

## PENGARUH ENDORPHIN MASSAGE TERHADAP TINGKAT NYERI PADA IBU PASCA SECTIO CAESAREA DI RS BHAYANGKARA TK I PUSDOKKES POLRI JAKARTA TIMUR

Putri Cahya Emilia<sup>1</sup>, Jenny Anna Siauta<sup>2</sup>, Rukmaini<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta

e-mail korespondensi: [jenny.siauta@civitas.unas.ac.id](mailto:jenny.siauta@civitas.unas.ac.id)

### ABSTRAK

Tingkat nyeri yang dirasakan pada ibu pasca operasi *sectio caesarea* masih sangat tinggi karena efek dari luka sayatan dibagian perut ibu sehingga mengganggu kenyamanan dan mobilisasi menjadi terbatas. Untuk mengatasi hal ini peneliti memberikan tindakan non farmakologi berupa teknik komplementer menggunakan *endorphin massage* untuk membantu mengurangi nyeri. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap tingkat nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* di RS Bhayangkara TK. I Puskokkes Polri. Penelitian menggunakan *quasi-experiment* dengan 2 kelompok yaitu intervensi dan kontrol. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 40 responden. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi skala nyeri NRS dan lembar SOP *endorphin massage*. Analisis yang digunakan menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*. Hasil penelitian: Adanya pengaruh *endorphin massage* terhadap tingkat nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* dengan (p value 0,000). Terdapat perbedaan hasil uji 2 pada kelompok intervensi dan kontrol dengan nilai selisih penurunan tingkat nyeri lebih banyak 15,05 dan hasil (p value 0,000) Untuk uji 1 terdapat nilai selisih penurunan tingkat nyeri hanya 3,15 dan hasil (p value 0,331). Kesimpulannya ada pengaruh *endorphin massage* terhadap tingkat nyeri dan terdapat perbedaan pada kelompok intervensi dengan menggunakan *endorphin massage* yaitu tingkat nyeri lebih rendah dibandingkan yang tidak dilakukan *endorphin massage* pada ibu pasca *sectio caesarea* di RS Bhayangkara Tk.I Puskokkes Polri

**Kata kunci:** *Sectio Caesarea*, Nyeri dan *Endorphine Massage*

### Abstract

The level of pain felt by mothers after caesarean section surgery is still very high due to the effect of the incision in the mother's abdomen, which interferes with comfort and limited mobility. To overcome this, researchers provided non-pharmacological measures in the form of complementary techniques using endorphin massage to help reduce pain. The aim of this study was to determine the effect of endorphin massage on pain levels in mothers after caesarean section at Bhayangkara TK Hospital. I Police Health Center. The research used a quasi-experiment with 2 groups, namely intervention and control. Sampling used a purposive sampling technique of 40 respondents. The research instrument used the NRS pain scale observation sheet and endorphin massage SOP sheet. The analysis used the Wilcoxon test and the Mann Whitney test. Research results: There is an influence of endorphin massage on the level of pain in mothers after caesarean section with (p value 0.000). There is a difference in the results of test 2 in the intervention and control groups with the difference value of the reduction in pain levels being more 15.05 and the result (p value 0.000). For test 1 there is a difference value in the reduction of pain levels of only 3.15 and the result (p value 0.331). In conclusion, there is an influence of endorphin massage on pain levels and there is a difference in the intervention group using endorphin massage, namely the level of pain is lower compared to those who did not receive

endorphin massage in mothers after caesarean section at Bhayangkara Hospital Tk.I  
Pusdokkes Polri

