

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Analisis Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Dengan Intervensi *Endorphin Massage* pada Ibu Hamil Trimester III

Pada analisis asuhan keperawatan ini membahas mengenai kesesuaian antara tinjauan teori dan tinjauan kasus pada asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung berdasarkan tahapan proses keperawatan yang terdiri dari tahap pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, perencanaan keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan, dan diuraikan sebagai berikut :

1. Pengkajian keperawatan

Berdasarkan pengkajian keperawatan yang dilakukan pada Ny. PA dan Ny. WS. Bahwa data aktual pada Ny. PA dengan UK 32 minggu 4 hari mengungkapkan ibu mengeluh tidak nyaman karena nyeri punggung, ibu mengatakan nyeri punggung dirasakan saat memasuki trimester III, skala nyeri 4 (0-10), nyeri dirasakan seperti tertusuk – tusuk, nyeri dirasakan hilang timbul dan nyeri dirasakan saat beraktivitas. Ibu juga mengeluh sering terjaga pada dini hari karena BAK. Tampak gelisah, pola eliminasi meningkat dengan frekuensi BAK 7–8 kali/hari, tampak postur tubuh lordosis. Sedangkan pada Ny. WS dengan UK 36 minggu mengatakan ibu merasa tidak nyaman karena nyeri pada punggung, skala 5 (0-10), nyeri dirasakan saat beraktivitas melakukan pekerjaan rumah, nyeri dirasakan seperti ditusuk – tusuk, nyeri hilang timbul durasi 3-4 menit. Ibu juga mengeluh sering terjaga pada dini hari karena BAK, tampak

gelisah, pola eliminasi meningkat dengan frekuensi BAK 8–10 kali/hari, tampak postur tubuh lordosis.

Dalam proses keperawatan, pengkajian merupakan langkah awal dalam mengumpulkan informasi rinci yang akan membantu menegakkan diagnosis keperawatan yang tepat. Dalam pengkajian keperawatan Ny.PA dan Ny. WS peneliti menggunakan acuan teori dari buku Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) dan intensitas nyeri yang dirasakan diukur menggunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*). Menurut teori, terdapat kategori gejala dan indikator signifikan yang dapat dilakukan pengkajian baik secara subyektif maupun obyektif. Gejala subyektif yang signifikan meliputi mengeluh tidak nyaman sementara tampak gelisah dalam data obyektif. Sedangkan data obyektif minor menunjukkan tanda- tanda tertekan, seperti perubahan pola BAK, perubahan postur tubuh, data minor subyektif mengeluhkan sulit tidur, tidak bisa rileks, kedinginan atau kepanasan, rasa gatal, dan letih (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Keluhan Ibu hamil selama trimester III yaitu nyeri punggung, sering buang air kecil, sembelit, dan sulit tidur. Nyeri punggung adalah ketidaknyamanan yang dirasakan di daerah lumbar tulang belakang. Karena perubahan postur tubuh selama kehamilan, rasa tidak nyaman pada punggung biasanya semakin meningkat seiring berjalannya kehamilan bertambahnya berat janin. (Diana & Mafticha, 2017). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Kurniawati et al. (2024) yaitu hasil dari pengkajian pasien 1 (Ny. S) ibu hamil 37 minggu, dengan nyeri punggung yang dirasakan hilang timbul, nyeri punggung dirasakan setelah beraktivitas dan postur tubuh

berubah, skala nyeri 6. Sedangkan pasien 2 (Ny.R) hamil 38 minggu mengatakan nyeri punggung sejak 2 hari lalu, nyeri punggung yang dirasakan hilang timbul, nyeri punggung dirasakan setelah beraktivitas dan postur tubuh berubah, skala nyeri 6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 45% ibu hamil mengalami nyeri punggung, dengan proporsi ini meningkat menjadi 69% setelah 28 minggu.

Penulis menarik kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan antara data kasus yang dikelola dengan teori yang disajikan dalam SDKI dan temuan penelitian berdasarkan data yang dikumpulkan dari kasus yang dikelola dengan teori sesuai SDKI. Menurut asumsi peneliti bahwa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III disebabkan oleh berat rahim yang membesar, membungkuk berlebihan, gelisah, dan mengangkat barang berat. Ibu hamil yang mengalami nyeri akan berdampak pada aktifitas sehari harinya. Ibu akan merasakan nyeri disebabkan oleh faktor mekanik yang mempengaruhi kelengkungan tulang belakang oleh perubahan postur tubuh dan penambahan beban pada janin pada ibu hamil.

