
STUDY CASE LITERATURE REVIEW (SCLR): EFEKTIVITAS MASSAGE ENDORPHIN DAN COUNTER MASSAGE TERHADAP INTENSITAS NYERI PESALINAN KALA I FASE AKTIF PADA PRIMIGRAVIDA DI RSUD MALINGPING TAHUN 2025

Oleh

Narnidwi Febriawan¹, Shinta Mona Lisca², Lina Nurul Izza³

^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju

E-mail: ¹narnidwifebriawan@gmail.com

Article History:

Received: 25-04-2025

Revised: 04-05-2025

Accepted: 28-05-2025

Keywords:

Ibu Bersalin, Nyeri
Persalinan, Endorphin
Massage, Counter Massage,
Kala I, Proses Persalinan

Abstract: Proses persalinan hampir selalu disertai dengan rasa nyeri. Rasa nyeri yang terjadi pada proses persalinan terjadi akibat kerusakan jaringan nyata. Apabila rasa nyeri yang menyertai proses persalinan tidak diatasi dengan baik dapat menyebabkan meningkatnya kecemasan menghadapi persalinan sehingga hormon adrenalin meningkat dan mengakibatkan vasokonstriksi yang menyebabkan aliran darah ibu ke janin menurun. Endorphin Massage merupakan sebuah terapi sentuhan yang dapat menurunkan rasa nyeri melalui serabut C dan delta A yang berdiameter kecil sehingga gerbang sinaps menutup transmisi impuls nyeri. Selain Endorphin massage, Counter massage juga dapat membantu menurunkan rasa nyeri, dengan pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan yang terus-menerus selama kontraksi pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepala salah satu telapak tangan. Tujuan: mengetahui perbedaan efektivitas endorphin massage dan Counter massage dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I. Penelitian ini menggunakan metode Study Case Literatur Review dimana proses penelitian melibatkan peninjauan serta evaluasi kritis terhadap sumber – sumber literatur yang telah ada. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 ibu bersalin yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kesimpulan: ada perbedaan efektivitas antara massage endorphin dan massage Counter dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan Kala I. Saran: Bagi bidan hendaknya melakukan teknik endorphin masase maupun counter massage pada ibu bersalin untuk membantu mengurangi rasa nyeri dan mengajarkan kepada keluarga/ pendamping.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus ke dunia luar. Persalinan dimulai bila timbul his dan mengeluarkan lendir yang bercampur dengan darah. Serviks mulai membuka atau mendatar, sedangkan darahnya berasal dari pembuluh kapiler yang berada disekitar kanalis serviks yang pecah karena terjadi pergeseran ketika serviks membuka. Pembukaan serviks dimulai pada fase laten, dimana pada fase ini terjadi pembukaan 1-3 cm dan fase aktif terjadi pembukaan 4-10cm (Suryani, 2018).

Nyeri persalinan adalah nyeri yang dirasakan oleh ibu selama proses persalinan, yang dapat disebabkan oleh kontraksi uterus, peregangan serviks, dan penekanan pada saraf dan otot panggul (Mochtar, 2019). Apabila nyeri tidak diatasi dengan baik masalah lain yang ditimbulkan yakni menyebabkan kecemasan meningkat ketika melakukan persalinan dengan demikian produksi hormon adrenalin mengalami peningkatan dan menyebabkan vasokonstriksi yang mengakibatkan penurunan pada aliran darah ibu ke janin. Menurunnya oksigen dan aliran darah ke uterus dan iskemia jaringan menyebabkan terjadinya hipoksia pada janin dan terhadap ibu akan mengalami persalinan yang lama dan menjadikan impuls nyeri semakin banyak. Dengan demikian hal tersebut bisa memperkaya jumlah angka morbiditas bayi dan ibu (Fauziah, 2018). Menurut WHO (2019) Angka Kematian Ibu (maternal mortality rate) merupakan jumlah kematian ibu akibat dari proses kehamilan, persalinan, dan pasca persalinan yang dijadikan indikator derajat kesehatan perempuan.

Menurut WHO (2019) Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. Angka Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020).