**Keywords:** *Sectio Caesarea*, Pain and *Endorphine Massage*

## 1. PENDAHULUAN

*Sectio Caesarea* SC diharapkan dapat menjadi jalan keluar terakhir terhadap berbagai komplikasi obstetrik seperti persalinan lama, persalinan terhambat, ruptur uteri segera, gawat janin, janin besar, dan perdarahan pasca persalinan. Melahirkan memiliki risiko yang besar tidak hanya bagi sang ibu, namun juga bagi janin yang dikandungnya. Meskipun berisiko, kejadian SC meningkat di banyak negara, termasuk Indonesia (Haqo, 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia secara global (WHO) *Sectio Caesarea* adalah sekitar 5-15% per 1000 kelahiran. Data Survei Maternal dan Perinatal Global WHO 2021 menunjukkan bahwa 46,1% dari seluruh kelahiran dilakukan melalui *Sectio Caesarea*. (World Health Organization, 2019). Berdasarkan data RISKEDAS tahun 2021, 17,6% persalinan di Indonesia dilakukan dengan metode *Sectio Caesarea* (SC). Indikasi persalinan *Sectio Caesarea* (SC) karena adanya beberapa komplikasi dengan persentase 23,2% posisi janin melintang/sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), eklampsia (0,2%), ketuban pecah dini (5,6%), persalinan lama (4,3%), keterlibatan tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), solusio plasenta (0,8%), hipertensi (2,7%) dan lain-lain (4,6%). Berdasarkan data SKDI (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia) tahun 2021, angka kejadian kelahiran SC di Indonesia sebesar 17% dari total jumlah kelahiran di fasilitas kesehatan (Komarijah & Waroh, 2023).

Berdasarkan Survei Kesehatan (Riskesdas, 2018), SC sebesar 9,8%, dengan proporsi tertinggi di DKI Jakarta (19,9%) dan terendah di Sulawesi Tenggara (3,3%). Sekitar 4,8 juta kelahiran terjadi di Indonesia, 19 persen di antaranya dilakukan melalui operasi Caesar di Indonesia. Sedangkan di DKI Jakarta, jumlah kelahiran caesar pada perempuan usia 10-54 tahun mencapai 31,07% dari total jumlah kelahiran. (Kemenkes RI, 2018)

Efek fisik atau fisiologis yang sering dialami pasien pasca operasi caesar adalah nyeri akibat kerusakan jaringan yang menyebabkan kontinuitas jaringan. Nyeri pada pasien bedah sebagian besar merupakan nyeri sedang hingga berat setelah operasi. Intensitas nyeri persalinan caesar lebih tinggi yaitu sekitar 27,3% dibandingkan dengan tingkat nyeri persalinan normal yang hanya sekitar 9% (Solehati, 2015). Sekitar 60% pasien menderita nyeri sangat hebat, 25% nyeri sedang dan 15% nyeri ringan. (Santoso et al., 2022). Nyeri yang tidak terkontrol akan memperpanjang proses penyembuhan dengan komplikasi yang menyebabkan gangguan pernafasan, ekskresi, peredaran darah dan komplikasi sistemik lainnya. Akibatnya kualitas hidup dan kepuasan pasien menurun, lama rawat inap meningkat, dan biaya pengobatan meningkat.

Selain itu, efek nyeri yang terjadi menyebabkan terbatasnya mobilisasi, bounding attachment seperti inisiasi menyusui dini tidak tercapai karena intensitas nyeri semakin meningkat saat ibu beraktivitas. Hal ini membuat ibu

kurang memberikan perhatian terhadap bayinya, dan ibu enggan memberikan ASI yang merupakan makanan terbaik bagi bayi dan memiliki banyak manfaat bagi bayi (Morita et al., 2020)

Nyeri dapat diatasi dengan obat pereda nyeri yang bertujuan untuk mengurangi nyeri yang dirasakan hingga tingkat kenyamanan. Penanganan nyeri dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Ada beberapa teknik non farmakologi untuk meredakan atau mengurangi nyeri, seperti sentuhan efektif, sentuhan terapeutik, akupresur, relaksasi, pemijatan dan penggunaan distraksi, hipnosis, kompres dingin atau kompres hangat, TENS (stimulasi saraf listrik transkutan), dan Banson, relaksasi. (Morita et al., 2020)

Salah satu yang dilakukan dalam penelitian ini adalah efek non farmakologi dari teknik pijat komplementer yaitu *endorfin massage*. *Endorphin Massage* merupakan perawatan pemijatan ringan yang dapat merangsang tubuh mengeluarkan senyawa endorfin yang bersifat menghilangkan rasa sakit dan dapat menimbulkan rasa nyaman dengan menyentuh permukaan kulit (Karuniawati, 2020). Pijat endorfin ini bisa dilakukan setelah operasi caesar bagi ibu yang mengalami nyeri hebat. Sentuhan yang menyertai pijatan endorfin menciptakan perasaan tenang dan rileks yang pada akhirnya mengarah pada normalisasi detak jantung dan tekanan darah. (Nurmalasari et al., 2023)

