BAB IV

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 05 sampai 11 September 2020 di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok. Penelitian ini dilakukan terhadap 15 responden ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung dan telah memenuhi kriteria inklusi. Kepada responden dilakukan *endorphin massage* untuk mengetahui efektifitas *endorphin massage* tersebut terhadap skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Setelah penelitian dilakukan data di *input* ke *microsoft excel* untuk kemudian diekspor ke SPSS versi 17.0. Tahap pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah melakukan uji normalitas data. Uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini adalah *saphiro wilk*, karena jumlah sampel < 50 orang. Hasil uji normalitas menunjukkan *bahwa sig value saphiro wilk* > 0,05. Hasil ini menjelaskan bahwa terdistribusi secara normal, sehingga test yang digunakan adalah *independent T-test.*

A. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur (tahun)		
(17-25)	3	20%
(26-35)	**12**	**80%**
Jumlah	**15**	**100%**
Pendidikan		
SD	1	6,7%
SMP	3	20%
SMA	**9**	**60%**
Perguruan Tinggi	2	13,3%
Jumlah	**15**	**100%**
Pekerjaan		
IRT	**11**	**73,4%**
Wiraswasta	2	13,3%
PNS	2	13,3%
Jumlah	**15**	**100%**

Berdasarkan Tabel 4.1 diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III berumur 26-35 tahun sebanyak 12 orang (80%), sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 9 orang (60%), sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai IRT sebanyak 11 orang (73,3%). Adapun analisa yang digunakan dalam penelitian ini berupa analisa univariat dan analisa bivariat yaitu sebagai berikut:

B. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk melihat distribusi karakteristik responden, skala nyeri sebelum diberikan terapi *endorphin massage*.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Punggung Sebelum Pemberian *Endorphin Massage* Pada Ibu Hamil Trimester III di Desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020

Tingkat Nyeri	Sebelum *Endorphin Massage*	
	Frekuensi	Persentase (%)
Nyeri Ringan	2	13,3%
Nyeri Sedang	**9**	**60%**
Nyeri Berat Terkontrol	4	26,4%
Total	**15**	**100%**

Dari tabel 4.2 dapat diketahui bahwa sebagian besar tingkat nyeri punggung responden sebelum diberikan *endorphin massage* yaitu nyeri sedang 9 responden (60%).

C. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk melihat perbandingan penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan *endorphin massage.*

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Punggung Sebelum dan Sesudah Pemberian *Endorphin Massage* Pada Ibu Hamil Trimester III di Desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020

Sebelum Terapi			Sesudah Terapi		
Tingkat Nyeri	**Frekuensi**	**Presentase**	**Tingkat Nyeri**	**Frekuensi**	**Presentase**
Ringan	2	13,3%	Tidak Nyeri	3	20%
Sedang	9	60%	Ringan	10	66,7%
Berat Terkontrol	4	26,4%	Sedang	2	13,3%
Total	**15**	**100%**	**Total**	**15**	**100%**

Dari tabel 4.3 dapat diketahui bahwa tingkat nyeri punggung sebelum diberikan terapi menunjukkan 2 orang (13,3%) mengalami nyeri ringan, 9 orang (60%) mengalami nyeri sedang, dan 4 orang (26,4%) mengalami nyeri berat terkontrol. Sedangkan tingkat nyeri sesudah diberikan terapi *endorphin massage* menunjukkan tidak nyeri 3 orang (20%), nyeri ringan 10 orang (66,7%), dan nyeri sedang 2 orang (13,3%).

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Punggung Sebelum dan Sesudah Pemberian *Endorphin Massage* Pada Ibu Hamil Trimester III di Desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Tingkat Nyeri			
Sebelum terapi *endorphin massage*	5,47	1.506	3-8
Sesudah terapi *endorphin massage*	1,93	1.335	0-4

Dari tabel 4.4 dapat diketahui bahwa rata-rata skala nyeri yang dialami responden sebelum diberikan intervensi *endorphin massage* yaitu 5,47, SD 1.506 dengan tingkat kesalahan 95% (0,05). Setelah diberikan intervensi *endorphin massage* rata-rata skala nyeri yang dialami responden yaitu 1,93, SD 1.335 dengan tingkat kesalahan 95% (0,05).

