

PENGARUH PENERAPAN EFFLEURAGE MASSAGE PADA NY. S TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I

The Effect of The Application Effleurage Massage on Mrs. S in Labor Pain At Stage I

Mazaya Azizah Nur'aini ^{1*}, Ida Widiawati ²

^{1*} Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Bandung

Email: mazayaazizahnuraini@student.poltekkesbandung.ac.id

² Email: idawidiawati@staff.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

Uterine contractions in labor cause pain. Efforts to overcome labor pain during the 1st stage can be done by applying effleurage massage. The researchers found that effleurage is effectively used to decrease pain of labor, so laboring mothers can be calmer and more comfortable facing their labor. This final project aims to give midwifery care to Mrs. S using Effleurage Massage in 1st stage of Labor use NRS (Numerical Rating Scale) to determine pain scale based on 4 time points (before implementation of intervention, 30 mins, 1 hr, and 2 hrs after implementation) to determine significantly difference pain felt in case study conducted from January-March 2023. Application of Effleurage Massage for 10 minutes per contraction, there is a decrease in pain from moderate to mild pain scale after assessment using NRS and it can be inferred that Effleurage Massage effectively to reduce the pain labor in accordance with Gate Control theory that effleurage massage would closed the gateway so cortex cerebri will not accept the signal of pain caused it was blocked by stimulus so the perception of pain will change and reduce the sensory transmission of stimuli from the abdominal wall to reduce discomfort in the painful area. The midwife is expected to overcome discomfort such as pain felt by the patient during labor so the patient can go through labor comfortably and the pain felt is reduced.

Key words: *Comprehensive Midwifery Care, Effleurage Massage, Maternal Health*

ABSTRAK

Kontraksi uterus saat persalinan menyebabkan timbulnya rasa sakit. *Effleurage massage* dapat diterapkan untuk mengatasi rasa sakit tersebut. Beberapa penelitian menunjukkan *effleurage massage* efektif mengurangi nyeri persalinan sehingga ibu bersalin dapat lebih tenang dan nyaman menghadapi persalinannya. Asuhan kebidanan dengan penerapan *Effleurage Massage* pada kala I persalinan dan NRS (*Numerical Rating Scale*) untuk mengetahui skala nyeri yang dirasakan pasien berdasarkan 4 titik waktu yaitu sebelum dilakukan intervensi, 30 menit, 1 jam, serta 2 jam setelah intervensi untuk mengetahui perbedaan nyeri yang dirasakan secara signifikan merupakan tujuan dari asuhan yang berbentuk studi kasus yang dilaksanakan pada bulan Januari-Maret 2023. Penerapan *Effleurage Massage* selama 10 menit setiap kontraksi menyebabkan penurunan nyeri pada pasien dari skala nyeri sedang menjadi nyeri ringan setelah dilakukan pengkajian menggunakan NRS. Maka disimpulkan *Effleurage Massage* efektif mengurangi nyeri persalinan yang sesuai dengan teori *Gate Control* dimana *effleurage massage* mengakibatkan *cortex cerebri* tidak mendapatkan sinyal nyeri karena rangsangan telah memblokirnya dan menyebabkan persepsi nyeri berubah dan ketidaknyamanan pada area yang sakit menurun. Setelah melakukan asuhan bidan diharapkan dapat mengatasi ketidaknyamanan seperti nyeri yang dirasakan pasien saat persalinan agar persalinan dapat dilalui oleh pasien dengan nyaman dan nyeri yang dirasakan pun berkurang.

Kata kunci: Asuhan Kebidanan Komprehensif, *Effleurage Massage*, *Maternal Health*.

PENDAHULUAN

Pada tahap persalinan akan terjadi kontraksi dari otot-otot uterus sehingga menyebabkan munculnya rasa nyeri pada kala I persalinan.¹ Sebanyak 90% persalinan melibatkan rasa nyeri dan ini merupakan proses yang melibatkan fisiologis maupun psikologis ibu. Murray *et. al* (Rejeki, 2014) melaporkan prevalensi nyeri pada 2.700 ibu bersalin diketahui bahwa sebanyak 15% mengalami nyeri ringan, 35% nyeri sedang, 30% nyeri hebat serta 20% merasakan nyeri yang sangat hebat². Oleh sebab itu kini banyak ibu hamil lebih memperhatikan terhadap rasa sakit yang mungkin mereka alami saat melahirkan serta cara untuk mengatasi rasa sakit tersebut.

Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa 67% ibu merasa agak khawatir, 12% sangat khawatir serta 23% tidak khawatir terhadap nyeri persalinan. Oleh sebab itulah penting bagi tenaga kesehatan maupun penolong persalinan untuk memperhatikan mengenai tindakan untuk menangani maupun mengurangi nyeri persalinan tersebut¹.

Nyeri yang dirasakan saat persalinan akan menyebabkan kontraksi yang semakin hebat dan juga sering seiring berjalannya waktu. Serta nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin juga dapat mempengaruhi terhadap keadaan ibu, berupa rasa lelah, takut, cemas maupun stress. Dan ketika ibu bersalin tidak mampu menahan rasa sakitnya, maka hal tersebut dapat berdampak buruk pada kelancaran persalinan yang mengakibatkan proses persalinan menjadi lama serta bayi yang dilahirkan dapat mengalami distress³.

Salah satu metode non-farmakologi atau alamiah (tanpa obat) yang lebih aman, mudah serta tidak mengakibatkan efek samping dan juga berkaitan dengan asuhan sayang ibu yang dapat diterapkan untuk mengatasi

nyeri persalinan adalah dengan penerapan *effleurage massage* pada saat persalinan¹.

Penelitian yang dilakukan oleh Herinawati *et.al* (2019) mengungkapkan bahwa *effleurage massage* terbukti efektif untuk mengurangi nyeri pada saat persalinan serta didapatkan perbedaan yang signifikan pada penurunan nyeri yang dirasakan ketika sebelum dan setelah diterapkan teknik *effleurage massage*. Hal ini juga membuktikan bahwa *effleurage massage* mampu menurunkan respon nyeri yang dirasakan saat persalinan dari skala nyeri berat menjadi skala nyeri sedang dan dari skala nyeri sedang ke skala nyeri ringan³.

Selain itu dengan penerapan *Effleurage Massage* saat persalinan dapat bermanfaat untuk mengalihkan pikiran ibu sehingga wanita saat bersalin perhatiannya tidak berfokus pada rasa nyeri yang dirasakan akibat kontraksi sehingga timbulah efek relaksasi, yang menyebabkan ibu menjadi lebih rileks, nyaman, dan nyeri yang dirasakan menjadi berkurang⁵.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Puspitasi (2017) mengungkapkan bahwa ibu yang dipijat selama proses ia bersalin akan terbebas dari rasa sakit, hal ini terjadi sebab *effleurage massage* merangsang tubuh mengeluarkan senyawa endorfin sehingga mengakibatkan munculnya rasa nyaman saat persalinan⁶.

METODE

Laporan ini berbentuk studi kasus dengan menggunakan sumber data berupa data primer dan sekunder serta dengan penerapan *Effleurage Massage* untuk mengatasi nyeri pada kala I persalinan dan dilakukannya pengkajian respon nyeri pasien sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi menggunakan NRS (*Numerical Rating*

Scale) untuk mengetahui kualitas nyeri yang dirasakan pasien.

HASIL

Asuhan persalinan terhadap Ny.S dilaksanakan pada 12 Februari 2023 pukul 09.30 WIB ketika usia kehamilan yaitu 41 minggu 3 hari. Dari pengkajian data subjektif Ny.S mengeluh mulas sejak pukul 02.00 WIB yang dirasakan pada perut bagian bawah dan dirasakan menjalar hingga ke area pinggang seperti kram, serta semakin lama terasa semakin nyeri. Selain itu pada aktivitas terakhir pasien dari pemenuhan nutrisi dan hidrasi, serta eliminasi dan istirahat dalam kondisi baik. Dan psikologis ibu juga dalam kondisi yang baik karena ibu merasa senang sebab telah menunggu moment ini dan keluarga memberikan perhatian dan dukungan penuh terhadap pasien.

Dari hasil pengkajian data objektif Ny.S, keadaan umum pasien yaitu baik dengan kesadaran composmentis, serta TTV berada pada batas normal yaitu, tekanan darah (TD) 120/80 mmHg, nadi (N) 81 x/menit, respirasi (R) 21 x/menit, serta suhu (S) 36,5 °C. Selain itu pada hasil pemeriksaan di abdomen diperoleh TFU 31 cm, punggung kanan, divergen, penurunan 2/5, kontraksi 4x/10'40", DJJ 150 x/menit. Dan pada pemeriksaan dalam (vt) diperoleh tidak ada kelainan pada bagian vulva maupun vagina, lalu portio tipis lunak, dengan pembukaan 6cm, serta kondisi ketuban utuh, presentase belakang kepala, kemudian penurunan bagian terendah pada janin berada di station 0/hodge 3, dan tidak adanya molase.

