

## EFEKTIFITAS PIJAT OKSITOSIN MENGURANGI NYERI PERSALINAN

Saleha

<sup>1</sup>STIKES Salewangang Maros , Salehailham3@gmail.com

---

### ABSTRAK

---

**Abstrak:**

Rasa nyeri pada persalinan dibutuhkan untuk mengidentifikasi terdapatnya kontraksi uterus sepanjang proses persalinan namun bila ibu merasakan sakit terus menerus dapat memunculkan akibat patologis perih ini bisa menyebabkan pengurangan kontraksi uterus serta memperpanjang durasi persalinan ataupun partus lama yang bisa membahayakan bunda serta kandungan Apabila nyeri tidak diatasi dengan baik akan menimbulkan masalah yang lain diantaranya meningkatnya kecemasan atau rasa khawatir akan proses persalinan sehingga produksi hormon adrenalin meningkat dan mengakibatkan vasokonstriksi yang menyebabkan aliran darah ibu ke janin menurun. Janin akan mengalami hipoksia sedangkan ibu akan mengalami persalinan lama dan dapat juga meningkatkan tekanan sistolik dan distolik. Pengurangan rasa nyeri pada saat persalinan sebetulnya dapat dilakukan dengan metode bukan farmakologis yang cenderung lebih aman dan mudah yaitu dengan metode pijat oksitosin. Jenis penelitian pre-experimental desain dengan pendekatan static group comparison dilakukan dengan mengelompokkan ibu inpartu dalam kelompok kontrol dan kelompok eksperimen masing-masing sebesar 20 orang , dari uji statistik ditemukan bahwa ada perbedaan tingkat nyeri setelah diberikan perlakuan pijat oksitosin antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Kata Kunci: Nyeri, persalinan, pijat Oksitosin

**Abstract:**

Pain in labor is needed to identify the presence of uterine contractions during the birth process, but if the mother feels continuous pain it can cause pathological consequences, this can cause a reduction in uterine contractions and prolong the duration of labor or prolonged labor which can endanger the mother and the womb. If pain is not handled properly will cause other problems including increased anxiety or worry about the delivery process so that the production of the hormone adrenaline increases and results in vasoconstriction which causes the mother's blood flow to the fetus to decrease. The fetus will experience hypoxia while the mother will experience a long labor and can also increase systolic and diastolic pressure. Reducing pain during labor can actually be done with non-pharmacological methods which tend to be safer and easier, namely the oxytocin massage method. Types of research

The pre-experimental design with a static group-up comparison approach was carried out by grouping in-partu mothers in the control group and the experimental group each of 20 people, from the statistical test it was found that there was a difference in the level of pain after being given oxytocin massage treatment between the intervention group and the control group.

Keywords: Pain, childbirth, massage Oxytocin

---

## A. LATAR BELAKANG

Angka kesakitan (morbiditas) merupakan indikator penting yang digunakan untuk penilaian dan perencanaan program yang bertujuan untuk menurunkan kesakitan dan kematian di suatu wilayah (1). Saat ini kesakitan dan kematian ibu dan anak masih menjadi masalah kesehatan. Di Indonesia angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) masih tinggi yaitu angka kematian ibu 228/100.000 kelahiran hidup dan angka kematian bayi 34/100.000 kelahiran hidup. Jika dikaitkan dengan Millenium Development Goals (MDGs) 2015, yakni menurunkan angka kematian ibu (AKI) menjadi 102/100.000 kelahiran hidup dan angka kematian bayi (AKB) menjadi 23/100.000 kelahiran hidup yang harus dicapai. Adapun salah satu penyebabnya adalah persalinan lama. Persalinan lama merupakan komplikasi penyebab kematian ibu yang terbanyak nomor 5 di Indonesia. Persalinan lama rata-rata di dunia menyebabkan kematian ibu sebesar 8% dan di Indonesia sebesar 9%. Proses persalinan seringkali merupakan sesuatu yang sangat menakutkan dan identik dengan rasa nyeri (2) Rasa nyeri pada persalinan dibutuhkan untuk mengidentifikasi terdapatnya kontraksi uterus sepanjang proses persalinan namun bila ibu merasakan sakit terus menerus dapat memunculkan akibat patologis perihail ini bisa menyebabkan pengurangan kontraksi uterus serta memperpanjang durasi persalinan ataupun partus lama yang bisa membahayakan bunda serta kandungan (3). Nyeri persalinan bisa menimbulkan hiperventilasi, sehingga tingkatan kebutuhan oksigen serta tekanan darah dan merendahkan motilitas usus serta vesika urinaria. Keadaan tersebut hendak memicu kenaikan katekolamin yang bisa mengusik kontraksi uterus, sehingga bisa menimbulkan inersia uteri, partus lama, oksigenasi balita tidak adekuat sampai distress janin, dan kematian ibu serta ataupun janin apabila nyeri persalinan tidak ditangani(4)

