



## **Pengaruh Pijatan *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Nyeri Persalinan, Lama Persalinan Kala I (Pembukaan Jalan Lahir) dan Jumlah Perdarahan Pasca Persalinan**

**Riris Sitorus<sup>1</sup>, Diah Evawanna Anugerah<sup>2</sup>, Grace Erlyn Damayanti S<sup>3</sup>, Pratiwi C Simarmata<sup>4</sup>, Damayanti<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan, Institut Kesehatan Medistra, Lubuk Pakam, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Kebidanan, Institut Kesehatan Medistra, Lubuk Pakam, Indonesia

<sup>3</sup>Program Studi Keperawatan, Institut Kesehatan Medistra, Lubuk Pakam, Indonesia

<sup>4</sup>Program Studi Keperawatan, Institut Kesehatan Medistra, Lubuk Pakam, Indonesia

<sup>5</sup>Program Studi Kebidanan, Institut Kesehatan Medistra, Lubuk Pakam, Indonesia

### **Info Artikel**

Sejarahartikel:

Diterima, Okt 20, 2022

Disetujui, Nov 29, 2022

Dipublikasikan, Des 30, 2022

**Keywords :**

*Slow stroke back massage, nyeri persalinan, lama pembukaan jalan lahir, jumlah perdarahan pasca salin.*

### **Abstrak**

**Latar Belakang :** Nyeri persalinan dan lama pembukaan jalan lahir pada ibu primigravida merupakan salah satu masalah yang paling kompleks terjadi di akhir kehamilan yang berujung dengan operasi, khususnya pada ibu hamil primigravida. Tujuan perawatan inpartu sendiri adalah salah satunya menurunkan nyeri persalinan, dan membantu melewati lamanya pembukaan jalan lahir, disamping memberikan ketenangan dan kenyamanan pada ibu. Upaya-upaya yang dilakukan dalam menurunkan nyeri persalinan dan menunggu lamanya pembukaan jalan lahir (kala I) fase aktif sendiri masih mengutamakan dengan cara farmakologis (epidural).

**Metode :** Penelitian ini menggunakan *Quasi eksperimen* dengan design *case control*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu melahirkan di Klinik Nining Lubuk Pakam. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *accidental sampling*, dengan besar sampel sebanyak 25 Orang. Analisa data yang digunakan adalah uji statistik dengan taraf signifikan 95%.

**Hasil :** Hasil Penelitian mendapatkan ada pengaruh Pijatan *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Nyeri Persalinan, Lama Persalinan kala I (Pembukaan Jalan Lahir) dan jumlah perdarahan pasca salin (p value 0,022; 0,028; 0,09).

**Kesimpulan :** Penelitian ini mendapatkan adanya pengaruh Pijatan *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Nyeri Persalinan, Lama Persalinan kala I (Pembukaan Jalan Lahir) dan jumlah perdarahan pasca salin. Penelitian ini akan mengembangkan metode non farmakologi untuk mengatasi nyeri persalinan, melewati lamanya pembukaan jalan lahir dan memantau jumlah perdarahan pasca salin.

### **Abstract**

**Introduction :** *Labor pain and the length of time the opening of the birth canal in primigravida women was one of the most complex problems that occur at the end of pregnancy which ends in surgery, especially in primigravid pregnant women. The purpose of postpartum care itself was one of reducing labor pain, and helping to pass the length of time the birth canal was opened, as well as providing calm and comfort to the mother. Efforts made to reduced labor pain and wait for the long opening of the birth canal (kala I) in the active phase itself still prioritize pharmacological (epidural) methods.*

**Method :** *This study used a quasi-experimental design with case control. The population in this study were all mothers who gave birth at the Nining Lubuk*

*Pakam Clinic. Sampling was carried out by accidental sampling, with a sample size of 25 0 people. The data analysis used was a statistical test with a significant level of 95%.*

**Result :** *The results of the study found that there was an effect of Slow Stroke Back Massage on Reducing Labor Pain, Duration of the first stage of labor (opening of the birth canal) and the amount of postpartum hemorrhage (p value 0.022; 0.028; 0.09).*

**Conclusion :** *This study found the effect of Slow Stroke Back Massage on Reducing Pain in Labor, Length of Stage I Labor (Opening of the Birth Canal) and the amount of postpartum hemorrhage. This research will develop non-pharmacological methods to treat labor pain, bypass the length of time the birth canal is opened and monitor the amount of postpartum hemorrhage.*

---

#### Koresponden Penulis :

Riris Sitorus,  
Program Studi Kebidanan,  
Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam,  
Jl. Sudirman No. 38, Lubuk Pakam.  
Email : [ririssitorus32@gmail.com](mailto:ririssitorus32@gmail.com)

---

### 1. PENDAHULUAN

Salah satu tujuan Pembangunan Kesehatan Menuju Indonesia Sehat yaitu *Making Pregnancy Safer* (MPS) yang berarti di setiap persalinan diharapkan berlangsung secara aman, ibu dan bayi dalam keadaan sehat. Sebagian besar (90 %) persalinan disertai rasa nyeri, rasa nyeri 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 dan berujung persalinan dengan operasi (SC) (Gondo, H.K., 2011).

