

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Jalannya Penelitian

Penelitian ini berjudul Pengaruh *Counterpressure Massage* Terhadap Tingkat Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Desa Cemaga Kabupaten Natuna Tahun 2022. Desa Cemaga merupakan pusat dari Kecamatan Bunguran Selatan yang memiliki akses terdekat dengan pelayanan kesehatan yaitu puskesmas, meskipun memiliki akses yang dekat dengan pelayanan kesehatan remaja putri tidak pernah memeriksakan keluhan terkait dengan nyeri haid. Sedangkan untuk kegiatan kader remaja tidak berjalan sebagaimana mestinya. Sehingga remaja putri yang mengalami dismenore tidak pernah terdata dipuskemas tersebut.

Responden penelitian ini adalah remaja putri usia 15-18 tahun dengan dismenore yang menggunakan rumus total sampling untuk menghitung sampel yaitu 20 responden untuk diberikan *counterpressure massage*. Variabel yang mempengaruhi adalah tingkat nyeri haid menggunakan form penilaian NRS.

Pelaksanaan penelitian dibagi menjadi 3 tahap yaitu persiapan, pelaksanaan dan pelaporan. Tahap persiapan meliputi penetapan judul dan survey pendahuluan. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16 Januari 2023 sampai dengan 06 Februari 2023 setelah menerima surat dari Ethical Clearance serta surat izin penelitian pada prodi S1 Kebidanan Universitas Jendral Achmad Yani untuk diberikan kepada Kepala Desa Cemaga Kabupaten Natuna. Data diambil pada tanggal 16 Januari 2023 dengan mendatangi langsung tempat tinggal responden sebelum dilakukan intervensi (pretest) untuk mengumpulkan data. Tahap pelaksanaan untuk pemberian terapi *counterpressure massage* selama 3 hari yang akan dilakukan dengan tingkat nyeri dismenore dikontrol setiap hari sesudah intervensi. Data dari lembar ceklist terapi *counterpressure massage* yang telah dikumpul, kemudian dientry dalam bentuk master data yang kemudian dianalisis dengan menggunakan computer.

B. Hasil

1. Karakteristik Responden

Tabel 4. 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik responden Remaja Putri Di Desa Cemaga
Kabupaten Natuna

Karakteristik	Intervensi	
	n (20)	f (%)
Usia remaja pertengahan		
15 Tahun	4	20
16 Tahun	6	30
Usia remaja lanjut		
17 Tahun	2	10
18 Tahun	8	40
Usia Menarch Normal		
12 Tahun	8	40
13 Tahun	8	40
Usia Menarch Tarda		
14 Tahun	4	20
Lama Haid		
6 Hari	2	10
7 Hari	18	90

Dapat dilihat pada tabel diatas pada usia remaja lanjut yang mengalami dismenore sebanyak 10 orang (50%) dan pada usia remaja pertengahan yakni 17 – 18 tahun yang mengalami dismenore yaitu sebanyak 10 orang (50%). Sedangkan untuk usia menarch normal rata-rata remaja mengalami haid pertama pada usia 12 -13 tahun sebanyak 16 orang (80%) dan untuk menarch tarda pada usia 14 tahun sebanyak 4 orang (20%). Untuk lamanya haid remaja putri rata-tata mengalami haid selama 7 hari sebanyak 18 orang (90%).

2. Analisis Univariat

Tabel 4. 2
Distribusi Frekuensi Intensitas Skala Nyeri Haid Saat Pretest dan Posttest

Nyeri Haid	Pretest		Posttest	
	F	%	F	%
Tidak Nyeri	-	-	5	25
Nyeri Ringan	-	-	12	60
Nyeri Sedang	13	65	3	15
Nyeri Berat	7	35	-	-
Total	20	100	20	100

Hasil tabel diatas pada pretest remaja putri mengalami dismenore sedang sebanyak 13 orang (65%) dan yang mengalami dismenore berat sebanyak 7 orang (35%).

Sedangkan pada tabel posttest menunjukkan hasil, remaja putri yang mengalami dismenore ringan sebanyak 12 orang (60%) dan remaja putri yang mengalami dismenore sedang sebanyak 3 orang (15%).

3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Variabel yang dimaksud adalah *counterpressure massage* dan nyeri haid (dismenore).

Tabel 4. 3
Uji Normalitas Intensitas Skala Nyeri Haid pada Pretest dan Posttest

Kelompok	Pretest	Posttest
Minimum	2	0
Maximum	3	2
Sig.	0.063	0.078
Distribusi	Normal	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan dengan uji Shapiro-Wilk diketahui nilai minimum pada pretest dan posttest berada diangka 2 dan 0, untuk nilai maksimum berada diangka 3 dan 2. Sedangkan distribusi data normal pada intervensi pretest dan posttest, dengan nilai Sig. > 0,05.

Tabel 4. 4
Pengaruh *Counterpressure Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Haid Remaja Putri

Nyeri Haid	Mean Rank	Selisih Mean	Sig
Pretest	29,53	18,05	0,000
Posttest	11,48		

Dari tabel di atas sebelum dilakukan *counterpressure massage* (pretest) menunjukkan nilai mean rank 29,53 lebih besar dari 11,48 setelah dilakukan *counterpressure massage* (posttest), dengan selisih mean 18,05 yang berarti nyeri haid berkurang setelah dilakukan terapi *counterpressure massage*.

