



Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)
Universitas Aisyah Pringsewu



Journal Homepage

<http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman>

**PERBEDAAN PEMBERIAN *ENDORPHINE MASSAGE* TERHADAP
PENGURANGAN NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF
DI PMB TIAS SUSIANAH, S.TR. KEB LAMPUNG UTARA
TAHUN 2020**

***THE DIFFERENCES GIVING OF ENDOPHINE MASSAGE TOWARDS
REDUCTION OF LABOR PAIN 1 ACTIVE PHASE IN PMB TIAS
SUSIANAH, S.TR. KEBNORTH LAMPUNG IN 2020***

Febrianti¹, Iis Tri Utami², Rini Wahyuni³, Wiwi Febriani⁴

^{1,2}Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Kesehatan

³Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan

⁴Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan

Universitas Aisyah Pringsewu

antifebri081@gmail.com, kampusgood@gmail.com, rinicannywa166@gmail.com,
wiwifebriani21@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan yang berlangsung tanpa nyeri atau nyeri ringan hanya 15%, 35% persalinan disertai nyeri sedang, 30% persalinan disertai nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri yang sangat hebat. Dampak yang ditimbulkan dari nyeri yang tidak teratasi tidak hanya menyakitkan bagi ibu akan tetapi juga bagi janinnya. Endorphine massage merupakan suatu metode sentuhan ringan yang digunakan untuk mengelola rasa sakit. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan pemberian endorphine massage terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara Tahun 2020. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan rancangan post test only control group design, populasi adalah seluruh ibu yang menjalani persalinan di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah quota sampling, dengan jumlah sampel penelitian sebesar 30 responden. Analisis yang digunakan uji T (independent sample t-test). Hasil penelitian diperoleh rata-rata skala nyeri pada ibu bersalin yang diberi perlakuan endorphine massage 5,467 dengan skala nyeri minimum 4 dan maksimum 8. Rata-rata skala nyeri pada ibu bersalin yang tidak diberi perlakuan endorphine massage 6,8 dengan skala nyeri minimum 5 dan maksimum 9. Ada perbedaan pemberian endorphine massage terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara tahun 2020 (P-value =0,003 (p-value< α (0,05)). Teknik endorphine massage ini sebagai suatu alternatif yang baik untuk mengurangi nyeri persalinan sehingga diharapkan adanya pelatihan bagi tenaga kesehatan.

Kata Kunci : Nyeri Persalinan, Endorphine massage

ABSTRACT

Labor that lasts without pain or mild pain is only 15%, 35% of labor is accompanied by moderate pain, 30% of labor is accompanied by severe pain and 20% of labor is accompanied by very severe pain. The impact of unresolved pain is not only painful for the mother but also for the fetus. Endorphine massage is a mild touch method that is used to manage pain. The purpose of this study was to determine the differences giving of the Endorphine massage technique on the reduction of labor pain in the active phase I at PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara in 2020 This type of research is an experiment with a static group comparison design, the population is all mothers undergoing labor in PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb. The sampling technique used in this study was quota sampling, with a total sample of 30 respondents. The analysis used is the T test (independent sample t-test). The results obtained an average pain scale in maternity women treated with endorphine massage 5,467 with a minimum pain scale of 4 and a maximum of 8. The average pain scale in pregnant women who were not treated with endorphine massage 6.8 with a minimum pain scale of 5 and maximum 9. There is an differences giving of endorphine massage on the reduction of labor pain in the active phase in PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara in 2020 (P-value = 0.003 (p-value < α (0.05)). The endorphine massage technique is a good alternative to reduce labor pain. Therefore, it is suggested to have a training for health workers.

Keywords : Labor Pain, Endorphine massage

I. PENDAHULUAN**Latar Belakang**

Persalinan dan kelahiran normal adalah kejadian fisiologis yang normal dalam kehidupan. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun janin. Persalinan ditandai dengan rasa sakit oleh adanya his yang datang lebih kuat, sering dan teratur, keluar lendir bercampur darah (*bloody show*) yang lebih banyak karena robekan-robekan kecil pada serviks, kadang-kadang ketuban pecah dengan sendirinya, pada pemeriksaan dalam serviks mendatar dan pembukaan telah ada¹.

