



Pengaruh Teknik Ayurveda Massage Terhadap Perubahan Emosi Ibu Pada Masa Intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang

Maria Ulfah, Laily Rachmawati, Turachayati, Titin Maryatin

Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada Cirebon

Email : maria.ahbib@gmail.com, lailyrachmawati83@gmail.com, turachaayati@gmail.com, titinmaryatin.11@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Kehamilan dan persalinan merupakan rangkaian peristiwa yang membutuhkan perhatian ekstra, karena banyak perubahan-perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikis sehingga perlu adanya kesiapan. **Tujuan :** Penelitian ibu bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik ayurveda massage terhadap perubahan emosi ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang. **Metode Penelitian :** Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre eksperiment* dengan desain *one group pretest-posttest design*. Sampel dari penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di Puskesmas Ujungjaya Sumedang pada bulan Oktober 2020 sebanyak 26 orang. Tempat penelitian telah dilakukan di Puskesmas Ujungjaya Sumedang. Waktu penelitian pada bulan Oktober tahun 2020. Instrumennya menggunakan kuesioner dan SOP teknik ayurveda massage. Analisis datanya menggunakan uji mann whitney. Hasil peneltian menunjukkan bahwa sebagian besar (61,5%) ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 melakukan teknik ayurveda massage. Sebagian besar (57,7%) ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 emosinya kurang stabil pada masa intranatal. Ada pengaruh teknik ayurveda massage terhadap perubahan emosi ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 yang terbukti dari hasil uji statistik diperoleh nilai $\rho = 0,003$. Disarankan bagi pihak puskesmas teknik ayurveda massage dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif terapi komplementer yang dapat diterapkan di puskesmas untuk meningkatkan emosi ibu pada masa intranatal menjadi lebih stabil. Bahi ibu dapat melakukan pijat Ayuverdha dengan pasangannya sehingga ibu perlu melatih dan memahami lebih baik lagi mengenai cara melakukan pijat Ayuverdha ini.

Kata Kunci

Teknik Ayurveda Massage, Emosi, Intranatal

ABSTRACT

Background : *Pregnancy and childbirth are a series of events that require extra attention, because there are many changes that occur both physically and psychologically so that readiness is needed.* **Research Objectives :** *Mother's research aims to determine the effect of ayurvedic massage techniques on changes in maternal emotions during the intranatal period at Ujungjaya Health Center Sumedang.* **Methods :** *The type of research used is pre-experimental with a one-group pretest-posttest design. The sample of this study was all mothers giving birth at the Ujungjaya Sumedang Health Center in October 2022 as many as 26 people. The place of research has been carried out at the Ujungjaya Health Center, Sumedang. The time of the study was in October 2022. The instrument used a questionnaire and SOP for ayurvedic massage techniques. Analysis of the data using mann whitney test. The results of the study showed that most (61.5%) mothers during the intranatal period at the Ujungjaya Sumedang Health Center in 2022 performed ayurvedic massage techniques. Most (57.7%) mothers during the intranatal period at the Ujungjaya Sumedang Health Center in 2022 were less emotionally stable during the intranatal period. There is an influence of ayurvedic massage technique on changes in maternal emotions during the intranatal period at the Ujungjaya Sumedang Health Center in 2022 which is proven from the test results obtained a value of $\rho = 0.003$. It is suggested for the puskesmas that the ayurvedic massage technique can be used as an alternative to complementary therapy that can be applied at the puskesmas*

to increase maternal emotions during the intranatal period to be more stable. Bahi mother can do Ayuverdha massage with her partner so she needs to train and understand better about how to do this Ayuverdha massage.

Keywords

Ayurveda Massage Techniques, Emotions, Intranatal

Pendahuluan

Kesehatan merupakan investasi yang sangat berharga bagi pembangunan kualitas sumber daya manusia. Secara nasional, tujuan dari pembangunan kesehatan mewujudkan bangsa yang maju dan mandiri serta sejahtera lahir batin. Untuk mewujudkan hal tersebut, maka pembangunan kesehatan memprioritaskan pelayanan kesehatan dasar secara lebih merata sehingga dapat menurunkan angka kematian ibu (1).

Keberhasilan upaya kesehatan ibu, di antaranya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). Secara umum terjadi penurunan kematian ibu selama periode 1991-2015. Terjadi penurunan AKI di Indonesia dari 390 pada tahun 1991 menjadi 305 pada tahun 2015. Adapun jumlah persalinan di Indonesia setiap tahunnya cenderung tidak mengalami peningkatan dan berada di kisaran 5 juta, pada tahun 2019 tercatat jumlah ibu bersalin di Indonesia sebanyak 5.324.562 orang. Sedangkan jika dibanding tahun sebelumnya yaitu tahun 2018 sebanyak 5.355.710 orang (2).

AKI di provinsi Jawa Barat pada tahun 2019 sebanyak 823 orang dari jumlah ibu hamil sebanyak 971.458 orang (3). Adapun jumlah kematian ibu di Kabupaten Sumedang pada tahun 2019 sebanyak 17 orang yang disebabkan karena hipertensi dalam kehamilan sebanyak 9 orang (52.94%), perdarahan sebanyak 6 orang (35.2%), penyakit jantung sebanyak 1 orang (5.8%), dan post *sectio caesarea* sebanyak 1 orang (5.8%). Adapun jumlah ibu persalinan di Kabupaten Sumedang tercatat sebanyak 21.403 orang. Sedangkan jumlah persalinan di Puskesmas Ujungjaya Sumedang pada tahun 2019 sebanyak 458 orang dan mengalami kenaikan dibanding tahun 2018 yaitu sebanyak 315 orang (4).

Kehamilan dan persalinan merupakan rangkaian peristiwa yang membutuhkan perhatian ekstra, karena banyak perubahan-perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikis sehingga perlu adanya kesiapan. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi

sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 triwulan yaitu triwulan pertama dimulai dari konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan. Kehamilan melibatkan perubahan fisik maupun emosional dari ibu serta perubahan sosial di dalam keluarga (5).

Setiap ibu bersalin akan merasakan perubahan pada dirinya antara lain perubahan tubuh, yang meliputi keseluruhan organ baik yang kelihatan maupun yang tidak kelihatan. Selain itu setiap ibu hamil juga akan mengalami perubahan psikis, menjadi lebih labil dan emosional, ini dapat menimbulkan kecemasan khususnya pada ibu hamil pertama. Akibat dari munculnya rasa cemas ini adalah meningkatnya sensitivitas emosi individu dengan manifestasi mudah menangis dan mudah curiga pada orang lain (6)

Masa persalinan atau masa intranal merupakan suatu yang wajar bagi setiap calon ibu, namun tidak semua ibu hamil siap menghadapi persalinan. Persalinan bagi beberapa ibu hamil masih menjadi suatu peristiwa yang menakutkan. Emosi pada ibu hamil menghadapi persalinan sering dijumpai terutama ibu yang baru pertama kali mengalaminya (6).

Emosi pada ibu bersalin dapat dipicu karena adanya stressor yakni respon alami tubuh terhadap stimulus sehingga ibu mengalami rasa takut, khawatir, dan tidak nyaman terhadap sesuatu. Bila perubahan emosi pada ibu bersalin tidak dapat dikendalikan maka dapat mempengaruhi terhadap proses persalinan (5). Emosi adalah sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku. Emosi dengan perasaan, perasaan (feelings) adalah pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmaniah (7).

Untuk mengatasi emosi pada masa intranatal salah satunya dengan cara non farmakologis yaitu dengan Ayurveda massage. Ayurveda didasarkan pada prinsip-prinsip ilmiah diagnosis dan pengobatan. Menurut Ayurveda, kesehatan adalah kondisi seimbang dari tubuh, jiwa, pikiran dan lingkungan. Ayurveda adalah penyembuhan dengan pendekatan tanaman obat, yang merupakan metode unik yang holistik untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan melalui tahapan: pembersihan (*cleansing*), peremajaan sel (*rejuvenasi*) dan penyembuhan (*managing disease*) (8).

Ayurveda massage sangat penting dilakukan pada ibu bersalin karena pada masa persalinan sebagian besar emosi ibu mengalami tekanan atau kekhawatiran terumata bagi ibu yang baru pertama kali melahirkan. Oleh karena itu untuk memperlancar persalinan maka diperlukan upaya atau terapi non farmakologis untuk mengontrol emosi ibu. Tujuan mempraktikkan ayurveda adalah mencapai sehat secara holistic yaitu sehat lahir, sehat batin/psikologis, dan sehat spiritual dengan jalan meningkatkan kualitas hidup kita. Sehat dicapai dengan mencapai keseimbangan, dan mengobati bila terjadi ketidakseimbangan(9).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Ujungjaya Sumedang terhadap 6 ibu bersalin, didapatkan sebanyak 4 ibu merasa khawatir, gelisah dan takut menghadapi persalinan, sedangkan 2 lagi merasa lebih tenang dan siap menghadapi persalinan. Dari 6 ibu tersebut mengatakan belum pernah selama ini dilakukan terapi Ayurveda Massage.

Berdasarkan hal tersebut penulis memandang penting untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai "Pengaruh Teknik Ayurveda Massage Terhadap Perubahan Emosi Ibu Pada Masa Intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang Tahun 2022."

Hasil Penelitian

Analisis Deskriptif

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Teknik Ayurveda Massage di Puskesmas Ujungjaya Sumedang Tahun 2022

Teknik Ayurveda Massage	F	%
Tidak	10	38.5
Ya	16	61.5
Total	26	38.5

Dapat dilihat bahwa ibu pada masa intranatal yang tidak melakukan teknik ayurveda massage sebanyak 10 orang (38,5%) dan yang melakukan sebanyak 16 orang (61,5%). Hal ini menunjukkan sebagian besar (61,5%) ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 melakukan teknik ayurveda massage.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Emosi Ibu pada Masa Intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang Tahun 2022

Emosi Ibu pada Masa Intranatal	F	%
Kurang stabil	15	57.7
Stabil	11	42.3
Total	26	100.0

Dapat dilihat bahwa ibu yang emosinya kurang stabil pada masa intranatal sebanyak 15 orang (57,7%) dan yang stabil pada masa intranatal sebanyak 11 orang (42,2%). Hal ini berarti sebagian besar (57,7%) ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 emosinya kurang stabil pada masa intranatal.

Analisis Bivariat

Tabel 3

Pengaruh Teknik Ayurveda Massage terhadap Perubahan Emosi Ibu pada Masa Intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang Tahun 2022

Test Statistics ^a	
	Emosi Ibu
Mann-Whitney U	25.000
Wilcoxon W	80.000
Z	-3.385
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.003 ^b

a. Grouping Variable: Teknik Ayuverda

b. Not corrected for ties.

Dapat dilihat bahwa hasil uji statistik dengan uji *Mann whitney* diperoleh $\rho = 0,003$ atau $< 0,05$ (α) dengan demikian maka hipotesis nol ditolak sehingga secara statistik dinyatakan bahwa ada pengaruh teknik ayurveda massage terhadap perubahan emosi ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh teknik ayurveda massage terhadap perubahan emosi ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 yang terbukti dari hasil uji statistik diperoleh nilai $\rho = 0,003$. Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Lian (2017) di Puskesmas Pameungpeuk Garut menyatakan bahwa rata-rata emosi ibu bersalin sebelum pijat sebesar 60,6% dan setelah pijat Ayuverdha naik menjadi 80,5%. Secara statistik pijat Ayuverdha mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penurunan emosi ibu bersalin. Juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saelan (2018) di Bidan Praktek Swasta Cucu Nurendah Kabupaten Subang bahwa perubahan emosional pada ibu bersalin dipengaruhi oleh faktor usia, pendidikan, paritas dan terapi. Terapi yang dapat meningkatkan emosional ibu bersalin menjadi lebih stabil adalah terapi pemijatan.

Untuk mengatasi emosi pada masa intranatal salah satunya dengan cara non farmaklogis yaitu dengan Ayuverda massage. Ayuverda didasarkan pada prinsip-prinsip ilmiah diagnosis dan

pengobatan. Menurut Ayuverda, kesehatan adalah kondisi seimbang dari tubuh, jiwa, pikiran dan lingkungan. Hasil penelitian ini juga mendukung teori bahwa tujuan mempraktikkan ayurveda adalah mencapai sehat secara holistic yaitu sehat lahir, sehat batin/psikologis, dan sehat spiritual dengan jalan meningkatkan kualitas hidup kita. Sehat dicapai dengan mencapai keseimbangan, dan mengobati bila terjadi ketidakseimbangan(9).

Pada penelitian ini masih terdapat ibu yang melakukan teknik Ayuverdha message tetapi emosinya tidak mengalami perubahan hal ini dapat dikarenakan oleh beberapa faktor lain, seperti kondisi kesehatan ibu yang kurang baik. Kondisi kesehatan ibu yang kurang baik akan mengurangi manfaat dari Ayuverdha message sehingga meskipun ibu melakukannya namun manfaat untuk meningkatkan emosi menjadi stabil tidak tercapai. Maka upaya yang dapat dilakukan oleh pihak puskesmas yaitu teknik ayurveda massage dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif terapi komplementer yang dapat diterapkan di puskesmas untuk meningkatkan emosi ibu pada masa intranatal menjadi lebih stabil. Sedangkan bagi ibu hamil dan bersalin dapat melakukan pijat Ayuverdha dengan pasangannya sehingga ibu perlu melatih dan memahami lebih baik lagi mengenai cara melakukan pijat Ayuverdha ini.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (61,5%) ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 melakukan teknik ayurveda massage. Sebagian besar (57,7%) ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 emosinya kurang stabil pada masa intranatal. Ada pengaruh teknik ayurveda massage terhadap perubahan emosi ibu pada masa intranatal di Puskesmas Ujungjaya Sumedang tahun 2022 yang terbukti dari hasil uji statistik diperoleh nilai $\rho = 0,003$.

Daftar Pustaka

1. Yulizawati et al. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil. Erka. 2017.
2. Profil Kesehatan Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Vol. 53, Kementerian Kesehatan RI. 2019. 1689–1699 p.
3. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2019. Bandung: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat; 2020. 52 p.
4. Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang. Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang. Sumedang: Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang; 2022.
5. Manuaba I. Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: Arcan; 2017.
6. Varney. Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Jakarta: Buku Kedokteran ECG; 2017.
7. Manuaba I. Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: Buku Kedokteran ECG; 2016.
8. Antia. Modul Praktikum Terapi Komplementer. Bekasi: Universitas Esa Unggul; 2019.
9. Rini S. Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice. Jakarta: CV. Budi Utama; 2016.