Tabel 4.5 Analisa Efektifitas Pemberian *Endorphin Massage* Terhadap Skala Nyeri Pada Ibu Hamil Trimester III di Desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020

Variabel	T Test	*P-Value*
Nyeri sebelum diberikan intervensi		
Nyeri setelah diberikan intervensi	16.412	0,000

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa p-value dari hasil uji statistik dengan menggunakan *Paired Sample T-Test* adalah 0,000 (< 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif diterima. Hal ini berarti bahwa *endorphin massage* efektif menurunkan skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok tahun 2020.

BAB V
PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul "efektifitas *endorphin massage* terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok tahun 2020" maka dapat diuraikan pembahasan sebagai berikut :

A. Skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi *endorphin massage* terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok

Hasil penelitian sebelum dilakukan terapi *endorphin massage* terhadap 15 responden ibu hamil trimester III di desa Kuok menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri punggung 5,47 dan standart deviasi 1.506 dengan tingkat kesalahan 95% (0,05). Adapun berdasarkan kategori nyeri rata-rata nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu hamil trimester III berada pada kategori sedang.

Timbulnya nyeri punggung pada ibu hamil terjadi karena pertumbuhan uterus yang menyebabkan perubahan postur tubuh dan dapat menekan impuls nyeri, penambahan berat badan, pengaruh hormone relaksin terhadap *ligament,* riwayat nyeri punggung terdahulu, paritas dan aktivitas. Pertumbuhan uterus sejalan dengan perkembangan kehamilan mengakibatkan teregangnya ligament penopang yang biasanya dirasakan ibu sebagai spasme menusuk yang sangat nyeri (menekan impuls nyeri)

yang disebut dengan nyeri *ligament* (Kartikasari & Nuryanti, 2016). Hal inilah yang menyebabkan nyeri punggung pada ibu hamil. Intensitas nyeri tersebut berupa nyeri ringan, sedang, nyeri berat sehingga dapat mengganggu kenyamanan pada ibu hamil.

Menurut Jannah, (2012) menjelaskan bahwa faktor lain yang menyebabkan nyeri punggung pada ibu hamil adalah paritas dan aktivitas. Wanita *grandemultipara* yang tidak pernah melakukan latihan setiap kali melahirkan cenderung mengalami kelemahan otot abdomen, sedangkan wanita *primigravida* biasanya memiliki otot abdomen yang sangat baik karena otot tersebut belum pernah mengalami peregangan sebelumnya. Dengan demikian keparahan nyeri punggung biasanya meningkat seiring dengan bertambahnya jumlah paritas. Nyeri punggung juga disebabkan akibat membungkuk yang berlebihan, berjalan tanpa istirahat dan angkat beban, terutama bila salah satu atau kegiatan ini dilakukan saat wanita tersebut sedang lelah.

Hasil penelitian sesudah dilakukan terapi *endorphin massage* terhadap 15 responden menunjukkan bahwa yang mengalami nyeri berat terkontrol menjadi nyeri sedang 2 orang, nyeri berat terkontrol menjadi nyeri ringan 2 orang, nyeri sedang menjadi nyeri ringan 8 orang, nyeri sedang menjadi tidak nyeri 1 orang, nyeri ringan menjadi tidak nyeri 2 orang. Hal ini sesuai dengan teori Kuswandi, (2013) yang menjelaskan bahwa *endorphin massage* merupakan terapi sentuhan atau pijatan ringan yang dapat meransang tubuh untuk melepaskan senyawa *endorphin* yang

merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. *Endorphin massage* membantu dalam relaksasi dan menurunkan kesadaran nyeri dengan meningkatkan aliran darah ke area yang sakit, meransang reseptor sensori di kulit dan otak dibawahnya, mengubah kulit, memberikan rasa sejahtera, meningkatkan sirkulasi lokal, stimulasi pelepasan *endorphin*, penurunan katekiolamin endogen ransangan terhadap serat eferen yang mangakibatkan blok terhadap ransang nyeri.

Menurut Aprilia (2010) mengatakan *endorphin massage* merupakan molekul protein dan sel-sel dari sistem syaraf dan beberapa bagian tubuh yang berguna untuk bekerja bersama reseptor sadatif untuk mengurangi rasa nyeri. Tentunya dilakukan sesuai dengan standar prosedur operasional (SOP).

