

## **EVIDENCE BASED CASE REPORT : PENGARUH EFFLEURAGE MASSAGE TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA IBU BERSALIN KALA I**

*Evidence Based Case Report : The Effect of Effleurage Massage on Reducing  
Maternal Pain in The First Stage of Labor*

**Aliya Ramadiyanti<sup>1</sup>, Santi Sofiyanti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Poltekkes Kemenkes Bandung,  
Email: [aliyaaramadiyantii@gmail.com](mailto:aliyaaramadiyantii@gmail.com)

<sup>2</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Poltekkes Kemenkes Bandung,  
Email: [santisofiyanti@staff.poltekkesbandung.ac.id](mailto:santisofiyanti@staff.poltekkesbandung.ac.id)

### **ABSTRACT**

**Background** : Labor pain can cause stress or fear which can result in increased secretion of catecholamine and cortisol levels, resulting in decreased uterine blood flow and decreased uterine contractility which can affect the labor process. One of the non-pharmacological actions that can be taken to reduce labor comfort is by using a massage or stroking method on the stomach, namely effleurage massage. Effleurage massage is a light massage using the fingers, usually on the stomach, in rhythm with breathing during contractions. **Purpose** : To applied the effleurage massage on reducing labor pain in the first stage. **Method** : The method used is to search for evidence through databases from Google Scholar and the Garuda Portal published in 2016-2023. **Results** : There was a decrease in labor pain scores using the Numeric Rating Scale (NRS) after effleurage massage. **Conclusions** : The application of effleurage massage can be applied to maternal in the first stage of labor to reduce the intensity of labor pain.

**Key words:** Effleurage Massage<sup>1</sup>, First Stage of Labor<sup>2</sup>, Labor Pain<sup>3</sup>

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang** : Nyeri persalinan dapat menyebabkan stress atau ketakutan yang dapat mengakibatkan sekresi kadar katekolamin dan kortisol meningkat, sehingga terjadi penurunan aliran darah uterus dan penurunan kontraktilitas uterus yang dapat mempengaruhi proses persalinan.<sup>1</sup> Salah satu tindakan non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi ketidaknyamanan persalinan yaitu dengan metode pijatan atau usapan dibagian abdominal yaitu *effleurage massage*.<sup>2</sup> *effleurage massage* merupakan pijatan ringan dengan menggunakan jari tangan, biasanya pada bagian perut, seirama dengan pernafasan saat terjadi kontraksi.<sup>3</sup> **Tujuan** : Bertujuan untuk mengetahui pengaruh *effleurage massage* terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin Kala I. **Metode** : Metode yang digunakan adalah mencari bukti melalui e-database dari Google Scholar dan Portal Garuda yang diterbitkan pada tahun 2016-2023. **Hasil** : Terdapat penurunan skor nyeri persalinan menggunakan instrument *Numeric Rating Scale* (NRS) setelah dilakukan *effleurage massage*. **Kesimpulan** : Penerapan *effleurage massage* dapat diterapkan pada ibu bersalin kala I untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan.

**Kata kunci:** Effleurage Massage<sup>1</sup>, Kala I Persalinan<sup>2</sup>, Nyeri Persalinan<sup>3</sup>

## PENDAHULUAN

Persalinan normal merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui vagina ke dunia luar pada saat usia kehamilan cukup bulan (32-42 minggu) dengan ditandai adanya kontraksi uterus yang menyebabkan terjadinya penipisan, dilatasi serviks dan mendorong janin keluar melalui jalan lahir dengan presentase belakang kepala tanpa menggunakan alat atau bantuan (lahir spontan) serta tidak ada komplikasi pada ibu dan janin.<sup>4,5</sup>

