



EFFLUARGE MASSAGE PADA IBU BERSALIN UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

¹⁾Suci Mawer Putri, ²⁾Widya Juliarti

^{1,2}Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru
Jl. Mustafa Sari No.5 Tangkerang Selatan, Pekanbaru – Riau - Indonesia
E-mail : ¹⁾sucimawer@yahoo.com, ²⁾widyajuliarti@htp.ac.id

Kata Kunci:

Effleurage, Massage, Nyeri,
Persalinan, Kala I

ABSTRAK

Pendahuluan: Nyeri persalinan merupakan proses fisiologis, mulai timbul pada persalinan kala I, yang disebabkan oleh adanya kontraksi uterus yang mengakibatkan dilatasi dan penipisan serviks. Dengan makin bertambahnya baik volume maupun frekuensi kontraksi uterus, nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat dan puncak nyeri terjadi pada fase aktif. *Effleurage Massage* adalah teknik pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat proses pemulihan nyeri dengan menggunakan sentuhan tangan untuk menimbulkan efek relaksasi. Massage ini dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif bila dilakukan dengan benar disetiap adanya kontraksi. **Tujuan:** Tujuan melakukan asuhan kebidanan ini adalah untuk mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif dengan *effluarge massage*.

Metode: Metode yang digunakan adalah studi kasus, dengan memberikan asuhan pada ibu bersalin kala I fase aktif dalam mengalihkan rasa nyeri persalinan dengan memberikan tindakan *effleurage massage* selama 10-15 menit, dilakukan pada tanggal 03 Mei 2021 di PMB Hasna Dewi. Subyek pada asuhan kebidanan ini adalah primigravida umur 24 tahun dengan keadaan umumnya merasakan nyeri pada bagian perut menjalar hingga ke pinggang. Pengumpulan data dilakukandengan observasi, intensitas nyeri diukur menggunakan NSR dan VAS (*visual analog scale*).

Hasil: Dari asuhan menunjukkan menunjukkan adanya perubahan skala nyeri. Pada pembukaan 4 cm nyeri yang dirasakan ibu berada pada skala nyeri sedang, setelah itu dilakukan evaluasi nyeri pada pembukaan 8 cm, nyeri yang dirasakan ibu berkurang dan berada pada skala nyeri ringan. Kesimpulannya terdapat pengaruh yang signifikan antara *effleurage massage* terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif.

Keywords:

Effleurage, Massage, Pain,
Labor, Stage I

Info Artikel

Tanggal dikirim: 20 Mei 2022
Tanggal direvisi: 26 Juni 2022
Tanggal diterima: 30 Juni 2022

ABSTRACT

Introduction: Labor pain is a physiological process, starting to appear in the first stage of labor, which is caused by uterine contractions that result in cervical dilatation and thinning. With increasing both the volume and frequency of uterine contractions, the pain felt will get stronger and the peak of pain occurs in the active phase. *Effleurage Massage* is a massage technique that is performed to help speed up the pain recovery process by using a touch of the hand to create a relaxing effect. This massage can reduce labor pain in the active phase of the 1st stage if it is done correctly in every contraction.

Objective: The purpose of doing this midwifery care is to reduce labor pain in mothers during the active phase of the first stage of labor with *effluarge massage*

Method: The method used is a case study, by providing care to mothers during the active phase of labor in diverting labor pain by providing *effleurage massage* for 10-15 minutes, carried out on May 3, 2021 at PMB Hasna Dewi. The subject of this midwifery care is a 24-year-old primigravida who generally feels pain in the abdomen radiating to the waist. Data was collected by observation, pain intensity



was measured using NSR and VAS (visual analog scale).

Result: *The results of the care showed that there was a change in the pain scale. At the opening of 4 cm the pain felt by the mother was on a moderate pain scale, after that an evaluation of pain was carried out at the opening of 8 cm, the pain felt by the mother was reduced and was on a mild pain scale.*

Conclusion: *In conclusion, there is a significant effect of effleurage massage on reducing pain in the first stage of the active phase.*