Di RS Bhayangkara Tk.I Pusedokkes Polri merupakan RS rujukan Tipe A di Wilayah Jakarta Timur, sehingga pasien lebih banyak persalinan dengan metode *sectio caesarea* karena indikasi

medis baik dari segi ibu maupun janin dan mengalami tingkat nyeri yang dirasakan tinggi karena akibat dari luka sayatan post *sectio caesarea*, dan belum dilakukannya atau mengenal apa itu *endorphin massage*. Berdasarkan data yang didapatkan dari buku rekam medik jumlah ibu bersalin dengan tindakan *sectio caesarea* dalam 3 bulan terakhir dari bulan agustus – oktober 2023 terdapat 230 pasien.

Berdasarkan fakta dari studi pendahuluan yang saya temui pada bulan November 2023 terdapat 10 ibu pasca *sectio caesarea* dan peneliti menanyakan mengapa ibu belum bisa mobilisasi, memberikan ASI kepada ibunya padahal bayi sudah rawat gabung bersama ibunya dan rata-rata 6 jam pasca *sectio caesarea* ibu sebaiknya sudah bisa belajar mobilisasi bertahap sedikit demi sedikit. Terdapat 6 diantaranya mengatakan bahwa setelah minum obat anti nyeri ibu merasa masih kesakitan dan terlihat dari ekspresi wajah ibu tampak meringis kesakitan sehingga mengganggu aktifitasnya dan sulit untuk bergerak. Sedangkan 4 diantaranya nyeri masih terasa hanya berkurang sedikit dan ibu bisa sedikit mobilisasi miring kanan kiri walaupun masih dengan bantuan keluarga/bidan.

Oleh karena itu bidan ingin membantu memberikan perlakuan dengan non farmakologi menggunakan teknik *endorphin massage* yang diharapkan setelah 6 jam pertama pasca *sectio caesarea* tingkat nyeri ibu berkurang sehingga ibu sudah bisa dengan nyaman mobilisasi bertahap seperti miring kanan kiri dengan sendirinya tanpa bantuan orang lain, sehingga dapat mencegah terjadinya perdarahan dengan mobilisasi dini, mempercepat involusi uterus serta

ibu juga bisa menyusui bayinya dengan nyaman dan lebih rileks.

Berdasarkan dari penjabaran dan latar belakang di atas dengan adanya resiko pengaruh tingkat nyeri pasca *sectio caesarea* maka untuk membantu meminimalkan kondisi tersebut peneliti ingin melakukan *endorphin massage*. Maka peneliti merasa penting untuk dilakukannya penelitian ini dengan judul pengaruh *endorphine massage* terhadap tingkat nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* di RS Bhayangkara TK. I Puskokkes Polri Jakarta Timur.

## 2. METODE PENELITIAN

Peneliti telah melakukan uji etik terlebih dahulu sebelum melakukan penelitian ke pasien. Dengan No Surat Lolos Kaji Etik KET/EC-38/XII/2023/RS.BHAY.TK.I.

Penelitian ini menggunakan quasi-experiment dengan menggunakan 2 kelompok with control group design. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Lokasi penelitian dilakukan di RS Bhayangkara Tk.I Puskokkes Polri selama 1 bulan pada Desember 2023 – Januari 2024. Penelitian ini dilakukan terhadap 40 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 20 responden sebagai kelompok intervensi yang mengkonsumsi obat anti nyeri dan diberi perlakuan berupa *endorphin massage* sedangkan 20 kelompok kontrol hanya mengkonsumsi obat antinyeri.