Apabila nyeri tidak diatasi dengan baik akan menimbulkan masalah yang lain diantaranya meningkatnya kecemasan atau rasa khawatir akan proses persalinan sehingga produksi hormon adrenalin meningkat dan mengakibatkan vasokonstriksi yang menyebabkan aliran darah ibu ke janin menurun. Janin akan mengalami hipoksia sedangkan ibu akan mengalami persalinan lama dan dapat juga meningkatkan tekanan sitolik dan distolik. Pengurangan rasa

nyeri pada saat persalinan sebetulnya dapat dilakukan dengan metode bukan farmakologis yang cenderung lebih aman dan mudah. Pelayanan kebidanan komplementer ialah metode penanggulangan penyakit sebagai pendukung penyembuhan kedokteran/ konvensional ataupun sebagai penyembuhan opsi lain diluar penyembuhan kedokteran yang konvensional. Penatalaksanaan pada nyeri persalinan butuh dilakukan dengan baik sehingga tidak memunculkan komplikasi yang mengacaukan persalinan yang merupakan bentuk penanganan nyeri tanpa menggunakan metode farmakologis. Melihat begitu banyak manfaat yang didapat melalui terapi komplementer sehingga peneliti tertarik mengimplementasikan terapi komplementer dalam memberikan asuhan kebidanan pada persalinan dalam hal ini pijat oksitosin dan penerapan lingkungan nyaman dengan pemberian aroma terapi dalam ruangan persalinan terhadap intensitas nyeri persalinan dan lama persalinan.

Persalinan adalah proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai penyulit. Persalinan (inpartu) dimulai sejak uterus berkontraksi dan menyebabkan perubahan pada serviks (membuka dan menipis) dan berakhir dengan lahirnya plasenta secara lengkap (5). Proses persalinan seringkali merupakan sesuatu yang sangat menakutkan dan identik dengan rasa nyeri. Nyeri saat bersalin merupakan proses yang fisiologis tapi saat nyeri tidak diatasi dengan baik akan menimbulkan masalah yang lain diantaranya meningkatnya kecemasan atau rasa khawatir akan proses persalinan sehingga produksi hormon adrenalin meningkat dan mengakibatkan vasokonstriksi yang menyebabkan aliran darah ibu ke janin menurun. Janin akan mengalami hipoksia sedangkan ibu akan mengalami persalinan lama dan dapat juga meningkatkan tekanan sitolik dan distolik. Pengurangan rasa nyeri pada saat persalinan sebetulnya dapat dilakukan dengan metode bukan farmakologis yang cenderung lebih aman dan mudah.

salah satu metode yang digunakan yaitu terapi komplementer dikenal dengan terapi tradisional yang digabungkan dalam pengobatan modern. Komplementer adalah penggunaan terapi tradisional ke dalam pengobatan modern