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu. AKI secara umum terjadi penurunan selama periode 1991-2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. Walaupun terjadi penurunan angka kematian ibu, namun tidak berhasil mencapai target MDGs yang harus dicapai yaitu sebesar 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015. Masih tingginya AKI di Indonesia disebabkan karena masih tingginya komplikasi yang ibu

alami selama masa kehamilan, persalinan, dan nifas. Upaya percepatan penurunan AKI dapat dilakukan dengan menjamin agar setiap ibu mampu mengakses pelayanan kesehatan ibu yang berkualitas, seperti pelayanan kesehatan ibu hamil²

Berakhirnya MDGs belum mampu menyelesaikan beberapa target seperti penurunan angka kematian ibu sehingga dilanjutkan dengan mengesahkan tujuan pembangunan berkelanjutan yaitu *Sustainable Development Goals* (SDGs). Adapun target SDGs tahun 2015-2030 adalah mengurangi angka kematian ibu dibawah 70 per 100.000 kelahiran hidup³.

World Health Organization (WHO) tahun 2016, angka kelahiran bayi di dunia sekitar 15 juta kelahiran per tahun. Angka kelahiran di Indonesia adalah sebanyak 5.138.107 kelahiran, dengan jumlah lahir hidup sebanyak 4.893.435 jiwa³. Berdasarkan data Survey Demografi Kependudukan Indonesia (SDKI) tahun 2017 angka kelahiran (*Total Fertility Rate*) Lampung yaitu 2,35 per wanita.

Penelitian Bonica terhadap 2.700 ibu bersalin di 121 pusat obstetrik 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. Sedangkan berdasarkan pusat data persalinan Rumah Sakit seluruh Indonesia diketahui bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan⁴.

Dampak yang ditimbulkan dari nyeri yang tidak teratasi tidak hanya menyakitkan bagi ibu akan tetapi juga bagi janinnya. Dampak tersebut diantaranya adalah *depresi post partum*, perdarahan, partus lama, peningkatan tekanan darah dan nadi, pada janin menyebabkan asidosis akibat hipoksia pada janin, serta pada psikologis meningkatkan kecemasan dan ketakutan⁵.

Melihat dampak nyeri persalinan tersebut maka diperlukan suatu manajemen untuk mengatasi nyeri persalinan dengan tujuan agar ibu dapat beradaptasi dan merespon positif terhadap nyeri persalinan dan tidak menimbulkan masalah ataupun komplikasi saat proses persalinan. Solusi selama ini yang telah dilakukan adalah dengan penanganan secara farmakologis ataupun non farmakologis. Penanganan secara farmakologis meliputi pemberian analgetik dan anastesia. Metode farmakologis diberikan untuk mengurangi rasa sakit. Sedangkan metode non farmakologis dapat dengan teknik relaksasi, *hynobirthing*, TENS, *massage* dan berbagai teknik lainnya. Metode non farmakologis bersifat murah, simpel, efektif tanpa efek yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaan dan kekuatannya (Anik, 2010).

Endorphine massage merupakan suatu metode sentuhan ringan yang digunakan untuk mengelola rasa sakit. Teknik ini bisa dipakai untuk mengurangi rasa tidak nyaman selama proses persalinan dan meningkatkan relaksasi dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Teknik sentuhan ringan juga menormalkan denyut jantung dan

tekanan darah. Sentuhan ringan ini mencakup pemijatan yang sangat ringan yang bisa membuat bulu-bulu halus pada permukaan kulit berdiri. Riset membuktikan bahwa teknik ini meningkatkan pelepasan *endorphine* dan oksitosin⁶.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Irawati (2018) menyatakan bahwa ada perbedaan *endorphine massage* terhadap rasa nyaman selama proses persalinan. Selain itu berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh⁵ diperoleh bahwa setelah dilakukan *endorphine massage* pada ibu bersalin kala I terjadi penurunan skala nyeri dimana setelah dilakukan *massage* sudah tidak ditemukan lagi responden yang mengalami nyeri berat.