Hasil penelitian 4 orang responden mengalami nyeri berat terkontrol menjadi nyeri sedang sebanyak 2 orang, menjadi nyeri ringan sebanyak 2 orang. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena kurangnya konsentrasi responden dalam melakukan *endorphin massage*, situasi dan kondisi yang bising akibat banyaknya anggota keluarga di dalam rumah membuat ibu tidak mampu melakukan terapi dengan baik. Tentunya hal ini dapat mempengaruhi penurunan nyeri seseorang setelah dilakukan terapi *endorphin massage*.

B. Efekktifitas *endorphin massage* terhadap skala nyeri punggung ibu hamil trimester III di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian diketahui terjadi penurunan skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok setelah diberikan intervensi berupa terapi *endorphin massage*. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi adalah 5,47. Sedangkan sesudah diberikan intervensi terapi *endorphin massage* rata-rata tingkat nyeri responden 1,93 sehingga perbedaan tingkat nyeri responden sebelum dan sesudah pemberian terapi *endorphin massage* adalah 3,54.

Hasil uji statistik dengan menggunakan *paired sample test* menunjukkan nilai p = 0,000 (<0,05) berarti efektif terhadap pemberian terapi *endorphin massage* dengan penurunan skala nyeri punggung ibu hamil trimester III di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi *endorphin massage* mampu menurunkan skala nyeri punggung ibu hamil trimester III. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara selama 3 kali perlakuan pemberian terapi *endorphin massage*, keseluruhan responden mengatakan rileks dan nyaman setelah diberikan terapi *endorphin massage* dan responden mengatakan nyeri yang dialami berkurang.

Sesuai dengan teori Setiawati, (2012) menjelaskan bahwa terapi *endorphin massage* merupakan pijatan yang meransang tubuh untuk

melepaskan senyawa *endorphin* yang mampu mereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman.

Peneliti berasumsi bahwa terapi *endorphin massage* sangatlah bermanfaat dan efektif dalam mengurasi rasa nyeri pada ibu hamil trimester III. Karena terapi *endorphin massage* dapat meransang sensori di kulit dan otak dibawahnya, meningkatkan sirkulasi lokal, menstimulasi pelepasan *endorphin*, penurunan *katekiolamin endogen* yang meransang serat *eferen* yang mampu menurunkan nyeri.

Penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang memiliki persamaan dan perbedaan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya dari Wulandari & Mutoharoh (2016) yaitu sama-sama melakukan penelitian dengan terapi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III.

Sedangkan untuk perbedaan penelitian ini dengan penelitian Wulandari & Mutoharoh (2016) adalah pada penelitian ini menggunakan metode studi kasus melalui wawancara dan observasi langsung dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *accidental sampling* dengan jumlah sampel 15 orang. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan rancangan *one grup pretest posttest* dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*, dengan jumlah sampel 14 orang.

Terapi *endorphin massage* dilakukan peneliti sebanyak 3 kali dalam seminggu dengan durasi terapi selama 20 menit, sedangkan penelitian

sebelumnya dilakukan 2 kali dalam seminggu dengan durasi terapi selama 10 menit.

Hasil uji *paired simple test* pada penelitian ini didapatkan *p value* 0,000 dengan rata-rata penurunan skala nyeri 3,54 sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan *Wilcoxon signed rank test* didapatkan *p value* 0,000 dengan rata-rata penurunan skala nyeri 1,41.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, peneliti berpendapat bahwa terapi *endorphin massage* efektif terhadap penurunan skala nyeri punggung ibu hamil trimester III di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok tahun 2020 dibuktikan dengan uji statistik menggunakan uji *paired sample test* menunjukkan nilai *p value* 0,000 (<0,05).

BAB VI
PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun hal yang dapat disimpulkan dalam penelitian ini adalah :