2. Diagnosa keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian kasus kelolaan pasien yaitu pada Ny. PA dan Ny. WS, diagnosa keperawatan yang dikembangkan pada Ny. PA adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan dibuktikan dengan ibu mengeluh tidak nyaman karena nyeri punggung, ibu mengatakan nyeri punggung dirasakan saat memasuki trimester III, skala nyeri 4 (0-10), nyeri dirasakan seperti tertusuk – tusuk, nyeri dirasakan hilang timbul dan nyeri dirasakan saat beraktivitas. Ibu juga mengeluh sering terjaga

pada dini hari karena BAK. Tampak gelisah, pola eliminasi meningkat dengan frekuensi BAK 7–8 kali/hari, tampak postur tubuh lordosis, sedangkan diagnosa keperawatan pada Ny. WS yaitu gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan dibuktikan dengan ibu mengatakan merasa tidak nyaman karena nyeri pada punggung, skala 5 (0-10), nyeri dirasakan saat beraktivitas melakukan pekerjaan rumah, nyeri dirasakan seperti ditusuk – tusuk, nyeri hilang timbul durasi 3-4 menit. Ibu juga mengeluh sering terjaga pada dini hari karena BAK, tampak gelisah, pola eliminasi meningkat dengan frekuensi BAK 8–10 kali/hari, tampak postur tubuh lordosis.

Penyusunan diagnosis gangguan rasa nyaman pada kasus kelolaan ini ditemukan 100% data mayor yaitu ibu mengeluh tidak nyaman dan ibu tampak gelisah dan 40 % data minor yaitu ibu mengatakan sulit tidur, pola eliminasi meningkat dengan frekuensi BAK 8–10 kali/hari, tampak postur tubuh lordosis sehingga diagnosis keperawatan gangguan rasa nyaman dapat ditegakkan telah memenuhi syarat minimal terdapat 80% tanda dan gejala mayor pada pasien. Meskipun ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil selama proses adaptasi bersifat fisiologis, namun tetap perlu dicegah dan diobati. Sekitar 70% ibu hamil memasuki trimester ketiga mengatakan mengalami nyeri punggung (S. T. R. & Y. Fitriani, 2019).

Menurut Gozali, W., Astini, & Permadi (2020) hasil penelitian yang dilakukan mengenai Intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III didapatkan hasil dari 30 orang responden sebagian besar 73,33% mengalami nyeri sedang, sedangkan yang mengalami nyeri berat 16,67% dan nyeri ringan

10%. Hasil dari penelitiannya mengindikasikan nyeri punggung sering dialami ibu hamil sebagai keluhannya terutama memasuki trimester III karena pusat keseimbangan badan bergeser maju searah dengan tulang belakang dan beban rahim berada di atas daerah pelvis akan menyebabkan pelvis bergeser ke depan sehingga pinggang semakin melengkung (Gozali et al., 2020).

Penulis menarik kesimpulan bahwa tidak ada kesenjangan antara diagnosis pada kasus kelolaan ini dengan pedoman teori yang mengacu pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), berdasarkan dengan data kasus yang dikelola dan teori yang ada.

3. Perencanaan keperawatan

Setelah diagnosis keperawatan dirumuskan, dilanjutkan dengan perencanaan dan intervensi keperawatan. Pada kasus kelolaan ini data hasil perencanaan keperawatan pada Ny. PA dan Ny. WS akan dirumuskan tujuan dan kriteria yang mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) yaitu setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 3 x pertemuan selama 30 menit diharapkan status kenyamanan meningkat dengan kriteria hasil keluhan tidak nyaman menurun, gelisah menurun, keluhan sulit tidur menurun.

