

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Persalinan terbagi menjadi tiga tahap, tahap pertama meliputi pembukaan serviks dan mulainya pergerakan janin turun menuju panggul, tahap kedua terjadi saat serviks terbuka sepenuhnya dan kelahiran bayi, dan tahap ketiga yang melibatkan pengeluaran plasenta.<sup>1</sup> Proses persalinan termasuk keadaan alamiah yang dirasakan setiap ibu hamil. Rasa nyeri yang muncul terjadi akibat kontraksi uterus sebagai respon fisiologis pada persalinan. Hal ini merupakan bentuk sistem pertahanan dari tubuh karena adanya jaringan yang rusak.<sup>2,3</sup> Setiap ibu yang menjalani persalinan selalu ditandai dengan adanya nyeri. Tingkat nyeri yang dirasakan ibu saat bersalin menunjukkan reaksi yang beragam, sekalipun pada ibu yang sama pengalaman nyeri persalinan dapat bervariasi disetiap proses persalinannya.<sup>4</sup>

Nyeri pada saat persalinan timbul akibat adanya kontraksi otot-otot rahim, kekurangan oksigen pada otot yang berkontraksi, peregangan serviks selama proses pembukaan, iskemia pada korpus uteri, serta peregangan dibagian segmen bawah rahim.<sup>5</sup> Wanita yang menjalani persalinan untuk pertama kalinya cenderung merasakan nyeri yang lebih intens dibandingkan dengan yang sudah pernah melahirkan, karena kontraksi rahim pada persalinan pertama umumnya lebih kuat. Keadaan ini disebabkan oleh perbedaan proses dilatasi serviks antara primipara dan multipara, dimana pada multipara penipisan dan dilatasi serviks terjadi secara bersamaan, sedangkan pada primipara penipisan serviks berlangsung sebelum dilatasi. Perbedaan ini membuat intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu primipara, khususnya pada kala 1 persalinan cenderung lebih tinggi dibandingkan ibu multipara.<sup>6</sup>

Nyeri persalinan yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak serius bagi ibu, karena dapat menimbulkan kelelahan, ketakutan, kecemasan, hingga stres. Kondisi ini berpotensi menghambat kontraksi rahim yang kemudian dapat memperlambat proses persalinan dan meningkatkan risiko komplikasi serius bagi ibu ataupun bayi.<sup>7,8</sup> Nyeri persalinan yang berat dapat menyebabkan peningkatan sistem saraf simpatis, detak jantung, sistem pernafasan, dan tekanan darah selama

proses persalinan, sehingga mengakibatkan proses persalinan berlangsung lebih lama yang dapat meningkatkan risiko komplikasi pada ibu dan janin.<sup>9</sup> Pada ibu, persalinan lama dapat menimbulkan komplikasi seperti perdarahan, infeksi pada jalan lahir, robekan perineum, serta cedera pada otot panggul. Sedangkan pada janin, persalinan lama dapat mengurangi aliran darah ke plasenta yang menyebabkan penurunan suplai oksigen ke janin dan beresiko terjadinya kondisi gawat janin seperti asfiksia, terjadinya infeksi, trauma kepala dan gangguan neurologis.<sup>10</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Aviva, dkk (2025) didapatkan dari 62 ibu bersalin pada kala 1 fase aktif merasakan nyeri, yaitu nyeri pada tingkat sedang sebanyak 43,5 %, nyeri tingkat berat sebanyak 33,9%, dan nyeri tingkat ringan 22,6%.<sup>11</sup> Rasa nyeri yang terjadi saat persalinan dimulai dari awal persalinan sampai pada saat pembukaan lengkap, lalu berlanjut pada kala pengeluaran janin hingga pengeluaran plasenta.<sup>12</sup> Tingkat nyeri yang tinggi dapat menyebabkan ibu mengalami kecemasan dan menurunkan kondisi fisik karena respon yang berlebihan terhadap nyeri yang dialami ibu. Peningkatan kecemasan pada ibu dapat menambah persepsi nyeri dan terjadi peningkatan sekresi katekolamin yang berdampak terganggunya kekuatan kontraksi rahim dan dapat memperpanjang durasi persalinan.<sup>13</sup> Peningkatan hormon katekolamin dan steroid yang berlebihan dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Kondisi ini memicu terjadinya penurunan kontraksi rahim, penurunan sirkulasi uteroplacenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus serta timbulnya iskemia uterus yang meningkatkan impuls nyeri.<sup>14</sup>

