

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa postpartum merupakan masa pemulihan penting bagi ibu setelah persalinan, di mana terjadi berbagai perubahan fisiologis, emosional, dan psikologis (Baattaiah et al., 2024). Salah satu proses fisiologis utama yang berlangsung adalah involusi uterus, yaitu kembalinya rahim ke ukuran dan posisi sebelum kehamilan. Proses ini biasanya terjadi dalam waktu 6 minggu, namun pada sebagian besar ibu, terutama dalam tiga hari pertama setelah melahirkan, menimbulkan nyeri yang cukup signifikan di bagian perut bawah. Nyeri involusi merupakan hal yang fisiologis, namun jika intensitasnya tinggi dan berlangsung lama, dapat menimbulkan ketidaknyamanan, gangguan tidur, kelelahan, dan stres emosional, bahkan berisiko memengaruhi proses menyusui dan hubungan ibu dengan bayi (Putri & Usman, 2024).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), penanganan nyeri pada masa nifas menjadi salah satu aspek penting dalam meningkatkan kualitas pelayanan pascapersalinan. Nyeri yang tidak ditangani secara adekuat dapat meningkatkan risiko depresi postpartum, gangguan pemulihan, dan keterlambatan dalam peran pengasuhan. Di Indonesia, menurut laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018), sekitar 37,5% ibu postpartum mengalami nyeri hebat dalam minggu pertama pasca persalinan. Data nasional juga menunjukkan bahwa sebagian besar intervensi terhadap nyeri masih menggunakan pendekatan farmakologis seperti pemberian analgetik (misalnya

asam mefenamat dan ibuprofen). Meskipun efektif, penggunaan obat-obatan tidak terlepas dari potensi efek samping, keterbatasan akses di beberapa fasilitas, dan risiko ketergantungan jika digunakan dalam jangka panjang.

Sebagai alternatif yang lebih aman dan mudah diterapkan, pendekatan non-farmakologis semakin mendapat perhatian dalam dunia kebidanan. Salah satunya adalah pijat effleurage, yaitu teknik pijat dengan sentuhan ringan yang berirama dan teratur di permukaan kulit, terutama di perut bagian bawah. Terapi ini bekerja dengan cara menstimulasi saraf sensorik dan meningkatkan pelepasan endorfin yang berfungsi sebagai analgesik. Pijat effleurage juga dipercaya mampu meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, memberikan rasa nyaman, serta mempercepat pemulihan fisik dan emosional ibu pascamelahirkan alami (Mariyah et al., 2024).

Untuk memperkuat efek pijatan, penggunaan minyak zaitun sebagai media bantu memiliki manfaat tersendiri. Minyak zaitun mengandung senyawa antiinflamasi, vitamin E, serta asam lemak esensial yang bermanfaat untuk melembapkan dan menghangatkan kulit, sekaligus memperkuat efek relaksasi pijat (Widyaprasti et al., 2024). Selain itu, aroma alami dari minyak zaitun turut memberi efek menenangkan secara psikologis. Meskipun beberapa penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi manfaat pijat effleurage atau penggunaan minyak zaitun secara terpisah, namun penelitian yang secara khusus mengkaji kombinasi keduanya dalam konteks pengurangan nyeri involusi uterus pada ibu postpartum masih sangat terbatas, terutama di tingkat pelayanan dasar seperti puskesmas.

Komplikasi pasca persalinan seperti subinvolusi uterus, yaitu kondisi di mana rahim gagal kembali ke ukuran normal, menjadi salah satu risiko bila nyeri dan kontraksi uterus tidak optimal. Subinvolusi dapat menyebabkan perdarahan sekunder, infeksi, dan memperlambat proses pemulihan (Lailiyana & Sartika, 2021). Oleh karena itu, intervensi yang mendukung kontraksi uterus yang efektif sekaligus memberikan kenyamanan pada ibu sangat dibutuhkan. Kombinasi pijat effleurage dan minyak zaitun berpotensi menjawab kebutuhan ini, karena selain aman, juga dapat dilakukan dengan mudah oleh tenaga kesehatan ataupun keluarga dengan pelatihan sederhana (Andarwulan et al., 2024).

