

Efek Media Sosial pada Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Teknik Mengurangi Rasa Nyeri Persalinan

The Social Media Effect on Increased Maternal Knowledge of Techniques That Reduce Labor Pain

Zahrah Zakiyah^{1*}, Dheska Arthyka Palifiana², Sitti Khadijah³

³Prodi Kebidanan Program Sarjana, ²Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Universitas Respati Yogyakarta

*Email : zahrahzakiyah@respati.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: antibiotik sebagai terapi definitif pneumonia harus diberikan dalam **Latar Belakang:** nyeri pada saat persalinan menjadi salah satu nyeri yang paling menyakitkan dibanding nyeri lain yang dialami wanita selama masa kehidupannya. Seorang perempuan akan mempersepsikan nyeri bergantung pada kognitif dan emosinya. Kognitif dan emosi erat hubungannya dengan pengetahuan. Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap nyeri. Kelompok diskusi kecil atau kelas ibu hamil digunakan sebagai sarana berbagi ilmu. Pemanfaatan media sosial menjadi alternatif pilihan yang dapat digunakan untuk tetap menghidupkan kelompok diskusi atau kelas ibu hamil tanpa terhalangi situasi dan kondisi. **Tujuan:** mengetahui efektifitas media sosial untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil pada teknik mengurangi rasa nyeri persalinan. **Metode:** merupakan penelitian *Pre-Experimental Designs* dengan jenis *One-group Pretest-posttest design*. Responden penelitian adalah ibu hamil primigravida yang dikumpulkan dalam satu kelompok *Whatsapp Group* (WAG) sebagai media komunikasi dan pembelajaran selama masa Pandemi Covid-19. Pretest dilakukan pada responden penelitian sebelum perlakuan berupa pemberian informasi teknik mengurangi rasa nyeri persalinan diberikan, dan posttest dilakukan sesudah perlakuan dilakukan. Analisis data menggunakan uji *paired T-test*. **Hasil:** terdapat perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah perlakuan. Sebelum perlakuan diketahui rerata nilai responden 51.42 ± 13.88 dengan nilai tertinggi 70, sedangkan setelah perlakuan diketahui rerata nilai 67.28 ± 13.57 dengan nilai tertinggi 90. Nilai p -value 0.002. **Kesimpulan:** media sosial terbukti efektif untuk dipilih menjadi sarana mentransfer ilmu pengetahuan tanpa terhalangi situasi dan kondisi lingkungan.

Kata kunci: media sosial; tingkat pengetahuan; nyeri; whatsapp

Abstract

Background: pain during childbirth is one of the most painful pains compared to other pain experienced by women during their lifetime. A woman will perceive pain depending on her cognitive and emotional. Cognitive and emotion are closely related to knowledge. Knowledge is one of the factors that influence pain. Small discussion groups or classes for pregnant women are used as a means of sharing knowledge. The use of social media is an alternative option that can be used to keep discussion groups or classes on pregnant women alive without being hindered by situations and conditions. **Objective:** To determine the effectiveness of social media to increase knowledge of pregnant women on techniques to reduce labor pain. **Method:** This is a *Pre-Experimental Designs* research with the type of *One-group Pretest-posttest design*. Research respondents were primigravida pregnant women who were collected in a *Whatsapp Group* (WAG) group as a medium of communication and learning during the Covid-19 pandemic. The pretest was carried out on the research respondents before the treatment in the form of providing information on techniques to reduce labor pain, and the posttest was carried out after the treatment was carried out. Data analysis used *paired T-test*. **Results:** there are differences in the level of knowledge of respondents before and after treatment. Before treatment, it was known that the average value of the respondents was 51.42 ± 13.88 with the highest value of 70, while after treatment the average value was known to be 67.28 ± 13.57 with the highest value of 90. The p -value was 0.002.

Conclusion: *social media has proven to be effective to be chosen as a means of transferring knowledge without being hindered by environmental situations and conditions.*

Keywords: *social media; knowledge level; painful; whatsapp*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan pengalaman yang kompleks dan bersifat subjektif, karena berbeda pada setiap individu. Banyak faktor yang berpengaruh persepsi ibu hamil mengenai persalinan memunculkan berbagai pengalaman yang unik. Nyeri pada saat persalinan menjadi salah satu nyeri yang paling menyakitkan dibanding nyeri lain yang dialami wanita selama masa kehidupannya. Kontraksi uterus yang teratur dan menyakitkan mendorong janin untuk lahir. Nyeri persalinan masuk dalam kategori nyeri *visceral* dan *somatic* (Lobor & Maguire, 2008).

