dirasakan. Sedangkan pada ibu bersalin yang melakukan massase punggung justru mendapatkan manfaat yang baik yaitu merasa lebih nyaman karena dengan melakukan massase punggung dapat membantu untuk rileks dan mengurangi rasa sakit dengan meningkatkan aliran darah ke area yang terkena, merangsang reseptor sentuhan pada kulit, sehingga mengendurkan otot.

Dari nilai OR sebesar 22,308 yang berarti responden yang melakukan massase punggung berpeluang 22 Kali memiliki skala nyeri ringan dibanding dengan responden yang tidak melakukan massase punggung. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyebutkan bahwa kadar endorphen ibu bersalin yang dimasase lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak dimasase. Makin tinggi kadar endorphen maka semakin turun intensitas nyeri yang dirasakan ibu bersalin.⁸ Massase digunakan untuk membantu relaksasi dan menurunkan nyeri melalui peningkatan aliran darah pada daerah-daerah yang terpengaruh, merangsang reseptor-reseptor raba kulit sehingga merilekskan otot-otot mengubah suhu kulit dan secara umum memberikan perasaan yang nyaman yang berhubungan dengan keamatan hubungan manusia.⁹

Hubungan Senam Hamil Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan di RSUD Pagelaran Cianjur 2023

Menurut peneliti senam hamil berhubungan dengan intensitas nyeri pada persalinan karena dengan melakukan senam hamil akan memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot dinding perut ligament dan otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan.¹⁰ Penelitian yang

dilakukan di ruang bersalin RSUD Pagelaran Cianjur ibu bersalin yang tidak melakukanss senam hamil disebabkan karena rasa kekhawatiran ibu akan membahayakan janinnya oleh karena itu didapatkan ibu bersalin mengalami nyeri berat. Sedangkan pada ibu bersalin yang melakukan senam hamil ju stru mendapatkan manfaat yang baik yaitu merasa lebih nyaman.¹¹ Dari nilai OR sebanyak 26,727 yang berarti responden yang melakukan senam hamil berpeluang 26 kali memiliki nyeri ringan dibandingkan dengan responden yang tidak melakukan senam hamil.

Senam hamil adalah suatu terapi untuk terapi gerak dan salah satu pelayanan pertolongan kehamilan atau persalinan yang bertujuan untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik dan mental untuk persalinan, agar persalinan normal dapat berlangsung dengan cepat, aman dan spontan. Berolahraga saat hamil memberikan hasil kehamilan atau persalinan yang lebih baik dibandingkan ibu hamil yang tidak berolahraga saat hamil. Olahraga pada kehamilan telah dilaporkan dapat mengurangi kejadian bayi berat lahir rendah, aritmia jantung, tali pusat dan mekonium, mengurangi pengeluaran energi, mengurangi nyeri, mengurangi kelahiran prematur, mengurangi kejadian operasi caesar dan meningkatkan kesehatan. Apgar janin dan skor psikomotorik.

Hubungan Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan di RSUD Pagelaran Cianjur 2023

Menurut Peneliti, penelitian yang dilakukan di Ruang Bersalin RSUD Pagelaran Cianjur ibu bersalin yang tidak melakukan kompres hangat dan mengalami nyeri berat disebabkan karena rasa kekhawatiran ibu akan mengganggu kenyamanan.¹² Sedangkan pada ibu bersalin yang melakukan kompres hangat justru mendapatkan manfaat yang baik yaitu untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat, dan tujuannya untuk memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi rasa sakit atau nyeri.¹³ Dari nilai OR 15,789 yang berarti responden yang melakukan kompres hangat berpeluang 15 kali memiliki skala nyeri ringan dibandingkan dengan responden yang tidak melakukan kompres hangat. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Masayu Wildani Rizkiya, 2018 hasil analisis univariate sebelum dilakukan kompres hangat sebagian besar nyeri berat (skala 7-9) berjumlah 23 responden (76,7%); setelah diberikan kompres hangat sebagian besar nyeri sedang (4-6) berjumlah 22 responden (73,7%).

