

PENGARUH POSTNATAL MESSAGE TERHADAP NYERI INVOLUSI UTERUS PADA IBU POSTPARTUM DI PMB SIS MRABAWANTI KOTA BATU TAHUN 2023

Wahyu Nila Sani¹⁾, Sulistiyah¹⁾, Rifzul Maulina¹⁾

¹⁾Program Studi Sarjana Kebidanan, ITSK RS dr. SOEPRAOEN Malang,
Jl. S. Supriadi No. 22, Sukun, Kec. Sukun, Kota Malang, Jawa Timur 65147
Email: wahyunilasani25@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: The puerperium is the period during labor and immediately after birth which includes the following weeks when the reproductive tract returns to its pre-pregnancy state. Uterine involution pain is caused by his royan, which is uterine cramps that occur intermittently for 2 or 3 days after delivery as a result of uterine contractions to return to its original state. this is a common discomfort experienced by mothers after childbirth. Postnatal massage is doing massage after delivery starting from the area of the extremities, back, waist, abdomen and buttocks. Method: The aim of the study was to determine the effect of postnatal massage on uterine involution pain in post partum mothers at PMB Sis Mrabawanti, Batu City. The research method uses the One Group Pretest-Posttest. The sample in this study were 16 primigravida postpartum mothers who met the inclusion criteria. Result: The sampling technique uses purposive sampling. The results showed that mothers who experienced a decrease in pain to a scale of 0 were 81.3%, a scale of 1 was 12.5% were analyzed using the Paired t-test Analysis Test with asymp. Sig 2-tailed) of 0.000 which is smaller than the critical research limit of 0.05. Discussion: Postpartum mother. It can be concluded that there is an effect of Postnatal Massage on Involution Pain at PMB Sis Mrabawanti, Batu City. Suggestions for Post Partum mothers are expected to increase knowledge in efforts to deal with pain after giving birth simply at home.

Keyword: *Involution Pain, Postnatal Massage, Postpartum Mother*

Pendahuluan

Masa nifas merupakan masa pemulihan kesehatan ibu yang biasanya berlangsung selama 6-12 minggu (Nugroho, Nurrezki, Desi, & Wilis, 2014).

Involusi uterus ini dapat dipengaruhi oleh 3 hal yaitu autolysis, aktivitas otot dan iskemik (Susanti, Kunci, Dini, & Uteri, 2015). Salah satu hal yang mempengaruhi involusi uteri adalah aktivitas otot, aktivitas otot dapat dilakukan melalui mobilisasi dini. Dengan demikian, mobilisasi dini setelah melahirkan sangat penting bagi ibu (Susanti, 2015).

Faktor tersebut antara lain faktor mobilisasi, gizi, ASI, lingkungan, budaya dan keluarga. Sejumlah prosedur dapat dilakukan untuk membantu proses berjalan lancar, termasuk senam nifas, pijat

oksitosin, dan pijat pascapersalinan (Wahyuni & Nurlatifah, 2017).

Nyeri dapat ditangani dengan dua cara, yaitu farmakologis dan non farmakologis. Sedangkan cara pereda nyeri farmakologi adalah cara pereda nyeri yang menggunakan obat kimia, sedangkan cara non farmakologi adalah cara pereda nyeri alami tanpa obat kimia yang dapat dilakukan dengan kompres dingin atau panas, teknik relaksasi, massage dan teknik pernafasan. (Choirunissa, Suprihatin, & Oktafia, 2019).

Metode

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode One-Group Pretest-Posttest Design. One-group Pretest-Posttest Design ini termasuk dalam penelitian Pre-

Experimental Designs (non-design). Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling yang menghasilkan sebanyak 16 orang. Penelitian dilakukan untuk menilai tingkat nyeri dengan pre-test dan post-test dan untuk mengurangi nyeri dengan pijat postpartum. Data diolah dan dianalisis secara komputerisasi.

Hasil

Rata-rata Skala Nyeri Involusi Uterus (Rahim) Sebelum Postnatal Massage

Sebelum Massage	N	Mean ± sd
	16	6,69 ±0,793

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai mean 6,69. Dari hasil penelitian yang dilakukan diperoleh hasil bahwa rata-rata skala nyeri sebelum *Postnatal Massage* 6,69. Sebelum dilakukan *Postnatal Massage* pada ibu nifas yang di rasakan oleh responden berkisar antara 6-8 mengalami nyeri pada

Rata-rata Skala Nyeri Involusi Uterus (Rahim) Sesudah Postnatal Massage

Sesudah Massage	N	Mean ± sd
	16	0,25 ±0,577

Hasil penelitian yang di lakukan di PMB Sis Mrabawanti tahun 2023 menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri setelah dilakukan *Postnatal Massage* 0,25. Setelah dilakukan *Postnatal Massage* dari 16 responden didapatkan 16 responden tersebut mengalami penurunan skala nyeri, nyeri skala 6 ke skala 0 sebanyak 8 ibu, skala 7 ke 0 sebanyak 5 ibu, skala 8 ke skala 2 sebanyak 1 ibu, skala 8 ke skala 1 sebanyak 1 ibu.