Munculnya nyeri berkaitan erat dengan reseptor dan adanya rangsangan. Reseptor nyeri dikenal dengan nociceptor, yaitu merupakan ujung-ujung saraf bebas yang memiliki sedikit atau bahkan myelin yang tersebar pada kulit dan mukosa, khususnya pada organ viseral, persendian, dinding arteri, hati dan kandung empedu. Impuls saraf yang dihasilkan oleh stimulus nyeri menyebar keseluruh serabut saraf perifer aferen oleh dua jenis serabut saraf, yaitu serabut A (delta) yang bermielinasi dengan cepat dan serabut C yang tidak bermielinasi, berukuran sangat kecil serta lambat (Potter et al., 2013). Nyeri persalinan sendiri melibatkan 2 komponen nyeri, yaitu nyeri *visceral* dan nyeri *somatic*. Nyeri viseral ditransmisikan oleh serabut C kecil yang tidak bermielin yang berjalan dengan serat simpatis dan melewati pleksus saraf uterus, serviks, dan hipogastrik ke dalam rantai simpatis utama, sedangkan nyeri somatik ditransmisikan oleh serabut A (delta) yang halus dan bermielin dengan cepat. Nyeri somatik terjadi menjelang persalinan, sifatnya tajam dan mudah terlokalisasi pada vagina, rektum, dan perineum (Lobor & Maguire, 2008).

Seorang perempuan akan mempersepsikan nyeri bergantung pada kognitif dan emosinya. Ketika memiliki kognitif dan emosi yang positif, maka dia akan memiliki perasaan yang kuat sehingga mampu melewati nyeri dengan baik, sebaliknya apabila memiliki kognitif dan emosi negatif, maka merasa harus memiliki dorongan dari luar tubuhnya agar mampu mengatasi rasa nyeri yang dialami (Whitburn et al., 2017). Kognitif dan emosi erat hubungannya dengan pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap nyeri, disamping faktor lain seperti persepsi, pengalaman terdahulu, usia, jenis kelamin dan sosial budaya (Potter et al., 2013).

Pengetahuan tentang teknik mengurangi rasa nyeri persalinan dibutuhkan agar seorang ibu hamil mampu membentuk kognitif dan emosi positif dalam dirinya, sehingga memiliki kekuatan untuk mengatasi rasa nyeri yang dialaminya. Transfer pengetahuan kepada ibu hamil dapat dilakukan melalui kelompok diskusi kecil atau kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil meningkatkan pengetahuan ibu hamil karena penuh akan informasi dan tempat diskusi diantara sesama ibu hamil (Setyaningsih & Zakiyah, 2019). Mengikuti kelas ibu hamil dapat menurunkan skor ketakutan dan nyeri menghadapi persalinan (Kacperczyk-Bartnik et al., 2019).

Masa Pandemi Covid-19 tidak menjadikan halangan untuk tetap membentuk kelompok diskusi ibu hamil. Pemanfaatan media sosial menjadi alternatif pilihan yang digunakan untuk tetap menghidupkan kelompok diskusi atau kelas ibu hamil. Penelitian terdahulu menjelaskan efektifitas media sosial sebagai sarana untuk menyampaikan

informasi kesehatan. Pemberian edukasi *telehealth* melalui aplikasi *whatsapp*, mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya persiapan persalinan (Palifiana Arthyka et al., 2020). Pendidikan kesehatan online melalui aplikasi *whatsapp* diketahui mampu meningkatkan pengetahuan wanita usia subur (WUS) tentang persiapan menyusui (Khadijah et al., 2020). Penelitian ini juga memaparkan efektifitas media sosial melalui *Whatsapp Group* (WAG) untuk mentransfer pengetahuan tentang teknik mengurangi rasa nyeri pada persalinan kepada ibu hamil.

METODE

Desain penelitian ini adalah *Pre-Experimental Designs*, dimana perlakuan yang dilakukan kepada subjek penelitian tanpa disertai adanya kelompok kontrol (pembanding tanpa perlakuan) dan hanya fokus pada dampak perubahan dari perlakuan subjek penelitian yang diamati. Jenis *Pre-Experimental Designs* yang dipilih adalah *One-group Pretest-posttest design* (Rogers & Révész, 2016). Responden penelitian ini adalah ibu hamil primigravida yang dikumpulkan dalam satu kelompok *Whatsapp Group* (WAG) dengan tujuan sebagai media komunikasi dan pembelajaran selama masa Pandemi Covid-19 berjumlah 21 ibu hamil.