Berdasarkan studi pendahuluan pada bulan November 2019 di PMB Tias Susianah, S.Tr.Keb Lampung Utara diperoleh data ibu bersalin selama bulan Agustus-Oktober 2019 sebanyak 91 orang, rata-rata 30 orang tiap bulan. Berdasarkan pre-survey terhadap 10 orang yang sedang dalam persalinan kala I fase aktif, bahwa 9 orang (90%) menyatakan tidak tahan dengan nyeri yang dirasakan terutama pada kala pembukaan sedangkan 1 orang (10%) mengatakan masih dapat menahan nyeri persalinan, dimana saat skala nyeri dengan menggunakan metode *Numerical Rating Scale* (NRS) berkisar antara 5 sampai dengan 8. Selain itu di PMB Tias Susianah, S.Tr.Keb Lampung Utara hanya memberikan teknik relaksasi nafas dalam pada pasien dengan nyeri persalinan dan belum pernah memberikan terapi non farmakologis berupa *endorphine massage* kepada ibu yang melahirkan.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Perbedaan pemberian *endorphine massage* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr.Keb Lampung Utara Tahun 2020".

II. TINJAUAN TEORI

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang telah cukup bulan atau dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain,

dengan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri) ⁷.

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual atau potensial. Nyeri adalah alasan utama seseorang untuk mencari bantuan perawatan kesehatan. Nyeri terjadi bersama banyak proses penyakit atau bersamaan dengan beberapa pemeriksaan diagnostik atau pengobatan. Nyeri sangat mengganggu dan menyulitkan lebih banyak orang dibanding suatu penyakit manapun ⁸.

Endorphine massage adalah salah satu teknik pijatan atau sentuhan yang dapat membantu memberikan rasa tenang dan nyaman, baik di saat menjelang maupun disaat proses persalinan akan berlangsung. *Endorphine massage* berarti pemijatan *endorphine*, itu artinya pemijatan yang ditujukan untuk meningkatkan zat *endorphine* di dalam tubuh⁹.

III. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, desain *eksperiment* dengan menggunakan rancangan *static group comparison*. Penelitian dilaksanakan di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb, pada bulan Februari - Maret tahun 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang menjalani persalinan di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb dengan jumlah persalinan rata-rata 30 orang setiap bulannya.jumlah sampel sejumlah 15 orang untuk setiap kelompok sehingga total sampel sebanyak 30 orang ibu bersalin yang akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jadi sampel dalam penelitian ini adalah 30 ibu yang bersalin di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *quota sampling* Peneliti membagi sampel menjadi dua kelompok yaitu 15 orang kelompok eksperimen dan 15 orang kelompok kontrol. Apabila responden bersedia mendapatkan intervensi berupa *endorphine massage*, maka responden menjadi kelompok eksperimen namun

apabila responden tidak bersedia mendapatkan *endorphine massage* maka responden menjadi kelompok kontrol. Saat pengambilan sampel, peneliti dapat dibantu oleh enumerator yang berperan membantu peneliti dalam pengumpulan data. Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *variabel independent* yaitu pemberian *endorphine massage* dan *variabel dependent*, yaitu nyeri persalinan. Pada penelitian ini menggunakan alat ukur berupa lebar observasi berupa lembar NRS yang berisi tentang derajat nyeri yang dirasakan dengan menunjukkan angka 0-10, Analisa data dilakukan menggunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi dan Analisa bivariat yang digunakan analisis uji T (*independent sample t-test*).

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Tabel 4.1

Karakteristik Responden

Karakteris tik	Kategori	f	%
Umur	< 20	2	6,7
	20-35	28	93,3
Paritas	Primipara	1	3,3%
	Multipara	1	6,7%
Pekerjaan	IRT	1	6,7%
	Petani	1	3,3%
	Wiraswasa	3	0,0%

t
a

Berdasarkan table diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki umur antar 20-35 tahun yaitu sebanyak 28 orang (93,3%). sebagian besar responden merupakan primipara yaitu sebanyak 19 orang (63,3%). sebagian besar responden merupakan IRT yaitu sebanyak 17 orang (56,7%).

Tabel 4.2

Rata-Rata Skala Nyeri Pada Ibu Bersalin Yang Diberi Perlakuan *Endorphine Massage* di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara Tahun 2020

Skala Nyeri	Mea n	Media n	SD	Min - Max	CI 95%	N
Sebelum	5,467	5,0	1,24	4-8	4,77 - 6,15	15
Sesudah	6,80	7,0	1,01	5-9	6,23 - 7,36	15

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat diketahui bahwa rata-rata skala nyeri dari 15 ibu bersalin di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb yang diberi perlakuan *endorphine massage* 5,467 dengan skala nyeri minimum 4 dan maksimum 8.

Tabel 4.2

Rata-Rata Skala Nyeri Pada Ibu Bersalin Yang Tidak Diberi Perlakuan *Endorphine Massage* di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara Tahun 2020

Varia bel	Mea n	SD	Mi n- Ma x	CI 95%	N
Skala Nyeri	6,80	1,01	5-9	6,23 - 7,36	15

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat diketahui bahwa rata-rata skala nyeri dari 15 ibu bersalin di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb yang tidak diberi perlakuan *endorphine massage* 6,8 dengan skala nyeri minimum 5 dan maksimum 9.

Analisis Bivariat

Sebelum dilakukan analisis bivariat (Uji T *Independent*), terlebih dahulu peneliti melakukan uji normalitas dan homogenitas data. Uji normalitas menggunakan *Saphiro Wilk* sedangkan uji homogenitas menggunakan *Anova*. diperoleh hasil signifikasi pada kelompok I yaitu $P = 0,126$ dan pada kelompok II yaitu $P = 0,165$, nilai tersebut $>$ nilai $\alpha=0,05$ yang berarti bahwa data tersebut berdistribusi normal. Selain itu pada uji homogenitas diperoleh nilai $P=0,320$, nilai tersebut $>$ nilai $\alpha=0,05$ yang berarti bahwa data tersebut homogen, sehingga memenuhi uji prasyarat untuk analisis parametric menggunakan uji T.

Tabel. 3

Perbedaan Pemberian *Endorphine Massage* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara Tahun 2020

Skala Nyeri	N	Mea n	beda mea n	S D	SE	P- Value
Kelompok Eksperimen	15	5,467	1,333	1,24	0,32	0,003
Kelompok Kontrol	5	6,8	4	1,01	0,26	

Berdasarkan table 3 diatas dapat diketahui bahwa rata-rata skala nyeri pada kelompok yang diberi perlakuan berupa *endorphine massage* lebih rendah dibanding skala nyeri pada kelompok yang tidak diberi perlakuan dengan rata-rata perbedaan 1,333. Hasil analisa menggunakan uji *t-test (independent sample t-test)* ditemukan bahwa terdapat perbedaan teknik *endorphine*

massage terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara Tahun 2020. Terbukti dengan diperoleh nilai signifikansi $p\text{-value} = 0,003$ ($p\text{-value} < \alpha(0,05)$).

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Umur

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden memiliki umur antar 20-35 tahun yaitu sebanyak 28 orang (93,3%). Persepsi nyeri dipengaruhi oleh usia, yaitu semakin bertambah usia maka semakin mentoleransi rasa nyeri yang timbul, kemampuan untuk memahami dan mengontrol nyeri kerap kali berkembang dengan bertambahnya usia⁸. Menurut peneliti, faktor umur sangat mempengaruhi persepsi terhadap nyeri pada seseorang. Pada orang yang memiliki usia yang lebih tua akan lebih mudah dalam mentoleransi nyeri yang ditimbulkan dibandingkan dengan orang yang memiliki usia yang lebih muda.