Pengukuran skala nyeri dilakukan sebelum (uji 1) dan sesudah (uji 2) diberikan perlakuan. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar observasi skala nyeri dalam bentuk NRS dan Standar Operasional Prosedur

(SOP) *endorphin massage*. *Endorphin massage* dilakukan sebanyak 2 x selama 15 menit pada 6 jam dan 24 jam pasca *sectio caesarea*. Untuk pengukuran dilihat pada hasil akhir di 24 jam pasca *sectio caesarea* agar hasil lebih efektif.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Tabel 1. Rata-Rata Nyeri Pasca *Sectio Caesarea* Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol Di RS Bhayangkara TK. I Puskokkes Polri Jakarta Timur

Berlandaskan tabel 4.1 di atas, terlihat rata-rata nyeri pasca *sectio caesarea* dengan jumlah 20 sampel pada uji 1 kelompok intervensi dengan pemberian terapi farmakologi dan *endorphin massage* yaitu nilai meannya 6.95 dengan nilai

Kelompok	Tingkat Nyeri	N	Mean	SD	Min	Max
Intervensi	Uji 1	20	6.95	0.68	6	8
	Uji 2		3.40	0.59	2	4
Kontrol	Uji 1	20	7.15	0.58	6	8
	Uji 2		4.50	0.60	4	6

standar deviasi 0.68. Untuk uji 2 terdapat nilai mean 3.40 dengan standar deviasi 0.59.

Untuk rata-rata nyeri kelompok kontrol yang hanya mendapatkan pemberian terapi farmakologi dengan jumlah 20 sampel pada uji 1 nilai mean nya yaitu 7.15 dengan nilai standar deviasi 0.58. Untuk uji 2 nilai mean 4,50 dengan nilai standar deviasi 0.60.

### Tabel 2. Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Pasca *Sectio Caesarea* di RS Bhayangkara Tk I Puskokkes Polri

Kelompok	N	Uji 1		Uji 2		p Value
		Mean	SD	Mean	SD	
Intervensi	20	6.95	0.68	3.40	0.59	0.000
Kontrol	20	7.15	0.58	4.50	0.60	0.000

Berdasarkan tabel diatas, diketahui pada ibu pasca *sectio caesarea* yang mendapat terapi farmakologi dan *endorphin massage* memiliki jumlah 20 responden dengan nilai rata-rata nyeri pasca *sectio caesarea* pada uji 1 kelompok intervensi adalah 6.95, dengan standar deviasi 0.68, untuk rata-rata nyeri pasca *sectio caesarea* pada uji 2 adalah 3.40 dengan standar deviasi 0.59. Nilai standar deviasi < mean maka dapat diputuskan bahwa data kelompok intervensi tidak ada kesenjangan yang cukup besar sehingga datanya baik. Hal ini terdapat penurunan tingkat nyeri pada uji 1 dan uji 2 kelompok intervensi yang diberikan terapi farmakologi dan diberi perlakuan berupa *endorphin massage*. Hasil uji statistik wilcoxon sign rank pada kelompok intrervensi diperoleh p value  $0,000 < a= 0,05$  yang berarti adanya pengaruh *endorphin massage* terhadap tingkat nyeri pada pasca *sectio caesarea*

Ibu pasca *sectio caesarea* yang mendapat terapi farmakologi tanpa diberikan perlakuan *endorphin massage* diketahui nilai rata-rata nyeri pasca *sectio caesarea* pada uji 1 adalah 7.15 dengan standar deviasi 0.58. Rata-rata nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* pada uji 2 adalah 4.50 dengan standar deviasi 0.60. Nilai standar deviasi < mean maka dapat diputuskan bahwa data kelompok kontrol tidak ada kesenjangan yang cukup besar sehingga datanya baik. Hal ini terdapat penurunan tingkat nyeri pada uji 1 dan uji 2 kelompok

kontrol yang diberikan terapi farmakologi. Hasil uji statistik Wilcoxon Sign Rank pada kelompok kontrol diperoleh p value  $0,000 < a= 0,05$  yang berarti dapat disimpulkan bahwa ibu yang mendapat terapi farmakologi pada ibu pasca *sectio caesarea* sama-sama memiliki pengaruh penurunan tingkat nyeri.

