

PENGARUH TERAPI PIJAT STIMULUS KUTANEUS SLOW-STROKE BACK MASSAGE TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA LOW BACK PAIN (LBP) DI POLIKLINIK REHABILITASI MEDIK RSUD EMBUNG FATIMAH BATAM TAHUN 2018.

Fadhilatul Huryah⁽¹⁾, Nanik Susanti⁽²⁾

⁽¹⁾Akademi Kebidanan Putra Jaya Mandiri Batam
email: fadhilatulhuryah@gmail.com

Abstrak

Low back pain (LBP) merupakan rasa nyeri di daerah punggung antara sudut bawah kosta (tulang rusuk) sampai lumbosakral (sekitar tulang ekor) yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik. Rasa nyeri juga dapat menjalar ke daerah lain seperti punggung bagian atas dan pangkal paha. Salah satu tindakan non farmakologis untuk mengatasi nyeri adalah dengan menggunakan stimulus *cutaneous slow-stroke back massage*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stimulus *cutaneous slow-stroke back massage* terhadap intensitas nyeri pada penderita *low back pain*. Desain penelitian ini menggunakan metode pra eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian adalah pasien yang datang ke poliklinik rehabilitasi medik RSUD Embung Fatimah kota Batam dengan keluhan nyeri low back pain sebanyak 30 orang yang diambil secara *Accidental Sampling*. Berdasarkan analisis menggunakan komputerisasi dengan uji Wilcoxon *Signed Rank test* diperoleh perbedaan rata-rata sebesar 10,50 dengan nilai signifikan $p = 0,00 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa stimulus *cutaneous slow-stroke back massage* mempengaruhi intensitas nyeri penderita *low back pain (LBP)*.

Kata kunci : *slow-stroke back massage*, intensitas nyeri, *low back pain (LBP)*.

Abstract

Low back pain (LBP) is pain in the back area between the lower angle of the rib (rib) to the lumbosacral (around the coccyx) which is caused by poor body activity. Pain can also spread to other areas such as the upper back and groin. One non-pharmacological action to treat pain is to use a *cutaneous stimulus slow-stroke back massage*. This study aims to determine the effect of *cutaneous stimulus slow-stroke back massage* on pain intensity in low back pain sufferers. The design of this study used a pre-experimental method with a one group pretest-posttest approach. The study sample was patients who came to the medical rehabilitation polyclinic of Embung Fatimah Hospital in Batam city with complaints of low back pain as many as 30 people taken by accidental sampling. Based on the analysis using computerization with the Wilcoxon *Signed Rank test*, the average difference was 10.50 with a significant value of $p = 0.00 < 0.05$. So it can be concluded that the *cutaneous stimulus of slow-stroke back massage* affects the intensity of pain in low back pain (LBP) sufferers.

Keywords: *slow-stroke back massage*, intensity of pain, *low back pain (LBP)*.

PENDAHULUAN

Setiap individu tidak terlepas dari aktivitas atau pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Sebagian aktivitas dan pekerjaan tersebut membutuhkan energi dan kekuatan otot yang cukup besar sehingga dapat menimbulkan berbagai macam keluhan, salah satunya adalah nyeri pinggang bawah. Nyeri pinggang bawah merupakan salah satu kondisi paling sulit di kelola dan menyumbang paling sedikit 5% dari masalah yang terlihat dalam praktik umum.

LBP menjadi perhatian dan dianggap sebagai masalah yang cukup besar karena mempengaruhi pertumbuhan ekonomi negara terutama di negara barat (Meliala,dkk, 2005). Dari hasil penelitian Cropcord Indonesia menunjukkan bahwa penderita *LBP* pada jenis kelamin pria prevalensinya sebesar 18,2% dan pada wanita sebesar 13,6%.

Nyeri pinggang bawah atau *low back pain* merupakan rasa nyeri, ngilu, pegal yang terjadi di daerah pinggang bagian bawah. Nyeri pinggang bawah bukanlah suatu penyakit tapi merupakan gejala akibat dari penyebab yang sangat beragam.

Dengan mengalami nyeri, sudah cukup membuat pasien frustrasi dalam menjalani hidupnya sehari-hari sehingga dapat mengganggu kualitas hidup pasien. Karenanya, terapi utama diarahkan untuk menangani nyeri ini.