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, prevalensi nyeri persalinan di Indonesia cukup tinggi, yaitu sekitar 86,8% dan sekitar 35,5% ibu bersalin di Indonesia mengalami nyeri persalinan yang cukup hebat.<sup>6</sup> Nyeri persalinan dapat menyebabkan stress atau ketakutan yang dapat mengakibatkan sekresi kadar katekolamin dan kortisol meningkat, sehingga terjadi penurunan aliran darah uterus dan penurunan kontraktilitas uterus yang dapat mempengaruhi proses berjalannya persalinan, salah satunya yaitu menyebabkan terjadinya perpanjangan kala I persalinan sehingga terjadinya partus atau persalinan lama.<sup>1,7</sup> Pada data SDKI 2017 persalinan lama menjadi komplikasi persalinan yang paling banyak dilaporkan sebesar 41%.<sup>8,9</sup>

Menurut KEPMENKES RI No. 320 Tahun 2020 tentang Standar Profesi Bidan yang salah satunya berisi tentang keterampilan bidan yang dapat dilakukan selama persalinan salah satunya yaitu tehnik mengurangi nyeri secara nonfarmakologi selama persalinan dan kelahiran. Salah satu tindakan non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi ketidaknyamanan persalinan yaitu dengan metode pijatan atau usapan dibagian abdominal yaitu *effleurage massage*.<sup>2</sup> Pijatan atau *massage* memiliki prinsip untuk mengurangi rasa

tegang sehingga ibu merasakan rileks dan nyaman saat menghadapi persalinan sehingga secara tidak langsung dapat meningkatkan stamina dan mencegah terjadinya depresi pernafasan pada bayi.<sup>10</sup>

*Effleurage massage* ini memiliki tujuan untuk meningkatkan relaksasi fisik dan emosional. Pijat ini dapat membantu ibu untuk relaksasi sehingga mengurangi rasa sakit dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain serta tidak memiliki efek samping.<sup>11</sup>

Berdasarkan manfaat *effleurage massage* pada persalinan, hal ini membuat penulis tertarik untuk menganalisis pengaruh *effleurage massage* terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin kala I di Puskesmas Garuda tahun 2023.

## KASUS

Pada tanggal 27 September 2023 pukul 09.00 WIB, Seorang ibu hamil bernama Ny. L berumur 29 tahun, G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 39-40 minggu datang ke Puskesmas Garuda dengan keluhan mules, keluar lendir bercampur darah, dan belum keluar air-air dari jalan lahir. Ibu mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit apapun baik saat hamil yang lalu maupun hamil saat ini. Hasil pemeriksaan menunjukkan Tekanan darah : 110/80 mmHg, Nadi : 85x/menit, Respirasi : 21x/menit, Suhu : 36,5°C dalam menunjukkan portio ibu tipis lunak, pembukaan 3, ketuban (+), janin tunggal hidup, presentasi kepala.

Sebelum dilakukan tindakan pada ibu dilakukan penilaian skala nyeri menggunakan instrument *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan skala 8 atau nyeri berat. Berdasarkan hasil pengkajian dan pemeriksaan, diagnosis dan masalah yang ditegaskan adalah G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> Parturient aterm kala I fase laten, janin tunggal hidup presentasi kepala dengan nyeri persalinan.

Asuhan yang diberikan pada ibu diawali dengan memberitahu hasil pemeriksaan, lalu memberi ibu dukungan emosional agar ibu tetap tenang lalu ibu diberikan asuhan untuk mengurangi nyeri persalinan dengan asuhan non farmakologi *effleurage massage*. Setelah melakukan *informed consent* dan ibu menyetujui lalu penulis membantu memposisikan ibu. Ibu dianjurkan untuk memilih posisi yang nyaman, ibu memilih posisi berbaring sedikit miring ke kiri. Setelah itu ibu diberikan *effleurage massage* dengan menggunakan *baby oil* sebanyak 4 kali yaitu pada penilaian awal kontraksi, 30 menit, 1 jam, 2 jam selama 30 menit. *Effleurage massage* ini dilakukan dari perut bagian bawah, di atas simfisis pubis, lalu bergerak ke samping perut, ke fundus uteri, lalu turun ke umbilikus dan kembali ke perut bagian bawah di atas simfisis pubis.

Setelah ibu diberikan intervensi, dilakukan kembali pengukuran nyeri dengan menggunakan instrument yang sama dan didapatkan hasil skala 6 atau nyeri sedang dan ibu terlihat lebih tenang.