Menurut Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia meningkat dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2002-2007 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2007-2012. Angka Kematian Ibu (AKI) mengalami penurunan pada tahun 2012-2015 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 4.221 kasus (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia pada tahun 2020 tercatat jumlah kematian ibu sebesar 4.627 kematian di Indonesia yang disebabkan perdarahan, hipertensi serta gangguan sistem peredaran darah.

Menurut Profil Kesehatan Banten Pada tahun 2020 Angka Kematian Ibu di Provinsi Banten sebanyak 237 kasus, meski tidak melebihi target sasaran Renstra Dinas Kesehatan Tahun 2020 tetapi terjadi peningkatan dibandingkan tahun 2019 yang hanya 212. Sementara itu Provinsi Banten masuk dalam urutan ke empat dari 10 Provinsi dengan jumlah kematian ibu terbanyak se Indonesia tahun 2020. Menurut Data Dinkes Tangerang selatan Data tahun 2022 dari Januari sampai dengan September 2022, angka kematian ibu di Provinsi banten mencapai 137 kasus. Adapun daerah dengan kasus kematian ibu paling tinggi berada di Kabupaten Serang dengan 41 kasus disusul dengan Lebak dengan 28 kasus. Secara rinci, Pandeglang 17 kasus, Kabupaten Tangerang 21 kasus, KotaTangerang 2 kasus, Kota Cilegon 3 kasus, Kota Serang 17 kasus, dan kota tangsel sebanyak 8 Kasus. (Profil kesehatan Banten, 2023)

5 benang merah asuhan persalinan, penting dan saling terkait meliputi; membuat keputusan klinik, asuhan sayang ibu dan bayi, pencegahan infeksi, pencatatan asuhan

persalinan dan rujukan. Membuat keputusan klinik dalam persalinan, apakah ibu sudah benar masuk dalam inpartu atau belum, termasuk normal atau tidak, merupakan hal penting. Demikian tindakan pengurangan rasa nyeri merupakan bagian dari asuhan sayang ibu dan bayi yang harus diperhatikan oleh petugas pelayanan persalinan (Santoso, 2018)

Penanganan dan pengawasan nyeri persalinan kala 1 penting dilakukan sebagai penentu apakah ibu dapat menjalani persalinan secara normal atau memerlukan tindakan karena adanya penyulit akibat nyeri hebat (Solehati, 2018). Upaya untuk menurunkan nyeri pada persalinan dapat dilakukan baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding dengan metode non farmakologi, namun metode farmakologi lebih mahal, dan berpotensi mempunyai efek samping yang kurang baik. Sedangkan metode non farmakologi lebih murah, simpel, efektif dan tanpa efek yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya (Andreinie, 2019). Berbagai agen farmakologi digunakan sebagai manajemen nyeri. Biasanya untuk menghilangkan nyeri digunakan analgesik, yang terbagi menjadi dua golongan yaitu analgesik non narkotik dan analgesik narkotik, pilihan obat tergantung dari rasa nyeri. Namun penggunaan obat sering menimbulkan efek samping dan kadang obat tidak memiliki kekuatan efek yang diharapkan. (Andreinie, 2019)

Metode non farmakologi yang dapat dilakukan untuk membantu mengatasi nyeri adalah endorphan massage dan counter massage. Endorphan massage merupakan sebuah terapi pijatan ringan yang diberikan pada ibu menjelang persalinan. Hal ini dilakukan untuk melepaskan senyawa endorphan yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat memberikan perasaan nyaman. Seperti penjelasan di awal bahwa counter massage juga dapat membantu menurunkan rasa nyeri.

Hasil penelitian Halimah menunjukkan bahwa Pijat endorphan dan sugesti dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu pasca persalinan dari skor HARS 18 hingga menjadi 8 dan jumlah ASI dari 150 cc menjadi 310 cc selama terapi 3 hari, hal ini membuktikan bahwa pijat endorphan merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post sectio caesaria (Halimah & Pawestri, 2022). Penelitian Artika Dewie dkk menunjukkan frekuensi nyeri persalinan Kala I Fase aktif pada ibu bersalin yaitu rasa sakit yang dirasakan dominan berada di angka 8 sebanyak 6 orang (40 %) dan yang paling sedikit di angka 2 terdapat 1 orang (6,7%). Tetapi ketika sudah dilakukan tindakan massage endorphan, rasa sakit sebagian besar berada di angka 6 sebanyak 5 orang (33,3 %) dan yang paling sedikit di angka 9 sejumlah 1 orang (6,7%) (Dewie & Kaparang, 2020).