Kecemasan ibu terhadap persalinan normal dapat memengaruhi keputusan ibu beralih memilih metode *sectio caesarea* untuk persalinannya tanpa indikasi medis, dimana ibu memiliki asumsi tidak akan merasakan nyeri dan lebih aman pada saat melahirkan.<sup>15</sup> Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mustafa dan Wahyuni (2025), didapatkan tingkat kecemasan ibu terhadap persalinan normal sehingga memilih *sectio caesarea* (SC), sebanyak 47 responden pada kategori sangat cemas, sebanyak 9 responden cukup cemas dan tidak mengalami kecemasan 6 responden. Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu dipengaruhi oleh

kekhawatiran ibu terhadap rasa nyeri yang dialami dan ketakutan terjadinya robekan jalan lahir yang dapat mengganggu saat berhubungan suami istri.<sup>16</sup>

*World Health Organization* (WHO) menetapkan standar rata-rata persalinan *sectio caesarea* (SC) di sebuah negara adalah sekitar 10-15% per kelahiran.<sup>17</sup> Kejadian SC terus meningkat secara global, kini mencapai lebih 21% dan diperkirakan akan terus meningkat mencapai 29% dari seluruh kelahiran pada tahun 2030. Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Indonesia angka kejadian persalinan dengan metode *sectio caesarea* (SC) pada tahun 2018 terdapat 17,6% dan pada tahun 2023 menjadi 25,9%. Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan angka persalinan melalui metode SC. Provinsi tertinggi dengan persalinan SC pada tahun 2023 adalah Bali (50,3%), DKI Jakarta (40,8%), DI Yogyakarta (38,1), dan Sumatera barat (34,9).<sup>18,19</sup>

SC dapat menjadi penting dalam situasi seperti persalinan yang lama atau macet, gawat janin, atau karena bayi berada dalam posisi abnormal. Namun, SC dapat memiliki risiko, meliputi potensi perdarahan hebat, infeksi, waktu pemulihan yang lebih lambat setelah melahirkan, keterlambatan dalam memulai menyusui dan kontak kulit ke kulit, serta peningkatan kemungkinan komplikasi pada kehamilan berikutnya.<sup>20</sup> Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sajjad *et al* (2025) menunjukkan bahwa kejadian perdarahan postpartum lebih tinggi pada persalinan sesar (26,5%) dibandingkan persalinan pervaginam (12,3%). Kondisi ini menunjukkan bahwa tindakan operasi persalinan dapat meningkatkan risiko perdarahan pada ibu.<sup>21</sup>

Intensitas nyeri saat persalinan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal, seperti jumlah persalinan sebelumnya, usia, kebudayaan, kemampuan menghadapi stres, kondisi emosional, pengalaman ibu sebelumnya, dukungan sosial, dan tindakan medis yang diberikan.<sup>22</sup> Jika ibu tidak bisa mengendalikan rasa nyeri saat persalinan, maka dapat mengakibatkan kontraksi rahim menjadi tidak teratur sehingga proses persalinan terganggu dan menjadi lebih lama.<sup>23</sup>

Usaha untuk menurunkan nyeri persalinan dapat dilakukan dengan penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi. Teknik farmakologi merupakan metode yang digunakan untuk meredakan rasa nyeri dengan menggunakan obat-obatan. Penatalaksanaan farmakologi berpotensi memiliki efek samping yang dapat

mempengaruhi kondisi janin dalam kandungan. Sedangkan, teknik non farmakologi dilakukan tanpa obat-obatan, melainkan dengan memberikan berbagai teknik yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun anggota keluarga tanpa adanya pengaruh yang merugikan.<sup>24,4</sup>