Penanganan nyeri dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi. Terapi farmakologi dengan menggunakan *siklooksigenase inhibitor* (*COX inhibitor*) sering menimbulkan efek

samping yaitu gangguan gastrointestinal. Selain itu, penggunaan jangka panjangnya dapat mengakibatkan perdarahan pada saluran cerna, tukak lambung, perforasi dan gangguan ginjal (Daniel, 2006).

Salah satu langkah sederhana dalam upaya menurunkan nyeri dengan menggunakan *stimulus kutaneus* adalah dengan melakukan *massage* dan sentuhan. *Massage* dan sentuhan merupakan tehnik integrasi sensori yang mempengaruhi aktifitas sistem saraf otonom. Relaksasi sangat penting dalam membantu klien untuk meningkatkan kenyamanan dan membebaskan diri dari ketakutan serta stres akibat penyakit yang dialami dan nyeri yang tak berkesudahan (Potter & Perry, 2005).

Teknik untuk melakukan *SSBM* dapat dilakukan dengan beberapa pendekatan, salah satu metode yang dilakukan adalah dengan mengusap kulit klien secara perlahan dan berirama dengan tangan, dengan kecepatan 60 kali usapan per menit. Usapan yang panjang dan lembut dapat memberikan kesenangan dan kenyamanan bagi pasien, sedangkan usapan yang pendek dan sirkuler cenderung lebih bersifat menstimulasi. Keuntungan dari stimulus kutaneus *slow-stroke back massage* (*SSBM*) adalah tindakan ini dapat dilakukan di rumah, sehingga memungkinkan pasien dan keluarga melakukan upaya dalam mengontrol nyeri.

Terapi pijat (*massage*) sudah mulai dikembangkan di Indonesia pada kasus *low back pain* dan menunjukkan angka keberhasilan mencapai 30% dalam menurunkan intensitas nyeri (Sumartini, 2008).

Berdasarkan data tahun 2017, di Poliklinik Rehabilitasi Medik di RSUD Embung Fatimah Batam terdapat sebanyak 4835 pasien. Dari jumlah pasien tersebut sebanyak 10% melaporkan mengalami nyeri pada pinggang bagian bawah. Kondisi seperti di atas, maka sebagai seorang perawat perlu mengetahui tentang teknik terapi *massage* stimulus kutaneus *slow-stroke back massage* dan efeknya yang dapat memberikan rasa nyaman bagi penderita *LBP*.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh terapi pijat stimulus kutaneus *slow-stroke back massage* terhadap intensitas nyeri pada penderita *Low Back Pain (LBP)* di Poliklinik Rehabilitasi Medik RSUD Embung Fatimah Batam 2018.

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi pijat stimulus kutaneus *slow-stroke back massage* terhadap intensitas nyeri pada penderita *low back pain (LBP)* di Poliklinik Rehabilitasi Medik RSUD Embung Fatimah Batam Tahun 2018. Sedangkan tujuan khusus dalam penelitian ini yaitu mengidentifikasi intensitas nyeri *low back pain* sebelum pemberian terapi pijat stimulus kutaneus *slow-stroke back massage*, mengidentifikasi intensitas nyeri *low back pain* sesudah pemberian terapi pijat stimulus kutaneus *slow-stroke back massage*, dan menganalisis pengaruh intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat stimulus kutaneus *slow-stroke back massage* pada penderita *LBP* di Poliklinik Rehabilitasi Medik RSUD Embung Fatimah Batam Tahun 2018.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian metode pra eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Ciri dari tipe penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Notoatmodjo, 2012). Populasi adalah seluruh pasien yang datang ke Poliklinik Rehabilitasi Medik RSUD Embung Fatimah Batam dari bulan Januari-Juni 2018 sebanyak 935 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik *Acidental Sampling* yaitu peneliti mengambil sampel hanya dengan responden yang ada keluhan *low back pain (LBP)* yang dilakukan dari tanggal 12 Oktober 2018 sampai dengan 15 November 2018 dan didapatkan sebanyak 30 orang sampel. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data untuk penelitian ini adalah lembar observasi yang berupa lembaran ekspresi wajah skala nyeri menurut Bourbonis. Teknik data yang digunakan untuk mengetahui adanya perubahan tingkat nyeri pada pasien *Low Back Pain (LBP)* pada penelitian ini menggunakan uji analisis SPSS 24, pada statistic non parametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang dilakukan dari tanggal 12 Oktober 2018 sampai dengan 15 November 2018 dengan cara pengisian lembar observasi sebelum dan sesudah terapi stimulus *kutaneus slow stroke back massage* di Poliklinik Rehabilitasi Medik RSUD Embung