Hasil penelitian Rika Hairunisyah, 2023 menemukan bahwa teknik counter pressure massage dapat secara efektif menurunkan intensitas nyeri kala I persalinan fase aktif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lainnya dimana terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah penerapan teknik counter pressure massage untuk menurunkan intensitas nyeri pada tahap pertama selama fase aktif persalinan. Oleh karena itu dapat ditarik bahwa counter pressure massage dapat menurunkan intensitas nyeri dengan rata-rata penurunan intensitas nyeri sebesar 0,15385. Keseluruhan studi menunjukkan bahwa terapi endorphan massage memberikan pengaruh terhadap intensitas nyeri persalinan. Kesimpulan endorphan massage merupakan intervensi yang efektif diberikan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pasingli, Ranting dan Pesak yang

mengatakan bahwa counter massage efektif untuk menurunkan intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan normal di Rumah Sakit Advent Manado dimana sebelum diberikan intervensi skala nyeri persalinan yang dirasakan seluruh responden berada di skala 9-10 sebanyak 100% dan setelah intervensi dengan counter massage menjadi 0 % atau skala nyeri dibawah 9(Pasongli, Rantung, & Pesak, 2014).

Sesuai dengan data awal penulis dibulan Januari – Desember 2024, jumlah ibu yang bersalin normal di RSUD Malingping sebanyak 109 orang. Berdasarkan survey pendahuluan terhadap 25 ibu bersalin di Ruang Bersalin RSUD Malingping pada Bulan November s/d Desember 2024 semua ibu mengalami nyeri selama persalinan saat pembukaan berlangsung dan ibu tersebut hanya berbaring ke kanan atau ke kiri, untuk mengurangi rasa nyerinya. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “efektivitas massage endorphin dan counter massage terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida di RSUD Malingping Tahun 2025”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Study Case Literatur Review dimana proses penelitian melibatkan peninjauan serta evaluasi kritis terhadap sumber – sumber literatur yang telah ada. Tujuan utama penelitian ini untuk memahami dan menggambarkan keadaan penelitian terkini di bidang yang berkaitan dengan topik yang di teliti. Jenis data yang digunakan adalah data primer yaitu data yang diperoleh secara langsung dari responden dan data sekunder data yang diperoleh dari data yang sudah ada. Data ini juga termasuk data kuantitatif yaitu data yang berwujud angka atau bilangan. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan observasi sebelum dan sesudah di berikan terapi dan juga terdapat lembar observasi.(Winancy at el, 2023).Penelitian dilakukan di RSUD Malingping pada bulan Januari dan Februari Tahun 2025.Populasi penelitian ini adalah ibu bersalin dengan status persalinan normal di ruang bersalin RSUD Malingping pada bulan Januari – bulan Februari Tahun 2025.Penelitian ini menggunakan 2 responden ibu bersalin primigravida inpartu kala I Fase aktif, dimana peneliti membagi masing-masing 1 orang responden untuk diberikan massage endorphin dan 1 orang responden untuk diberikan counter massage.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Hasil Intervensi Asuhan Kebidanan dengan Massage Endorphin

Tabel 1 Hasil Asuhan Kebidanan Responden 1 Dengan Massage Endorphin

	Responden I/Massage Endorphin			
Waktu	Sebelum	20 menit ke 1	Sebelum	20 menit ke 2
Skor	7	5	7	5
Intensitas Nyeri	Nyeri Berat	Nyeri Sedang	Nyeri Berat	Nyeri Sedang

Tabel hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat nyeri persalinan kala I sebelum dan sesudah dilakukan endorphin massage. Yang menunjukkan bahwa tehnik endorphin massage dapat mengurangi tingkat nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Pada responden I, massage endorphin ini sangat bermanfaat karena memberikan kenyamanan,

rileks, dan juga tenang. Selain itu juga terapi endorphen massage ini juga bisa mengembalikan denyut jantung dan tekanan darah pada keadaan normal. Kesimpulan endorphen massage merupakan intervensi yang cukup efektif diberikan untuk penurunan intensitas nyeri persalinan.