**Tabel 3. Perbedaan Nyeri Kelompok kontrol dan intervensi Pada Ibu Pasca *Sectio Caesarea* di RS Bhayangkara Tk I PUSDOKKES Polri**

Kelompok	N	Kontrol	Intervensi	Selisih	P-Value
		Mean rank	Mean rank		
Uji 1	20	22.08	18.93	3.15	0.331
Uji 2	20	28.03	12.98	15.05	0.000

Hasil uji 1 Mann Whitney pada kelompok kontrol yang diberikan terapi farmakologi dengan jumlah 20 sampel pada nilai mean rank 22.08 dan kelompok intervensi yang diberikan terapi farmakologi ditambah dengan perlakuan *endorphin massage* dengan nilai mean rank 18.93. Selisih penurunan tingkat nyeri 3.15. Berdasarkan nilai p value di atas yaitu 0,331 atau > 0,05. Hal ini menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu pasca *sectio cesarea* pada uji 1 kelompok intervensi dan kontrol

Hasil uji 2 pada kelompok kontrol yang diberikan terapi farmakologi dengan jumlah 20 sampel pada nilai mean rank 28.03 dan kelompok intervensi yang diberikan terapi farmakologi serta tambahan *endorphin massage* dengan nilai mean rank 12.98 dengan selisih penurunan nyeri lebih banyak yaitu 15.05. Hal ini

menunjukkan bahwa pada uji 2 kelompok yang mengkonsumsi obat anti nyeri ditambah dengan memberikan perlakuan *endorphin massage* lebih efektif membantu menurunkan tingkat nyeri yang dirasakan pada ibu pasca *sectio caesarea*. Berdasarkan nilai p value di atas yaitu 0,000 atau  $< 0,05$  yang berarti adanya perbedaan penurunan tingkat nyeri yang signifikan terhadap uji 2 kelompok intervensi dan kontrol setelah diberi perlakuan *endorphin massage*.

Berdasarkan hasil penelitian secara statistik pada ibu pasca *sectio caesarea* yang hanya mendapatkan terapi farmakologi saja sebagai anti nyeri maupun pada ibu pasca *sectio caesarea* yang diberikan terapi tambahan dengan perlakuan non farmakologi menggunakan teknik komplementer *endorphin massage* ternyata sama-sama memiliki pengaruh pada penurunan tingkat skala nyeri. Tetapi pada uji beda yaitu ibu pasca *sectio caesarea* yang mendapatkan terapi farmakologi dan ditambah dengan perlakuan *endorphin massage* memiliki perbedaan yang signifikan karena penurunan tingkat nyeri yang lebih banyak.

*Sectio caesarea* adalah suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui dinding depan perut dan vagina, atau *sectio caesarea* adalah suatu histerotomia untuk melahirkan janin dalam rahim (Mochtar, 2019). Hal ini sejalan dengan teori nyeri akut merupakan rasa sakit yang hebat pasca operasi caesar dirasakan setelah operasi selesai, dan ketika pasien bangun, efek anestesi berhenti, area tubuh yang dioperasi terasa nyeri. Efek dari luka sayatan menyebabkan mobilisasi pasien terbatas, mengganggu aktivitas sehari-hari,

dan menimbulkan ketidaknyamanan pada pasien. (Oktariani et al., 2022).

Adanya nyeri akibat luka pasca operasi *sectio caesarea* ini juga dapat menimbulkan gangguan aktivitas ibu, seperti ibu takut bergerak sehingga adanya keterbatasan gerakan, keterbatasan fungsional (tidak dapat berdiri, berjalan ataupun bergerak). (Sylvia & Rasyada, 2023). Setelah merasa kesakitan ibu diberikan obat antinyeri yaitu obat pereda nyeri berupa suntikan ketorolak.

Menurut penelitian (Watung, 2014) Ketorolac merupakan obat non-narkotika dengan efek antiinflamasi dan antipiretik serta menjadi alternatif bagi pasien operasi caesar. Ketorolac menghambat sintesis prostaglandin. Prostaglandin merupakan neurotransmitter yang berperan dalam peradangan, nyeri, demam, dan analgesia perifer. Ketorolac digunakan untuk mengobati obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID). Digunakan untuk penyakit jangka pendek yaitu sampai 5 hari. Setelah injeksi intramuskular atau intravena, efek analgesik tercapai dalam 30 menit.