Fatimah Batam didapatkan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pre-test

Intensitas Nyeri	Skor	Sebelum Intervensi	
		f	%
Nyeri ringan	1-3	0	0
Nyeri sedang	4-6	30	100
Total		30	100

Berdasarkan tabel 1, intensitas nyeri responden sebelum pemberian terapi *stimulus Kutaneus Slow-stroke back massage* diukur dengan menggunakan skala Bourbanis, didapatkan intensitas nyeri yang dirasakan responden (100%) pada tingkat sedang dengan skor 4-6.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Post-test

Intensitas Nyeri	Skor	Setelah Intervensi	
		f	%
Nyeri ringan	1-3	20	66.66
Nyeri sedang	4-6	10	33.33
Total		30	100

Berdasarkan tabel 2, setelah responden diberikan terapi *stimulus Kutaneus Slow-stroke back massage* selama kurang lebih 10 menit, dilakukan pengukuran intensitas nyeri kembali dengan menggunakan skala Bourbanis dan didapatkan sebanyak (66.66%) untuk nyeri ringan dengan skor 1-3 dan (33.33%) pada nyeri sedang dengan skor 4-6 dan (33.33%) pada nyeri sedang dengan skor 1-3.

Tabel 3 Uji Wilcoxon Signed Ranks Test

Posttest – Pretest	Negative Ranks	20 ^a	10.5	210.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	10 ^c		
	Total	30		

Test Statistic	Post-Pre
Z	-4.472
Asymp Sig (2-tailed)	0.000

Berdasarkan tabel 3, analisis ditemukan selisih negatif antara hasil sebelum dan sesudah terapi adalah 20 dan *mean rank* 10.50. Nilai 20 dalam selisih negatif ini menunjukkan adanya penurunan dari sebelum pemberian terapi ke sesudah pemberian terapi. Dan hasil *wilcoxon* didapatkan nilai *p value* $0,00 \leq 0.05$ yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian terapi *kutaneus slow-stroke back massage*.

B. Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh bahwa untuk intensitas nyeri pada *low back pain (LBP)* sebelum dilakukan pemberian *stimulus kutaneus slow-stroke back massage*, sebanyak 30 orang. Seluruh responden dilakukan pengukuran nyeri dengan menggunakan skala nyeri Bourbanis. Hasilnya menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) merasakan nyeri tingkat sedang karena sebagian besar responden yang datang ke Poliklinik Rehabilitasi Medik RSUD Embung Fatimah Batam adalah rujukan dari klinik fasilitas kesehatan 1.

Nyeri sedang bersifat terus menerus secara objektif pasien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat

mengikuti perintah dengan baik dan sebagian besar dengan adanya nyeri sedang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.(Smeltzer & Bare, 2002).

Kemudian responden diberikan terapi stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* selama 3-10 menit dengan cara bagian punggung diurut dengan agak kuat kearah bahu kemudian dari bahu menuju ke bokong dengan gerakan lebih ringan. Setelah itu diubah gerakan secara sirkuler pada daerah sacrum dan pinggang kemudian mengubah lagi gerakan *kneading* (meremas) dari bokong menuju bahu dan kembali dengan gerakan memanjang. Sesudah dilakukan stimulus *Kutaneus slow-stroke back massage* kemudian dilakukan pengukuran intensitas nyeri kembali dengan skala Bourbanis.

Hasil yang didapatkan (66.66%) mengalami penurunan untuk nyeri ringan dan (33.33%) mengalami penurunan untuk nyeri sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa dengan diberikan terapi pijat stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah pemberian stimulus *kutaneus slow-stroke back massage*.

Pemberian terapi stimulus *kutaneus slow stroke back massage* efektif untuk mengurangi rasa nyeri. Karena di dalam terapi stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* terdapat gerakan yang berfungsi juga untuk memperlancar peredaran darah dan dapat mengurangi ketegangan otot sehingga menimbulkan respon relaksasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Niken (2015) yang berjudul Pengaruh Stimulasi *Kutaneus*

Slow Stroke Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Lanjut Usia dengan hasil responden yang mengalami penurunan skala nyeri pada tingkat sedang (30%) dan pada tingkat ringan (70%).