1. Sebelum diberikan terapi *endorphin massage* pada 15 responden menunjukkan responden mengalami nyeri berat terkontrol, nyeri sedang, dan nyeri ringan.
2. Sesudah diberikan terapi *endorphin massage* pada 15 responden menunjukkan responden yang mengalami nyeri berat terkontrol menjadi nyeri sedang 2 orang, menjadi nyeri ringan 1 orang, nyeri sedang menjadi nyeri ringan 4 orang, menjadi tidak nyeri 1 orang, nyeri ringan menjadi tidak nyeri 2 orang.
3. Rata-rata penurunan skala nyeri punggung pada ibu hamil setelah diberikan terapi *endorphin massage* adalah 3,54.
4. Terapi *endorphin massage* efektif dalam menurunkan skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di desa Kuok wilayah kerja Puskesmas Kuok tahun 2020.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Memberikan informasi kepada ibu hamil dan suami terkait *endorphin massage* sehingga meningkatkan pengetahuan ibu dalam menangani masalah nyeri punggung.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan agar dapat memberikan informasi kepada mahasiswi tentang pemanfaatan *endorphin massage* sebagai salah satu pengobatan secara non farmakologi dalam menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dan perkembangan ilmu pengetahuan dalam kebidanan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti lain agar meneliti *endorphin massage* dengan mengkombinasikan teknik nonfarmakologi lainnya sebagai variabel lain untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

DAFTAR PUSTAKA

Aprilia, Y. (2010*). Hipnostetri : Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*. Jakarta : Gagas Media.

Bobak, I.M., & Lowdermilk, D.L. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta : EGC

Brunner & Suddarth, (2012). B*uku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 Volume 2*. Jakarta : EGC.

Dinkes Provinsi Riau. (2017)

Hastono. (2007). *Analisa Data Kesehatan*. Jakarta : FKM. UI.

Hidayat, A.A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : PT Salemba Medika.

Jannah, N. (2011). *Konsep Dokumentasi Kebidanan*. Yogyakarta : Ar'ruz Media

Jhonson, Y. (2014). *Keperawatan Maternitas Demystified*. Edisi I. Yogyakarta : Rapha Publishing.

Kuswandi, L. (2013). Hypnobirthing, A Gentle Way to Give Birth. Jakarta : Pustaka Bunda

Mafikasari, A. & Kartikasari, R. A. (2013). *Posisi Tidur Dengan Kejadian Back Pain (Nyeri Punggung) Pada Ibu Hamil Trimester III.* Vol. 07, No. 02. Hal. 26

Manuaba. (2010). *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan*. Jakarta : EGC

Megasari, Miratu dkk. (2015). *Asuhan Kebidanan 1. Ed.I. Cet.2*. Yogyakarta : Deepublish.

Mogren, M. (2013). *Konsep Kebidanan. Yogyakarta* : Muha Medika

Muttaqin, A. (2008). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika

Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

——— (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan* : Pendekatan Praktis. Jakarta : Salemba Medika

Nursalam. (2009). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : PT. Salemba Medika.

Perry, & Potter. (2011). *Fundamental Keperawatan Buku 3 Edisi 7.* Indonesia/Singapore : Salemba Medika.

Rahayu, dkk. (2017). *Pengaruh Endorphin massage terhadap Rasa Sakit Disminore Pada Mahasiswi Jurusan Kebidanan Poltekes Kemenkes Tasikmala*. Jurnal Kebidanan

Salmah, dkk. (2012). *Asuhan Kebidanan Antenatal*. Jakarta : EGC

Saryono, & Angraeni, D.M. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika

Sastroasmoro, S. (2010). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta : Sagung Seto

Saudia, B. E, & Sari, O. N. (2018). *Perbedaan Efektifitas Endorphin Massage Dengan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trismester III Di Puskesmas Wilayah Kerja Sekota Mataram. Jurnal Kesehatan Prima.*

Sugiono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & B*, Bandung : Alfabeta.

Sulistyawati. (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan* . Jakarta : Salemba Medika.

Supardi. (2013). *Aplikasi Statistika Dalam Penelitian Konsep Statistika Yang Lebih Komprehensif*. Jakarta : Change Publication.

Sutanto A.V, Fitriana. Y. (2017). *Asuhan Pada Kehamilan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press

Taylor, W. (2011). *Buku Ajar Praktik Kebidanan*. Jakarta : EGC.

Vermani, Era et al. (2009). *Pelvic Girdle Pain and Low Back in Pregnancy* : A Review. Warrington. World Institute of Pain, 2009

WHO. (2014)

Wulandari, P. (2017). *Efektifitas Terapi Asmaul Husna Terhadap Penurunan Skala nyeri Pada Pasien Fraktur Di RSUD Provinsi Riau*, 3 (2), Pp. 375-382.

Wulandari, S. & Mutoharoh, I. (2016). *Penerapan Endorphin Massage Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Ismoyowati Mirit*.