Analisis Hasil Intervensi Asuhan Kebidanan dengan Counter Massage

Tabel 2 Hasil Asuhan Kebidanan Responden 2 Dengan Counter Massage

Waktu	Responden 2/Counter Massage			
	Sebelum	20 menit ke 1	Sebelum	20 menit ke 2
Skor	7	5	7	4
Intensitas Nyeri	Nyeri Berat	Nyeri Sedang	Nyeri Berat	Nyeri Sedang

Tabel hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat nyeri persalinan kala I sebelum dan sesudah dilakukan counter massage. Yang menunjukkan bahwa pada responden 2, tehnik counter massage dapat mengurangi tingkat nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Mekanisme kerja dari prosedur terapi counter massage pressure regio sacralis adalah dengan memblok gerbang pesan nyeri yang akan disampaikan ke medulla spinalis dan otak. Selain itu, tekanan tangan disekitar area sakrum harus diberikan saat melakukan tehnik tekanan balik. Dapat disimpulkan bahwa counter massage sangat efektif dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Perbandingan Hasil Intervensi Asuhan Kebidanan Massage Endorphen dan Counter Massage

Adapun hasil dari perbandingan asuhan kebidanan yang diberikan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif yang diberikan intervensi massage endorphen dengan ibu bersalin primigravida kala I fase aktif yang diberikan intervensi counter massage, adalah sebagai berikut:

Table 3 Hasil Perbandingan Asuhan Kebidanan Antara Responden 1 Dan Responden 2

Waktu	Responden I/Pijat Endorphen			Responden II/Counter Massage		
	Sebelum	20menit ke 1	20menit ke 2	Sebelum	20menit ke 1	20menit ke 2
Skor	7	6	5	7	5	4
Intensitas Nyeri	Nyeri Berat	Nyeri Sedang	Nyeri Sedang	Nyeri Berat	Nyeri Sedang	Nyeri Sedang

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa Responden 1 pada saat diberikan tehnik pijat endorphen terjadi penurunan skala nyeri dimana pada observasi 20 menit pertama skala nyeri dari angka 7 (nyeri berat) menjadi skala 6 (nyeri sedang) dan pada observasi asuhan 20 menit kedua, skala nyeri berkurang menjadi skala 5 (nyeri sedang). Sedangkan pada Responden II pada saat diberikan terapi counter massage juga mengalami penurunan intensitas nyeri yaitu dari skala 7 (nyeri berat) menjadi skala 5 (nyeri sedang) dan pada observasi asuhan 20 menit kedua skala nyeri berkurang menjadi skala 4 (nyeri sedang).

Berdasarkan perbandingan pada tabel diatas bahwa terdapat penurunan nyeripersalinan pada kedua responden yang diberikan intervensi berbeda. Dan penurunan nyeri pada ibu bersalin yang diberikan pijat endorphin mengalami penurunan nyeri yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu bersalin yang diberikan teknik counter massage.

Sehingga pengkaji berasumsi bahwa pemberian terapi pijat endorphin dan counter massage keduanya dapat berguna untuk mengurangi nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Dan ibu bersalin yang diberikan intervensi counter massage lebih cepat menurunkan nyeri persalinan dibanding dengan pemberian terapi relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan pada fase aktif.

Pembahasan

Penanganan nyeri pada persalinan menjadi fokus untuk dikerjakan karena nyeri persalinan berdampak pada fisik dan juga psikologis. Manajemen nyeri secara nonfarmakologi pada akhir-akhir ini memperoleh perhatian khusus karena mempunyai beberapa keuntungan daripada farmakologi. Beberapa penelitian menjelaskan nonfarmakologi lebih unggul dalam penanganan rasa nyeri karena mudah, hemat, tidak invansive dan meningkatkan kepercayaan diri dan keterikatan antara pasien dengan pemberi asuhan (S. Ma et al, 2019).

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 (Solehati, 2018).