Perlakuan yang diberikan kepada responden berupa pemberian informasi dan edukasi terkait teknik mengurangi rasa sakit pada saat persalinan melalui WAG yang telah dibentuk. Sebelum perlakuan diberikan, responden diminta untuk menjawab 10 pertanyaan sebagai bentuk pretest dan sesudah perlakuan diberikan responden juga diminta untuk kembali menjawab 10 pertanyaan sebagai bentuk posttest untuk mengetahui perubahan pengetahuan yang dimiliki responden pasca perlakuan diberikan. Data yang terkumpul kemudian dilakukan analisis data dengan uji *paired T-test*

HASIL

Hasil analisis data tingkat pengetahuan ibu hamil tentang teknik mengurangi rasa nyeri persalinan tersaji dalam 3 tabel berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik		Jumlah (n= 21)	Prosentase (%)
Usia	Remaja Akhir	5	23.8
	Dewasa Awal	16	76.2
Pendidikan	Menengah	1	4.8
	Tinggi	20	95.2
Pekerjaan	Bekerja	12	57.1
	Tidak Bekerja	9	42.9

Tabel 1 membahas tentang karakteristik responden penelitian ini. Usia dewasa awal mendominasi keseluruhan responden, mencapai 16 responden (76.2%). Pada tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan tinggi dengan jumlah 20 responden (95.2%). Sebagian besar responden diketahui memiliki pekerjaan atau bekerja, yaitu 12 responden (57.1%).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Pemberian Perlakuan

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Perlakuan		Sesudah Perlakuan	
	(n=21)	(%)	(n=21)	(%)
Baik	1	4.8	9	42.9
Cukup	9	42.9	8	38.1
Kurang	11	52.4	4	19

Berdasarkan tabel 2, diketahui terdapat perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan diberikan. Tingkat pengetahuan kurang menempati posisi pertama sebelum perlakuan diberikan, dengan jumlah 11 responden (52.4%), sedangkan sesudah perlakuan diberikan tingkat pengetahuan baik berada pada posisi pertama, yaitu 9 responden (42.9%).

Tabel 3. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Tingkat Pengetahuan	n	Mean	Std. Dev	Min	Maks	ρ
Sebelum Perlakuan	21	51.42	13.88	20	70	0.002
Sesudah Perlakuan	21	67.28	13.57	50	90	

Tampak pada tabel 3 terdapat perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah perlakuan. Sebelum perlakuan diketahui rerata nilai responden 51.42 ± 13.88 dengan nilai tertinggi adalah 70, sedangkan setelah perlakuan diketahui rerata nilai 67.28 ± 13.57 dengan nilai tertinggi adalah 90. Nilai p -value 0.002 menunjukkan ada perbedaan bermakna pada tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah perlakuan diberikan.

PEMBAHASAN

Tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah pemberian perlakuan berdasarkan data menunjukkan perbedaan yang cukup besar, sebagaimana yang tampak pada tabel 2. Tingkat pengetahuan kurang menempati posisi pertama sebelum pemberian perlakuan, yaitu berjumlah 11 responden (52.4%), sedangkan sesudah pemberian perlakuan, posisi pertama ditempati oleh tingkat pengetahuan baik sejumlah 9 responden (42.9%). Faktor internal pada diri seseorang mempengaruhinya dalam mempelajari pengetahuan. Usia menjadi salah satu faktor internal yang berpengaruh pada kemampuan dan kecepatan seseorang menyerap ilmu dan informasi. Tingkat kematangan dan pola pikir berbanding lurus dengan usia. Responden dalam penelitian mayoritas berada pada tahap usia dewasa awal yang diasumsikan memiliki tingkat kematangan dan pola pikir yang baik untuk menerima informasi dan pengetahuan (Syah, 2009). Teori ini diperkuat oleh penelitian yang menjelaskan usia berhubungan dengan tingkat pengetahuan responden setelah diberikan informasi melalui edukasi pendidikan dengan p -value 0.026 (Zakiyah, 2020).

Pendidikan diketahui pula sebagai salah faktor yang memiliki adil besar pada penerimaan seseorang terhadap ilmu dan informasi. Semakin tinggi pendidikan seseorang

akan semakin mudah orang tersebut menerima informasi ilmu pengetahuan (Wawan & Dewi, 2011). Memiliki tingkat pendidikan tinggi mendominasi responden dalam penelitian ini, sehingga sangat wajar apabila informasi yang diberikan dapat terserap dengan baik. Sebuah penelitian menyebutkan bahwa faktor pendidikan berhubungan dengan tingkat pengetahuan yang ditunjukkan dengan ρ -value 0.010 (Zakiah, 2020). Pekerjaan adalah faktor internal yang mempengaruhi seseorang dalam menerima pengetahuan (Syah, 2009). Seseorang yang bekerja mudah untuk mendapatkan informasi dan lebih sering menggunakan otaknya. Informasi yang diserap melalui pancaindra manusia akan menstimulus otak untuk terus berkembang. Setiap informasi dan peristiwa dilingkungan sekitar akan diserap oleh otak. Otak sangat peka dalam menerima, memproses dan menangkap informasi dari pancaindra, yang kemudian akan membentuk kesadaran manusia (Lusiawati, 2017). Responden pada penelitian ini sebagian bekerja, sehingga memudahkan untuk menerima dan menangkap pengetahuan yang diberikan.

