

PENGARUH PIJAT ENDORPHINE TERHADAP  
JUMLAH PENGELUARAN DARAH PADA KALA EMPAT PERSALINAN  
NORMAL PRIMI PARA DI BIDAN PRAKTEK MANDIRI KABUPATEN  
INDRAMAYU TAHUN 2013

---

Siti Koriah<sup>1</sup>, Suryani Supardan<sup>2</sup>, Bahiyatun<sup>3</sup> Ari Soewondo<sup>4</sup>

### ABSTRACT

Postpartum hemorrhage is bleeding more than 500 cc which occurs after the baby is born vaginally. One way to reduce the blood that comes out can be done with the Endorphin massage. Endorphin massage is performed at stage four, during which a lot of blood coming out of unknown cause. If Endorphin massage is done blood loss may be reduced. This study is aimed to determine the differences in the total amount of blood loss in the stage four of the primiparous normal deliveries between those who received Endorphin massage and those who were not given Endorphin massage in Indramayu Regency.

This research is a quasi experimental study using a post -test only with control group design. The samples in this study were 30 people consisted of 15 women in study group (all received endorphin massage) and 15 others in control group (not given endorphin massage) . The effect of endorphin massage on the amount of blood loss on stage four of normal delivery was analyzed using unpaired t-test.

The results showed that there were significant differences in the mean of blood loss in the stage four of normal deliveries between respondents who received endorphin massage and those who were not given endorphin massage (  $p = 0.000$  ) .

Researchers suggest that midwives give more emphasis on mother care particularly giving Endorphin massage because in reality there are many midwives who do not know the benefits of Endorphin massage to reduce the amount of blood loss at stage four of delivery.

Key words: Endorphin Massage, Bleeding at Stage Four of Delivery

Ket:

1) Dinas Kesehatan Kabupaten Indramayu

2) STIKes Dharma Husada Bandung

3) Poltekkes Kemenkes Semarang

4) Sekertaris Program Studi Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Universitas Diponegoro

Persalinan adalah proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit. Persalinan dimulai (inpartu) sejak

uterus berkontraksi dan menyebabkan perubahan serviks (membuka dan menipis) dan berakhir dengan lahirnya plasenta secara lengkap. Ibu belum inpartu jika berkontraksi uterus tidak mengakibatkan pembukaan serviks.<sup>1</sup>

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan barometer pelayanan kesehatan bagi ibu dan anak di suatu negara, AKI di Indonesia merupakan angka yang tertinggi di ASEAN. Menurut SDKI (Survey Demografi Kesehatan Indonesia) AKI di Indonesia tahun 2010 sebesar 118 per 100.000 kelahiran hidup, angka tersebut masih jauh dari target Millenium Development Goals (MDGs) tahun 2015 sebesar 102 per 100.000 kelahiran hidup.

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat derajat kesehatan perempuan. Angka kematian ibu juga merupakan salah satu target yang telah ditentukan dalam tujuan pembangunan millenium yang merupakan tujuan kelima yaitu meningkatkan kesehatan ibu dimana target yang akan dicapai sampai tahun 2015 adalah mengurangi sampai tiga perempat risiko jumlah kematian ibu.<sup>2</sup>

Perdarahan pada saat persalinan dan pasca persalinan dini merupakan salah satu penyebab kematian ibu. Di Indonesia perdarahan merupakan penyebab utama kematian ibu disamping eklamsi dan sepsis. Di negara industri, perdarahan postpartum biasanya terdapat pada 3 peringkat teratas penyebab kematian maternal, bersaing dengan embolisme dan hipertensi.

Perdarahan postpartum adalah perdarahan lebih dari 500 cc yang terjadi setelah bayi lahir pervaginam atau lebih dari 1000 ml setelah persalinan abdominal. Perdarahan dalam jumlah ini dalam waktu kurang dari 24 jam disebut sebagai perdarahan postpartum primer, dan apabila perdarahan ini terjadi lebih dari 24 jam disebut perdarahan postpartum sekunder.<sup>3</sup>

Ada beberapa faktor yang diindikasikan dapat meningkatkan resiko perdarahan post partum, namun dua per tiga dari semua kasus perdarahan post partum terjadi tanpa faktor yang diketahui sebelumnya dan tidak mungkin memperkirakan ibu mana yang akan mengalami perdarahan post partum, oleh karena itu manajemen aktif kala III merupakan hal yang penting dalam upaya menurunkan kesakitan dan kematian ibu karena perdarahan post partum<sup>3</sup>.