Massage endhorphin dan counter massage pada ibu bersalin mampu menurunkan rasa sakit, ibu yang diberikan massage endhorpin dan counter pressure dengan ibu yang tidak diberikan pemijatan tersebut, pada kelompok ibu yang diberikan pemijatan terlihat bahwa pemijatan endorphin dan counter massage memberikan pengaruh yang positif terhadap ibu bersalin, sedangkan ibu yang tidak mendapatkan intervensi pemijatan cenderung menganggap bahwa pemijatan endhorpin dan counter massage tidak memiliki pengaruh apa- apa terhadap tingkat rasa nyeri ibu bersalin.

Berdasarkan hasil penelitian Jomima Batlajer, tahun 2021 bahwa hasil pengujian dengan uji Chi Square terlihat bahwa pemijatan titik endhorpin dan pijat counter pressure terbukti secara nyata ada hubungan yang positif dan signifikan antara pemberian pijat endorphin dan counter pressure terhadap tingkat rasa nyeri yang dirasakan ibu bersalin, dengan $df = 3$ dan nilai Chi Square 50.879 tarap kepercayaan 5% diperoleh data di nilai chi tabel = 26,3 ($50.879 > 26.3$) dan pchi tabel hasil ini menunjukkan bahwa ada terdapat hubungan yang signifikan antara massage endhorpin dan contuer pressure terhadap tingkat nyeri ibu melahirkan kala 1 fase aktif. Nilai coefisien contingency didapat sebesar $0.666 = 0,67$, koefisien ini menunjukkan keeratan hubungan yang terjadi antara pelaksanaan pemijatan terhadap tingkat nyeri ibu melahirkan, nilai ini masuk pada kategori Kuat.

Berdasarkan intervensi yang telah dilakukan pada kedua massage yang diberikan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif, yaitu massage endhorphin dan counter massage pada ibu bersalin untuk menurunkan rasa sakit pada nyeri persalinan, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin. Hasil ini

dapat di lihat dari berubahnya frekuensi nyeri ibu setelah diberikan intervensi massage endorpin ataupun counter massage. Sebelum di berikan intervensi tersebut ibu merasakan nyeri yang bisa dikatakan berat pada saat proses persalinan dan membuat ibu bersalin tidak merasa nyaman. Ibu yang diberikan massage endorpin dan counter pressure dengan ibu yang tidak diberikan massage tersebut, pada kelompok ibu yang diberikan massage terlihat bahwa massage endorpin dan counter massage memberikan pengaruh yang positif terhadap ibu bersalin, sedangkan ibu yang tidak mendapatkan intervensi pemijatan cenderung menganggap bahwa pemijatan endorpin dan counter massage tidak memiliki pengaruh apa-apa terhadap tingkat rasa nyeri ibu bersalin.

Pengaruh Massage Endorpin terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden 1, ibu primigravida mengatakan sangat tidak nyaman dengan keadaan nyeri yang dialaminya pada proses persalinan ini. Ibu juga khawatir karena tidak mengerti bagaimana cara menghadapi persalinan. Ibu cenderung mengalami kecemasan hingga menimbulkan ketegangan dan ketakutan. Sesuai dengan teori bahwa bagi primigravida persalinan yang dialaminya merupakan pengalaman pertama kali dan ketidaktahuan menjadi faktor penunjang timbulnya rasa tidak nyaman atau nyeri, persepsi terhadap nyeri persalinan karena primigravida mempunyai proses persalinan lebih lama dan lebih melelahkan. Hal ini disebabkan oleh serviks primigravida memerlukan tenaga yang lebih besar untuk meregangkannya, sehingga menyebabkan intensitas kontraksi lebih besar selama persalinan. Disamping itu primigravida menunjukkan peningkatan kecemasan dan keraguan untuk mentolerir rasa nyaman selama persalinan, perasaannya lebih berfokus pada nyeri yang dirasakan (Wilfa, 2018).

Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan yang diakibatkan oleh kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial. Nyeri juga termasuk suatu pengalaman sensori yang multidimensional bahwa nyeri pada fenomena ini bisa berbeda yaitu seperti intensitas (ringan, sedang, berat), kualitas (tumpul, seperti terbakar, tajam), durasi (transien, intermitten, persisten), dan penyebaran (superfisial atau dalam, difus atau terlokalisir) (Puspita & Yati, 2020).

