



PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG MANFAAT PIJAT ENDORPHIN UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA SAAT BERSALIN

Nur Wahida¹, Dewi Aminasty siregar²

¹Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes
DarmaisPadangsidimpuan

²Dosen STIKes Darmais Padangsidimpuan
nurwahidachaniago64@gmail.com/

ABSTRACT

Back pain during pregnancy has been known for centuries and has even been popularized by Hippocrates, Vesanus, Pinean, Velpeau, and others. Back pain is also more common in the third trimester of pregnancy caused by the position of the uterus, which gets bigger as the size of the fetus grows. The purpose of this study was to find out the knowledge of pregnant women about the benefits of endorphin massage to reduce back pain during childbirth in Goti village, Padangsidimpuan Tenggara sub-district in 2022. The benefit of this research was to increase the respondents' insight and knowledge about the benefits of endorphin massage. This type of research is descriptive using a total sampling of 20 respondents, based on knowledge, age, education, employment, and sources of information. The results of the study were less knowledgeable, namely 17 people (85%) the majority of respondents with less knowledge aged 20-35 as many as 17 people (85%) the majority of respondents with less knowledge with high school education were 12 people (60%), the majority of respondents with less knowledge worked as IRT as many as 12 people (60%), the majority of respondents have less knowledge based on sources of information from health workers as many as 17 people (85%). The majority of pregnant women's knowledge about the benefits of endorphin massage is still lacking, so it is hoped that pregnant women will increase their knowledge and also expect health workers and posyandu cadres to provide counseling to pregnant women about the benefits of endorphin massage.

Keywords : Back Pain, Endorphin Massage

ABSTRAK

Nyeri punggung selama kehamilan telah di kenal sebelum berabad-abad bahkan telah dipopulerkan oleh hippocrates, vesanus, pinean, velpeau dan lainnya. Nyeri punggung juga lebih sering dialami oleh kehamilan trimester III disebabkan oleh posisi rahim yang kian membesar seiring dengan membesarnya ukuran janin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Pijat Endorphin Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Saat Bersalin Di desa Goti Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2022. Manfaat penelitian ini adalah menambah wawasan dan pengetahuan responden tentang manfaat pijat endorphin. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan total sampling 20 responden, berdasarkan pengetahuan, umur, pendidikan, pekerjaan, sumber informasi. Hasil penelitian berpengetahuan kurang yaitu 17 orang (85%) mayoritas responden berpengetahuan kurang dengan umur 20-35 sebanyak 17 orang (85%) mayoritas responden berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA sebanyak 12 orang (60%), mayoritas responden berpengetahuan kurang bekerja sebagai IRT sebanyak 12 orang (60%), mayoritas responden berpengetahuan kurang berdasarkan sumber informasi dari tenaga kesehatan sebanyak 17 orang (85%). Mayoritas Pengetahuan ibu hamil tentang manfaat pijat endorphin masih kurang sehingga diharapkan kepada ibu hamil untuk menambah pengetahuan juga diharapkan kepada tenaga kesehatan dan kader posyandu memberikan penyuluhan kepada ibu hamil tentang manfaat pijat endorphin

Kata Kunci : Nyeri Punggung, Pijat Endorphin

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan anugrah darituhan yang maha esa. Kehamilan merupakan hasil dari pertemuan sperma dan sel telur. Kehamilan di mulai sejak masa konsepsi sampai lahirnya janin kurang lebih 40 minggu atau 9 bulan 7 hari yang di hitung mulai dari haid pertama haid terakhir. Kehamilan merupakan proses alamiah dalam periode pertumbuhan seorang wanita. (Sudargo,2028).

Menurut hasil laporan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2002-2003, Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia menunjukkan angka 300/100.000 kelahiran hidup. Adapun AKI di berbagai wilayah Indonesia memperlihatkan angka yang cukup beragam. Ada kabupaten yang cukup tinggi, namun ada juga yang telah sesuai dengan angka yang di harapkan. Hal ini tergantung dari kondisi geografis, tingkat kemiskinan, dan daerah konflik. Banyak faktor penyebab AKI. Salah satunya adalah kondisi ibu hamil selama kehamilan hingga kelahiran bayi.