(6). Mochtar (1983) mengatakan sebab yang mendasari terjadinya partus secara teoritis masih merupakan kumpulan kompleks teori yang turut memberikan andil dalam proses terjadinya persalinan salahsatunya dengan adanya teori oksitosin Pada akhir kehamilan kadar oksitosin bertambah (7) . Oleh karena itu timbul kontraksi oto-otot rahim metode komplementer yang dapat membuat hormon oksitosin meningkat Salah satunya adalah dengan memberikan pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah sentuhan ringan atau pijatan tulang belakang mulai dari costa ke 5 - 6 sampai scapula yang dapat menimbulkan efek relaksasi. Relaksasi yang dialami ibu merangsang otak untuk menurunkan kadar hormon adrenalin dan meningkatkan produksi oksitosin yang merupakan faktor timbulnya kontraksi uterus yang adekuat. Langkahlangkah dalam melakukan pijat oksitosin harus diperhatikan dengan baik agar pemijatan menghasilkan pengaruh yang optimal, salah satu langkah yang perlu diperhatikan adalah cara pemijatan pada setiap ibu dengan postur tubuh yang berbeda, seperti ibu yang gemuk harus dipijat dengan posisi telapak tangan mengepal sedangkan pada ibu dengan tubuh yang kurus atau normal bisa menggunakan jempol tangan kiri dan kanan atau punggung telunjuk kiri dan kanan. Selain itu, durasi pemijatan oksitosin pun perlu untuk diperhatikan, waktu yang baik untuk dilakukan pemijatan yaitu selama 3-5 menit

Kecemasan dan ketakutan ibu tersebut menyebabkan penurunan hormon oksitosin sehingga plasenta tidak dapat keluar segera setelah bayi dilahirkan(8). pemberian uterotonik yang tidak tepat waktunya yang juga dapat menyebabkan serviks kontraksi dan menahan plasenta, serta pemberian anastesi terutama yang melemahkan kontraksi uterus (9) .Pentingnya pijat oksitosin ini untuk mempercepat proses persalinan agar tidak berlangsung lama dan terjadi komplikasi persalinan(10). pijat oksitosin ini dapat dilakukan oleh keluarga dengan pendampingan bidan sebelumnya, sehingga mudah untuk dilakukan di rumah setelah persalinan yang bermanfaat untuk memperlancar produksi ASI (11)

selain pijat oksitosin Penerapan lingkungan juga sangat mendukung untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami oleh ibu bersalin, penerapan lingkungan yang dimaksudkan disini adalah dengan terapi komplementer berupa

aromaterapi dan relaksasi dimana berdasarkan penelitian Suryani dan Yulaikah diketahui bahwa intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada kelompok eksperimen sebagian besar merasakan nyeri persalinan pada tingkat nyeri sedang, sebesar 85 % sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas (55 %) responden merasakan nyeri persalinan pada tingkat nyeri berat . Musik bisa digunakan sebagai upaya untuk meminimalkan nyeri persalinan. Pemberian aromaterapi pada ibu bersalin mampu mengeluarkan neuromodulator yaitu endorphin dan enkafalin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan tenang sehingga dapat mempengaruhi intensitas nyeri persalinan. (12). Penelitian (13) menyimpulkan bahwa ada pengaruh latihan Teknik pernafasan menggunakan aromaterapi lavender terhadap intensitas skala nyeri dan berkurangnya nyeri pada ibu post section caesarea. Senada dengan pernyataan tersebut penelitian (14) telah membuktikan bahwa metode paling efektif untuk mengurangi intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan normal primigravida adalah dengan memberikan dua puluh menit aromaterapi rose effleurage.

Melihat tingginya angka kesakitan dan melihat banyaknya penelitian komplementer sebelumnya yang dinilai baik untuk mengatasi nyeri sehingga penulis tertarik melakukan penelitian untuk intervensi pijat oksitosin terhadap rasa nyeri ibu menjelang persalinan dan diharapkan dengan terapi komplementer ini dapat mengurangi penggunaan terafi farmakologi yang cenderung dapat memberikan efek samping kepada penggunanya.