Dari uji yang dilakukan, diperoleh nilai signifikan $p = 0,000$; sehingga nilai $p > 0,05$; yang artinya terdapat pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif Kompres hangat adalah tindakan pemberian cairan hangat untuk memenuhi kebutuhan kenyamanan, mengurangi atau menghilangkan nyeri, mengurangi atau mencegah kejang otot dan menimbulkan sensasi hangat, dengan tujuan meningkatkan sirkulasi dan menghilangkan nyeri.¹⁴ Kompres hangat merupakan salah satu metode non farmakologis yang diduga sangat efektif untuk meredakan nyeri atau kejang otot. Kalor dapat berpindah secara konduksi, konveksi, dan konversi.¹⁵ Nyeri yang disebabkan oleh luka memar, kejang otot, dan artritis berespons baik terhadap peningkatan suhu karena melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah lokal. Oleh karena itu, peningkatan suhu yang dipandu oleh kompres hangat dapat mengurangi nyeri dengan mengeluarkan produk inflamasi seperti bradikinin, histamin, dan prostaglandin yang menyebabkan nyeri lokal.¹⁰

Persetujuan Etik

Penelitian ini sudah lolos uji etik pada komisi etik UIMA dengan Nomer: 3556/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/II/2023.

Konflik Kepentingan

Penelitian ini adalah penelitian independent yang tidak terkait dan tidak memiliki kepentingan individu dan juga organisasi manapun.

Pendanaan

Sumber dana yang digunakan dalam penelitian ini sepenuhnya bersumber dari dana peneliti.

Kontribusi Penulis

Peneliti ini dilakukan oleh SR sebagai author.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penelitian ini.

References

1. Aryani Y., Masrul M., Dan Evareny L. (2015). Pengaruh Masase Pada Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Laten Persalinan Normal Melalui Peningkatan Kadar Endorfin. *Journal Kesehatan Andalas*, 4(1). <https://doi.org/10.25077/JKA.V4I1.193>.
2. Asrinah. (2013). Asuhan Kebidanan: Masa Kehamilan. Graha Ilmu. http://ucs.sulselib.net/index.php?p=show_detail&id=43823.
3. Bahrudin M. (2017). Patofisiologi Nyeri (PAIN). *Saintika Medika*, 13(1), 7-13. <https://doi.org/10.22219/SM.V13I1.5449>.
4. Cepeda M.S., Carr D.B., Lau J., Dan Alvarez H. (2013). Music For Pain Relief. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2013(10). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004843.Pub3>.
5. Nurhayati Eka. (2019). *Patologi Dan Fisiologi Persalinan: Distosia Dan Konsep Dasar Persalinan/Penulis, Eka Nurhayati-Balai Layanan Perpustakaan Pemda DIY*. Pustaka Baru Press: Jogjakarta. <http://balaiyanpus.jogjapro.go.id/catalogue/detail/318566>.
6. R Lubis, Maryuni L.A. (2020). Efektivitas Massage Punggung Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Dan Multigravida. *Journal Ilmiah Bidan*, 5(1), 22-28.
7. Rahman, S. A., Handayani, A., Sumarni, S., Dan Mallongi, A. (2017). Penurunan Nyeri Persalinan Dengan Kompres Hangat Dan Massage Effleurage. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(2), 147. <https://doi.org/10.30597/Mkmi.V13i2.1986>.
8. Rezeki S, H. T. (2014, November). *Nyeri Persalinan Kala I Melalui Praktik Counter-Pressure Oleh Suami Di RSUD Soewondo Kendal-PDF Free Download*. <https://adoc.pub/nyeri-persalinan-kala-i-melalui-praktik-counter-pressure-ole.html>.
9. Risnawati K.N. (2021). Gambaran Jenis Persalinan Pada Ibu Bersalin Dengan Corona Virus Disease 19 Di Rumah Sakit Umum Daerah Wangaya Denpasar. *Kebidanan*, 1(2), 6-19.
10. Sari E.P. (2014). *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)*. Trans Info Media.
11. Semmagga N., Dan Fausyah A.N. (2019). Hubungan Senam Hamil Dengan Kelancaran Proses Persalinan Normal Di Puskesmas Wara *Relationship of Pregnancy Exercises with Normal Childbirth*. 6(27), 7-13.
12. Suyani S. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. 9(1), 39-44. <https://doi.org/10.26714/jk.9.1.2020.39-4>.
13. Sulistyawati A. (2013). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Salemba Medika.
14. World Health Organization (WHO), UNICEF, UNFPA, W. B. (2015). Trends In Maternal Mortality 2010-2015, WHO. *World Health Organization*, 92. <http://www.who.int/reproductive-health/publications/monitoring/maternal-mortality2015>.
15. JNPK-KR. Pelatihan Klinik Asuhan Persalinan Normal. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia: 2007.

*) Original Article

--- ISJMHS ---