

## **PENGARUH TEKNIK *DEEP BACK MASSAGE* TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA IBU INPARTU KALA I FASE AKTIF**

### ***The effect of Deep Back massage Technique on labor pain in Particular Mothers During I of The Active Phase***

<sup>1</sup>Fadjriah Ohorella, <sup>2</sup>Rismawati

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Megarezky  
(email: [fadjriahohorella17@gmail.com](mailto:fadjriahohorella17@gmail.com))

#### **ABSTRACT**

*Massage is one of the application techniques of gale-control theory, using massage techniques that can relieve pain by inhibiting pain signals, increasing blood flow and oxygenation throughout the tissue. The aim of this research was to determine the effect of the deep back massage technique on labor pain in pregnant women during the first active phase at the Kassi Kassi Health Center. Method and time This research was carried out in May - July 2023 with a Post test Only Control Group Design which aims to find the influence between the independent variable and the dependent variable. The population in this study were all in-partu mothers at the Kassi Kassi Health Center and a sample of 30 samples was obtained. The results of the research showed that of the 30 respondents sampled, 15 (50.0%) respondents received the deep back massage technique intervention and 15 (50.0%) respondents received no intervention. The results obtained from 15 respondents after being given the intervention were 11 (73.3%) respondents with mild pain, and 4 (26.7%) respondents with moderate pain, while in the group that was not given the intervention, 11 (73.3%) respondents had mild pain. %) and moderate pain 1 respondent or (3.3%). The results of this study indicate that there is an influence of deep back massage techniques on reducing pain in pregnant women during the first active phase at the Kassi Kassi health center as proven by the Chi square statistical test which obtained a value of  $p = 0.000$*

**Keywords:** *Deep Back Massage, Pain, Inpartu*

#### **ABSTRAK**

*Massage merupakan salah satu teknik aplikasi teori gale-control, dengan menggunakan teknik massage atau pemijatan yang dapat meredakan nyeri dengan menghambat sinyal nyeri, meningkatkan aliran darah dan oksigenasi ke seluruh jaringan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh teknik *deep back massage* terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif di Puskesmas Kassi-kassi. Metode dan waktu Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei - Juli 2023 dengan rancangan *Post test Only Control Group Design* yang bertujuan untuk mencari pengaruh antara variabel independen dan variabel dependen. populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu *inpartu* di Puskesmas Kassi-kassi dan diperoleh sampel sebanyak 30 sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden yang dijadikan sampel, yang dilakukan intervensi teknik *deep back massage* sebanyak 15 (50,0%) responden dan tidak diberikan intervensi sebanyak 15 (50,0%) responden. Hasil yang didapatkan dari 15 responden setelah diberikan intervensi memiliki nyeri ringan 11 (73,3%) responden, dan yg nyeri sedang 4 (26,7%) responden, sedangkan pada kelompok yang tidak diberikan intervensi didapatkan nyeri berta sebanyak 11 (73,3%) dan nyeri sedang 1 responden atau (3,3%). Hasil dari penelitian ini*

menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian teknik *deep back massage* terhadap penurunan nyeri pada ibu inpartu kala I fase aktif di puskesmas Kassi-kassi yang dibuktikan dengan uji statistik *Chi square* yang memperoleh nilai  $p=0,000$

**Kata Kunci:** *Deep Back Massage*, Nyeri, *Inpartu*

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses alamiah yang terjadi pada setiap hasil konsepsi, seringkali pada kehamilan primipara para ibu cenderung mengalami perasaan takut, khawatir, ataupun Nyeri. Nyeri Persalinan yang dirasakan oleh ibu di Indonesia berdasarkan Riskesdas tahun 2016 jumlah persalinan tiap tahun makin meningkat sekitar 5.111.204 ibu, dimana sekitar 56% ibu bersalin primigravida disekitar 98% yang merasakan Nyeri menjelang persalinan.<sup>1</sup>

Nyeri persalinan merupakan suatu pengalaman yang tidak menyenangkan, ketidaknyamanan, ketakutan dan rasa sakit menjadi salah satu masalah untuk ibu yang sedang dalam proses persalinan normal.<sup>2</sup>

Pada proses persalinan secara fisiologi akan menimbulkan nyeri. nyeri persalinan ditimbulkan karena adanya kontraksi didalam rahim sehingga membuat setiap ibu bersalin merasa sakit yang sangat hebat dan semakin kuat, terutama kala I fase laten dan fase aktif yaitu pembukaan 1-10 cm selama menjalani persalinan.<sup>3</sup>

Nyeri yang dirasakan ketika persalinan dapat menimbulkan kecemasan dan bahkan membuat ibu stres yang tinggi dan dapat menyebabkan pelepasan *ketekolamin* seperti epinefrin. Epinefrin dapat memberikan efek tokolisis karena aktivitas reseptor  $\beta_2$  didalam uterus. sehingga pelepasan *epinefrin* dapat menyebabkan terganggunya kontraksi uterus kaarena memiliki efek bertolak belakang dengan *oxytocin*. sehingga dampak stres yang tinggi dapat menyebabkan proses persalinan berlangsung lebih lama.<sup>4</sup>

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa 99% kematian ibu terjadi di negara berkembang dan 50% terjadi di Indonesia dan Mesir. setiap tahun diperkirakan 529.000 wanita di dunia meninggal akibat komplikasi kehamilan dan persalinan.<sup>5</sup>

Berbagai upaya dilakukan untuk mengatasi nyeri persalinan. biasanya dengan cara farmakologi dan non farmakologi. rasa nyeri yang dialami perindividu berbeda - beda dan akan datang secara perlahan dan akan mencapai puncaknya pada saat detik detik terakhir persalinan.

Pengelolaan nyeri persalinan secara non farmakologi mempunyai beberapa keuntungan melebihi pengelolaan nyeri secara non farmakologi. apabila tindakan pengontrolan nyeri diberikan memadai. beberapa teknik non farmakologi yang dapat meningkatkan kenyamanan dalam menghadapi proses persalinan yakni relaksasi, teknik pernafasan, pergerakan dan perubahan posisi, massase, hidroterapi musik.<sup>6</sup>

Salah satu metode yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan dengan non farmakologi adalah dengan melakukan teknik *massage*. *massage* adalah melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak biasanya otot, atau ligamentum, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi dan atau memperbaiki sirkulasi. metode *massase* ini terdiri dari beberapa metode salah satunya metode *deep back massage*.<sup>7</sup>

*Deep Back massage* adalah pijatan lembut dengan menekan daerah sakrum menggunakan telapak. pijat ini diberikan

dengan menggunakan dasar teori *gate control* bahwa pijatan yang diberikan akan merangsang saraf diameter besar yang menyebabkan *gate control* menutup dan impuls nyeri tidak diteruskan ke korteks serebral, sehingga tidak diteruskan ke korteks selebral, sehingga rasa nyeri yang dirasakan akan berkurang.<sup>8</sup>

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Quasi Eksprement dengan rancangan post test with contraol group yaitu mengetahui keefektifitas metode deep back massage terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif ibu primigravida.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu primigravida yang dilihat dari hari perkiraan lahir (HPL) selama penelitian. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu primigravida sebanyak 30 responden yang dipilih dan memenuhi kriteria inklusi diantaranya: ibu inpartu primigravida kala I fase aktif, persalinan normal dan bersedia menjadi responden. Penelitian ini dilakukan kepada kelompok intervensi sebanyak 15 responden dan 15 responden tidak diberikan intervensi dimana mulai dari responden masuk kala I fase aktif dan kemudian intervensi dilakukan sampai responden pembukaan lengkap atau 10 cm.

## HASIL

**Table 1. Karakteristik Responden**

Variabel	n	%
<b>Umur</b>		
<20 tahun	5	16,9
20 - 30 Tahun	23	76,7
> 30 tahun	2	6,7
Total	30	100
<b>Pembukaan</b>		
VI	9	30
VII	9	30
VIII	12	40
Total	30	100

Sumber : Data Sekunder 2022

Tabel 1 menunjukkan bahwa pada variabel umur menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat 5 (26,9%) responden yang berusia <20 tahun, 23 (76,7%) responden yang berusia 20 -30 tahun, dan 2 (6,7%) responden yang berusia >30 tahun.

Pada variabel pembukaan menunjukkan terdapat 9 (30%) responden yang mengalami pembukaan VI, 9 (30%) responden yang mengalami pembukaan VII, dan 12 (40%) responden yang mengalami pembukaan VIII.

Persalinan menunjukkan bahwa jumlah responden sebanyak 30 responden, dari 15 responden setelah diberikan intervensi didapatkan hasil yakni 11 (73,3%) ibu bersalin mengalami nyeri ringan, nyeri sedang berjumlah 4 responden (26,7 %), responden yang mengalami nyeri berat tidak ada (0%) dan yang mengalami nyeri berat sekali juga terdapat 0 (0%).

Sedangkan untuk responden yang tidak diberikan intervensi dari 15 responden yang tidak diberikan intervensi yang mengalami nyeri ringan tidak ada (0,0%), nyeri sedang 3 reponden (20%), nyeri berat 11 responden (73,3) dan nyeri berat sekali terdapat 1 responden atau 67%.

Hasil analisa data system penolahan SPSS versi 21 dengan menggunakan uji *Chi-Square*. didapatkan nilai  $p=0,000<0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terknik deep back massage terhadap nyeri persalinan ibu inpartu kala I fase aktif.

## PEMBAHASAN

*Deep back Massage* adalah memberikan stimulasi pada bagian sacrum

**Tabel 2. Pengaruh Teknik Deep Back Massage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan**

Intervensi	Nyeri								Jumlah	p-Value
	Ringan		Sedang		Berat		Berat Sekali			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Ya	11	73,3	4	26,7	0	0,0	0	0,0	15	0,000
Tidak	0	0,0	3	20,0	11	73,3	1	6,7	15	
Jumlah	11	36,7	7	23,35	11	36,7	1	3,3	30	

Sumber: Data Primer tahun 2022

dengan cara melakukan gosokan lembut dengan kedua tangan pada sacrum ibu bersalin selama 20 menit dengan frekuensi 30-40 kali gosokan permenit dengan gosokan seperti mengelus mengelus pada ibu bersalin kala I fase aktif. Penilaian keefektifan penggunaan *deep back massage* dapat dilakukan setelah diberikan massage pada ibu selama 20 menit sejak adanya kontraksi pada salah satu pembukaan kala I fase aktif, namun sebelumnya telah dilakukan asuhan persalinan normal (relaksasi) tanpa diberikan perlakuan massage untuk mengetahui tingkat nyeri persalinan yang dialami ibu.<sup>9</sup>

Berdasarkan Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa hasil analisis pengaruh *deep back massage* terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I diperoleh sebanyak 11 (73,3%) orang dari 15 responden yang mengalami skala nyeri ringan setelah diberikan teknik *deep back massage* (kelompok eksperimen ) dan 4 (26,7%) orang yang masih memiliki tingkat nyeri sedang dikarenakan ibu merupakan kehamilan primipara sehingga dia belum memiliki pengalaman dalam melahirkan sehingga dia memiliki nyeri yang berlebihan, mengenai keadaan yang dirasakan dan dialami, dan Teknik *deep back massage* ini sebaiknya disertai dengan dukungan moril untuk kestabilan psikis ibu dari bidan dan keluarga. Sedangkan kelompok yang tidak diberikan intervensi terdapat 11 responden (73,3%) responden yang memiliki tingkat nyeri berskala berat dan 1 responden (6,7%) masih dengan tingkat nyeri berat sekali. Hal ini dikarenakan ibu inpartu yang tidak bisa

mengontrol rasa sakit yang diakibatkan oleh kontraksi/his.

Hasil uji *Chi -Square* didapatkan nilai  $p=0,000 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat disimpulkan secara statistic terdapat pengaruh Teknik *deep back massage* terhadap nyeri pada ibu inpartu kala I fase aktif di puskesmas Kassi kassi. Dari hasil analisis lebih lanjut diperoleh pulai nilai OR (*Odds Ratio*) = 23,143 artinya ibu inpartu yang dilakukan Teknik *deep back massage* mempunyai odds 23,1 kali lebih tinggi untuk memiliki penurunan nyeri dibandingkan ibu inpartu yang tidak dilakukan Teknik *deep back massage*. Dengan kata lain, ibu inpartu yang dilakukan *deep back massage* mempunyai peluang/kesempatan untuk menurunkan nyeri pada kala I fase aktif .

Berdasarkan hasil penelitian diatas dan ditinjau teori yang mendukung maka peneliti berasumsi bahwa ketika sentuhan Teknik *deep back massage*/ pijatan pada ibu inpartu dapat merangsang tubuh untuk melepaskan endorphin yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, mengendalikan perasaan stress dan menciptakan perasaan nyaman. Pijatan yang diberikan secara teratur dengan latihan pernafasan selama kontraksi dapat juga meningkatkan pelepasan hormon oksitosin. Hormon ini dapat memfasilitasi persalinan dengan membuat ibu lebih nyaman.

Saat melakukan Teknik *deep back massage* sebaiknya suami, keluarga dan bidan ikut bekerjasama memberikan rasa nyaman, aman dan menciptakan suasana yang benar-benar menyenangkan untuk ibu, agar ibu

bersalin merasa mendapat dukungan penuh dari keluarga sehingga dapat bersalin dengan lancar tanpa adanya perasaan nyeri persalinan yang berlebihan bahkan sampai panik .<sup>7,10-12</sup>

### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas didapatkan kesimpulan bahwa teknik *deep back massage* terbukti dapat memberikan rasa nyaman, aman dan rileks nyeri yang berlebihan sehingga dapat mengurangi nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Elawanti E, Aulya Y, Widowati R. Pengaruh Deep Back Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Puskesmas Ciselok Kabupaten Sukabumi Tahun 2021. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Kesehatan Politeknik Medica Farma Husada Mataram*. 2021;7(2):217–21.
2. Maulana AF, Sofiyanti S. Pengaruh Deep Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif: Laporan Kasus Berbasis Bukti. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*. 2023;3(3):362–73.
3. Rosnani R, Ningsih R, Arwani D. Teknik Massage Intranatal Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*. 2021;1(2):122–7.
4. Nafiah T. Pengaruh Metode Deep Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Pratama Mutiara Bunda Kawalu Kota Tasikmalaya Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan dan Farmasi*. 2018;18(2):228–36.
5. Nufra YA, Azimar A. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Bidan Praktek Mandiri Yulia Fonna Skm Desa Lipah Rayeuk Kecamatan Jeumpakabupaten Bireuen Tahun 2019. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*. 2019;5(2):362.
6. Oktarina J, Asriana A, Muniarti M. Pengaruh Deep Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Ruang Bersalinan Rumah Sakit Immanudin Kabupaten Kotawaringin Barat. *Jurnal Kebidanan*. 2019;9(1):22–33.
7. Rahmawati R, Wahyuni Sundari S, Patimah M. Penatalaksanaan Deep Back Massage Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas*. 2022;6(2):62–9.
8. Rosita R, Lowa MY. Efektifitas Deep Back Massage Dan Effleurage Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primipara Di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 2020;5(1).
9. Saputri IF, Sustamy RP, Ilmu F, Universitas K, Bersalin I. PENGARUH TEKNIK DEEP BACK MASSAGE TERHADAP INTENSITAS. :483–8.
10. Mahdang PA, Ahmad ZF. Pengaruh Sikap, Pengetahuan, dan Fasilitas Perusahaan terhadap Pemberian ASI Eksklusif oleh Pekerja Wanita. *Madu: Jurnal Kesehatan*. 2021;10(2):26–33.
11. Prasetya E, Nurdin SSI, Ahmad ZF. Hubungan Pemanfaatan Sumber Informasi Dengan Sikap Wanita Usia Subur Tentang Kesehatan Reproduksi. *Madu: Jurnal Kesehatan*. 2021;10(1):1–8.
12. Ahmad ZF, Daka DWEP. Gambaran Efek Samping Penggunaan KB Suntik di Kecamatan Paguyaman, Boalemo. *Madu: Jurnal Kesehatan*. 2022;11(1):46–53.