Perencanaan keperawatan pada kasus kelolaan ini mengikuti pedoman Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) yang meliputi intervensi terapi pijatan (*endorphin massage*) untuk meredakan nyeri punggung dan intervensi perawatan kehamilan trimester kedua dan ketiga. Luaran keperawatan dipilih berdasarkan penilaian klinis dengan mempertimbangkan kondisi pasien, keluarga, kelompok, atau komunitas

(Tim Pokja PPNI DPP SDKI, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Zakiyah (2015) melakukan tekanan dengan menggunakan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot, tendon, atau ligamentum tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi yang ditujukan untuk meredakan nyeri, relaksasi dan/atau menghasilkan memperbaiki sirkulasi. *Endorphin massage* salah satu sentuhan ringan yang metode digunakan untuk mengurangi rasa sakit. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk merangsang senyawa endorphin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan rasa nyaman, menstimulus reseptor sensori kulit dan di otak, merangsang pelepasan pada endorphin, menurunkan katekolamin endogen memberi rangsangan pada saat eferen yang membuat blok terhadap rangsang nyeri Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Aprina Yona Amir et al. (2020) menunjukkan hasil sebelum dilakukan *endorphin massage* sebagian besar ibu hamil trimester III mengalami nyeri sedang dan setelah dilakukan *endorphin massage* berkurang menjadi nyeri ringan.

Intervensi keperawatan adalah semua tindakan yang dilakukan oleh perawat berdasarkan keahlian dan pengetahuan klinisnya untuk menghasilkan hasil yang diinginkan. Observasi, terapi, edukasi, dan tindakan kolaboratif termasuk dalam intervensi keperawatan. (Tim Pokja PPNI DPP SDKI, 2017).

4. Implementasi keperawatan

Implementasi keperawatan adalah pelaksanaan dari rencana keperawatan yang telah ditetapkan dan disusun. Implementasi keperawatan

dalam kasus kelolaan ini telah dilakukan selama 3x pertemuan selama 30 menit sesuai standar yang telah direncanakan sebelumnya. Implementasi yang dilakukan berupa intervensi terapi pemijatan (*endorphinmassage*) dan intervensi perawatan kehamilan trimester kedua dan ketiga yang masing-masing terdiri dari komponen observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi.

Karakteristik pasien yang dapat diamati atau dinilai berfungsi sebagai kriteria hasil yang akan digunakan untuk mengukur seberapa baik intervensi yang sudah terlaksana. Penilaian klinis perawat harus tetap digunakan ketika memilih hasil keperawatan dengan mempertimbangkan keadaan pasien, keluarga, kelompok, atau masyarakat (Tim Pokja PPNI DPP SDKI, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Kurniawati et al. (2024) yaitu setelah dilakukan penerapan *endorphin massage* selama 3 x pertemuan diberikan selama 20 menit menunjukkan hasil pasien 1 nyeri punggung skala 6 menjadi skala nyeri 2, dan Pasien 2 skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 1. intensitas nyeri yang dirasakan klien digunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*), *endorphin massage* dapat mengurangi intensitas nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III.

Berdasarkan hasil penelitian, penulis berpendapat bahwa sesuai dengan diagnosa yang ditemukan pada kedua pasien maka intervensi (perencanaan) yang diberikan yaitu terapi pemijatan (*endorphin massage*) dengan memberikan tindakan observasi, terapeutik berperan dalam menurunkan intensitas nyeri punggung dan ketidaknyaman pada ibu hamil trimester III.

5. Evaluasi keperawatan

Prosedur asuhan keperawatan diakhiri dengan evaluasi keperawatan. Setelah melakukan asuhan keperawatan selama tiga hari dalam waktu 30 menit pertemuan selanjutnya melakukan evaluasi keperawatan dengan Ny. PA memberikan bukti peningkatan status kenyamanan dengan ibu mengatakan merasa lebih rileks dan nyaman setelah diberikan *endorphin massage*. Ibu juga mengungkapkan nyeri punggung menurun dengan skala nyeri 2 (0- 10), ibu juga mengungkapkan tidur malam menjadi nyenyak, bangun pagi terasa segar. Ibu tampak nyaman, dengan hasil tanda-tanda vital baik yaitu nadi: 78 x/menit, Tekanan darah: 110/70 mmHg Suhu: 36,6°C.