Upaya-upaya yang dilakukan dalam menurunkan nyeri persalinan sendiri masih mengutamakan dengan cara farmakologis, misalnya pemberian obat anti nyeri (epidural), dan tidak sabar menunggu lamanya proses pembukaan jalan lahir sehingga untuk mempercepat pembukaan jalan lahir diberikan oksitosin yang dapat menyebabkan kontraksi berlebih sehingga menyebabkan kematian ibu karna *rupture uteri* dan mengakibatkan perdarahan, sedangkan dengan cara non farmakologis masih jarang diketahui dan diterapkan oleh masyarakat, khususnya petugas kesehatan (Nurul Jannah, 2017).

Tidak jarang ditemui bahwa setiap ibu bersalin sangat mencemaskan proses persalinan yang akan dilalui, hal ini dapat memicu persepsi nyeri ibu bersalin. Selain itu masih ada juga ibu yang takut dan tidak tahan nyeri dalam menjalani proses persalinan atau pembukaan jalan lahir karena merasakan nyeri yang hebat pada saat kala I persalinan, hal ini terkadang membuat ibu berfikir pendek dan memilih tindakan *Sectio Cesaria* sebagai salah satu jalan keluar terbaik, padahal persalinan dengan tindakan *sectio Caesaria* memiliki banyak resiko dan proses penyembuhan pasca persalinan membutuhkan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan yang melahirkan secara normal (Magfuroh, 2012).

Pada kala I tahap dimana seorang ibu merasakan nyeri yang berkepanjangan, mulai dari pembukaan 0-10 cm, menurut penelitian Kristina (2016) bahwa terjadinya nyeri persalinan terhadap 2.700 ibu melahirkan, 15% mengatakan mengalami nyeri ringan, 35% mengatakan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat. Berdasarkan survey awal peneliti di klinik bersalin Nining, data ibu bersalin normal dalam 4 bulan terakhir sebanyak 36 orang. Pada saat survey dijumpai 2 orang ibu yang sedang bersalin, ibu mengatakan merasakan nyeri yang hebat pada bagian perut sampai ke pinggang belakang, ibu terus berteriak – teriak pada saat datang kontraksi dan ibu juga mengatakan tidak tau cara mengatasi nyeri.

Pengurangan rasa nyeri persalinan merupakan salah satu asuhan sayang ibu dan dapat dilakukan dengan menggunakan Pijatan *slow stroke back massage*. Teknik ini cukup simple dan mudah dilakukan sebagai penanggulangan rasa nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. *Massage* ini cukup mudah dilakukan oleh tenaga kesehatan seperti bidan, dan dapat juga diterapkan oleh

keluarga/suami atau pendamping ibu selama melalui proses persalinan dengan cara pijatan perlahan didaerah punggung selama 60 kali dalam satu menit.

Endorphin merupakan sistem penekanan nyeri yang dapat diaktifkan dengan merangsang daerah reseptor endorphin di zat kelabu periaqueductus otak tengah. *Slow stroke back massage* pada persalinan adalah pijatan lembut, lambat, dengan penekanan berirama pada daerah torakal 10 sampai 12 dan lumbal 1 yang merupakan sumber persarafan pada uterus dan cervik, teknik ini dilakukan sebanyak 60 pijatan dalam satu menit dan dilakukan dalam waktu 3-10 menit (Fitri, 2018). Pemberian stimulasi kutan *Slow stroke back massage* dapat merangsang reseptor syaraf asenden, dimana rangsangan tersebut akan dikirim ke hipotalamus dengan perjalanan melalui *spinal cord*, diteruskan ke bagian pons dilanjutkan ke bagian kelabu pada otak tengah (periaqueductus), rangsangan yang diterima oleh periaqueductus ini disampaikan kepada hipotalamus, dari hipotalamus inilah melalui alur saraf desenden hormon endorphan dikeluarkan ke pembuluh darah (Potter dan Perry, 2007)

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh Pijatan *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Nyeri Persalinan, Lama Persalinan kala I (Pembukaan Jalan Lahir) dan jumlah perdarahan pasca salin. Penelitian ini perlu dilakukan untuk mengurangi angka persalinan *section cesarea* yang memiliki banyak resiko dan proses penyembuhan pasca persalinan membutuhkan waktu yang lebih lama. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat menjadi solusi bagi penyulit yang disebabkan oleh nyeri pada saat persalinan yang dapat menyebabkan pembukaan jalan lahir menjadi lama dan mempengaruhi nilai APGAR skor bayi (asfiksia), untuk mengurangi angka kematian bayi baru lahir.