## **RUMUSAN MASALAH**

Bagaimana pengaruh *effleurage massage* terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin kala I?

P : Ibu bersalin kala I

I : *Effleurage massage*

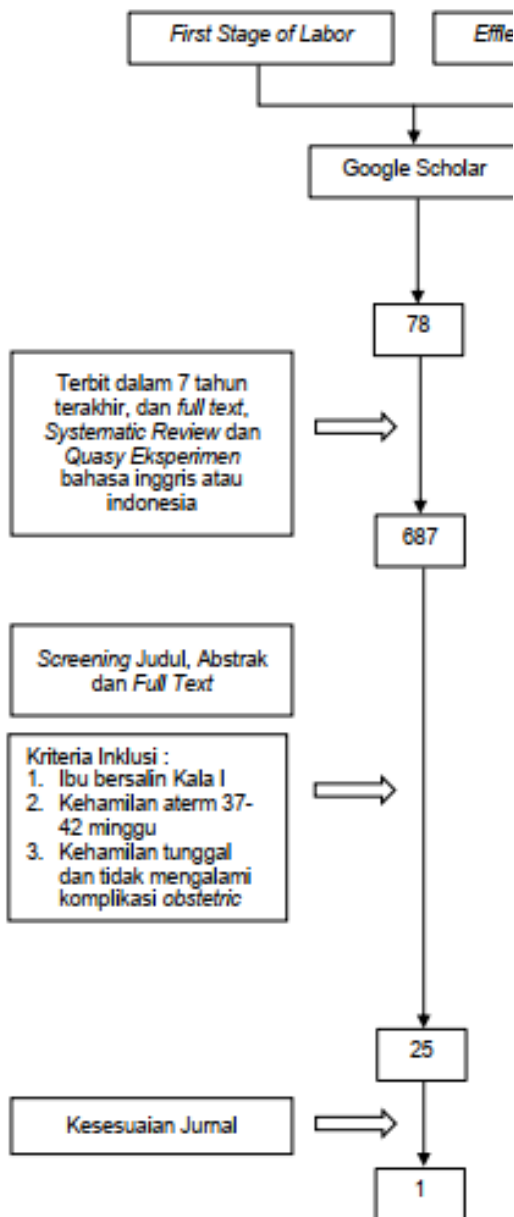
C : Tidak ada pembandingan

O : Mengurangi nyeri Persalinan

## **METODE**

Metode yang dilakukan dengan penelusuran artikel menggunakan e-database yaitu Google Scholar dan Portal Garuda pada September 2023. Kata kunci yang digunakan adalah *Effleurage massage*, nyeri persalinan, kala I persalinan dengan booleen operator yang digunakan adalah "OR" untuk memperluas penelusuran dan "AND" untuk memfokuskan

penelusuran. Terdapat beberapa artikel dari hasil pencarian. *Screening* pertama dilakukan berdasarkan tahun publikasi 7 tahun terakhir (terhitung dari tahun 2016 sampai tahun 2023), artikel tersedia dalam bentuk *full text*, jenis penelitian *Systematic Review* dan *Quasy Eksperimen*, dan bahasa yang digunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris. Artikel yang tersisa ditinjau ulang berdasarkan kriteria inklusi.