Berdasarkan hasil analisis data, nilai 70 adalah maksimum yang diperoleh responde sebelum diberi perlakuan dengan rerata nilai 51.42 ± 13.88 dan nilai 90 merupakan maksimum yang didapat respondeng sesudah perlakuan diberikan dengan rerata nilai 67.28 ± 13.57 , sedangkan nilai signifikansi ρ -value 0.002 membuktikan bahwa pemberian informasi meskipun melalui media sosial *Whatsapp Group* (WAG) tetap mampu mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu hamil. Apabila seorang individu banyak memperoleh informasi, maka pengetahuan yang ia miliki akan semakin luas dan bertambah (Budiman dan Riyanto, 2014). Lingkungan sekitar sangat mempengaruhi perkembangan otak manusia. Intelegensi yang dimiliki manusia berfungsi untuk menyerap informasi yang disediakan lingkungan sekitarnya. Semakin sering digunakan untuk menyerap informasi dan distimulus dengan berbagai persoalan untuk dipikirkan, maka kemampuan otak akan semakin baik, sehingga intelegensi akan semakin meningkat. Seseorang dengan intelegensi yang tinggi akan menyerap pengetahuan dengan baik dan mudah. Pemanfaatan media sosial sebagai sarana menciptakan lingkungan yang optimal untuk mentransfer informasi terbukti efektif tanpa terhalangi oleh situasi dan kondisi lingkungan. Hasil penelitian ini sekali lagi menguatkan penelitian terdahulu bahwa pemberian informasi tetap efektif meskipun melalui media sosial (Khadijah et al., 2020; Palifiana Arthyka et al., 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Media sosial terbukti efektif untuk dipilih menjadi sarana mentransfer ilmu pengetahuan tanpa terhalangi situasi dan kondisi lingkungan.

Saran

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang efektifitas media sosial sebagai sarana mentransfer ilmu yang bersifat psikomotor atau membutuhkan aplikasi langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiman dan Riyanto. (2014). *Kapita Selekta Kuesioner : Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika.
- Kacperczyk-Bartnik, J., Bartnik, P., Symonides, A., Sroka-Ostrowska, N., Dobrowolska-Redo, A., & Romejko-Wolniewicz, E. (2019). Association between antenatal

- classes attendance and perceived fear and pain during labour. *Taiwanese Journal of Obstetrics and Gynecology*, 58(4), 492–496.
<https://doi.org/10.1016/j.tjog.2019.05.011>
- Khadijah, S., Palifiana Arthyka, D., & Zakiyah, Z. (2020). Pendidikan Kesehatan Persiapan Menyusui pada Wanita Usia Subur. *Avicenna: Journal of Health Research*, 3(2), 9–16.
- Lobor, S., & Maguire, S. (2008). The pain of labour. *Reviews in Pain*, 2(2), 15–19.
<https://doi.org/10.1136/bmj.1.4553.706-a>
- Lusiawati, I. (2017). Pengembangan otak dan optimalisasi sumber daya manusia. *Tedc*, 11(2), 162–171.
- Palifiana Arthyka, D., Khadijah, S., & Zakiyah, Z. (2020). Edukasi Telehealth Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Persiapan Persalinan. *Pros Semin Nas Has Penelit Dan Pengabd Masy*, 317–324.
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P., & Hall, A. (2013). *Fundamentals of Nursing*. 1397.
- Rogers, J., & Révész, A. (2016). *Experimental and quasi-experimental designs*. 133–143.
- Setyaningsih, D., & Zakiyah, Z. (2019). The Implementation of Antenatal Class to Improve Mother's Knowledge of Pregnancy. *Proceeding International Conference*, 1(1), 759–763.
<http://prosiding.respati.ac.id/index.php/PIC/article/view/151>
- Syah, M. (2009). *Psikologi Belajar*. Raja Grafindo Persada.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia* (2nd ed.). Nuha Medika.
- Whitburn, L. Y., Jones, L. E., Davey, M. A., & Small, R. (2017). The meaning of labour pain: How the social environment and other contextual factors shape women's experiences. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1186/s12884-017-1343-3>
- Zakiyah, Z. (2020). Determinan Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan tentang Optimalisasi Nutrisi bagi Ibu Menyusui. *Formilkesmas*, 5(2), 215–224.