## B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu Jenis penelitian pre-experimental desain dengan pendekatan static grup comparasion dilakukan dengan mengelompokkan ibu inpartu dalam kelompok kontrol dan kelompok eksperimen terdiri dari 20 orang ibu pada kelompok intervensi begitupun pada kelompok kontrol Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar skala nyeri Deskriptif (*Verbal Descriptor Scale, VDS* ). Pengukuran nyeri dilakukan setelah 4 jam dari pemeriksaan dasar kesehatan dan pemeriksaan kebidanan pertamakali dilakukan pada kedua kelompok responden dan dilakukan kembali setelah proses intervensi pijat oksitosin begitupun pada kelompok kontrol dilakukan

kembali penilaian skala nyeri.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Penelitian

Tabel 1

Tingkat Nyeri		Klp Intervensi		Klp Kontrol		Total		Nilai P
		n	%	n	%	n	%	
Sebelum Intervensi	Ringan	10	50	10	50	20	100	0,030
	Sedang	8	40	10	50	18	100	
	Berat	2	10	0	0	2	100	
Setelah Intervensi	Ringan	14	70	4	20	34	100	0,001
	Sedang	6	30	13	65	19	100	
	Berat	0	0	3	15	3	100	

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa tingkat nyeri berat pada kelompok intervensi sebelum dilakukan intervensi sebesar 10% sedangkan setelah diberikan pijat oksitosin tidak ada yang mengalami tingkat nyeri berat artinya terdapat perbedaan tingkat nyeri sesudah dilakukan perlakuan antara masing-masing kelompok perlakuan

### 2. Pembahasan

Dari tabel 1 dapat kita lihat bahwa kelompok intervensi sebelum diberi intervensi tingkat nyeri tertinggi yaitu pada nyeri ringan sebesar 10 orang dengan presentase 50% dan setelah dilakukan intervensi tingkat nyeri ringan mengalami peningkatan yakni menjadi 70% sedangkan pada kelompok kontrol jumlah yang mengalami nyeri ringan dan sedang sebesar 50% tapi setelah beberapa jam dilakukan pengukuran rasa nyeri yang mengalami nyeri sedang meningkat menjadi 65% dan yang awal tidak mengalami nyeri berat dari tidak ada menjadi 15% mengingat rasa nyeri menjelang persalinan semakin lama semakin mengalami peningkatan dan interval nyeri yang satu dan selanjutnya semakin sedikit.

hal ini sesuai dengan apa yang dijelaskan pada latar belakang masalah mengingat nyeri pada persalinan dibutuhkan untuk mengidentifikasi terdapatnya kontraksi uterus sepanjang proses persalinan namun bila ibu merasakan sakit terus menerus dapat memunculkan akibat patologis perih ini bisa menyebabkan pengurangan kontraksi uterus serta memperpanjang durasi persalinan ataupun partus lama yang bisa membahayakan bunda serta kandungan (3). Sistematis review yang dilakukan oleh solehati menjelaskan bahwa nyeri yang dialami saat proses bersalin dapat membuat hipersensitivitas, Akibatnya kebutuhan oksigen serta tekanan sistolik dan diastolic dalam darah mengalami peningkatan sementara mortalitas pada usus serta vesika urinaria (Kandung kemih) merendah hal tersebut dapat menyebabkan meningkatnya ketekolamin yang tentunya memicu kontraksi uterus, sehingga menimbulkan kelainan kontraksi atau dikenal dengan inersia uteri, partus yang lama serta oksigenasi tidak kuat yang berakibat distress pada janin dan kematian ibu apabila nyeri menjelang persalinan ini tidak didampingi atau ditangani dengan cara yang baik dan tepat (4), pijat oksitosin merupakan metode komplementer yang dapat digunakan bukan untuk menghilangkan rasa nyeri melainkan untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami oleh ibu bersalin sehingga tidak kehabisan tenaga atau kelelahan saat menghadapi persalinan.