Penurunan nilai intensitas nyeri setiap individu berbeda-beda walaupun stimulus yang diberikan sama. Perbedaan ini disebabkan karena nyeri bersifat subjektif dan individual sehingga respon yang diberikan antara seorang individu dengan individu lain tidak sama tergantung dari faktor-faktor yang mempengaruhinya seperti usia, jenis kelamin, pengalaman masa lalu serta makna nyeri dan gaya coping (Potter & Perry, 2005).

Adanya penurunan intensitas nyeri dikaitkan dengan mekanisme penurunan nyeri teori *gate control*, yaitu menurunnya intensitas nyeri terjadi karena transmisi impuls nyeri diblok dengan mengaktifkan serabut A-beta yang terdapat pada kulit. Serabut ini akan berespon saat melakukan *massage* pada kulit dengan lembut , sehingga setelah pemberian stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* terjadi penurunan intensitas nyeri.

Untuk melihat adanya pengaruh stimulus *Kutaneus Slow-stroke Back Massage* terhadap intensitas Nyeri pada penderita *Low Back Pain (LBP)* di penelitian ini menggunakan uji analisis SPSS 24, pada statistik non parametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Wilcoxon Signed Ranks Test* ditemukan adanya perbedaan intensitas nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* yang signifikan dibuktikan dengan nilai $p= 0,00 < 0,05$ dengan nilai perbedaan rata-rata (mean) sebesar

10,50 yang berarti bahwa H_a dipenelitian ini diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* terhadap intensitas nyeri pada penderita *low back pain (LBP)* di Poliklinik Rehabilitasi Medik RSUD Embung Fatimah Batam Tahun 2018. Dengan demikian, stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* dapat mempengaruhi intensitas nyeri pada penderita *low back pain* dan terbukti mampu menurunkan nilai intensitas nyeri penderita *low back pain*. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian terdahulu yang dilakukan Ni P.P Kusuma Dewi (2017) tentang “Pengaruh *Back Massage* terhadap Tingkat Nyeri *Low Back Pain* pada kelompok tani Semangka Mertha Abadi di desa Yeh Sumbul” dengan hasil nilai $p = 0,001$ yang artinya lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dan rata-rata nyeri sebelum terapi dan sesudah terapi adalah 2,83.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

Hasil pengukuran intensitas nyeri responden dengan menggunakan Skala Boubanis (0-10) sebelum dilakukan pemberian stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* diperoleh bahwa seluruh responden (100%) mengalami nyeri pada tingkat sedang.

Hasil pengukuran intensitas nyeri responden dengan menggunakan Skala Borbanis (0-10) setelah dilakukan pemberian stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* didapatkan sebanyak (66.66%) skala nyeri ringan dan (33.33%) pada nyeri sedang.

Dari hasil analisis Bivariat menggunakan program SPSS 24 dengan uji statistik non parametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan adanya penurunan dari sebelum pemberian terapi ke sesudah pemberian terapi dengan nilai $p = 0,00 < 0,05$ berarti bahwa H_a diterima sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara stimulus *kutaneus slow-stroke back massage* terhadap intensitas nyeri pada penderita *low back pain (LBP)* di Poliklinik Rehabilitasi Medik RSUD Embung Fatimah Batam Tahun 2018.

DAFTAR PUSTAKA

- Daniel. 2006. *OAINS Konvensional Masih Jadi Pilihan*. Diambil dari <http://jurnalpenyakitdalam.ui.ac.id> diakses tanggal 4 Mei 2018.
- Meliala.L.KRT. 2005, *Nyeri Punggung Bawah*. Kelompok Studi Nyeri Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia (PERDOSSI). Jakarta.
- Niken. 2015. *Pengaruh Stimulasi Kutaneus:Slow Stroke Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Lanjut Usia*. Stikes Wira Medika PPNI. Bali
- Notoatmodjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Potter, P A & Perry, A G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik Edisi 4 Volume 2*. Jakarta: EGC.
- Sumartini. 2008. *Pengaruh Stimulasi Kutaneus slow Stroke Back Massage terhadap nyeri Osteoarthritis Pada Lansia di Panti werdha Griya Asih Lawang*

Malang. Diambil dari
<http://www.interscience/journal>
diakses tanggal 4 Juli 2018.