Dua jam pertama setelah persalinan merupakan waktu yang kritis bagi ibu dan bayi. Keduanya baru saja mengalami perubahan fisik yang luar biasa. Ibu melahirkan bayi dari perutnya dan bayi menyesuaikan diri dari dalam perut ke dunia luar. Tenaga kesehatan harus tinggal bersama ibu dan bayi untuk memastikan bahwa keduanya dalam kondisi yang stabil dan mengambil tindakan yang tepat untuk melakukan stabilisasi.<sup>1</sup>

Ibu merupakan kesatuan dari bio psikososial spiritual maka perlu perhatian khusus dari bidan yang dalam menyiapkan fisik dan mental guna meningkatkan serta mencegah komplikasi lebih lanjut. Bidan merupakan salah satu tenaga dari team pelayanan kesehatan yang keberadaannya paling dekat dengan ibu yang mempunyai peran penting dalam mengatasi masalah melalui asuhan kebidanan.

Dalam melaksanakan asuhan kebidanan bidan dituntut memiliki wawasan yang luas, terampil dan sikap profesional, karena tindakan yang kurang tepat sedikit saja dapat menimbulkan komplikasi. Oleh karenanya diharapkan semua persalinan yang dialami ibu dapat berjalan normal dan terjamin pula keselamatan baik ibu dan

bayinya. seorang ibu dan keluarganya.<sup>1</sup>

Salah satu cara untuk mengurangi darah yang keluar bisa dilakukan dengan pijat endorphan. Pemijatan Endorphan dilakukan pada kala empat, dimana pada kala empat banyak darah yang keluar yang tidak diketahui penyebabnya. Namun bila dilakukan pijat Endorphan darah yang keluar mungkin bisa berkurang.

Sementara berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2012 menunjukkan bahwa Angka Kematian Ibu (AKI) berjumlah 747 per 100.000 kelahiran hidup. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Indramayu pada tahun 2012, Angka Kematian Ibu (AKI) berjumlah 44 kasus, adapun penyebabnya yaitu Eklamsi 21 kasus, Dekom 7 kasus, perdarahan 5 kasus, Hipertensi 2 kasus, dan lain-lain 9 kasus.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh penulis mengenai manfaat pijat endorphan terhadap jumlah total pengeluaran darah pada kala IV persalinan normal dibulan Oktober tahun 2013 terhadap 10 klien di Bidan Praktek Mandiri Kabupaten Indramayu, didapatkan klien yang dilakukan pijat endorphan rata-rata pengeluaran darah pada kala IV persalinan normal 65 cc dan pada klien yang tidak dilakukan pijat endorphan pengeluaran darah 115 cc. Hasil kesimpulan pada klien yang dilakukan pijat endorphan jumlah pengeluaran darah pada kala IV persalinan normal lebih sedikit daripada yang tidak dilakukan pijat endorphan. Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai "Pengaruh pijat endorphan terhadap jumlah total pengeluaran darah pada kala empat persalinan

normal primipara di Kabupaten Indramayu Tahun 2013".

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah ada perbedaan jumlah total pengeluaran darah pada kala empat persalinan normal primipara yang dilakukan pijat Endorphan dan yang tidak dilakukan pijat Endorphan di Kabupaten Indramayu Tahun 2013?"

Jenis penelitian dari tesis ini merupakan penelitian quasi eksperimen yaitu penelitian eksperimental dimana pada penelitian ini sudah ada kelompok studi dan kelompok kontrol, namun pengambilan responden belum dilakukan secara randomisasi.<sup>15</sup>

Rancangan penelitian yang digunakan adalah *posttest only with control group design* dengan sampel yang digunakan tidak dipilih secara acak. Dalam penelitian ini kelompok eksperimen dibagi menjadi 2 kelompok yakni satu kelompok diberikan pijat *endorphine* dan kelompok yang lain tidak dilakukan pijat endorphan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di BPM di Kabupaten Indramayu yang perkiraan persalinannya pada bulan Nopember sampai dengan Desember, 2013. Sampel dalam penelitian ini adalah sebesar 30 sampel yang terdiri dari 15 orang kelompok studi (diberikan tindakan pijat *endorphine*) dan 15 orang kelompok control (tidak diberi pijat *endorphine*).<sup>27</sup> Pemilihan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang merupakan salah satu teknik pengambilan sampel yang sering digunakan dalam penelitian. Pengambilan sampel secara sengaja, peneliti menentukan sendiri sampel yang diambil karena ada pertimbangan tertentu,

jadi sampel diambil tidak secara acak, tapi ditentukan sendiri oleh peneliti.