Peneliti juga telah melakukan studi pendahuluan melalui pengukuran tingkat nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) terhadap 10 orang ibu postpartum di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sukamulya, Kabupaten Kuningan, yang menunjukkan bahwa 7 dari 10 ibu mengalami nyeri perut bagian bawah yang mengganggu pada 3 hari pertama pasca persalinan, yaitu 2 orang mengalami nyeri ringan dan 5 orang nyeri sedang. Keluhan mereka mencakup sulit tidur, takut untuk menyusui karena nyeri ketika sedang menyusui, serta rasa cemas yang muncul akibat ketidaknyamanan. Dari hasil pengamatan, intervensi nyeri yang diberikan masih sebatas pada pemberian obat nyeri standar, tanpa edukasi atau pelayanan intervensi non-obat seperti pijat. Padahal, pendekatan komplementer ini dapat menjadi solusi yang relevan, ekonomis, dan memberdayakan keluarga.

Minimnya penelitian mengenai penggunaan kombinasi pijat *effleurage* dan minyak zaitun pada ibu postpartum di daerah seperti Kuningan menunjukkan bahwa topik ini masih memerlukan pengkajian lebih lanjut. Terlebih lagi, hasil dari penelitian ini berpotensi memberikan kontribusi nyata bagi pelayanan kebidanan komunitas, khususnya dalam peningkatan kualitas hidup ibu nifas melalui manajemen nyeri yang holistik, aman, dan mudah diimplementasikan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul: “Pengaruh Pijat *Effleurage* Menggunakan Minyak Zaitun terhadap Tingkat Nyeri Involusi Uterus pada Ibu Post Partum di Wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan Tahun 2025.”

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh pijat *effluerage* menggunakan minyak zaitun terhadap nyeri involusi uterus pada ibu post partum di Wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan Tahun 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pijat *effluerage* menggunakan minyak zaitun terhadap nyeri involusi uterus pada ibu post partum di Wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi nyeri involusi uterus pada ibu post partum sebelum dan sesudah diberikan pijat effluerage menggunakan minyak zaitun di Wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan Tahun 2025.
- b. Mengidentifikasi nyeri involusi uterus pada ibu post partum sebelum dan sesudah diberikan perawatan dasar post partum di Wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan Tahun 2025.
- c. Menganalisis pengaruh pijat effluerage menggunakan minyak zaitun terhadap nyeri involusi uterus pada ibu post partum di Wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan Tahun 2025.
- d. Menganalisis pengaruh perawatan dasar post partum terhadap nyeri involusi uterus pada ibu post partum di Wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan Tahun 2025.
- e. Menganalisis perbandingan pengaruh pijat effluerage dan perawatan dasar post partum terhadap nyeri involusi uterus pada ibu post partum di Wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan Tahun 2025.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pijat effleurage menggunakan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri involusi uterus pada ibu post partum di wilayah UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan tahun 2025. Ruang lingkup penelitian ini dibatasi pada ibu post partum yang memenuhi kriteria inklusi dan bersedia menjadi responden. Penelitian difokuskan pada pengukuran tingkat nyeri involusi uterus sebelum dan sesudah diberikan

intervensi pijat effleurage menggunakan minyak zaitun, dengan instrumen pengukuran skala nyeri *Numerical Rating Scale* (NRS). Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sukamulya Kuningan dengan waktu pelaksanaan pada tahun 2025 sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Batasan penelitian ini bertujuan memperjelas fokus kajian sehingga hasil penelitian diharapkan mampu menggambarkan secara spesifik pengaruh pijat effleurage menggunakan minyak zaitun terhadap tingkat nyeri involusi uterus pada ibu post partum di lokasi tersebut.

