

## BAB V

### PEMBAHASAN

#### 5.1 Hasil Penelitian

##### 5.1.1 Nyeri punggung pada ibu hamil sebelum diberikan pijat *endorphine massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III Di PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh pemberian *endorphine massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang. Berdasarkan tabel 4.2.1 sebelum diberikan *endorphine massage* dapat dijelaskan bahwa ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung sebagian besar yang mengalami nyeri ringan sebanyak 8 responden (53%) hampir setengah yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 responden (27%) dan sebagian kecil mengalami nyeri sedang sebanyak 3 responden (20%) dan tidak nyeri tidak satupun.

Nyeri adalah segala sesuatu yang dikatakan seseorang tentang nyeri tersebut dan terjadi kapan saja ketika seseorang mengatakan bahwa ia merasa nyeri. Nyeri merupakan sensasi tidak menyenangkan yang terlokasi pada suatu bagian tubuh nyeri seringkali dijelaskan dalam istilah proses destruktif jaringan seperti ditusuk-tusuk, panas terbakar, melilit, seperti emosi, pada perasaan takut, mual dan mabuk (Judha, 2012).

Nyeri punggung dapat terjadi pada kehamilan trimester ketiga karena janin yang tumbuh semakin besar dapat menyebabkan masalah postur tubuh akibat berpindahnya titik keseimbangan pada tubuh ibu, dan saat mendekati

akhir masa kehamilan posisi bayi dapat menekan syaraf yang berada di sekitar punggung bawah ibu. (Astikawati R dan Safitri A, 2013).

Intesitas nyeri adalah gambaran keparahan nyeri yang dirasakan oleh seseorang. Pengukuran intensitas nyeri bersifat subjektif dan individual. Pengukuran nyeri dengan pendekatan objektif dilakukan dengan menggunakan respon fisiologi tubuh terhadap nyeri yang dirasakan seseorang. Pengukuran nyeri sangat subjektif dan individual dan kemungkinan nyeri dengan intensitas nyeri yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda karakteristik tingkat nyeri yaitu skala 0-10 dengan tingkat keparahan tidak nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang dan nyeri berat (Milyanto dkk, 2014). Berdasarkan tabel 4.5 dari 15 responden menunjukkan bahwa sebelum diberikan pijat *endorphine massage* sebagian besar ibu hamil yang mengalami nyeri ringan sebanyak 8 responden (53%) hampir setengah yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 responden (27%) dan sebagian kecil mengalami nyeri sedang sebanyak 3 responden (20%) dan tidak nyeri tidak satupun.

#### **5.1.2 Nyeri punggung pada ibu hamil sesudah diberikan pijat *endorphine massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III Di PMB**

Berdasarkan tabel 4.2.2 sesudah diberikan *endorphine massage* dapat dijelaskan bahwa ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung sebagian besar yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 responden (50%) hampir setengah tidak nyeri sebanyak 5 responden (30%) dan sebagian kecil nyeri sedang sebanyak 3 responden (20%) dan nyeri berat tidak satupun. Hal ini disebabkan *endorphine massage* yang merupakan pijat ringan pada permukaan kulit yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri punggung. Teknik ini bisa dipakai untuk mengurangi rasa tidak nyaman selama kehamilan sampai proses menuju persalinan dan meningkatkan relaksasi dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Teknik sentuhan ringan juga membantu menormalkan

denyut jantung dan tekanan darah. Teknik sentuhan ini mencakup pemijatan yang sangat ringan yang bisa membuat bulu-bulu halus dipermukaan kulit baerdiri. Penelitian ini membuktikan bahwa teknik ini meningkatkan pelepasan hormone endorphin dan oksitosin. (Aprillia, 2010)

Hormon *endorphin* adalah morfin alami tubuh yang bisa menekan rasa sakit dan meningkatkan kekebalan tubuh agar bekerja optimal. Untuk meningkatkan sekresi hormon *endorphin* dapat dilakukan dengan melakukan pijat *endorphin*. Pijat *Endorphin* atau terapi sentuhan ringan merupakan sebuah terapi sentuhan / pijatan ringan yang cukup penting diberikan pada wanita hamil, diwaktu menjelang hingga saatnya melahirkan. Hal inidisebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *Endorphin* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman (Kuswandi, 2011).

### **5.1.3 Pengaruh Pemberian *Endorphin Massage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang**

Berdasarkan analisa bivariate dengan uji wilcoxon didapatkan Asymp.Slg.(2-tailed) bernilai 0,00 karean 0,00 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis Diterima” artinya ada pengaruh pemberian *endorphine massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dyah ayu, 2019 Jenis penelitian adalah Pra-eksperimen dengan *One group Pretest Post-test design*. Teknik penentuan sampel menggunakan teknik *Accidental Sampling* Instrument penelitian menggunakan SOP teknik *endorphin massage* dan lembar observasi nyeri *Numeric Rating Scale*. Hasil penelitian

menunjukkan sebelum dilakukan *endorphin massage* hampir setengah (45%) dari seluruh ibu hamil mengalami nyeri berat dan setelah dilakukan *endorphin massage* tidak ada satupun responden (0%) yang mengalami nyeri berat. Hasil uji *Wilcoxon sign rank test* dengan  $\alpha=0,05$  didapatkan *Asymp.Sig.=0,000* menunjukkan ada pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas nyeri punggung bawah di Puskesmas Kota Jambi.

Hal ini dibuktikan dengan terjadinya penurunan tingkat nyeri punggung pada saat sebelum dilakukan *endorphine massage* terhadap 15 responden dapat dijelaskan bahwa ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 8 responden (53%) hampir setengah yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 responden (27%) dan sebagian kecil mengalami nyeri sedang sebanyak 3 responden (20%) dan tidak nyeri tidak satupun. sesudah diberikan *endorphine massage* dapat dijelaskan bahwa ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung sebagian besar yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 responden (50%) hampir setengah tidak nyeri sebanyak 5 responden (30%) dan sebagian kecil nyeri sedang sebanyak 3 responden (20%) dan nyeri berat tidak satupun.

### **5.1.3 Keterbatasan Peneliti**

Keterbatasan dalam kasus ini adalah peneliti tidak menggunakan kelompok kontrol untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah melakukan *endorphine massage*, dalam penelitian ini intervensi *endorphine massage* hanya dilakukan 4 kali dengan instruktur. *Endorphine massage* juga dapat dilakukan oleh responden dirumah dengan bantuan suami untuk mendapatkan manfaat yang maksimal.