Pengumpulan data menggunakan data primer diperoleh langsung dari observasi kepada responden dengan mengisi lembar observasi untuk mengukur jumlah pengeluaran darah pada kala IV persalinan Normal Primipara, yang dilakukan setelah placenta lahir selama dua jam, diukur dengan menggunakan alat bantu underpad dan timbangan yang sama jenisnya, underpad dipasang dibawah bokong ibu bersalin, setiap tiga puluh menit diganti dengan underpad yang baru, jadi yang dilakukan sejumlah empat kali ganti underpad, kemudian underpad ditimbang yang akan menghasilkan berat underpad yang terdapat darah dikurangi underpad bersih menunjukkan jumlah pengeluaran darah, hasil dari pengukuran jumlah pengeluaran darah tersebut adalah berat underpad sama dengan jumlah pengeluaran darah dalam cc.

Hasil pengumpulan data diolah dengan menggunakan analisis statistik Univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, Jumlah pengeluaran darah pada kala IV persalinan normal primipara Analisis bivariat yg digunakan untuk melihat pengaruh pijat endorphan terhadap pengeluaran darah pada kala IV persalinan normal adalah dengan menggunakan uji t beda 2 mean tidak berpasangan. Sebelum melakukan uji beda 2 mean dilakukan terlebih dahulu uji normalitas dengan menggunakan *Shapiro Wilk*, dengan SPSS Versi 16.

## HASIL

Responden berumur 20-35 tahun yaitu sebanyak 30 ibu bersalin (100%). Sebagian besar Responden berpendidikan SMP ada sebanyak 13 ibu

bersalin ( 43,3 %) Mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 25 ibu bersalin (83,3%)

Pengeluaran darah kala IV persalinan normal pada responden yang dilakukan pijat endorphan berkisar antara 20 ml sampai dengan 75 ml dengan rata-rata jumlah pengeluaran darah 53,67 ml dengan standar deviasi 17,369 ml, sedangkan pengeluaran darah kala IV persalinan normal pada responden yang tidak dilakukan tindakan pijat endorphan berkisar antara 120 ml sampai dengan 700 ml, dengan jumlah rata-rata pengeluaran darah 384,33 ml dengan standar deviasinya 192,733 ml.

### ***Pengaruh Pijat Endorphan terhadap Pengeluaran Darah Kala IV Persalinan normal.***

Analisis bivariat yang digunakan untuk melihat pengaruh pijat endorphan terhadap pengeluaran darah pada kala IV persalinan normal adalah dengan menggunakan uji t beda 2 mean tidak berpasangan. Sebelum melakukan uji beda 2 mean dilakukan terlebih dahulu uji normalitas dengan menggunakan *Shapiro Wilk*. Hasil ujinormalitas diperoleh nilai p sebesar 0,337 pada responden yang dilakukan tindakan pijat endorphan dan nilai p sebesar 0,278 pada responden yang tidak dilakukan tindakan pijat endorphan. Jadi kesimpulannya adalah bahwa data pengeluaran darah pada kala IV baik pada responden yang dilakukan tindakan pijat endorphan maupun yang tidak dilakukan tindakan pijat endorphan menunjukkan distribusi data yang normal, sehingga uji t beda 2 mean tidak berpasangan dapat diteruskan untuk dilaksanakan lebih lanjut.

Dari hasil penelitian yang penulis lakukan dapat disimpulkan bahwa rata-rata pengeluaran darah pada responden yang dilakukan tindakan pijat endorfin sebesar 53,67 dengan standar deviasi 17,369, sedangkan pada responden yang tidak dilakukan tindakan pijat endorfin didapatkan nilai rata-rata pengeluaran darah sebesar 384,33 dengan standar deviasi 192,733. Jadi perbedaan nilai rata-rata pengeluaran darah antara responden yang dilakukan tindakan pijat endorfin dengan responden yang tidak dilakukan tindakan pijat endorfin adalah sebesar 330,667 dengan standar deviasinya 49,965. Hasil uji t beda 2 mean tidak berpasangan didapatkan nilai P sebesar 0,000, artinya bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengeluaran darah kala IV persalinan antara responden yang dilakukan tindakan pijat endorfin dengan yang tidak dilakukan tindakan pijat endorfin. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat endorfin terhadap pengeluaran darah kala IV persalinan normal. yang berarti hipotesa dalam penelitian ini  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima atau gagal ditolak.