Nyeri persalinan merupakan tanda untuk memberitahu ibu bahwa ibu telah memasuki tahapan proses persalinan. Dimana nyeri dalam persalinan memiliki intensitas berbeda-beda. Dilihat dari hasil observasi bahwa nyeri merupakan hal bersifat subyektif, setiap ibu akan merasakan, mengalami dan mendeskripsikan nyerinya masing-masing. Beberapa ibu mengatakan nyeri yang dirasakan berada di bagian bawah area punggung, dan kemudian menyebar ke bagian di bawah perut termasuk kaki. Selain itu rasa sakit dengan rasa seperti tertusuk hingga mencapai puncak dan kemudian hilang dengan sendirinya. Ibu yang mengalami nyeri persalinan banyak yang merasakan takut, cemas, belum siap, capek, tidak kuat, sehingga menyebabkan nyeri persalinan yang hebat. Ibu yang mengalami nyeri persalinan yang hebat, ibu akan menangis, merintih, menjerit, menolak bantuan, atau bergerak tanpa arah pada saat mengalami nyeri persalinan, dan sedikit ibu yang mentolerir nyeri persalinannya. Sesuai dengan teori (Maryunani, 2016) bahwa ibu yang akan bersalin respon terhadap nyeri dengan cara berbeda-beda. (Maryunani, 2016)

Berdasarkan hasil wawancara ibu mengatakan khawatir karena tidak mengerti bagaimana cara menghadapi persalinan. Ibu cenderung mengalami kecemasan hingga

menimbulkan ketegangan dan ketakutan. Sesuaidengan teori bahwa bagi persalinan yang dialaminya merupakan pengalaman pertama kali dan ketidaktahuan menjadi faktor penunjang timbulnya rasa tidak nyaman atau nyeri, persepsi terhadap nyeri persalinan karena mempunyai proses persalinan lebih lama dan lebih melelahkan. Hal ini disebabkan oleh serviks memerlukan tenaga yang lebih besar untuk meregangkannya, sehingga menyebabkan intensitas kontraksi lebih besar selama persalinan. Disamping itu menunjukkan peningkatan kecemasan dan keraguan untuk mentolerir rasa nyaman selama persalinan, perasaannya lebih berfokus pada nyeri yang dirasakan (Wilfa, 2018).

Persalinan ditandai dengan kontraksi pada rahim sehingga menimbulkan rasa nyeri selama proses persalinan. Rasa nyeri pada persalinan kala I disebabkan karena munculnya kontraksi otot-otot uterus. Teknik massage endorphan dapat menyebabkan ibu merasa lebih segar dan nyaman selama proses persalinan. Ini disebabkan karena terapi sentuhan ini membuat tubuh melepaskan senyawa endorphan yang bisa meredakan rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman.

Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa penelitian. Salah satunya oleh Winancy, Yuliana Rastika, Hetty Asri/2023. Tenang Penerapan endorphan massage untuk mengurangi tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin. Hasil uji statistik menunjukkan pengaruh endorphan massage terhadap intensitas nyeri persalinan signifikan 0.000 ($P < 0.05$). Endorphan massage dapat mengurangi nyeri persalinan kala 1 fase aktif sehingga mampu memberikan pengalaman bersalin yang lebih nyaman dan menghindari ibu dari trauma persalinan. (winancy et all 2023)

Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian Alifia Nanda Brillianty 1*, Yulinda Pulungan, Teknik massage endorphan menyebabkan ibu merasa lebih segar dan nyaman selama proses persalinan. Ini disebabkan karena terapi sentuhan ini membuat tubuh melepaskan senyawa endorphan yang bisa meredakan rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman.

Hasil penelitian di Ruang Bersalin RSUD Malingping menunjukkan pada responden I yaitu Ny. N bahwa sebelum diberikan Teknik pijat endorphan dalam intensitas nyeri yang dirasakan adalah skala 7 (nyeri berat). Setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam 20 menit pertama terjadi penurunan nyeri menjadi skala 6 (nyeri sedang), dan pada 20 menit ke dua menjadi skala 5 (nyeri sedang). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh tehnik pijat endorphan terhadap pengurangan nyeri persalinan pada ibu bersalin fase aktif.