## 2. METODE

Jenis penelitian ini adalah Quasi eksperimen dengan design *case control*. Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh Ibu hamil di klinik bersalin Nining kabupaten deli serdang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 25 orang yang diambil dengan tehnik *accidental sampling*. Data primer diperoleh dari hasil pengukuran, pengamatan dan survey yang terdiri dari skala nyeri persalinan kala I fase aktif, pembukaan jalan lahir dan lama persalinan. Data sekunder pada penelitian ini adalah jumlah ibu bersalin yang diperoleh dari Klinik Bersalin Nining kabupaten deli serdang. Analisis data bivariat dilakukan untuk melihat apakah ada pengaruh atau tidak antara variabel dependen dan independen dengan uji Paired Sample T-Test menggunakan SPSS dengan Taraf signifikan 95% ( $\alpha = 0,05$ ).

## 3. HASIL

Setelah data diolah maka didapatkan hasil dari penelitian ini dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel 1.** Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Nyeri Persalinan

Tindakan SSBM	Nyeri Persalinan								p Value
	Sedang		Berat		Berat Tidak terkontrol		Total		
	f	%	f	%	f	%	f	%	
Dilakukan	9	69,2	3	23,1	1	7,7	13	100,0	0,022
Tidak dilakukan	2	16,7	5	41,7	5	41,7	12	100,0	
Total	11	44,0	8	32,0	6	24,0	25	100,0	

Dari tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa dari 13 responden yang dilakukan pijatan SSBM, 9 orang (69,2%) mengalami nyeri persalinan sedang, 3 orang (23,1%) mengalami nyeri persalinan berat dan yang mengalami nyeri berat tidak terkontrol sebanyak 1 orang (7,7%). Dan dari 123 responden yang tidak dilakukan pijatan SSBM, 2 orang (16,7%) mengalami nyeri persalinan sedang, 5 orang (41,7%) mengalami nyeri persalinan berat dan yang mengalami nyeri berat tidak terkontrol sebanyak 5 orang (41,7%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai p 0,022 yang artinya ada pengaruh *slow stroke back massage* terhadap penurunan nyeri persalinan.

**Tabel 2.** Pengaruh *slow stroke back massage* terhadap lama persalinan kala 1

Tindakan SSBM	Lama Persalinan Kala 1						p Value
	≤ 12 jam		> 12 jam		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Dilakukan	10	76,9	3	23,1	13	100,0	0,028
Tidak dilakukan	3	25,0	9	75,0	12	100,0	
Total	13	41,2	12	58,8	25	100,0	

Dari tabel 2 di atas dapat dilihat bahwa dari 13 responden yang dilakukan pijatan SSBM, 10 orang (76,9%) dengan lama persalinan kala 1 ≤ 12 jam dan 3 orang (23,1%) dengan lama persalinan kala 1 > 12 jam. Dan dari 12 responden yang tidak dilakukan pijatan SSBM, 3 orang (25,0%) dengan lama persalinan kala 1 ≤ 12 jam dan 9 orang (75,0%) dengan lama persalinan kala 1 > 12 jam. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai p 0,028 yang artinya ada pengaruh *slow stroke back massage* terhadap lama persalinan kala 1.

**Tabel 3.** Pengaruh *slow stroke back massage* terhadap jumlah perdarahan pascasalin

Tindakan SSBM	Jumlah perdarahan pascasalin						p Value
	≤ 500 ml		> 500 ml		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Dilakukan	10	76,9	3	23,1	13	100,0	0,009
Tidak dilakukan	2	16,7	10	83,3	12	100,0	
Total	12	48,0	13	52,0	25	100,0	

Dari tabel 3 di atas dapat dilihat bahwa dari 13 responden yang dilakukan pijatan SSBM, 10 orang (76,9%) dengan jumlah perdarahan pascasalin ≤ 500 ml dan 3 orang (23,1%) dengan jumlah perdarahan pascasalin > 500 ml. Dan dari 12 responden yang tidak dilakukan pijatan SSBM, 2 orang (16,7%) dengan jumlah perdarahan pascasalin ≤ 500 ml dan 10 orang (83,3%) dengan jumlah perdarahan pascasalin > 500 ml. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai p 0,009 yang artinya ada pengaruh *slow stroke back massage* terhadap jumlah perdarahan pasca salin.