Kontak fisik merupakan sumber kenyamanan pada saat persalinan. Pijatan dapat menjadi cara untuk membuat ibu menjadi rileks, mendekatkan ibu dengan suami dan bidan serta bermanfaat pada tahap pertama persalinan untuk mengurangi rasa sakit, menenangkan dan menentramkan diri ibu. Ibu yang di pijat dua puluh menit setiap jam selama persalinan akan lebih terbebas dari rasa sakit. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa Endorfin yang merupakan pereda rasa sakit.

Endorfin juga dapat menciptakan perasaan nyaman dan enak. Pijat secara lembut membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman dalam persalinan. Pijat dalam persalinan juga dapat membuat ibu merasa lebih dekat dengan orang yang merawatnya.<sup>28</sup> Sentuhan seorang yang peduli dan ingin menolong merupakan sumber kekuatan saat ibu sakit, lelah dan takut. Disamping mempersiapkan ibu dan kelahiran pada bayi di beberapa negara seperti India dan Jepang pijat merupakan bagian terpenting dari keterampilan bidan. Banyak wanita merasa bahwa pijatan sangat efektif dalam menghilangkan rasa sakit pada saat melahirkan yang secara umum akan membantu menyeimbangkan energi, merangsang dan mengatur tubuh memperbaiki sirkulasi darah, kelenjar getah bening sehingga oksigen, zat makanan, dan sisa makanan dibawa secara efektif dari jaringan tubuh ibu ke plasenta dengan mengendurkan ketegangan yang membantu menurunkan emosi.

Pijat merupakan relaksasi, menenangkan saraf, dan membantu menurunkan tekanan darah.<sup>28</sup>

Endorfin adalah sebuah hormon yang di hasilkan oleh tubuh manusia yang memberikan rangsangan kepada otak dengan sensasi kebahagiaan, kenyamanan dan cinta. Fungsi hormon itu adalah untuk kekebalan tubuh. Artinya, selain mencegah memburuknya emosi kita, bahagia juga merangsang timbulnya zat imunitas. Endorfin dikenal sebagai zat yang banyak manfaatnya. Beberapa diantaranya adalah mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa nyeri serta sakit yang menetap, mengendalikan perasaan stress, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh.<sup>6</sup>

Endorfin dikenal sebagai zat yang banyak manfaatnya. Beberapa diantaranya adalah mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa nyeri serta sakit yang menetap, mengendalikan perasaan stress, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Munculnya endorfin dalam tubuh bisa dipicu melalui berbagai kegiatan, seperti pernafasan yang dalam dan relaksasi, serta meditasi. Karena diproduksi oleh tubuh manusia sendiri, endorfin dianggap zat penghilang rasa sakit terbaik. *Endorphine massage* sebaiknya dilakukan pada ibu hamil yang usia kehamilannya sudah memasuki 36 minggu, karena pada usia ini *endorphine massage* dapat merangsang keluarnya hormon oksitosin yang bisa memicu datangnya proses persalinan.<sup>8</sup>

Pada proses persalinan terdapat pengeluaran hormon oksitosin dan akan meningkatkan kontraksi uterus, pada kala empat persalinan hormon oksitosin mulai berkurang sehingga banyaknya pengeluaran darah pada kala empat persalinan tidak diketahui penyebabnya, namun bila dilakukan pijat endorpin darah yang keluar mungkin bisa lebih sedikit. karena pijat endorpin akan meningkatkan hormon oksitosin. Pijat *endorphinee*, sebuah teknik sentuhan dan pemijatan ringan yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh ibu hamil dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Dari hasil penelitian, teknik ini dapat meningkatkan pelepasan zat oksitosin, sebuah hormon yang memfasilitasi persalinan.

## SIMPULAN

Bahwa ternyata pengeluaran darah kala IV persalinan normal pada

responden yang dilakukan tindakan pijat endhorpin berkisar antara 20 sampai dengan 75 ml, rata-rata 53,67 ml dengan standar deviasi 17,369 ml, sedangkan pengeluaran darah kala IV persalinan normal pada responden yang tidak dilakukan tindakan pijat endhorpin berkisar antara 120 ml sampai dengan 700 ml, rata-rata 384,33 ml dengan standar deviasinya 192,733 ml. bahwa ternyata pemijatan endorpin pada masa kala IV persalinan normal jumlah pengeluaran darah lebih sedikit.