Paritas

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden merupakan primipara yaitu sebanyak 19 orang (63,3%). Adanya pengalaman nyeri sebelumnya akan mempengaruhi respon nyeri pada klien. Contohnya, pada wanita yang mengalami kesulitan, kecemasan dan nyeri pada persalinan sebelumnya akan meningkatkan respon nyeri⁸. Menurut peneliti, ibu yang memiliki paritas multipara akan lebih mudah mentoleransi nyeri yang ditimbulkan pada saat proses persalinan. Hal ini karena pada ibu multipara sudah memiliki pengalaman sebelumnya dalam merasakan nyeri persalinan.

Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden merupakan IRT yaitu sebanyak 24 orang (80%). Pekerjaan merupakan suatu kegiatan yang dikerjakan yang bertujuan untuk memperoleh penghasilan. Ibu yang menghabiskan waktunya untuk bekerja biasanya memiliki pengalaman serta pengetahuan yang lebih

baik dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Menurut peneliti, ibu yang bekerja memiliki informasi yang lebih banyak baik karena memiliki lingkungan yang lebih luas sehingga informasi dan pengalaman yang dimiliki juga lebih banyak. Hal ini dapat mempengaruhi kesiapan ibu dalam merespon nyeri pada saat persalinan.

Rata-Rata Skala Nyeri Pada Ibu Bersalin Yang Diberi Perlakuan *Endorphine Massage*

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa rata-rata skala nyeri dari 15 ibu bersalin di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb yang diberi perlakuan *endorphine massage* 5,467 dengan skala nyeri minimum 4 dan maksimum 8. Hasil penelitian sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Sitiatava (2016) yang menyatakan bahwa *endorphine massage* adalah salah satu teknik pijatan atau sentuhan yang dapat membantu memberikan rasa tenang dan nyaman, baik di saat menjelang maupun disaat proses persalinan akan berlangsung. *Endorphine massage* berarti pemijatan *endorphine*. Itu artinya, pemijatan yang ditujukan untuk meningkatkan zat *endorphine* di dalam tubuh. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian¹⁰ tentang pengaruh *endorphine massage* terhadap intensitas nyeri kala I persalinan normal ibu primipara di BPS S dan B Demak. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nyeri persalinan pada kelompok perlakuan sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 9 orang (60,0%). Responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 4 orang (26,7%) dan nyeri berat sebanyak 2 orang (13,3%). Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata skala nyeri dari 15 ibu bersalin di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb yang diberi perlakuan *endorphine massage* 5,467 dengan skala nyeri minimum 4 dan maksimum 8. Hal ini dapat disebabkan karena responden mendapatkan perlakuan berupa *endorphine massage* dimana *endorphine massage* merupakan salah satu terapi non medis dalam penanganan nyeri. Pemberian pijatan atau sentuhan ringan baik menjelang atau saat proses persalinan akan

merangsang pelepasan hormon *endorphine* sehingga memberikan rasa nyaman pada saat ibu menghadapi persalinan.

Rata-Rata Skala Nyeri Pada Ibu Bersalin Yang Tidak Diberi Perlakuan *Endorphine Massage*