Penurunan skala nyeri menunjukkan efektivitas pijat cinta. Pijat cinta adalah terapi holistik yang dimulai dengan mengendurkan nafas dan kemudian berdoa kepada Tuhan untuk kesejahteraan tubuh, pikiran dan jiwa, diikuti dengan perasaan perhatian, cinta dan kasih sayang yang tulus kepada pemijat. Teknik massage dilakukan dengan drainage, petrissage, acupressure dan love massage

skala 7 sebanyak 5 ibu, skala 8 sebanyak 2 ibu , skala 8 sebanyak 1 ibu, skala 6 sebanyak 8 ibu.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa tingkat nyeri yang dialami orang berbeda-beda. Nyeri adalah perasaan yang kompleks, unik, universal dan individual. Dikatakan individual karena reaksi individu terhadap nyeri berbeda-beda dan tidak dapat dibandingkan.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Tuti Oktriani dkk tahun 2017 tentang Loving Massage Terhadap Penurunan Nyeri Postpartum (Rahim) di BPM ‘R’ dan BPS ‘S’ Bukittinggi Bahwa sebelum tindakan Sebelum dilakukan Loving Massage nyeri perut (rahim) pada ibu nifas yang di rasakan oleh responden berkisar antara skor 4-6 dengan nyeri sedang dan nyeri ringan pada skor 1-3. Jumlah responden yang merasakan nyeri sedang di skor 4-6 sebanyak 9 orang dan nyeri ringan di skor 1-3 sebanyak 3 orang.

pada bagian tubuh tertentu untuk meningkatkan sirkulasi, mengurangi nyeri dan relaksasi (IHCA,2017).

Adanya pengaruh *Postnatal Massage* terhadap nyeri involusi pada ibu nifas juga didukung oleh penelitian Henny Sulistyawati, 2022 setelah tindakan massage responden mengalami penurunan nyeri pada rentang skala 1-5 dengan rata-rata skala nyeri 3 (nyeri ringan). Nyeri yang dialami ibu postpartum setelah di lakukan *Postnatal Massage* berada pada rentang skala nyeri 0-2. Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat diartikan bahwa adanya kesamaan dari penelitian ini yaitu rata-rata skala nyeri sesudah melakukan massage adalah skala nyeri 0,25. Maka hasil penelitian ini menunjukkan setelah dilakukan tindakan massage didapatkan hasil cukup baik yaitu adanya nyeri pada responden.

Efektivitas Postnatal Massage Terhadap Penurunan Nyeri Involusi Uterus (Rahim)

	N	Mean ± sd
Sebelum	16	6,69±0,793
Sesudah	16	0,25±0,577

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Sis Mrabawanti tahun 2023 diperoleh hasil uji statistic efektivitas Postnatal Massage terhadap penurunan nyeri involusi (Rahim) pada ibu postpartum menggunakan uji paired T test didapatkan p value sebesar 0.000 yang artinya lebih kecil dibandingkan dengan taraf signifikansi α 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa (ada) efektifitas Postnatal Massage terhadap penurunan nyeri involusi (Rahim) pada ibu postpartum.

Hasil menunjukkan bahwa setelah dilakukan Postnatal Massage ibu yang mengalami nyeri mengalami penurunan nyeri. Sebelum dilakukan Postnatal massage rata-rata mengalami nyeri 6.69. Dan setelah dilakukan Postnatal Massage rata-rata nyeri yang ibu rasakan ibu menjadi 0.25. Sehingga dapat diartikan bahwa Postnatal Massage dapat menurunkan nyeri pada ibu postpartum.