Pengaruh Counter Massage terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden ke 2, ibu primigravida mengatakan khawatir karena tidak mengerti bagaimana cara menghadapi persalinan, dan merasakan nyeri yang dirasakannya sangat mengganggu. Ibu juga cenderung mengalami kecemasan hingga menimbulkan ketegangan dan ketakutan. Sesuai dengan teori bahwa bagi primigravida persalinan yang dialaminya merupakan pengalaman pertama kali dan ketidaktahuan menjadi faktor penunjang timbulnya rasa tidak nyaman atau nyeri, persepsi terhadap nyeri persalinan karena primigravida mempunyai proses persalinan lebih lama dan lebih melelahkan. Hal ini disebabkan oleh serviks primigravida memerlukan tenaga yang lebih besar untuk meregangkannya, sehingga menyebabkan intensitas kontraksi lebih besar selama persalinan. Disamping itu primigravida menunjukkan peningkatan kecemasan dan

keraguan untuk mentolerir rasa nyaman selama persalinan, perasaannya lebih berfokus pada nyeri yang dirasakan (Wilfa, 2018).

Salah satu teknik pijatan yang disarankan adalah teknik counter-pressure. Counter pressure massage adalah pijatan yang memberikan tekanan terus menerus dengan menggunakan pangkal tangan atau kepalan tangan pada tulang sakral dan daerah lumbal wanita yang melahirkan selama kontraksi (M. Ahmed A, R.H, 2021). Tekanan dalam massage counter pressure dapat diberikan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil. Teknik ini efektif menghilangkan sakit punggung akibat persalinan (M. Ahmed A, R.H, 2021).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Beny Kurniawati / 2019 Efektifitas counter massage dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I, dan di dapatkan dari kegiatan pengumpulan data diperoleh nilai mean intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan massage counter mengalami penurunan menjadi 5,4. Hasil uji one sample T-test menunjukkan bahwa Massage counter efektif menurunkan nyeri pada kala I persalinan dengan nilai sig 0,000.

Hal ini juga sesuai dengan penelitian Atun Raudotul Ma'rifah, S.Kep.,Ns dan M.Kep Surtiningsih SST/ 2020. Dari hasil uji t didapatkan pula teknik counter pressure hasilnya lebih besar yaitu 8,480 dibandingkan pada teknik endorphan massage yaitu 8,333 sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik counter pressure lebih efektif dibandingkan teknik endorphan. Hasil penelitian di Ruang Bersalin RSUD Malingping menunjukkan pada responden II yaitu Ny. S bahwa sebelum diberikan counter massage nyeri yang dirasakan adalah skala 7 (nyeri berat). Setelah diberikan intervensi counter massage 20 menit pertama terjadi penurunan nyeri menjadi skala 5 (nyeri sedang) dan 20 menit ke dua skala 4 (nyeri sedang). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh counter massage terhadap pengurangan nyeri persalinan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif.

Perbandingan Intensitas Nyeri Antara Responden Yang Diberikan Massage Endorphan dan Counter Massage

Berdasarkan hasil penelitian antara kedua responden yang diberikan massage endorphan dan counter massage didapatkan hasil bahwa counter massage lebih cepat menurunkan intensitas skala nyeri dibandingkan pada responden yang diberikan pijat endorphan.

Hal ini ditunjukkan pada responden II yaitu Ny. S bahwa sebelum diberikan counter massage, intensitas nyeri yang dirasakan adalah kategori berat (skala nyeri 7). Setelah diberikan counter massage terjadi penurunan nyeri skala 4 (nyeri sedang). Sedangkan pada responden I yaitu Ny. N bahwa sebelum diberikan pijat endorphan intensitas nyeri yang dirasakan adalah kategori berat (skala nyeri 7). Setelah diberikan pijat endorphan terjadi penurunan nyeri skala 5 (nyeri sedang).

KESIMPULAN

1. Terdapat pengaruh massage endorphan terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada primigravida di Ruang Bersalin RSUD Malingping Tahun 2025, dari berat ke sedang, yaitu dari skala 7 (nyeri berat) ke skala 5 (nyeri sedang).
2. Terdapat pengaruh Counter massage terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada primigravida di Ruang Bersalin RSUD Malingping Tahun 2025, dari berat ke sedang, yaitu dari skala 7 (nyeri berat) ke skala 4 (nyeri sedang).