Menurut penelitian (Morita et al., 2020) Penatalaksanaan nyeri secara farmakologis sangat efektif dalam mengatasi nyeri, namun pengobatan dengan obat tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien dan dirinya sendiri dalam mengendalikan nyerinya serta mempunyai efek jangka panjang seperti gangguan ginjal. Oleh karena itu, diperlukan kombinasi farmakologi dan nonfarmakologis agar rasa nyeri berkurang dan waktu pemulihan tidak bertambah. Metode non-farmakologis ini tidak menggantikan obat-obatan, namun hanya diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yang

berlangsung beberapa detik atau menit.

Salah satu yang dilakukan dalam penelitian ini adalah efek non farmakologi dari teknik pijat komplementer yaitu endorfin. Hingga saat ini endorfin dikenal sebagai zat yang memiliki banyak manfaat, seperti kemampuan mengendalikan rasa sakit dan penyakit yang berlebihan, serta perasaan stres. Kulit merupakan organ terbesar dalam tubuh dan merupakan organ yang paling banyak mengalami sentuhan penyembuhan atau sentuhan yang mempengaruhi orang dan pikiran serta tubuh, sehingga pijatan lembut akan membantu ibu merasa lebih segar, rileks dan nyaman setelah perawatan operasi caesar. (Dewi, 2023a).

Menurut sebuah penelitian (Kartikasari dan Nuryanti, 2016), dokter kandungan Constance Palinsky memperkenalkan teori endorfin untuk membantu ibu operasi caesar mengatasi rasa sakit. Sentuhan lembut dan teknik pemijatan yang menimbulkan sensasi positif pada permukaan kulit membantu ibu dan tubuhnya rileks dan merasa lebih tenang. Teknik ini dilakukan pada titik-titik tertentu di sepanjang meridian yang distimulasi selama pemijatan punggung. Serabut saraf besar di wilayah ini mengarah ke sistem somatik dan limbik, formasio retikuler, dan talamus serta menghasilkan endorfin. Pasalnya, pijatan dapat mengaktifkan hormon endorfin yang berperan sebagai pereda nyeri.

Manfaat pijat endorfin antara lain relaksasi dan mengurangi persepsi nyeri dengan meningkatkan aliran darah ke area yang nyeri, menstimulasi reseptor sensorik di kulit dan otak di bawahnya, mengubah kulit, memberikan rasa

nikmat berhubungan dengan kedekatan interpersonal, meningkatkan aliran darah lokal, pelepasan endorfin, penurunan katekolamin endogen, stimulasi eferen yang menghalangi rangsangan nyeri. (Dzikrina, 2020).

Sebelum penelitian ini dilakukan sudah ada penelitian terdahulu sebelumnya, yaitu sejalan dengan penelitian (Puji Astuti et al., 2023) dengan judul terdapat pengaruh pijat endorfin terhadap tingkat nyeri pada ibu post partum dengan riwayat persalinan tindakan post *sectio caesarea* di RSUD Sungai Dareh Kabupaten Dharmasraya 2020. Memperlihatkan bahwa hasil analisa adanya perbedaan intensitas nyeri pada ibu post-partum dengan riwayat persalinan tindakan *sectio caesarea* dapat dilihat dari hasil selisih tingkat nyeri yang diberikan endorfin massage lebih banyak berkurang.

Menurut penelitian Khasanah (2020) membahas terhadap nyeri persalinan pada kala I yang menggunakan teknik *endorphin massage* dengan teknik tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan. Hal ini sejalan dengan hasil uji beda kedua kelompok pada penelitian (Oktariani et al., 2022) dengan judul efektivitas *endorphin massage* untuk menurunkan nyeri pada ibu post partum SC di rumah sakit umum siaga medika purbalingga. Hasil penelitian terdapat perbedaan pemberian *endorphin massage* untuk pereda nyeri sebelum dan sesudah melahirkan pasien operasi caesar di RSUD Siaga Medika Purbalingga. Yang dimana kelompok setelah diberikannya *endorphin massage* tingkat nyeri lebih cepat menurun

dibandingkan yang hanya diberikan obat antinyeri saja.