E. Manfaat Penelitian

Setelah peneliti melakukan penelitian nanti, diharapkan hasil dari penelitian tersebut dapat memberikan kegunaan sebagai berikut :

1. Aspek Teoritis

Menambah referensi ilmiah pada pengembangan ilmu kebidanan mengenai pijat effleurage menggunakan media minyak zaitun sebagai metode nonfarmakologis guna menurunkan tingkat nyeri involusi uterus pada ibu post partum awal

2. Aspek Praktis

a. Bagi masyarakat

Memberikan alternatif intervensi yang aman dan alami untuk mengurangi nyeri dan ketidaknyamanan pada ibu nifas

b. Bagi tenaga kesehatan

Menambah referensi dalam pelaksanaan asuhan kebidanan dengan pendekatan nonfarmakologis

c. Bagi institusi

Mendukung inovasi pelayanan kesehatan berbasis evidence-based yang berpusat pada Perempuan.

F. Keaslian Penelitian

Ada beberapa penelitian yang relevan dalam 5 tahun terakhir yaitu :

Tabel 1. 1. Keaslian Penelitian

No	Judul dan Peneliti	Hasil	Persamaan	Perbedaan	Desain Penelitian
1	Teknik Effleurage Massage dan Kompres Hangat Berpengaruh terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Afterpains pada Ibu Nifas (Pitriani et al., 2023)	Terdapat penurunan signifikan nyeri afterpains pada ibu nifas setelah diberikan teknik effleurage dan kompres hangat, $p = 0,001$.	Sama-sama menggunakan teknik effleurage untuk mengurangi nyeri pada masa nifas.	Penelitian ini menggabungkan kompres hangat dan tidak menggunakan minyak zaitun, sedangkan penelitian Anda hanya menggunakan effleurage dengan minyak zaitun.	Kuasi-eksperimen pre-posttest, non-equivalent control group design
2	Penerapan Teknik Effleurage Massage Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Post Partum di Ruang Ponek RSUD Dr. Moewardi (Merlina Yuliarti et al., 2023)	Skala nyeri menurun dari 4 (sedang) menjadi 0 (tidak nyeri) setelah dilakukan effleurage massage.	Sama-sama meneliti pengaruh effleurage massage terhadap nyeri ibu post partum.	Penelitian ini adalah studi kasus deskriptif dan tidak menggunakan intervensi tambahan seperti minyak zaitun.	Deskriptif, studi kasus
3	Pengaruh Teknik Effleurage Terhadap Penurunan Skala Nyeri Involusi Uteri Pada Ibu	Terjadi penurunan nyeri involusi uteri dari 95% nyeri sedang	Fokus pada nyeri involusi uteri sama seperti dalam penelitian	Penelitian ini tidak menggunakan minyak zaitun sebagai media	Pre-eksperimental, one group pretest-posttest

	Post Partum Hari Ke-1 di UPT Puskesmas Buay Pemaca (Nely Alfiyani & Winarni, 2023)	menjadi 60% setelah intervensi effleurage massage.	Anda.	pijat.	
4	Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Afterpains pada Ibu Post Partum Multipara (Herianti et al., 2025)	Pijat effleurage menurunkan nyeri afterpains secara signifikan ($p = 0,000$).	Sama-sama mengevaluasi pengaruh effleurage massage terhadap nyeri postpartum.	Penelitian difokuskan pada afterpains dan ibu multipara, tanpa minyak zaitun sebagai media.	Pre-eksperimental, one group pretest-posttest
5	Penerapan Prosedur Terapi Effleurage Massage Pada Ibu Dengan Ketidaknyamanan Pasca Partum: Literature Review (Mayang et al., 2021)	Literatur menunjukkan bahwa effleurage massage efektif menurunkan nyeri postpartum.	Sama-sama menyimpulkan effleurage massage efektif untuk mengurangi nyeri postpartum.	Merupakan studi literatur tanpa pengumpulan data primer dan tidak meneliti penggunaan minyak zaitun.	Literatur review