Setelah dilakukannya pengkajian maupun pemeriksaan pada Ny.S maka asuhan yang dilakukan yaitu dengan menginformasikan kepada Ny.S maupun keluarga mengenai hasil pemeriksaan, lalu melakukan pengkajian respon nyeri yang dirasakan oleh Ny.S sebelum diterapkannya *effleurage massage* terhadap nyeri pada kala I persalinan dengan menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*), lalu

melakukan penerapan teknik *effleurage massage* ketika munculnya kontraksi agar dapat mengurangi nyeri persalinan yang ibu rasakan yang dilakukan sebanyak 7x selama \pm 10 menit, dan dilanjutkan dengan melakukan pengkajian terhadap respon nyeri persalinan yang Ny.S rasakan ketika telah diterapkannya *effleurage massage* pada tahap persalinan dengan menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*), kemudian tak lupa memberikan dukungan emosional dan meyakinkan bahwa ibu dapat melahirkan dengan aman dan selamat, lalu memberikan anjuran agar Ny.S makan dan minum di antara munculnya his dan cara mengatur napas, menganjurkan untuk tidak menahan BAK, dan memberitahu Ny. S bahwa akan dilakukan observasi kemajuan persalinan kembali pada pukul 13.30 WIB atau 4 jam kedepan untuk memeriksa TTV, kesejahteraan janin dan pemeriksaan dalam.

Penerapan teknik *effleurage massage* pada Ny. S dilakukan pada saat kala I persalinan dengan metode untuk mengkaji respon nyeri pasien menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*). Setelah dilakukan pengkajian berdasarkan 4 titik waktu, sebelum dilakukan teknik *effleurage massage* diperoleh bahwa nyeri yang pasien rasakan berada di skala 4-6 yaitu nyeri sedang, 30 menit ketika telah diterapkannya teknik *effleurage massage* didapatkan nyeri yang dirasakan Ny.S masih tetap di skala 4-6 (nyeri sedang), 1 jam setelah penerapan diketahui nyeri yang dirasakan Ny.S mengalami penurunan yaitu menjadi berada pada skala 1-3 atau nyeri ringan, dan setelah 2 jam penerapan teknik *effleurage massage* diperoleh nyeri yang Ny.S rasakan berada di skala 1-3 atau disebut dengan nyeri ringan.

PEMBAHASAN

Saat kala I persalinan Ny.S untuk mengurangi nyeri persalinan yang dirasakan maka dilakukan penerapan *effleurage massage*, ini merupakan

suatu teknik pijatan yang dilakukan dengan meletakkan ujung-ujung bagian dari telapak jari tangan diatas simpisis pubis, lalu di usapkan secara lembut hingga membentuk pola gerakan seperti angka delapan dengan gerakan yang dilakukan diawali dari sisi abdomen, kemudian menuju area fundus uteri, lalu melanjutkan usapan ke area bawah perut melalui umbilicus dengan posisi diatas simpisis. Dan gerakan ini dilakukan secara terus-menerus seiring dengan munculnya kontraksi dan dilakukan seirama dengan pernapasan¹¹.

Teknik *Effleurage Massage* dapat menurunkan tingkat nyeri sebab sesuai mekanisme penghambat nyeri berdasarkan *Gate Control Theory* bahwa suatu rangsangan nyeri dapat dikontrol di sistem pusat neurons dengan menggunakan suatu stimulasi seperti *effleurage massage* sehingga mengakibatkan tertutupnya gerbang nyeri yang membuat *cortex cerebri* tidak mendapatkan pesan nyeri sebab telah di blokir oleh stimulasi tersebut, oleh karena itulah tidak adanya nyeri yang terjadi⁵.

Dalam sebuah penelitian menjelaskan bahwa ibu yang dipijat selama proses ia bersalin akan terbebas dari munculnya rasa nyeri, sebab dengan dilakukannya pijatan pada ibu bersalin maka senyawa *endorphin* yang merupakan pereda sakit alami yang ada di dalam tubuh akan terangsang untuk dilepaskan sehingga muncullah rasa nyaman serta menyenangkan selama bersalin³, selain daripada itu emosi yang menenangkan dan positif juga dapat dihasilkan oleh *endorphin* dan dengan pijatan ini membuat ibu bersalin menjadi lebih dekat terhadap seseorang yang merawatnya, sebab merasa dihargai dan diperhatikan, serta menyebabkan perhatian ibu dapat teralihkan dari rasa sakit akibat kontraksi yang dirasakan sehingga dapat mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan¹¹.