**Gambar 1. Diagram Alur Pemilihan Literatur**

**Tabel 1. Telaah Kritis**

<b>Artikel</b>	<b>Validity</b>	<b>Importance</b>	<b>Applicability</b>
<p>Judul : Efektifitas <i>Effleurage Massage</i> dan Teknik <i>Counterpressure</i> Terhadap Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif: <i>Systematic Review</i></p> <p>Penulis : Umi Nur Sa'diyah, Susi Purwanti, Nursari Abdul Syukur</p> <p>Tahun : 2020</p>	<p>Desain : <i>Systematic Review</i></p> <p>Karakteristik responden : Berdasarkan hasil <i>systematic literature review</i> 15 artikel penelitian yaitu seluruhnya adalah ibu bersalin kala I fase aktif</p> <p>Uji statistik : Sebagian besar menggunakan <i>Uji Paired T tes</i> dan beberapa penelitian menggunakan <i>uji Wilcoxon</i></p>	<p>Hasil review 15 artikel dengan jumlah 3 artikel Internasional dan 12 artikel Nasional yang telah terindex dan didukung oleh teori yang ada bahwa terdapat bukti bahwa <i>effleurage massage</i> dan teknik <i>counterpressure</i> berpengaruh baik terhadap tingkat nyeri ibu bersalin kala I fase aktif antara sebelum dan sesudah dilakukan tindakan yaitu terdapat perbedaan tingkat nyeri satu tingkat lebih rendah daripada sebelum dilakukan tindakan.</p>	<p><i>Massage counterpressure</i> dan <i>massage effleurage</i> dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan.</p>
<p>Judul : <i>Effect of Effleurage Massage on Labor Pain Intensity in Parturient Women</i></p> <p>Penulis : Nadia Youssef Abd-Ella</p> <p>Tahun : 2018</p> <p>Jurnal : <i>Egyptian Journal of Health Care</i></p>	<p>Sampel : 80 responden</p> <p>Variabel :</p> <p>a. Variabel independen : <i>Effleurage Massage</i></p> <p>b. Variabel dependen : Intensitas nyeri</p> <p>Instrument : kuesioner wawancara terstruktur, instrumen intensitas nyeri menggunakan skala NPRS dan skala likert</p> <p>Uji statistik : <i>Uji chi square, Cronbach Alpha</i></p>	<p>Tidak ada perbedaan yang signifikan antara karakteristik responden dengan intervensi yang dilakukan; tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok yang diteliti mengenai riwayat <i>obstetric</i> dan riwayat persalinan saat ini; dan terdapat penurunan skor nyeri NPRS yang signifikan pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol.</p>	<p>Wanita bersalin yang diberikan <i>effleurage massage</i> selama fase aktif persalinan memiliki lebih sedikit rasa sakit dibandingkan mereka yang tidak.</p>

## HASIL

Berdasarkan hasil pencarian dan penelusuran literature, didapatkan 2 artikel yang memenuhi syarat dan dapat digunakan dalam permasalahan yang dicari. Artikel pertama yang didapatkan merupakan *Systematic Review* dengan judul "Efektifitas *Effleurage Massage* dan Teknik *Counterpressure* terhadap Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif". Artikel kedua berjudul "*Effect of Effleurage Massage on Labor Pain Intensity in Parturient Women*".

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Umi Nur Sa'diyah, Susi Purwanti, dan Nursari Abdul Syukur (2020) dengan mereview 15 jurnal yaitu menggunakan 3 jurnal Internasional dan 12 jurnal Nasional dengan secara garis besar menggunakan metode penelitian quasi eksperimen, menggunakan analisa data uji *paired t test*, didapatkan hasil *p value* <0,05 yaitu terdapat pengaruh *effleurage massage* dan teknik *counterpressure* terhadap tingkat nyeri ibu bersalin antara sebelum dan sesudah dilakukan tindakan. Keduanya dapat memenuhi



kebutuhan ibu bersalin dalam mengatasi nyeri persalinan pada kala I fase aktif dan efektifitas teknik *counterpressure* lebih tinggi dari *effleurage massage*.<sup>12</sup>

Hasil penelitian serupa oleh Nadia Youssef Abd-Ella (2018) dengan meneliti efektivitas *effleurage massage* terhadap intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin. Penelitian ini dilakukan di Ruang Bersalin Rumah Sakit Universitas Mansoura di Mesir dengan sampel sebanyak 80 wanita bersalin dengan kriteria inklusi : usia 18-35 tahun, tidak memiliki komplikasi obstetric, kehamilan aterm, janin tunggal dengan posisi normal (oksipito anterior) dan kriteria eksklusi : ibu bersalin yang tidak kooperatif dan mengalami komplikasi atau dilakukan tindakan khusus untuk mempercepat persalinan/dilakukan amniotomi. Pada tahap awal dilakukan penilaian tingkat nyeri menggunakan NPRS pada empat titik waktu setiap 30 menit (penilaian awal, 30 menit, 1 jam, dan 2 jam). Masing-masing responden mengungkapkan intensitas nyeri saat sebelum dilakukan pemijatan berada pada rentang nilai 1-10. Selanjutnya peneliti memberikan *effleurage massage* yang dimulai pada awal setiap kontraksi uterus selama 10 menit dan diulang empat kali pada setiap kontraksi. Hasil penelitian menunjukkan skor nyeri NPRS secara signifikan lebih rendah pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol ( $p < 0,039$ ). Selain itu, pada 30 menit dan 2 jam setelah memulai pemijatan, skor nyeri NPRS semakin berkurang pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol ( $p < 0,008$ ). Artinya, *effleurage massage* memiliki pengaruh untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan.<sup>13</sup>