Peneliti berasumsi berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, hal ini sejalan dengan teori dan jurnal yang terkait bahwa adanya pengaruh dan perbedaan nyeri yang signifikan pada *endorphine massage* terhadap tingkat nyeri ibu pasca *sectio caesarea*. Menurut peneliti teknik *endorphin massage* mampu menurunkan kecemasan dan nyeri karena dengan dibantu adanya tambahan afirmasi positif berupa kata-kata yang menenangkan dari si peneliti dengan berjalan bersamaan saat melakukan *endorphin massage* akan merangsang hormon endorfin untuk keluar lebih banyak sehingga membantu ibu lebih rileks dan saat merasa rileks ibu mengatakan jadi mengantuk karena menikmati sentuhan ringan dan dibantu dengan afirmasi positif yang telah diberikan oleh si peneliti sehingga secara tidak langsung dapat membantu menurunkan nyeri.

Hal ini dapat dilihat dari penurunan skala nyeri yang lebih banyak / lebih cepat terjadi pada kelompok setelah diberikan tambahan terapi selain farmakologi yaitu *endorphin massage* sehingga membantu ibu lebih mudah dalam mobilisasi, memberikan ASI pada bayinya karena tingkat nyeri yang berkurang banyak.

#### 4. KESIMPULAN

- a. Nilai rata-rata nyeri kelompok setelah diberikan terapi farmakologi dan *endorphin massage* tingkat nyeri lebih rendah yaitu dari 6.95 menjadi 3.40. Untuk rata-rata nyeri kelompok yang diberikan terapi farmakologi saja juga mengalami

penurunan nyeri yaitu dari 7.15 menjadi 4.50.

- b. Ada pengaruh *endorphin massage* terhadap tingkat nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* di RS Bhayangkara Tk.I Puskokes Polri Jakarta Timur dengan nilai ( $p\text{-value} = 0,000$ ).
- c. Ada perbedaan pada kelompok sesudah intervensi dengan menggunakan perlakuan *endorphin massage* yaitu tingkat nyeri lebih rendah dibandingkan yang tidak dilakukan *endorphin massage* pada ibu pasca *sectio caesarea* di RS Bhayangkara Tk.I Puskokes Polri. Dengan hasil uji 2 kelompok intervensi dan kontrol terdapat nilai selisih penurunan tingkat nyeri sebanyak 15,05 dengan p value sebesar  $0,000 < a = 0,05$  yang berarti adanya perbedaan yang signifikan pada tingkat nyeri sesudah pemberian *endorphin massage*. Untuk uji 1 terdapat selisih penurunan tingkat nyeri hanya 3,15 dengan p value  $0,331 > a = 0,05$  yang berarti tidak adanya perbedaan yang signifikan pada tingkat nyeri sebelum dilakukan *endorphin massage*

#### 5. SARAN

- a. Dapat menjadi masukan dan pertimbangan kepada perawat, bidan dan pihak rumah sakit dalam mengaplikasikan *endorphin massage* sebagai upaya penurunan skala nyeri pada pasien pasca *sectio caesarea* sesuai dengan Standar Operasional Prosedur bahwa dalam pemberian *endorphin massage* ini dapat diberikan sebagai pelengkap dengan bersamaan pemberian terapi farmakologi.

- b. Diharapkan dapat dijadikan referensi tambahan untuk penelitian selanjutnya dan dapat dikembangkan mengenai cara lain yang mempengaruhi penurunan nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* sehingga komplikasi yang muncul dapat diminimalisir.
- c. Diharapkan masyarakat umum dapat mengetahui bahwasanya *endorphin massage* merupakan salah satu dari alternatif non farmakologi sebagai pelengkap tanpa menghilangkan terapi farmakologi nya untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea*. Selain itu diharapkan suami pasien bisa bekerja sama dalam melakukan sendiri *endorphin massage* kepada istrinya langsung.