Berdasarkan laporan dari Profil Kesehatan kabupaten/ kota AKI maternal yang di laporkan di sumatera utara tahun 2012 hanya 106/100.000 kelahiran hidup. Namun ini belum bisa menggambarkan AKI yang sebenarnya di populasi. Berdasarkan hasil sensus penduduk 2010, AKI di sumatera utara sebesar 328/100.00 kelahiran hidup. Angka ini masih cukup tinggi bila di bandingkan dengan angka rasional hasil sp 2010 sebesar 259/100.000 kelahiran hidup.

Survei yang dilakukan peneliti pada hari pertama periode tanggal 22 januari peneliti bertemu dengan 15 orang ibu hamil, dari 15 orang ibu hamil yang di temui oleh peneliti, tidak ada ibu yang mengetahui tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin. Oleh

karna itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Pengetahuan ibu hamil tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidimpuan tenggara.

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana tentang Pengetahuan ibu hamil tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidimpuan tenggara tahun 2022 ?”

METODOLOGI PENELITIAN

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana tentang Pengetahuan ibu hamil tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidimpuan tenggara tahun 2022. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Kuantitatif*, merupakan penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran atau deskripsi suatu keadaan secara objektif. Metode ini digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang atau yang sedang terjadi (Notoadmojo, 2010).

Desain penelitian yang digunakan adalah *Deskriptif*, penelitian *Deskriptif* didefinisikan suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang tejadididalam masyarakat (Notoadmojo, 2010). Yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tentang Pengetahuan ibu hamil tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidimpuan tenggara tahun 2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidimpuan tenggara tahun 2022

No.	Pengetahuan	F	%
1	Baik	2	5,0
2	Cukup	1	10,0
3	Kurang	17	85,0
Jumlah		20	100

Berdasarkan Tabel 4.1 diperoleh bahwa pengetahua responden tentang pijat endorphin mayoritas berpengetahuan kurang yaitu 17 orang (85%), daan minoritas berpengetahuan baik yaitu 1 orang (5,0%).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi berdasarkan umur Ibu tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidempuan tenggara tahun 2022

No	Umur	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	< 20	0	0	0	0	0	0	0	0
2	20-35	2	10,0	1	5,0	17	85,0	20	100
3	>35	0	0	0	0	0	0	0	0
Jumlah		2	10,0	1	5,0	17	85,0	20	100

Berdasarkan Tabel .4.2 dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-35 yaitu 17 orang (85%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan umur 20-35 tahun yaitu 2 orang (10%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi berdasarkan pendidikan Ibu tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidempuan tenggara tahun 2022

No	Pendidikan	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	SD	0	0	0	0	0	0	0	0
2	SMP	0	0	0	0	5	25,0	5	25,0
3	SMA	1	5,0	1	5,0	12	60,0	14	70,0
4	Perguruan Tinggi	1	5,0	0	0	0	0	1	5,0
Jumlah		2	10,0	1	5,0	17	85,0	20	100

Tabel 4.3. diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA yaitu sebanyak 12 orang (60,0%) dan minoritas berpengetahuan baik dengan pendidikan Perguruan Tinggi dan SMA masing-masing yaitu sebanyak 1 orang (5,0%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi berdasarkan pekerjaan Ibu tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidempuan tenggara tahun 2022

No	Pekerjaan	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	PNS	1	5,0	0	0	0	0	1	5,0
2	Wiraswasta	0	0	0	0	1	5,0	1	5,0
3	Buruh Tani	0	0	0	0	4	20,0	4	20,0
4	IRT	1	5,0	1	5,0	12	60,0	14	70,0
Jumlah		2	10,0	1	5,0	17	85,0	20	100

Berdasarkan Tabel 4.4 diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT yaitu sebanyak 12 orang (60,0%) minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan PNS dn IRT masing masing yaitu sebanyak 1 orang (5,0).