## PEMBAHASAN

Nyeri persalinan merupakan salah satu efek yang dirasakan akibat adanya kontraksi persalinan. Nyeri persalinan

merupakan sensasi yang dirasakan akibat stimulasi saraf sensorik yang disebabkan karena proses pembukaan serviks ketika bayi bergerak melewati jalan lahir.<sup>14</sup>

*Effleurage massage* merupakan teknik non farmakologi yang dilakukan dengan melibatkan tekanan ringan pada jari yang diterapkan pada perut, biasanya dilakukan saat kontraksi aktif dan dilakukan beriringan dengan pernapasan.<sup>15</sup> Pijatan yang dilakukan selama kontraksi ini digunakan untuk mengalihkan perhatian ibu dari rasa sakit atau nyeri yang dirasakan.<sup>16</sup>

Langkah yang dilakukan yaitu dengan melakukan pemijatan dengan lembut, kuat, dan terus menerus dengan gerakan melingkar menggunakan kedua telapak tangan. Dilakukan selama 30 menit dimulai dari perut bagian bawah, di atas simfisis pubis, lalu bergerak ke samping perut, ke fundus uteri, lalu turun ke umbilikus dan kembali ke perut bagian bawah di atas simfisis pubis.<sup>17</sup>



Sumber :  
<https://www.ijsr.net/archive/v6i1/ART20164262.pdf>

**Gambar 2. Teknik *Effleurage Massage***

Adanya penurunan intensitas nyeri yang dirasakan oleh responden terjadi karena adanya pemberian *effleurage massage* pada abdomen yang menstimulasi serabut taktil di kulit sehingga sinyal nyeri terhambat. Ketika dilakukan sentuhan dengan gerakan kedua tangan yang melingkar seperti gerakan kupu-kupu di abdomen dengan pijatan lembut dan ringan secara perlahan maka akan meningkatkan relaksasi abdomen dan dapat menurunkan ketegangan otot sehingga memberikan rasa nyaman dan

menurunkan intensitas nyeri pada responden.<sup>17</sup>

Hal ini sejalan dengan Frainere (1999) yang mengatakan bahwa *effleurage* merupakan aplikasi dari *Gate Control Theory* dimana serabut nyeri membawa stimulasi nyeri ke otak lebih kecil dan perjalanan sensasinya lebih lambat dari pada serabut sentuhan yang luas. Ketika sentuhan dan nyeri dirangsang bersamaan, sensasi sentuhan berjalan ke otak dan menutup pintu gerbang dalam otak, pembatasan jumlah nyeri dirasakan dalam otak.<sup>17</sup>

Adanya perbedaan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian *effleurage massage*, disebabkan karena gerakan dalam *effleurage massage* seiring dengan pernapasan saat kontraksi sehingga dapat mengalihkan pikiran ibu, agar ibu tidak memusatkan perhatiannya pada nyeri yang sedang dirasakan saat kontraksi sehingga timbul rasa nyaman dan rileks serta dapat mengurangi rasa nyeri pada saat ibu bersalin.<sup>17</sup>

Dari hasil studi kasus ini didapatkan bahwa terdapat penurunan nilai skor nyeri persalinan yang dirasakan oleh responden setelah dilakukan intervensi. Maka dapat disimpulkan bahwa *effleurage massage* dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan.