Penurunan nyeri setelah Loving Massage terjadi pada ibu 2-6 jam setelah melahirkan. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan, diantaranya adalah true gain control theory, dimana massage dapat mencegah nyeri kontraksi uterus karena serabut A-delta menutup gerbang untuk mencegah Cortex Cerebrum menerima pesan nyeri yang terhalang oleh stimulus massage ini. kontra untuk mengubah persepsi nyeri.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat nyeri sebelum postnatal massage yang dialami ibu multipara di jelaskan bahwa nilai mean 6,69 nyeri pada ibu sebelum di berikan postnatal massage yaitu pada skala 6. Menurut Umboh (2015) Ibu primipara memiliki kontraksi paritas uterus yang lebih kuat daripada ibu multipara, dan ibu multipara dengan pengalaman persalinan sebelumnya lebih mudah beradaptasi

dengan rasa sakit daripada ibu tanpa pengalaman dalam hal ini.

Pendapat peneliti tentang ibu yang pernah melahirkan lebih dari 1, tingkat nyeri tampaknya lebih ringan dibandingkan ibu yang tidak pernah melahirkan, karena ibu yang pernah melahirkan lebih banyak mengalami dari kehamilan dan persalinan sebelumnya. Sehingga ibu dapat lebih mudah beradaptasi dengan rasa sakit ibu.

Nyeri post partum adalah nyeri yang dirasakan seperti kram menstruasi saat uterus berkontraksi setelah melahirkan (Bobak, 2014). Berdasarkan penelitian di PMB Sis Mrabawanti menunjukkan bahwa responden nilai rata-rata nyeri pada ibu setelah diberikan postnatal massage yang kedua yaitu skala 0,25.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa tingkat nyeri yang dialami setiap orang berbeda-beda. Nyeri postpartum merupakan perasaan yang kompleks, unik, universal dan individual. Dikatakan individual karena respon individu terhadap sensasi nyeri berbeda dan tidak dapat dibandingkan dengan orang lain. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian tersebut (Parulian, 2016)

Menurut pendapat peneliti nyeri ibu nifas pasca pijat nifas dapat berkurang karena ibu sudah mulai melakukan pekerjaan rumah tangga yang secara tidak langsung menyebabkan mobilisasi dini.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut : Rerata nyeri sebelum Postnatal Massage adalah 6,69, Rerata nyeri sesudah Postnatal Massage adalah 0,25 dan hasil uji statistik adalah nilai P value = 0,000 < 0,05 dimana terbukti teknik Postnatal Massage terdapat efektifitas dalam penurunan skala nyeri pada ibu postpartum.

Daftar Pustaka

- Adam J, Umboh J. “Hubungan antara Umur , Parietas dan Pendampingan Suami dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Deselarasi di Ruang Bersalin RSUD Prof . Dr . H . Aloe Saboe Kota Gorontalo”. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Unsrat*. 2015;5:406–13.
- Bobak, Lowdermilk, Jensen (2014) Buku Ajaran Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC.
- Choirunissa, R., Suprihatin, S., & Oktafia, I. (2019). Efektifitas kompres hangat dan dingin terhadap nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum primipara di Depok 2019. *Universitas Nasional Jakarta Postal*, 3(6), 37–44. Retrieved from <https://stikeswch-malang.e-journal.id/Health/article/view/107/54>.
- Nugroho, T., Nurrezki, Warnaliza, D., & Wilis. (2014). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (Askeb 3). Jogjakarta: Nuha Medika.
- Parulian dan Oktrifiana. 2014. Pengaruh Teknik Effleurage Masage Terhadap Perubahan Nyeri pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Sariningsih Bandung.
- Sulistiyawati, H. (2022). PENGARUH LOVING MASSAGE TERHADAP PROSES INVOLUSI DAN PENURUNAN NYERI POSTPARTUM. *Jurnal Keperawatan*, 15(1), 9-9
- Susanti, E., Kunci, K., Dini, M., & Uteri, T. F. (2016). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Nifas Di Bpm Erlina Darwis Di Kota Bukittinggi Tahun 2015 The Influence Of Early Ambulation Against Tfu Of Puerperium Mothers On Puerperium Mothers At Bpm Erlina Darwis. *Jurnal Kesehatan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi*, 7(1), 1–5. RetrievedFromHttp://Download.Garuda.Ristekdikti.Go.Id/Article.Php?Article=495977&Val=10153&Title=Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Nifas Di Bpm Erlina Darwis Di Kota Bukittinggi Tahun 2015.
- Wahyuni, N., & Nurlatifah, L. (2017). Faktor –Faktor Yang Mempengaruhi Proses Involusi Uterus Pada Masa Nifas Diwilayah Kerja Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak Propinsi Banten Tahun 2016. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 4(2), 167–176
- Leffers, J., dan Mitchell, E.,2010. Conceptual model for partnership and sustainability in global health. *Public Health Nursing*, 28 (1), 91-102.