## D. SIMPULAN DAN SARAN

### 1. SIMPULAN

penelitian ini bersifat experiment dan hasilnya menunjukkan pemeberian intervensi pijat oksitosin dapat mengurangi rasa nyeri dibanding kelompok kontrol

### 2. SARAN

bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan pengembangan penelitian terkait penerapan terapi komplementer lainnya untuk meringankan rasa nyeri persalinan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih dari penulis kepada bidan yang terlibat dalam proses penelitian ini dan kesediaan ibu inpartu yang bersedia kami beri

pemijatan dan yang tidak untuk dilakukan penilaian terhadap nyeri.

#### DAFTAR RUJUKAN

1. Halim AR, Khayati N. Pengaruh Hipnoterapi Lima Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Serviks. Ners Muda. 2020;
2. HIMAWATI L, KODIYAH N. PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA IBU BERSALIN DI RUMAH SAKIT PERMATA BUNDA PURWODADI GROBOGAN. J Midwifery. 2020;
3. Puspitasari I, Astuti D. TEHNIK MASSAGE PUNGGUNG UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA I. J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. 2017;
4. Solehati T. Terapi Nonfarmakologi Nyeri Padapersalinan: Systematic Review. J Keperawatan Muhammadiyah. 2018;
5. Ilah Sursilah. Asuhan Persalinan Normal Dengan Inisiasi Menyusu Dini. Buku Ajar. 2010.
6. Xie W, Zhou C, Lv H, Zhang Q. Logic operation model of the complemter based on two-domain DNA strand displacement. Fundam Informaticae. 2019;
7. Sofian A. Mochtar Obstetri fisiologi , obstetri patologi jilid 1. 2015. 215 p.
8. Qonitun U. PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP FREKUENSI HIS, DURASI HIS DAN LAMA PERSALINAN KALA I PADA IBU INPARTU DI BPM ASRI TUBAN. J Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa. 2020;
9. Julieta NPN, Widiastuti Giri MK. Postpartum Hemorrhage: Kegawatdaruratan dalam Persalinan Ibu Hamil. Ganesha Med. 2021;
10. Dan E, Rose A, Suwondo A, Wahyuni S. Normal Di Wilayah Puskesmas Dawe Kudus Tahun 2013. Bhamada. 2014;
11. Suharti S. Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri pada Persalinan Kala I Fase Latent di BPM Ny. Riens Kediri Tahun 2014. J Kesehat Ibu dan Anak (Mother Child Med Sci Journal). 2018;
12. Maryani D, Himalaya D. EFEK AROMA TERAPI LAVENDER MENGURANGI NYERI NIFAS. J Midwifery. 2020;
13. Sholehah KS, Trina AL, Putra AN. MAWAR, PENGARUH AROMATERAPI MINYAK ATSIRI FASE, TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA 1 AKTIF DI PUSKESMAS PANGALENGAN KABUPATEN BANDUNG. J Ilm Kesehat. Vol 12 ;((1)).
14. Ratna Pratiw, Ermiaati RW. PENURUNAN INTENSITAS NYERI AKIBAT LUKA POST SECTIOCAESAREA SETELAH DILAKUKAN LATIHAN TEKNIK RELAKSASI PERNAPASAN MENGGUNAKAN AROMATERAPI LAVENDER DI RUMAH SAKIT AL ISLAM BANDUNG. 2020.
15. Puspitasari L, . E. MANFAAT PENGUATAN OTOT ABDOMEN DAN PEMIJATAN LUMBAL TERHADAP PERCEPATAN PROSES PERSALINAN KALA I. J Kebidanan. 2018;
16. Apriani S, Sari E. PENGARUH TEKNIK MASASE COUNTER PRESSURE TERHADAP INTENSITAS PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF DI BPM HERASDIANA. J Delima Harapan. 2021;