#### REFERENSI

- Aryanto, S., Khasanah, S., & Dewi, P. (2022). Perbedaan Tingkat Kepuasan Pasien Sectio Caesaria dengan Anestesi Metode ERACS dan Metode Spinal. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.35960/snppkm.v2i1.1073>
- Dewi, M. K. (2023a). Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. Studi Kasus Pada Ibu Bersalin di PMB M Kota Bekasi. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 3069–3077. <https://doi.org/https://doi.org/10.55681/sentri.v2i8.1339>
- Dzikrina. (2020). Penerapan Endorphin Massage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Pada Ny. M Di Pmb Emalia Amd. Keb., SKM Lampung Selatan (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang). *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents, September 2016*, 12–26.
- Esta, F. A. (2020). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Persalinan Sectio Caesarea Di Rsud Rantauprapat Tahun 2017. *Universitas Nusantara PGRI Kediri, 01*, 1–7.
- Haqo, A. H. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persalinan Sectio Caesarea Disusun Oleh: Literatur Review. *Ilmu Kesehatan Universitas "Aisyiyah Yogyakarta*.
- Hidayatulloh Ana Ikhsan, Octavia, L. E., Kusman, I., & Nandang. (2020). Pengalaman Dan Manajemen Nyeri Pasien Pasca Operasi Di Ruang Kemuning V Rsup Dr. Hasan Sadikin Bandung : Studi Kasus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 187. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.795>
- Kartikasari, R. I., & Nuryanti, A. (2016). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil. 1, 297–304.
- Karuniawati, B. (2020). Efektivitas Massage Endorphin dan Counter Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(1), 27-33. <http://dx.doi.org/10.33757/jik.v4i1.256>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Komarajah, N., & Waroh, Y. K. (2023). Determinan Kejadian Persalinan Sectio Caesarea ( Sc ) Di Rsud Syamrabu

- Bangkalan. *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian*, 5, 2513–2522.  
<https://snhrp.unipasby.ac.id/pr/osing/index.php/snhrp/article/view/833>
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), 106.  
<https://doi.org/10.34008/jurhes.ti.v5i2.197>
- Nurmalasari, N., Nurrohmah, A., & Hapsari, A. F. (2023). Pijat Endorphan Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Post Partum Dengan Riwayat Persalinan Tindakan Sectio Caesarea di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal Ilmiah Penelitian*, 1(2), 88–95.
- Oktariani, N., Hanayah, S., & Dewi, F. K. (2022). Efektivitas Endorphine Message Untuk Menurunkan Nyeri Pada Ibu Post Partum SC di Rumah Sakit Umum Siaga Medika Purbalingga. *Jurnal Bidan Mandira Cendikia*, 1(2), 51–59.
- Puji Astuti, S. A., Nadya, E., Noviana Putri, C. Y., Veriyani, F., & Handini, R. S. (2023). Pengaruh Pijat Endorfin Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Post-Partum dengan Riwayat Persalinan Tindakan Sectio caesarea di RSUD Sungai Dareh Kabupaten Dharmasraya Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 03(1), 9–25.
- Santoso, A. I., Firdaus, A. D., & Mumpuni, R. Y. (2022). Penurunan skala nyeri pasien post operasi sectio caesarea dengan teknik mobilisasi dini. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 11(April), 97–104.
- Solehati, T. (2015). *Konsep dan Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung Refika Aditama
- Septiana, E. (2023). Pengaruh Pijat Endorphan Terhadap Penurunan Rasa the Effect of Endorphan Massage in Decreasing Back Pain. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Dan Ilmu Kesehatan*, 1(1), 1–8.
- Sylvia, E., & Rasyada, A. (2023). Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Post Sectio Cesarea. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 15(1), 74-85.  
<https://jurnal.stikes-aisyah-palembang.ac.id/index.php/Ke/article/view/126>
- Watung, J. L. (2014). Perbandingan Efektifitas Tramadol 1 mg/kgbb + Paracetamol 1 gr Intravena dan Tramadol 1 mg/kgbb + Ketorolak 30 mg Intravena pada Penanganan Nyeri Pasca Pembedahan Sesaria. *E-CliniC*, 2(1).  
<https://doi.org/10.35790/ecl.2.1.2014.3714>
-