Dari tabel di atas diketahui nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000, dapat diartikan bahwa penggunaan teknik *counterpressure massage* berpengaruh terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.

C. Pembahasan

***Counterpressure Massage* Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Putri**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pemberian teknik *counterpressure massage* terhadap tingkat nyeri haid pada remaja putri. Hal ini dapat dilihat dari selisih rata-rata yakni 18,05 yang artinya terdapat penurunan nyeri haid setelah pemberian pijat *counterpressure* dengan nilai Sig. 0,000 yang artinya terdapat pengaruh pemberian teknik pijat *counterpressure* terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.

Counterpressure merupakan pijatan dengan memberikan tekanan kuat pada punggung atau dispina, pijat *counterpressure* diberikan dengan cara pergerakan lurus atau lingkarang kecil-kecil. Tehnik pijat tekanan ini dapat mengurangi nyeri punggung, dengan pemberian pijat *counterpressure* yang dapat menutup gerbang pesan nyeri yang dihantarkan ke medulla spinalis dan otak. Selain itu dengan pemberian tekanan kuat pada saat pemberian pijatan tersebut akan mengaktifkan senyawa endorphin yang berada di sinaps sel-sel syaraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dicegah dan dapat menyebabkan penurunan nyeri yang dirasakan (Haruyama 2015).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Henniwati dan Dewita (2021), dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian *counterpressure massage* terhadap penurunan nyeri haid dengan nilai sig. 0,000.

Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan Asmawariza dan Nurwahida (2021) dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada santriwati. Dimenore adalah nyeri yang terasa kram pada perut, dismenore juga merupakan ketidakseimbangan hormone progesterone dalam darah sehingga mengakibatkan rasa nyeri timbul, faktor psikologi juga ikut berperan terjadinya dismenore terhadap beberapa remaja putri. *Counterpressure massage* merupakan pijat yang dilakukan pada punggung bagian bawah dengan menggunakan gerakan dan tekanan untuk melepaskan tegangan, kaku dan kegelisahan didalam tubuh terutama pada daerah punggung bagian bawah serta bermanfaat untuk meningkatkan sirkulasi darah dan sebagai stimulus untuk rileks.

Selanjutnya penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kartika, Asriwati dan Sibero (2022) dengan nilai selisih rata-rata sebesar 4.488 yang artinya bahwa adanya penurunan intensitas nyeri haid setelah diberikan pijat *counterpressure* . uji statistic juga menunjukkan hasil bahwa pijat *counterpressure* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja putri dengan nilai sig. 0,000 (<0,05).

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Oktavianis dan Sari (2020) dimana hasil penelitiannya adalah terdapat pengaruh pemberian terapi pijat *counterpressure* terhadap penurunan intensitas nyeri haid dengan hasil analisis statistic didapatkan P-value = 0,003 (P<0,05). Menurut Elvira (2018), mengatakan bahwa penurunan nyeri dapat dipengaruhi oleh tanggapan responden yang berbeda seperti usia, jenis kelamin, budaya, makna nyeri, perhatian, ketakutan, pengalaman sebelumnya, model coping, dukungan keluarga dan sosial. Hal ini juga terjadi selama penelitian, dimana responden yang diamati juga merasa takut, karena merasa

sedikit takut dengan rasa sakit yang selalu muncul saat siklus menstruasi dimulai. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian peneliti dan peneliti sebelumnya. Pemberian *counterpressure* dengan menerapkan tekanan kuat ke sumber area nyeri pinggang yang diketahui agar ketegangan otot meregang, rileks, sirkulasi meningkat, dan nyeri berkurang (Santiasari and Christianingsih 2019).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulfa, Suwandono dan Budhi (2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian intervensi *dark chocolate* lebih efektif dalam menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja putri dibandingkan dengan intervensi *massage counterpressure*. Meskipun tingkat nyeri dua kelompok mengalami penurunan setelah diberikan intervensi selama 20 menit 2 hari, akan tetapi penurunan intensitas nyeri haid yang lebih besar terjadi pada kelompok intervensi *dark chocolate*.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti dapat berasumsi bahwa setiap orang apabila dipijat akan merasakan kenyamanan, relaksasi dan tidak akan memfokuskan perhatiannya kepada nyeri yang terjadi. Hal ini juga yang dialami responden, dimana mereka mengatakan bahwa saat diberikan terapi *counterpressure* nyerinya berkurang dan ada yang tidak mengalami nyeri setelah diberikan terapi *counterpressure*.

Dalam hal ini diketahui bahwa ada pengaruh saat diberikan terapi *counterpressure* pada saat nyeri haid karena pijatan ini memberikan tekanan yang menghangatkan otot abdomen dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental. Dan saat dilakukan pemijatan *counterpressure* tubuh akan merangsang untuk melepaskan senyawa endorfin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. Sehingga terjadi perubahan rasa nyeri yang dirasakan oleh remaja putri tersebut.