Metode non farmakologi dapat meningkatkan kepuasan selama proses persalinan karena ibu mampu mengendalikan perasaan dan kekuatannya.<sup>25</sup> Pengelolaan nyeri pada ibu bersalin tanpa obat dapat diberikan dengan teknik relaksasi, teknik pernapasan, pijatan (pijat endorphen, *oxytocin massage*, *massage effleurage*, dan *massage counterpressure*), terapi panas dingin, aromaterapi, *hypnobirthing* yang dapat memberikan rasa nyaman pada ibu saat persalinan dan memberikan pengaruh yang efektif.<sup>26,12</sup> Berbagai metode non farmakologi tersebut, pijat endorphen memiliki keunggulan dalam merangsang pelepasan hormon endorfin yang secara langsung mempengaruhi pusat pengendalian nyeri di otak, sehingga efektif dalam mengatasi nyeri persalinan.<sup>27</sup>

Pijat endorphen merupakan teknik sentuhan atau pijatan ringan yang memiliki peran untuk diberi pada ibu hamil, terutama saat proses persalinan. Pijat endorphen dapat merangsang pelepasan hormon endorphen dalam tubuh, yaitu senyawa alami yang berfungsi sebagai pereda nyeri, mengatur rasa stres, sistem imun menjadi meningkat sekaligus memberikan rasa nyaman pada ibu. Pijat ini aman dilakukan bagi ibu dan bayi, serta tidak memerlukan biaya yang besar.<sup>28,29</sup> Pijat endorphen melibatkan sentuhan lembut dan pijatan ringan yang dapat menstabilkan detak jantung dan tekanan darah, sekaligus menciptakan rasa tenang bagi ibu melalui rangsangan pada kulit. Teknik ini juga meningkatkan pelepasan hormon oksitosin yang berperan penting dalam proses persalinan.<sup>30</sup>

Penelitian yang dilaksanakan oleh Winancy, dkk (2023) memperoleh hasil yang menunjukkan adanya perbedaan intensitas nyeri persalinan kala 1 sebelum dan sesudah dilakukan pijat endorphen. Nyeri terhadap ibu bersalin sebelum diberikan pijat endorphen rata-rata (6,11). Lalu, setelah dilakukan pijat endorphen didapatkan intensitas nyeri berkurang dengan rata-rata (3,97), yang mana diperoleh perbedaan (2,14) sebelum dan sesudah diberikan pijat endorphen. Sehingga adanya pengaruh dalam mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin.<sup>31</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Sevtiani, dkk (2025) mendapatkan hasil adanya pengaruh dalam memberikan pijat endorphin terhadap intensitas nyeri persalinan, yang mana terjadi penurunan tingkat nyeri sebelum dan sesudah mendapatkan pijat endorphin pada ibu bersalin. Hal ini karena sentuhan yang diberi pada tubuh ibu menghasilkan rasa tenang dan tekanan darah serta detak jantung yang menjadi teratur, sehingga nyeri yang dirasa ibu akibat persalinan berkurang.<sup>32</sup>

Banyaknya hasil penelitian yang mendukung terkait rasa nyeri yang dirasakan ibu saat bersalin tidak hanya berdampak pada kenyamanan fisik, tetapi juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis, proses persalinan, hingga kesejahteraan ibu dan bayi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan tinjauan naratif mengenai pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada peneltian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Pijat Endorphin terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui pengaruh pijat endorphin sebelum dan setelah dilakukan terhadap tingkat penurunan nyeri pada ibu bersalin.
- b. Mengetahui durasi dilakukan pijat endorphin dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

*Literature review* ini dapat meningkatkan wawasan penulis mengenai pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin dan memberikan pengalaman dalam melakukan studi literatur.

#### **1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Dapat digunakan sebagai sumber informasi untuk mendukung pengembangan pendidikan tentang pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin. Hasil studi literatur ini diharapkan dapat menambah wawasan pembaca, khususnya terkait pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin.

#### **1.4.3 Bagi Tenaga Kesehatan**

Dapat memberikan informasi yang bisa dijadikan bahan masukan kepada tenaga kesehatan, terutama bidan dalam menerapkan pijat endorphin sebagai metode non farmakologi untuk mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin.

#### **1.4.4. Bagi Masyarakat**

Diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan peran serta masyarakat khususnya ibu hamil, suami, dan keluarga mengenai pentingnya penggunaan pijat endorphin untuk mengurangi nyeri pada ibu bersalin