Penerapan keefektifan teknik *effleurage massage* pada Ny. S ini

dilakukan dengan melakukan pengkajian terhadap respon dari rasa nyeri yang Ny.S rasakan saat sebelum serta sesudah dilakukannya teknik *effleurage massage* selama ± 10 menit setiap adanya kontraksi dengan melakukan penilaian intensitas nyeri berdasarkan 4 titik waktu yaitu pada awal sebelum dilakukannya intervensi, ketika 30 menit, saat 1 jam dan 2 jam setelah dilakukannya intervensi tersebut¹⁴.

Pengkajian respon nyeri yang dirasakan oleh Ny. S dikaji dengan menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS) yang merupakan suatu metode untuk mengukur tingkatan nyeri yang dirasakan dengan cara meminta pasien mengetahui serta menilai nyeri yang ia rasakan yang disesuaikan dengan level maupun tingkatan nyeri yang ada pada NRS, yaitu dengan skala 0-10, dimana semakin besar nilai yang dirasakan berarti semakin besar pula intensitas nyerinya³.

Setelah dilakukan pengkajian berdasarkan 4 titik waktu, diperoleh sebelum dilakukan teknik *effleurage massage* nyeri yang dirasakan pasien berada pada skala 4-6 yang berarti nyeri sedang dimana pasien dapat menunjukkan lokasi nyeri, mendeskripsikan dan masih responsif, kemudian setelah 30 menit dilakukan teknik *effleurage massage* didapatkan pasien masih merasakan nyeri pada skala nyeri sedang yaitu skala 4-6, kemudian pada 1 jam setelah dilakukan penerapan *effleurage massage* didapatkan skala nyeri pasien menurun yaitu berada pada skala 1-3 yang berarti skala nyeri ringan dan saat 2 jam setelah dilakukan penerapan *effleurage massage* didapatkan skala nyeri pasien berada pada skala 1-3 yang berarti nyeri berada di tingkatan nyeri ringan dimana pasien mampu melakukan komunikasi secara baik dan juga tindakan secara manual sangat membantu bagi pasien.

Penerapan *effleurage massage* pada Ny. S dilakukan sebanyak 7x selama proses persalinan secara berkala dan berulang-ulang, sebab suatu rasa sakit

kemungkinan dapat dirasakan meningkat saat suatu pijatan tidak dilakukan kembali (dicukupkan), hal ini terjadi sebab sistem saraf pusat sudah terbiasa dengan rangsangan, oleh karena itulah pengulangan dengan kecepatan tetap lambat dan tekanan yang nyaman merupakan kunci dari keefektifan suatu penerapan *effleurage massage* pada saat persalinan¹⁵. Dan dari hasil pengkajian respon nyeri pada Ny. S ketika sebelum dan setelah diterapkan teknik *effleurage massage* diketahui bahwa skor nyeri yang ia rasakan terjadi penurunan, yang sebelumnya berada pada nyeri sedang dan seiring dilakukannya pijatan maka nyeri yang dirasakan menjadi berada di skala nyeri ringan. Maka, kondisi ini membuktikan bahwa kondisi yang ditemukan pada Ny. S telah sesuai dengan hasil dari suatu penelitian yang pernah dilakukan oleh Herinawati, dkk (2019) yang menyatakan bahwa teknik *effleurage massage* ini mampu membuat nyeri yang dirasakan menurun ketika persalinan, yaitu dari skala nyeri berat menjadi nyeri sedang dan dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan³.

Serta sesuai juga dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Kurniawatim (2023) dengan hasil bahwa penerapan *effleurage massage* terbukti berguna untuk mengurangi nyeri pada saat kala I persalinan, karena dengan melakukan penerapan dari *effleurage massage* pada pasien dapat memberikan efek relaksasi serta rasa nyaman sehingga pasien dapat beradaptasi dengan nyeri persalinan¹⁶.

Maka, setelah melakukan penerapan *effleurage massage* pada Ny.S dapat disimpulkan bahwa *effleurage massage* terbukti menjadi suatu cara mengatasi nyeri secara non-farmakologi yang dapat berfungsi efektif untuk mengatasi rasa nyeri pada saat kala I persalinan serta memberikan rasa nyaman selama persalinan sebab nyeri yang dirasakan dapat teralihkan dan mereda oleh penerapan *effleurage massage* pada saat persalinan.