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa rata-rata skala nyeri dari 15 ibu bersalin di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb yang tidak diberi perlakuan *endorphine massage* 6,8 dengan skala nyeri minimum 5 dan maksimum 9. Hasil penelitian sesuai dengan teori dimana nyeri persalinan adalah rasa sakit yang dirasakan oleh ibu bersalin dalam proses persalinan yang disebabkan oleh peregangan dan pelebaran pada mulut rahim yang terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi⁹. Pada saat ini, otot-otot rahim yang berupa kantong *muscular* mengalami peregangan. Selain otot rahim, kontraksi juga memicu beberapa organ lain mengalami tekanan yang cukup kuat yakni kandung kemih, *rectum*, tulang belakang dan tulang *pubis*. Nyeri persalinan di pengaruhi oleh faktor psikologis yang berperan memperparah rasa sakit pada saat persalinan, antara lain adalah calon ibu yang melahirkan sendiri tanpa pendamping, mengalami kelelahan, haus dan lapar, memikirkan rasa sakit itu sendiri, stres, cemas, dan tegang selama kontraksi, takut pada hal-hal yang belum diketahui, tidak siap melahirkan, kehamilan tidak diinginkan, pengalaman buruk, dan lain-lain¹⁷.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh⁵ tentang Pengaruh *endorphine massage* terhadap skala intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa skala nyeri kala I persalinan sebelum diberikan perlakuan *endorphine massage* bahwa semua responden mengalami nyeri dan kriteria terbanyak adalah responden yang mengalami nyeri berat yaitu sebanyak 13 responden (43,33%). Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa rata-rata skala nyeri dari 15 ibu bersalin di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb yang tidak diberi perlakuan *endorphine massage* 6,8 dengan

skala nyeri minimum 5 dan maksimum 9. Hal ini dapat disebabkan karena responden tidak mendapatkan sentuhan atau pijatan ringan yang dapat memberikan rasa nyaman saat menghadapi persalinan yang menyebabkan faktor psikologis responden juga terpengaruh sehingga responden lebih emosional. Status emosional responden sangat memegang peranan penting dalam persepsi rasa nyeri yang dirasakan karena akan meningkatkan persepsi dan membuat *impuls* rasa nyeri lebih cepat disampaikan.

Perbedaan Pemberian *Endorphine Massage* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif (*Independent Sample T-Test*)

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa rata-rata skala nyeri pada kelompok 15 ibu bersalin di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb yang diberi perlakuan berupa *endorphine massage* lebih rendah dibanding skala nyeri pada kelompok yang tidak diberi perlakuan dengan rata-rata perbedaan 1,333. Hasil analisa menggunakan uji *t-test (independent sample t-test)* ditemukan bahwa terdapat perbedaan *endorphine massage* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara Tahun 2020. Terbukti dengan diperoleh nilai signifikansi $p\text{-value} = 0,003$ ($p\text{-value} < \alpha(0,05)$).

Hasil penelitian sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh⁶ yang menyatakan bahwa *endorphine massage* merupakan suatu metode sentuhan ringan yang digunakan untuk mengelola rasa sakit. Teknik ini bisa dipakai untuk mengurangi rasa tidak nyaman selama proses persalinan dan meningkatkan relaksasi dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Teknik sentuhan ringan juga menormalkan denyut jantung dan tekanan darah. Sentuhan ringan ini mencakup pemijatan yang sangat ringan yang bisa membuat bulu-bulu halus pada permukaan kulit berdiri. Riset membuktikan bahwa teknik ini meningkatkan pelepasan *endorphine* dan oksitosin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh¹²

tentang terapi *endorphine massage* untuk menurunkan intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa intensitas nyeri responden sebelum dilakukan *endorphine massage* sebagian besar responden mengalami nyeri berat dengan skala 8-9, Intensitas nyeri responden setelah dilakukan *endorphine massage* sebagian besar responden mengalami nyeri sedang dengan skala 6-7. Hasil Penelitian ada perbedaan pemberian terapi *endorphine massage* terhadap intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan yaitu didapatkan hasil $p < 0,05$ yaitu $p = 0,004$.

Adanya perbedaan pemberian *endorphine massage* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara Tahun 2020 disebabkan karena pemberian *endorphine massage* pada ibu bersalin disebabkan karena efek yang ditimbulkan dari perlakuan *endorphine massage* yaitu membantu pelepasan hormon *endorphine* dimana hormon ini merupakan satu zat di dalam tubuh yang memiliki manfaat yang sangat penting salah satunya untuk mengurangi rasa tidak nyaman atau nyeri selama proses persalinan dan meningkatkan relaksasi dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit.

V. PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan hasil penelitian tentang perbedaan pemberian *endorphine massage* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara Tahun 2020 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata skala nyeri pada ibu bersalin yang diberi perlakuan *endorphine massage* 5,467 dengan skala nyeri minimum 4 dan maksimum 8.
2. Rata-rata skala nyeri pada ibu bersalin yang tidak diberi perlakuan *endorphine massage* 6,8 dengan skala nyeri minimum 5 dan maksimum 9.
3. Ada perbedaan pemberian *endorphine massage* terhadap pengurangan nyeri

persalinan kala I fase aktif di PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara tahun 2020 dimana nilai P-value = 0,003 ($< 0,05$).

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara

Bagi PMB Tias Susianah, S.Tr. Keb Lampung Utara dapat menerapkan terapi *endorphine massage* sebagai salah satu upaya menurunkan nyeri persalinan. Memberikan pelatihan terapi *endorphine massage* kepada suami atau keluarga sehingga dapat dipraktikkan jika melakukan persalinan di fasilitas kesehatan lain.

2. Ibu Bersalin

Bagi ibu bersalin maupun pendamping, baik itu keluarga maupun suami diharapkan dapat menerapkan pemberian *endorphine massage* dalam upaya mengurangi rasa nyeri saat proses persalinan sehingga terwujudnya persalinan normal yang aman dan nyaman.

3. Bagi institusi pendidikan Universitas Aisyah Pringsewu.

Agar dapat menambah bahan informasi tentang teknik *endorphine massage* guna menambah ilmu pengetahuan khususnya mahasiswa Universitas Aisyah Pringsewu dan diharapkan dapat memberikan pelatihan tentang teknik *endorphine massage* untuk pengurangan nyeri persalinan kepada dosen, mahasiswa dan atau untuk umum.

4. Penelitian Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan pemberian *endorphine massage* dalam mengurangi nyeri menjelang persalinan serta meningkatkan hasil penelitian dengan memperluas subjek penelitian atau dapat meneliti menggunakan variabel penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Saifuddin. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Profil Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2017*. Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Profil Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2016*. Jakarta
- Lestari. (2012). *Perbandingan efektivitas antara Conter-Pressure dengan teknik Efflurage terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan Kala I fase aktif*. Medan : Universitas Sumatra Utara
- Antik. (2017). *Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Skala Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan*.
- Aprillia, Yessie. (2011). *Siapa Bilang Melahirkan Itu Sakit ?*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Manuaba. (2014). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Perry, Potter. (2012). *Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Sitiatava. (2016). *Cara Mudah Melahirkan dengan Hypnobirthing*. Yogyakarta: Diva Press.
- Azizah. (2011). *Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan Normal Ibu Primipara di BPS S dan B Demak*. Semarang: Poltekkes Kemenkes RI Semarang
- Lucia. (2008). *Instrumen Untuk Penilaian Nyeri*. Diakses melalui: <http://www.mutupelayanankesehatan.net/index.php/sample-levels/19-headline/1694-instrumen-untuk-penilaian-nyeri-pasien>
- Machfudloh. (2017). *Terapi Endorphine Massage Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif rsalinan*. Semarang : Unissula Semarang
- Purwoastuti. (2014). *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Rahman, Abdul et. Al. (2017). *Penurunan Nyeri Persalinan Dengan Kompres Hangat Dan Massage Effleurage*. Jurnal MKMI. <https://media.neliti.com/media/publications/212834-penurunan-nyeri-persalinan-dengan-kompre.pdf> di Peroleh 29 Oktober 2019
- Smeltzer & Bare. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth Edisi 8, Vol. 2*. Jakarta : EGC.
- Tanto, Chris. (2014). *Kapita Selektu Kedokteran*. Jakarta : Media Aesculapius
- Yuliatun, L. (2013). *Penanganan Nyeri Persalinan Dengan Metode Non farmakologi*. Malang : Bayu Media Publishing.