PENDAHULUAN

Persalinan atau melahirkan bayi adalah suatu proses normal wanita usia subur dan wanita mengalami nyeri selama persalinan merupakan proses fisiologis, secara obyektif pada kala I fase aktif persalinan biasanya kecemasan ibu cenderung meningkat seiring ibu merasakan kontraksi dan nyeri yang semakin hebat. Ibu mulai takut kehilangan kendali dan menggunakan berbagai macam mekanisme koping [1]. Efek dari kecemasan dalam persalinan dapat mengakibatkan kadar katekolamin yang berlebihan pada Kala I menyebabkan turunnya aliran darah ke rahim, turunnya kontraksi rahim, turunnya aliran darah ke plasenta, turunnya oksigen yang tersedia untuk janin serta dapat meningkatkan lamanya Persalinan Kala I [2]. Persalinan yang lama merupakan salah satu jenis komplikasi persalinan, data WHO 2017 menunjukkan komplikasi persalinan menyumbang 810 kematian ibu di seluruh dunia dan angka kejadian persalinan lama sebesar 69.000. Pada data SDKI 2017 persalinan lama menjadi komplikasi persalinan yang paling banyak dilaporkan sebesar 41% [3].

Asuhan persalinan kala I merupakan asuhan yang dibutuhkan ibu saat proses persalinan. Pasien dikatakan dalam tahap persalinan kala I, jika sudah terjadi pembukaan serviks dan kontraksi teratur minimal 2x dalam 10 menit selama 40 detik yang berlangsung antara pembukaan 0-10 cm (pembukaan lengkap). Kala I merupakan puncak nyeri yang terhebat, karena nyeri persalinan merupakan sebuah pengalaman subjektif yang disebabkan oleh

iskemik otot uteri, penarikan dan traksi ligament uteri, traksi ovarium, tuba fallopii dan distensi bagian bawah uteri, otot dasar panggul dan perineum [4].

Secara fisiologi, nyeri persalinan mulai timbul pada persalinan kala I fase laten dan fase aktif, timbulnya nyeri disebabkan oleh adanya kontraksi uterus yang mengakibatkan dilatasi dan penipisan serviks. Dengan makin bertambahnya baik volume maupun frekuensi kontraksi uterus, nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat dan puncak nyeri terjadi pada fase aktif. Sebagian besar nyeri diakibatkan oleh dilatasi servik dan regangan segmen bawah rahim, kemudian akibat distensi mekanik, regangan dan robekan selama kontraksi. Intensitas nyeri berhubungan dengan kekuatan kontraksi dan tekanan yang ditimbulkan [5].

Manajemen pengurangan rasa nyeri yaitu dengan metode farmakologis dan non farmakologis. Penanganan nyeri secara non farmakologis antara lain, adalah relaksasi, teknik pemusatan pikiran dan imajinasi, teknik pernafasan, hidro terapi masase atau sentuhan terapeutik, hipnosis, akupunktur, relaksasi genggam jari dan lain-lain. Masase dapat meningkatkan relaksasi tubuh dan mengurangi stres. Massage efektif, aman sederhana dan tidak menimbulkan efek yang merugikan baik pada ibu maupun janin. Teknik pijat *effleurage* dapat menimbulkan efek distraksi dan relaksasi, sehingga membantu ibu menjadi lebih rileks, menciptakan perasaan nyaman, enak dan respon nyeri akan menurun [6].

Effleurage Massage adalah teknik pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat



proses pemulihan nyeri dengan menggunakan sentuhan tangan untuk menimbulkan efek relaksasi. *Effleurage* merupakan manipulasi gosokan yang halus dengan tekanan relatif ringan sampai kuat, gosokan ini mempergunakan seluruh permukaan tangan satu atau permukaan kedua belah tangan, sentuhan yang sempurna dan arah gosokan selalu menuju ke jantung atau searah dengan jalannya aliran pembuluh darah balik, maka mempunyai pengaruh terhadap peredaran darah atau membantu mengalirnya pembuluh darah balik kembali ke jantung karena adanya tekanan dan dorongan gosokan tersebut [7].

TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian dengan judul *effluarge massage* pada ibu bersalin untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif menunjukkan hasil yaitu dari asuhan yang diberikan pada ibu bersalin kala I fase aktif dengan skala nyeri sedang menunjukkan *effleurage massage* yang dilakukan menggunakan ujung-ujung jari tangan melakukan usapan pada abdomen selama 10-15 menit pada kala I fase aktif menunjukkan adanya perubahan skala nyeri. Pada pembukaan 4 cm nyeri yang dirasakan ibu berada pada skala nyeri sedang, setelah itu dilakukan evaluasi nyeri pada pembukaan 8 cm, nyeri yang dirasakan ibu berkurang dan berada pada skala nyeri ringan.

Penelitian sebelumnya tentang Pengaruh *Effleurage Massage* Terhadap Nyeri Primipara Kala I Persalinan Fisiologis di RSIA Bunda Arif Purwokerto dari 34 ibu bersalin membuktikan bahwa *effleurage massage* dapat mengurangi nyeri dari skala 7,647 menjadi 6,117 [8].

Pada penilitan sebelumnya membuktikan Selama ibu berada di proses persalinan kala I fase aktif terdapat pengaruh yang signifikan antara *effleurage massage* terhadap penurunan nyeri kala I Teknik *Effleurage* Merupakan teknik pijatan dengan menggunakan telapak

jari tangan dengan pola gerakan melingkar pada pinggang bagian bawah [9].

Teknik *effleurage massage* diatas dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif bila dilakukan dengan benar, yaitu dilakukan setiap adanya kontraksi dan dilakukan selama ± 20 menit. Ibu bersalin mengatakan bahwa nyeri pada pinggang bagian bawah berkurang setelah dilakukan pijatan tersebut [10].

METODE

Metode penelitian ini adalah studi kasus dengan latar belakang Asuhan pada ibu bersalin kala I fase aktif untuk mengurangi nyeri persalinan dengan *effleurage massage*. Pada studi kasus dilakukan wawancara dari anamnesis dan berlanjut dengan memberikan asuhan sampai evaluasi dan dokumentasi. Studi kasus ini yaitu asuhan pada ibu bersalin untuk mengurangi nyeri persalinan dengan *effleurage massage* yang dilakukan pada Ny. S di PMB Hasna Dewi Pekanbaru pada bulan Mei. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar observasi, intensitas nyeri diukur menggunakan NSR dan VAS (*visual analog scale*).

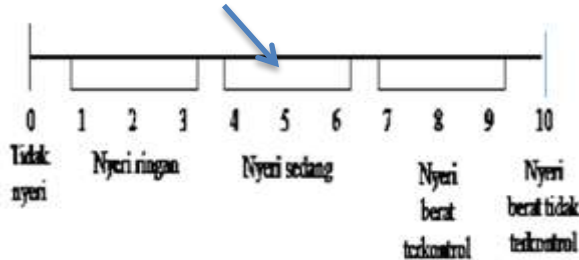
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

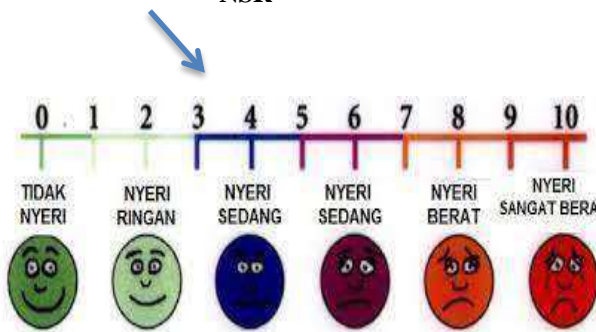
1. Kajian I

Kajian pertama dilakukan pada Ny. S Parturien aterm pada tanggal 3 mei 2021 jam 10.55 WIB. Data subjektif N. S usia 24 th, ibu mengatakan keluar lendir bercampur darah sejak tadi pagi, perut terasa nyeri menjalar ke pinggang dan tidak bisa mengatasi nyeri yang dirasakan ibu serta mengganggu aktifitas. Pada pengumpulan data subjektif ditemukan keadaan umum ibu baik dan kesadarannya Composmetis, Tekanan darah : 120/90 mmHg, Denyut nadi : 80x/menit, Pernafasan : 20x/menit Suhu: 36,3 0C. Pemeriksaan dalam indikasi: keluar lendir campur darah, nyeri

teratur, porsio : tipis, pembukaan : 4 cm, ketuban : utuh, Preseptasi : kepala, Penurunan: H-II . Penilaian nyeri yang dirasakan ibu berdasarkan skala nyeri NSR dan VAS pada pembukaan 4 cm :