#### 4. PEMBAHASAN

Setiap ibu bersalin akan mengalami nama nya nyeri persalinan. Nyeri persalinan merupakan pengalaman subyektif yang dialami ibu tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks serta penurunan janin selama persalinan. Respon fisiologis terhadap nyeri persalinan meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, keringat, diameter pupil, dan ketegangan otot. Perasaan nyeri pada setiap orang berbeda dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya. (Sari, dkk, 2018).

Menurut hasil penelitian dalam jurnal Fitri L (2018) , bahwa teknik pernapasan, relaksasi, akupresur dan *massage* merupakan teknik yang paling efektif menurunkan nyeri persalinan. Beberapa cara penatalaksanaan dengan menggunakan teknik pijatan atau *massage* yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan penyulit persalinan lain diantaranya adalah *effleurage*, *counter pressure*, *kneading* (*Petrissage*) dan *Slow stroke back massage* (Fitri L, 2018). Pijatan *slow stroke back massage* merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *endorphin* yang dapat menurunkan rasa nyeri dan menciptakan rasa nyaman. Sehingga meningkatnya sekresi hormon oksitosin maka akan meningkatkan frekuensi dan amplitudo kontraksi pada otot polos sehingga mempersingkat Kala I dan lama kala I fase aktif lebih singkat yaitu < 6 jam (Anugerah, 2020).

*Slow Stroke Back Massage* menstimulasi saraf-saraf di superfisial di kulit yang kemudian diteruskan ke otak di bagian hipotalamus. Sistem saraf desenden melepaskan opiat endogen, seperti endorfin. Pengeluaran endorfin mengakibatkan meningkatnya kadar endorfin dalam tubuh. Peningkatan hormon endorfin merangsang produksi hormon dopamin dan hormon serotoni. Kemudian saraf hipotalamus memproduksi hormone oksitosin dan dialirkan ke hipofisis posterior, oksitosin menuju ke uterus, maka mioendometrium akan mengalami kontraksi sehingga merangsang terjadinya kontraksi sehingga otot-otot dan ligamentum di uterus saling tarik menarik dan pembuluh darah terjepit yang menimbulkan pengurangan jumlah pengeluaran perdarahan pascasalin (Aryani, 2015).

## 5. KESIMPULAN

Penelitian mendapatkan ada pengaruh Pijatan *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Nyeri Persalinan, Lama Persalinan kala I (Pembukaan Jalan Lahir) dan jumlah perdarahan pasca salin (*p value* 0,022; 0,028; 0,09). Penelitian ini akan mengembangkan metode non farmakologi dalam mengatasi nyeri persalinan, melewati lamanya pembukaan jalan lahir dan memantau jumlah perdarahan pasca salin. Hasil Penelitian ini dapat digunakan pada tatanan klinis khususnya bagi bidan dalam melaksanakan asuhan sayang ibu dalam asuhan kebidanan intranatal. Penelitian berikutnya dapat meneliti sejauh mana efektivitas SSBM dalam mengatasi nyeri persalinan, melewati lamanya pembukaan jalan lahir dan memantau jumlah perdarahan pasca salin

## DAFTAR PUSTAKA

- Anuhgera, D.E. (2020). TERAPI ALTERNATIF PENGURANGAN RASA NYERI DAN KECEMASAN MELALUI SLOW STROKE BACK MASSAGE (SSBM) PADA INPARTU KALA I FASE AKTIF. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, e-ISSN 2655-0822 Vol. 2 No.2 Edisi November 2019- April 2020 <http://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKK>
- Fitri, L. (2018). EFEKTIVITAS STIMULASI KUTAN SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAPPENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN. *Jurnal Endurance* 3(2) Juni 2018 (232-237)
- Gondo, H. K. (2011). PENDEKATAN NON FARMAKOLOGIS TERHADAP NYERI PERSALINAN. Jakarta: Cermin Dunia Kedokteran
- Kristina, et al. (2016). PENGARUH METODE MASSAGE TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA IBU INPARTU KALA I FASE AKTIF DI KLINIK BERSALIN ANNA MEDAN TAHUN 2016. Medan.*Jurnal Kebidanan*.
- Maghfuroh, A. (2012). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN NYERI PERSALINAN KALA I
- Nurul Jannah. (2017). PERSALINAN BERBASIS KOMPETENSI. Jakarta. Buku Kedokteran EGC
- Saragih, I. S., Rupang, E. R., Tampubolon, L., Ginting, A. A. Y., & Simorangkir, L. (2022). CORRELATION OF PAIN INTENSITY AND PAIN INTERFERENCE IN POST OPERATION PATIENTS. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 4(4), 759-768.