## SIMPULAN

Penerapan *effleurage massage* untuk menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I yang dilakukan sebanyak 4 kali dengan durasi 30 menit dianggap efektif dilihat dari nilai skor nyeri *pre* dan *post test* responden yang mengalami penurunan skor nyeri. Sehingga dapat disimpulkan *Effleurage massage* terbukti efektif dalam menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Garuda, dosen pembimbing, dan pasien yang telah

berpartisipasi serta membantu penulis dalam menyelesaikan penerapan *Evidence Based Case Report* (EBCR) ini.

## DAFTAR RUJUKAN

1. Kurniawati A, Dasuki D, Kartini F. Efektivitas Latihan Birth Ball terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida Effectiveness of Birth Ball Exercise to Decrease Labor Pain in The Active Phase of The First Stage of Labor on The Primigravida Women. *J Kebidanan*. 2016;5:2-3.
2. Darmawan FH, Waslia D. Endorphin Massage and Effleurage Massage as a Management of Labour Pain on The Active First Stage of Primigravida at Independent Midwife Practice in Cimahi. 2019;3(1):45-51.
3. Fitria A, Herawati I. Pengaruh Massage Effleurage dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I di PMB Bidan Lilis Tanah Tinggi Kota Tangerang. *Wellness Heal Mag*. 2022;4:275-282. doi:10.30604/well.248422022
4. Kurniarum A. *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2016.
5. Kurniawaty, Sunarmi, Fathia NA. Penerapan Massage Effleurage Pada Ibu Kala 1 Persalinan Dengan Masalah Nyeri. *J Aisyiyah Palembang*. 2023;8:85-92.
6. Kementerian Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta; 2020.
7. King TL, Brucker MC, Osborne K, Jevitt CM. *Varney's Midwifery*. 6th ed. Burlington, Massachusetts: Jones & Bartlett Learning; 2019.
8. Annisya W. Determinan Kejadian Persalinan Lama Kala I Di Indonesia (Analisis Data Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia 2017 ). *Fak Kesehat Masy Univ Sriwij*.

2020.  
[https://repository.unsri.ac.id/35175/3/RAMA\\_13201\\_10011181621004\\_0209088803\\_01\\_front\\_ref.pdf](https://repository.unsri.ac.id/35175/3/RAMA_13201_10011181621004_0209088803_01_front_ref.pdf).
9. Wulandari Priharyanti PDNH. Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang. *J Keperawatan Matern*. 2020;3(1):59-67.
  10. Ersila W, Prafitri LD, Zuhana N. Perbedaan Efektivitas Massage Effluerage dan Kompres Dingin terhadap Nyeri Persalinan di Puskesmas Kabupaten Pekalongan. *Siklus*. 2019;08:107-115.
  11. Nurhidayati, Hidayati E, Saleha S. Pengaruh Massage Effleurage dan Birthing Ball terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I di PMB Muaddah Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. *J Midwifery*. 2022;10(1):91-100.
  12. Sa'diyah UN, Purwanti S, Syukur NA. Efektifitas Effleurage Massage dan Teknik Counterpressure Terhadap Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif: Systematic Review. 2020.
  13. Youssef Abd-Ella N. Effect of Effleurage Massage on Labor Pain Intensity in Parturient Women. *Egypt J Heal Care*. 2018;9(2):331-341.  
doi:10.21608/ejhc.2018.161901
  14. Widiawati I, Legiati T. Mengenal Nyeri Persalinan Pada Primipara Dan Multipara. *J Bimtas*. 2017;2(1):42-48.  
<https://journal.umtas.ac.id/index.php/bimtas/article/download/340/215>.
  15. Sheoran P, Panchal R. A Study to Assess the Effectiveness of Abdominal Effleurage on Labor Pain Intensity and Labour Outcomes Among Nullipara Mothers During 1st Stage of Labor In Selected Hospitals of District. *J caring Sci*. 2015;4(1):1585-1590.
  16. Putri SR, Lestari H. Efektivitas Terapi Massage Effleurage terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I. *J Ilm Penelit Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*. 2023.
  17. Handayani S. Massage Effleurage terhadap Tingkat Nyeri Kala I Fase Aktif. *STIKes Yogyakarta*. 2016:123-133.