3. Counter massage lebih cepat atau lebih efektif mengurangi nyeri persalinan dibandingkan dengan pemberian massage endorphin pada ibu bersalin Inpartu Kala I Fase Aktif di Ruang Bersalin RSUD Malingping Tahun 2025. Dengan perbandingan Skala nyeri pada ibu sebelum di berikan counter massage intervensi skala nyeri 7 (nyeri berat) dan setelah diberikan intervensi menjadi skala 4 (nyeri sedang) sedangkan pada pemberian massage endorphin sebelum diberikan intervensi skala nyeri 7 (nyeri berat) dan setelah diberikan intervensi menjadi skala 5 (nyeri sedang).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aprilia, 2018. Asuhan Kebidanan Kehamilan. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia
- [2] Atnesia Ajeng, 2Bunga Febrita Sari, 3Arnilis Sugiarti, 2022. MENGURANGI NYERI PERSALINAN DENGAN MENGGUNAKAN METODE KOMPLEMENTER.
- [3] Astuti, Puji Hutari. (2019). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu I (Kehamilan).
- [4] Yogyakarta: Rohima Press.
- [5] Atun Raudotul Ma'rifah, S.Kep.,Ns dan M.Kep Surtiningsih SST(2020). Efektivitas Tehnik COUNTER PRESSURE Dan Endorphin Massage terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin di RSUD AJIBARANG
- [6] Beny Kurniawati (2019). Efektifitas counter massage dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I
- [7] Benny Karuniawati (2020). Efektivitas massage endorphin dan counter massage terhadap intensitas nyeri persalinan kala I
- [8] Bahiyatun. (2019). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal: EGC.
- [9] Bobak. (2014). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC
- [10] Farrel, P. (2018). Pain in Childbirth. Journal of Pain Research, 11, 1275-1285.
- [11] Jomima Batlajery. PENGARUH MASSASE ENDORPHIN DAN MASSAGE COUNTER PRESSURE TERHADAP TINGKAT NYERI KALA I FASE AKTIF PADA IBU BERSALIN DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN SUJTIATI KEBON JERUK JAKARTA BARAT TAHUN 2021.
- [12] Judha, Mohamma. (2015). Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [13] Kemenkes RI, "Profil kesehatan Indonesia tahun 2020"2021.
- [14] Lisa UF, Jalina M, Marniati. Comparison of relaxation with counterpressure massage techniques for reduce pain first stage of labor. AIP Conf Proc. 2017;1885(April).
- [15] Maryunani, Anik. (2019). Nyeri Dalam Persalinan. Jakarta: TIM
- [16] Mochtar, rustam. (2018). Sinopsis Obstetri. Jakarta: EGC
- [17] M. Ahmed A, R.H. Ahmed S, A. Ali H, Salah Shalaby N, F. El-shamy F, Gaber Salem S. Effect of Counter-Pressure Versus Effleurage Massages on Labor Pain Intensity Among Parturient Women. Egypt J Heal Care. 2021;12(3):408-20.
- [19] Mochtar, rustam. (2017). Sinopsis Obstetri. Jakarta: EGC
- [20] Nasution A, Batubara NS. Pengaruh Counter Pressure Massage Terhadap. J Educ Dev. 2021;9(4):638-41.
- [21] Nuning Wardiyaningtuti1, Ina Indriati2, Reny Retnaningsih. (2023). Teknik Massage Counterpressur e Berpengaruh Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin.

- [22] Potter, A & Perry. (2018). Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Jakarta: EGC
- [23] Prawirohardjo. (2016). Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- [24] Prawirohardjo, S. (2019). Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- [25] Rika Hairunisyah, Jamila, Setiawati, 2023. Pengaruh Tehnik Massage Counter Pressure terhadap pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I
- [26] Sugiono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. Bandung: Alfa
- [27] Suryani, C, 2018. Asuhan Persalinan Normal. Yogyakarta: pustaka pelajar
- [28] Winancy, Yuliana Rastika, Hetty Asri (2023). Penerapan endorphen massage untuk mengurangi tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin.

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN