

ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF PADA NY "E" DENGAN PIJAT ENDORPHIN

Anisya Nurhasanah¹, Sofa Fatonah², Iim Maryati³

¹Mahasiswa Budi Luhur Cimahi

²Dosen Budi Luhur Cimahi

³Pembimbing Lapangan

(anisyanur99@gmail.com / 082119134109)

ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan proses yang fisiologis, apabila nyeri tidak diatasi dengan baik akan menimbulkan masalah yang lain diantaranya meningkatnya kecemasan atau rasa khawatir akan proses persalinan. Nyeri persalinan merupakan hal yang sangat ditakuti oleh sebagian besar ibu hamil yang akan bersalin, terdapat banyak metode untuk mengurangi bahkan menghilangkan nyeri persalinan, salah satunya dengan menggunakan pijat Endorphin. Endorphin adalah hormon alami yang diproduksi tubuh manusia, maka endorphin adalah penghilang rasa sakit yang terbaik. Seorang ahli kebidanan, Constance Palinsky tergerak untuk menggunakan endorphin untuk mengurangi atau meringankan rasa sakit pada ibu yang akan melahirkan. *Tujuannya* untuk memberikan asuhan secara komprehensif dengan asuhan masa bersalin melakukan pijat endorphin. Teknik pengumpulan data meliputi data primer yaitu wawancara, dan observasi, sedangkan data sekunder meliputi dokumentasi dan kepustakaan. *Metode* dalam penelitian ini adalah studi kasus. Hasil studi kasus diketahui bahwa nyeri pada ibu bersalin mengalami perubahan setelah diberikan asuhan pijat endorphin selama 15 menit setiap 2 jam selama kala I. *Simpulan* studi kasus ini setelah dilakukan asuhan kebidanan terhadap Ny "E" tidak terjadi masalah dan berjalan normal serta asuhan pijat endorphin pada ibu bersalin sangat bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri ibu.

Kata kunci : Pijat endorphin, Nyeri persalinan, ASI

ABSTRACT

Labor pain is a physiological process. If pain is not handled properly it will cause other problems including increased anxiety or worry about the delivery process. Labor pain is something that is very feared by most pregnant women who will give birth, there are many methods to reduce or even eliminate labor pain, one of them is by using oxytocin massage. In addition to reducing pain during childbirth, oxytocin massage can be useful for launching breast milk production. The purpose of this comprehensive care was to determine the effect of oxytocin massage on labor pain and on the smoothness of breastfeeding. Data collection techniques include primary data, namely interviews, and observations, while secondary data includes documentation and literature. The method in this research is quasi-experimental. The results of the case study showed that pain in childbirth experienced changes after being given oxytocin massage care and there was an effect on postpartum mother's milk. The conclusion of this case study is that after midwifery care for Mrs. "E" there were no problems and went normally. Suggestions are expected to be able to improve services comprehensively and comprehensively.

Keywords: *Endorphin massage, labor pain, breastfeeding*

PENDAHULUAN

Perempuan merupakan salah satu makhluk yang mendapat anugrah dari Tuhan Yang Maha Esa dapat mengandung, melahirkan dan menyusui. Kodrat yang diberikan kepada perempuan ini ditandai oleh perangkat reproduksi yang dimilikinya, yakni rahim dan semua bagiannya untuk tempat tumbuh kembang janin selama didalam kandungan, dan payudara untuk dapat menyusui anaknya. Persalinan adalah suatu proses fisiologis yang memungkinkan terjadinya serangkaian perubahan besar pada seorang ibu untuk dapat mengeluarkan janinnya melalui jalan lahir ibu. Setiap ibu hamil pasti mendambakan persalinan yang normal dan minimal akan rasa nyeri. Namun demikian, bagi seorang wanita khususnya ibu muda, proses persalinan seringkali merupakan sesuatu yang sangat menakutkan dan identik dengan rasa nyeri.

Sebagian besar (90%) persalinan disertai rasa nyeri. (oxorn DC, 1986). Rasa nyeri pada persalinan lazim terjadi dan merupakan proses yang melibatkan fisiologis dan psikologis ibu. Nyeri merupakan penyebab frustrasi dan putus asa, sehingga beberapa ibu sering merasa tidak akan mampu melewati proses persalinan (Potter P, Ann Griffin Pery, 2006). Murray melaporkan kejadian nyeri pada 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang,

30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat (Shaaron Smith Murray, Emily Slone, Mc Kinney, Trula Myers Gorne, 2002). [1]

Penanganan dan pengawasan nyeri persalinan terutama pada kala 1 fase aktif sangat penting, karena ini sebagai titik penentu apakah seorang ibu bersalin dapat menjalani persalinan normal atau diakhiri dengan suatu tindakan dikarenakan adanya penyulit yang diakibatkan nyeri yang sangat hebat (Hermawati, 2009) .

Upaya untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu dengan teknik non farmakologi. Teknik non farmakologi dapat berupa alternatif salah satunya yaitu dengan masase. Masase dapat meningkatkan relaksasi tubuh dan mengurangi stress, disamping itu masase merupakan asuhan yang efektif, aman, sederhana dan tidak menimbulkan efek yang merugikan baik pada ibu maupun janin (Mander, 2012). Banyak sekali teknik masase untuk mengurangi rasa nyeri persalinan itu salah satunya adalah pijat endorphin.

Seorang ahli kebidanan, Constance Palinsky tergerak untuk menggunakan endorphin untuk mengurangi atau mengurangi atau meringankan rasa sakit pada ibu yang akan melahirkan. Diciptakanlah Endorphin Massage, yang merupakan teknik sentuhan serta pemijatan ringan, yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh

ibu hamil dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Terbukti dari hasil penelitian, teknik ini dapat meningkatkan pelepasan zat oksitosin, sebuah hormon yang memfasilitasi persalinan (Aprillia, 2010).

Tujuan dari asuhan ini adalah untuk memberikan asuhan secara komprehensif dengan asuhan masa bersalin melakukan pijat endorphin. Manfaat dari asuhan ini adalah diharapkan ibu dapat merasa lebih nyaman.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan pijat endorphin masa pesalinan kala I pada Ny "E".

METODE STUDI KASUS

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan metode atau pendekatan studi kasus (*Case Study*). Rancangan studi kasus merupakan rancangan penelitian yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif pada satu klien. Desain penelitian yang digunakan yaitu observasi dimana penelitian ini bertujuan untuk melakukan pengamatan secara quasi eksperimental. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu menggambarkan atau mendeskripsikan suatu kasus yang dilakukan secara mendalam.

Subyek yang digunakan dalam studi kasus ini adalah satu (1) orang pasien komprehensif dari hamil hingga menggunakan KB.

HASIL STUDI KASUS

Tanggal 07 mei 2021 pukul 03.30 WIB ibu datang Ibu mengatakan sudah merasakan mulas-mulas yang sering sejak pukul 00.00 WIB serta sudah ada keluar lendir bercampur darah. TTV batas normal, Pemfis normal tidak ada kelainan, his 2x'10'25'', hasil PD portio tebal lunak, pembukaan 2cm, ketuban utuh, H1, presentasi kepala. Hasil analisa G3P0A2 Usia Kehamilan Parturien aterm kala I fase laten, janin hidup tunggal presentasi kepala dengan keadaan umum ibu dan janin baik. Penatalaksanaannya diberikan asuhan sesuai kebutuhan ibu dan pada kala I ini dilakukan pijat endorphin setiap 2 jam sekali selama 15 menit dengan hasil ibu mengatakan rasa nyeri sedikit berkurang dan ibu merasa lebih nyaman.

Tabel Asuhan Pijat Endorphin

Sebelum	Sesudah	
Ibu mengatakan rasa nyeri yang sangat sakit di ambang skala nyeri 8	15 mnt ke-1	Ibu mengatakan rasa nyeri berkurang sedikit
	15 mnt ke-2	Ibu mengatakan rasa nyeri berkurang di ambang skala nyeri 7
	15 mnt ke-3	Ibu mengatakan terasa lebih nyaman dan rasa nyeri berkurang
	15 mnt ke-4	Ibu mengatakan merasa nyaman dan rasa nyeri ambang skala nyeri 5

PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan setelah memberikan asuhan pijat endorphan pada ibu bersalin primipara, ibu mengatakan bahwa rasa nyerinya berkurang sedikit dan ibupun lebih merasa nyaman dan tidak terlalu khawatir menghadapi persalinan. Maka dapat disimpulkan bahwa pijat endorphan efektif untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin kala I.

Menurut Kuswandi (2013), teknik sentuhan dan pemijatan ringan ini sangat penting bagi ibu hamil untuk membantu memberikan rasa tenang dan nyaman, baik menjelang maupun saat proses persalinan akan berlangsung. Constance Palinsky dari Michigan yang banyak meneliti mengenai manajemen nyeri, tergerak menggunakan pijat endorphan untuk mengurangi atau meringankan rasa sakit pada ibu yang akan melahirkan.

Selanjutnya, ia menciptakan pijat endorphan, sebuah teknik sentuhan dan pemijatan ringan yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh ibu hamil dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Dari hasil penelitian, teknik ini dapat meningkatkan pelepasan zat oksitosin, sebuah hormon yang memfasilitasi persalinan. Tidak heran jika dikemudian teknik pijat endorphan ini penting untuk dikuasai ibu hamil dan suami yang memasuki usia kehamilan minggu ke 36. Teknik ini dapat juga membantu

menguatkan ikatan antara ibu hamil dan suami dalam mempersiapkan persalinan.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurul auliya dan Nurul Fatmala dapat disimpulkan bahwa terdapat efektivitas pemberian pijat endorphan terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin kala I baik pada fase laten maupun pada fase aktif. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dimana dalam teori mengatakan bahwa manfaat dari pemberian pijat endorphan salah satunya yaitu dapat mengurangi rasa nyeri pada proses persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh Insaffita S (2006) dengan judul pengaruh pemijatan terhadap nyeri primigravida kala I persalinan fisiologis diperoleh hasil rata-rata skala nyeri pada responden sebelum dilakukan pemijatan (8,3) lebih tinggi dari pada responden sesudah dilakukan pemijatan (4,69) dengan taraf signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). [2]

KESIMPULAN DAN SARAN

Ibu diberikan asuhan pijat endorphan pada masa bersalin kala I dengan hasil ibu mengatakan setelah dilakukan pijat endorphan ibu merasa lebih nyaman dan rasa sakit ibu sedikit berkurang. Maka hal ini sesuai dengan teori dan beberapa penelitian yang ada yang mengatakan bahwa pijat endorphan sangat efektif untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin kala I.

DAFTAR PUSTAKA

1. Auliya N, Fatmala N. 2017. Efektifitas Pemberian Pijat Endorphan Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Taliwang Tahun 2017. *JIKF* Vol. 6 No. 1 Maret 2017
2. Belasari R. 2017. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI pada Ibu Nifas. Jombang
3. Delima M, Zulfia G, Rosya Y. 2016. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin. V9.i4
4. Fitriana, Anggista Putri N. 2017. Pengaruh Pijat Endorphan (*Endorphan Massage*) Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Pada Ibu primipara. *Jurnal Keperawatan, Volume XIII, No. 1, April 2017*
5. Gustiara S.P. Pengaruh Pijat Endorphan Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif Di Klinik Bersalin Citra Medan Tahun 2017. Medan
6. Indah Kartikasari R, Nuryanti A. 2016. Pengaruh *Endorphan Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil. *Rakernas Aipkema*
7. Meihartati T, Mariana S. 2018. Efektivitas *Endorphan Massage* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Primipara Kala 1 Fase Aktif. *Jurnal Darul Azhar* Vol 5, No.1 Februari 2018 – Juli 2018 : 85 - 93 85.
8. Protokol Petunjuk Praktis Layanan Kesehatan Ibu dan Bayi Baru Lahir Selama Masa Pandemi Covid-19. Nomor B-4 (05 April 2020).
9. Roulina S. 2018. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum di Klinik Sally Kecamatan Medan Tahun 2018. Medan
10. Ummah F. Pijat Oksitosin Untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada Ibu Pasca Salin Normal di Dusun Sono Desa Ketanen Kecamatan Panceg Gresik. Vol.02, No.XVIII.