SIMPULAN

Asuhan yang telah dilakukan terhadap Ny.S telah sesuai dengan Standar Asuhan Kebidanan serta kewenangan bidan dan berlangsung normal. Ketidaknyaman maupun masalah yang muncul pada saat memberikan asuhan dapat diatasi dengan baik serta penerapan intervensi *effleurage massage* pada pasien saat persalinan kala I terbukti efektif untuk mengurangi nyeri persalinan sehingga ibu menjadi lebih rileks serta nyaman selama persalinan dan nyeri yang dirasakan juga mereda.

DAFTAR RUJUKAN

1. Puspitasari I&, Et.al H. Tehnik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala 1 & Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Mandiri Bidan Latifah Kota Jambi Tahun 2019. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 8 & 19(2 & 3):100-105 & 595-596.
2. Maryuni. Hubungan Karakteristik Ibu Bersalin dengan Nyeri Persalinan. *J Heal Sci Physiother*. 2020;2(1):117.
doi:10.35893/jhsp.v2i1.42
3. Herinawati, Hindriati T, Novilda A. Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Mandiri Bidan Latifah Kota Jambi Tahun 2019. *J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2019;19(3):590-601.
doi:10.33087/jiubj.v19i3.764
4. Sulistyowati N. Literature Review: Massage Effleurage Terhadap Respon Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *J Ilmu Kebidanan*. 2021;9(3):108-114.
5. Karlinah N, Hakameri CS. Pengaruh Effleurage Massage

- Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *J Online Keperawatan Indones.* 2022;5(2):94-97.
6. Puspitasari I, Astuti D. Tehnik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.* 2017;8(2):100. doi:10.26751/jikk.v8i2.289
 7. Kurniarum A. *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir;* 2016.
 8. febrina dwi Nurcahyati, yuli Admasari, astri Yunita. Perbedaan Intensitas Nyeri Pada Pasien Inpartu Kala I Fase Aktif Dengan Teknik Effleurage Di Puskesmas Bendo Kediri. *Indones J Heal Dev.* 2020;2(2):93-99.
 9. Pratiwi AM, Zuliyati IC, Fatimatasari F. Abdominal lifting, effleurage, and deep back massages effective in reducing pain during active phase of first stage labor. *JNKI (Jurnal Ners dan Kebidanan Indones (Indonesian J Nurs Midwifery).* 2021;9(3):176-181. doi:10.21927/jnki.2021.9(3).175-182
 10. Handayani S, Riansari W. Asuhan Kebidanan Komprehensif (Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir) Pada G3P2A0. *J Ilm Multi Sci Kesehat.* 2020;12(1):161-169. doi:10.37311/jhsj.v2i2.7102
 11. Octaviani Y, Hidayanti D. Evidence Based Case Report (EBCR) Pengaruh Pijat Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I. *J Kesehat Siliwangi.* 2022;3(2):260-266.
 12. Rohani, SST MK. Massage efflurage dalam mengurangi nyeri persalinan. *STIKES Mitra Adiguna Palembang.* 2020;(9):166-169. <http://prosiding.stikesmitraadiguna.ac.id>
 13. Handoko MR, Neneng. Studi Kasus Pada Kehamilan Dengan IUFD Di Praktik Mandiri Bidan T. Wiajayanti S.ST. *J Teknol dan Sist Inf.* 2021;2(1):51-52. doi:10.35870/jtik.v6i3.466
 14. M. Ahmed A, R.H. Ahmed S, A. Ali H, Salah Shalaby N, F. Elshamy F, Gaber Salem S. Effect of Counter-Pressure Versus Effleurage Massages on Labor Pain Intensity Among Parturient Women. *Egypt J Heal Care.* 2021;12(3):408-416. doi:10.21608/ejhc.2021.190770
 15. Youssef Abd-Ella N. Effect of Effleurage Massage on Labor Pain Intensity in Parturient Women. *Egypt J Heal Care.* 2018;9(2):332-339. doi:10.21608/ejhc.2018.161901
 16. Kurniatwaty, Sunarmi, Annis FN. Penerapan Massage Effleurage Pada Ibu Kala I Persalinan Dengan Masalah Nyeri. *J Aisyiyah Palembang.* 2023;8(1):85-92.