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi berdasarkan sumber informasi Ibu tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidimpuan tenggara

No	Sumber Informasi	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	Media Cetak	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Media Elektronik	1	5,0	1	5,0	17	85,0	19	95,0
3	Tenaga Kesehatan	1	5,0	0	0	0	0	1	5,0
	Jumlah	2	10,0	1	5,0	17	85,0	20	100

Tabel 4.5 diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi Media Elektronik yaitu sebanyak 17 orang (85,0%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan sumber informasi media elektronik dan tenaga kesehatan yaitu sebanyak 1 orang (5,0%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Pengetahuan ibu hamil tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidimpuan tenggara tahun 2022. Maka di peroleh sebagai berikut : berdasarkan pengetahuan tentang pijat endorphin mayoritas berpengetahuan kurang yaitu 17 orang (85%), dan minoritas berpengetahuan baik yaitu 1 orang (5,0%).

Dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-35 yaitu 17 orang (85%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan umur 20-35 tahun yaitu 2 orang (10%). Diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA yaitu sebanyak 12 orang (60,0%) dan minoritas berpengetahuan baik dengan pendidikan Perguruan Tinggi dan SMA masing-masing yaitu sebanyak 1 orang (5,0%).

Diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT yaitu sebanyak 12 orang (60,0%) minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan PNS dan IRT masing masing yaitu sebanyak 1 orang (5,0). Diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi Media Elektronik yaitu sebanyak 17 orang (85,0%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan sumber informasi media elektronik dan tenaga kesehatan yaitu sebanyak 1 orang (5,0%).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang manfaat pijat endorphin untuk mengurangi nyeri punggung pada saat bersalin di desa goti kecamatan padangsidimpuan tenggara tahun 2022 maka di peroleh kesimpulan sebagai berikut :

1. pengetahuan tentang pijat endorphin mayoritas berpengetahuan kurang yaitu 17 orang (85%), dan minoritas berpengetahuan baik yaitu 1 orang (5,0%).

2. dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-35 yaitu 17 orang (85%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan umur 20-35 tahun yaitu 2 orang (10%).
3. diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA yaitu sebanyak 12 orang (60,0%) dan minoritas berpengetahuan baik dengan pendidikan Perguruan Tinggi dan SMA masing-masing yaitu sebanyak 1 orang (5,0%).
4. diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT yaitu sebanyak 12 orang (60,0%) minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan PNS dan IRT masing masing yaitu sebanyak 1 orang (5,0).
5. diperoleh bahwa dari 20 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi Media Elektronik yaitu sebanyak 17 orang (85,0%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan sumber informasi media elektronik dan tenaga kesehatan yaitu sebanyak 1 orang (5,0%).

DAFTAR PUSTAKA

- A.Wawan & Dewi M. 2011. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusi. Cetakan II. Yogyakarta : Nuha Medika
- Alam.2020. Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Metode Akupresur. Bandung:CV.Media Sains Indonesia.
- Aprilia, Yesie. 2010. Hipnostetri Rileks Nyaman dan Aman saat Hamil dan Melahirkan. Jakarta: Gagas Media.
- Astuti, A.P dan Masruroh. 2013. Perbedaan Lama Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin yang Dilakukan dan yang Tidak Dilakukan Pijat Endorphin di RB Margo Waluyo Surakarta. Jurnal Kebidanan vol. 5 no. 1: 30-36

- Balaskas. 2012. Teknik Pemijatan Relaksasi Persalinan. Jakarta : Gagas Media
- Bartini, I. 2014. ANC Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Normal. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Bimariotejo. 2009. Hubungan Antara Postur Tubuh Nyeri Punggung Bawah Pada Pasien Poliklinik Neurologi. <http://www.journal.usu.ac.id>, diakses 15 April 2018
- Dartiwen dkk,(2019), Asuhan kebidanan pada Kehamilan, Yogyakarta. CV Andi Offset
- Kuswandi, Yessie Aprilia, Tantri Maharani S, 2016, Modul Panduan Pelatihan Basic Hypnosis and Hypno-Birthing, Jakarta: HBI
- Notoadmodjo, S. (2017). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoadmodjo, S. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoadmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.