Bahwa rata-rata pengeluaran darah pada responden yang dilakukan tindakan pijat endorpin sebesar 53,67 dengan standar deviasi 17,369, sedangkan pada responden yang tidak dilakukan tindakan pijat en orphin didapatkan nilai rata-rata pengeluaran darah sebesar 384,33 dengan standar deviasi 192,733. bahwa pemijatan endorpin bisa dilakukan lebih awal pada saat persalinan, kemungkinan akan lebih berhasil jika dibandingkan dengan pemijatan endorpin pada waktu sesaat kala IV karena jumlah pengeluaran darah akan lebih sedikit.

Ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengeluaran darah kala IV persalinan normal 53,67 ml terhadap responden yang dilakukan tindakan pijat endhorpin, sedangkan Responden yang tidak dilakukan pijat endorpin rata-rata pengeluaran darah kala IV persalinan normal 384,33 ml.

Hasil uji t beda 2 mean tidak berpasangan didapatkan nilai P sebesar 0,000, artinya bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengeluaran darah kala IV persalinan antara responden yang diberi tindakan pijat endorpin dengan yang tidak diberi tindakan pijat endorpin. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat

endorphin terhadap pengeluaran darah kala IV persalinan normal.

Ada pengaruh pijat Endorphin terhadap jumlah total pengeluaran darah pada kala IV persalinan normal yang berarti hipotesa dalam penelitian ini  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima atau gagal ditolak.

Ternyata jumlah pengeluaran darah pada kala IV persalinan bisa dipengaruhi oleh pemijatan endorphin.

Ternyata dengan dilakukannya pemijatan endorphin hasilnya akan lebih signifikan jika ibu bersalin dilakukan pijat endorphin dengan ibu bersalin yang tidak dilakukan pijat endorphin .

#### DAFTAR PUSTAKA

- Gulardi H. Wiknjosastro, Omo Abdul madjid, R. Soerjo Hadijono dkk. *Buku Acuan Pelatihan Klinik Asuhan Persalinan Normal JNP-KR*. Jakarta: Gramedia. 2013.
- Depkes. R.I. *Sistem Kesehatan Nasional*. Jakarta. 2009.
- Nugroho. *Buku Ajar Obstetri*. Yogyakarta: Nuhamedika. 2010.
- Sumarah. *Perawatan Ibu Bersalin (Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin)*. Yogyakarta: Fitramaya. 2009.
- Sulistiyawati. A dan Nugraheny.E. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika. 2010.
- Haruyama. S. *The Miracle Of Endorphin*. Bandung: Qanita PT Mirzan Pustaka.. 2013.
- Roesli U. *Pedoman Pijat Bayi prematur dan bayi usia 0-3bulan*. Jakarta. 2001.
- Kuswandi L. *Keajaiban Hypno-Birthing*. Jakarta: Penerbit Pustaka Bunda. 2012.
- Ebrahim Hosseini, PIP Nasrin Asadi, PIP Fatemeh Zareei PI. *Effect of massage therapy on the ability of labor progress and plasma cortisol levels in the first active phase of labor*. 2013 :15(19) : 35-38
- Mochtar. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: EGC. 2003.
- Manuaba I. *Buku Ajar Patologi Obstetri*. Jakarta: EGC. 2009.
- Prawirohardjo. *Pusdiknakes Asuhan Ante Natal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo. 2003.
- Prawirohardjo. *Ilmu Kebidanan*. Bina Pustaka. Jakarta. 2010.
- Sastroasmoro S dan Ismael S. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto. Jakarta . 2012.
- Notoatmojo. *Metodologi Penelitian Kesehatan* . Jakarta: Rineka Cipta. 2005.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif , Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta. 2010.
- Nursalam. *Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika. 2003.
- Azwar, S. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2007.
- Nasir M. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia. 2011
- Arikunto S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta. 2006.
- Hidayat AA. *Metode Penelitian Keperawatan dan teknik Analisis Data* . Jakarta: Salemba Medika. 2007.
- Sulistyaningsih. *Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif – Kualitatif*. Jakarta: Graha Ilmu. 2011.

- Notoatmojo S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010.
- Saryona. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Nuhamedika. 2008.
- Budiarto E. *Sebuah Pengantar Metodologi Penelitian Kedokteran*. Jakarta: EGC. 2003.
- Alimul A. *Riset Keperawatan dan Teknik Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika. 2008.
- Sugiyono. *Statistika untuk penelitian*. Cetakan ke-2. Jakarta: Alfabeta. 2013: 74
- Danuatmaja. *Persalinan normal tanpa rasa sakit*. Jakarta: Puspa Sehat. 2004.
- Varney H. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta: EGC. 2008:835-839