Evaluasi keperawatan pada Ny. WS adalah Ibu mengungkapkan setelah diberikan *endorphin massage* tubuhnya terasa segar dan rileks. Ibu mengatakan sudah merasa lebih nyaman, nyeri punggung berkurang, skala nyeri 2 (0-10). tidak mengalami kesulitan tidur malam menjadi nyaman dan nyenyak. Ibu tampak rileks dan nyaman. Tanda-tanda vital: nadi: 80x/menit, tekanan darah: 120/70 mmHg Suhu: 36,5°C.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Puspita dan Sri (2023) yaitu pengaruh *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri punggung ibu hamil trimester III, sampel 16 ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung. Intervensi pijat *endorphin* diberikan selama 15-20 menit seminggu sekali selama 3 minggu. Alat ukur menggunakan *numerical rating scale (NRS)*, menunjukkan hasil bahwa *endorphin massage* berpengaruh terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga. Tenaga kesehatan disarankan meningkatkan pelayanan

metode endorphen massage sebagai terapi non farmakologis untuk meredakan nyeri punggung pada ibu hamil.

Pada bagian *assesment* didapatkan hasil berupa masalah gangguan rasa nyaman teratasi, sedangkan pada bagian *planning* pertahankan kondisi pasien serta anjuran yaitu anjurkan sering mengulangi atau melatih teknik *endorphin massage* yang bisa dilakukan bersama suami dan dilakukan semampunya ibu sampai menjelang persalinan. Hasil evaluasi keperawatan dalam kasus manajemen ini konsisten dengan tujuan dan kriteria hasil pada bagian perencanaan yang semuanya terpenuhi selama tahap evaluasi.

B. Analisa Intervensi *Endorphen Massage* pada Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Konsep *Evidence Based Practice*

Berdasarkan diagnosis keperawatan gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan peneliti merumuskan tujuan penelitian berdasarkan intervensi yang dilakukan untuk menyelesaikan masalah gangguan rasa nyaman menurut Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2017). Peneliti memberikan intervensi untuk mengatasi gangguan rasa nyaman dengan pemberian *endorphin massage*, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *endorphin massage* terhadap gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Klungkung I. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dyah, et. al (2020) dengan pemberian *endorphin massage* pada ibu hamil Trimester III yang mengalami nyeri punggung dengan hasil sebanyak 9 dari 20 responden (45%) mengalami nyeri berat dan setelah pemberian *endorphin massage* tidak ada responden yang mengalami nyeri berat (0%). Menyebutkan

bahwa ada perbedaan yang signifikan nyeri punggung sebelum dan sesudah diberikan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III.

Menurut penelitian oleh Rini dan Sri (2023) pengaruh *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri punggung ibu hamil trimester III dengan metode penelitian *Quasi Experiment* dengan menggunakan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sampel 32 ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung terbagi masing-masing 16 orang. Kelompok intervensi, pijat *endorphin* diberikan selama 15 sampai 20 menit seminggu sekali selama IV minggu, kelompok kontrol tidak mendapat perlakuan. Analisis statistik dengan uji *Mann-Whitney* dan alat ukur menggunakan *numerical rating scale* (NRS). Berdasarkan hasil nilai *p-value* $0,003 < 0,05$ artinya *endorphin massage* berpengaruh terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga. Tenaga kesehatan disarankan meningkatkan pelayanan metode *endorphin massage* sebagai terapi non farmakologis untuk meredakan nyeri punggung pada ibu hamil.

Menurut pendapat peneliti bahwa ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri akan berdampak pada aktifitas ibu. Ibu akan merasakan nyeri punggung hingga menjalar ke pinggang yang disebabkan karena perubahan postur tubuh dan juga penekanan janin pada tulang belakang. Dari penelitian yang dilakukan kepada Ny. PA dan Ny. WS membuktikan bahwa nyeri punggung terasa berkurang setelah melakukan *endorphin massage*. Terapi *endorphin massage* termasuk dalam pendekatan non farmakologis yang terbukti berhasil dan aman untuk ibu hamil, karena *endorphin massage* mampu merangsang otak untuk mengeluarkan hormon

endorfin yang berperan dalam menciptakan perasaan nyaman serta mengurangi intensitas nyeri. *Endorphin Massage* merupakan terapi sentuhan atau pijatan ringan yang berfungsi untuk mengendalikan rasa nyeri dan sakit yang menetap, bahkan mengendalikan perasaan stres (Amir et al., 2022).

Berdasarkan hasil yang didapat dalam penelitian ini serta didukung oleh hasil jurnal literatur terkait maka dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi non farmakologis *endorphin massage* dapat secara signifikan menurunkan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III dengan masalah nyeri punggung. Pelaksanaan intervensi ini tidak mengalami hambatan berarti dan pasien menunjukkan sikap kooperatif selama terapi berlangsung.