Gambar 1 skala nyeri pada pembukaan 4 cm dg NSR



Gambar 2 skala nyeri pada pembukaan 4 cm dengan skala VAS

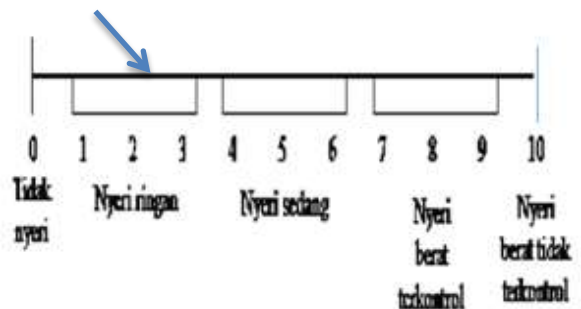
2. Kajian II

Ibu mengatakan rasa nyeri perut semakin kuat, ibu bersedia dilakukan effeluarage massage. Kajian kedua dilakukan pada Ny. S pada tanggal 3 Mei 2021 pukul 11.20 WIB. Pada pengumpulan data obektif ditemukan keadaan umum ibu baik dan kesadarannya Composmetis, Tekanan darah : 120/90 mmHg, Denyut nadi : 80x/menit, Pernafasan : 20x/menit, Suhu: 36 0C.

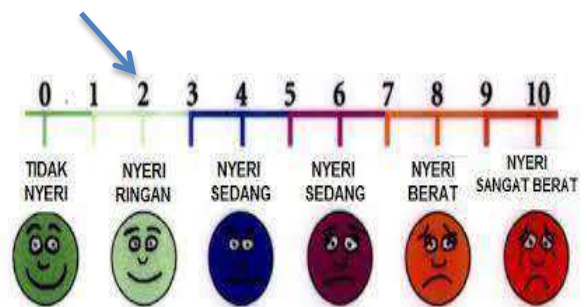
3. Kajian III

Kajian ketiga yang dilakukan Ny. S pada tanggal 3 mei 2021 pukul 15.55 wib, ibu mengatakan nyeri perut berkurang pada saat dilakukannya *effeluarage massage* dan ibu ingin dilakukan *effeluarage massage* pada saat kontraksi untuk mengurangi nyeri perut ibu.

Penilaian nyeri yang dirasakan ibu berdasarkan skala nyeri NSR dan VAS adalah



Gambar 3 skala nyeri pada pembukaan 8 cm dengan skala NSR



Gambar 4 skala nyeri pada pembukaan 8 cm dengan skala VAS

B. PEMBAHASAN

Nyeri disebabkan oleh kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Seiring bertambahnya pembukaan, intensitas dan frekuensi kontraksi uterus, nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat [9]. Pada asuhan yang dilakukan ditemukan masalah nyeri



persalinan pada Ny. S dimana Ny. S merasakan nyeri pada punggungnya yang menjalar keperut pada saat kala I fase aktif. Dalam asuhan yang pertama, Ny. S mengatakan bahwa terasa nyeri pada bagian punggungnya yang membuat ibu merasa tidak nyaman dengan nyeri yang dirasakannya. Nyeri yang dirasakan oleh ibu berada pada skala nyeri sedang yang mengganggu aktivitas fisiknya.

Dari hasil pemeriksaan yang dilakukan, penulis mencantumkan hasil pemeriksaan dengan menggunakan pendokumentasian SOAP. Data subjektif yang ditemukan pada ibu yaitu ibu mengatakan perut mules dan keluar lendir sejak tadi pagi dan nyeri pada bagian punggungnya. Data objektif yang ditemukan pada pemeriksaan yaitu keadaan umum ibu baik, TTV dalam batas normal, dan dilakukan pemeriksaan dalam pembukaan 4, porsio tipis, ketuban (+), penurunan H-II. Setelah dilakukan pemeriksaan maka penulis memberi asuhan *effleurage massage* untuk mengurangi skala nyeri pada ibu pada 10-15 menit pertama setelah dilakukan pemeriksaan, skala nyeri yang dirasakan ibu berada pada skala nyeri sedang, pada saat dilakukan *massage* ibu merasa rileks dan nyaman, ibu mengatakan nyeri yang dirasakannya berkurang, kemudian penulis melakukan *massage* selanjutnya ketika ibu merasakan kontraksi dan ibu juga mengatakan nyeri yang dirasakannya berkurang pada saat dimassage.

Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu, ibu bisa lelah, takut dan khawatir dengan persalinan yang akan dihadapinya. Sakit yang dirasakan ibu merupakan hal yang wajar ketika seseorang akan menghadapi persalinan karena peregangan dan pelebaran mulut rahim selama kontraksi. Untuk mengatasi nyeri yang dirasakan dapat dilakukan berbagai

macam tindakan, salah satunya dilakukan *effleurage massage*. Metode yang sangat efektif dalam menanggulangi nyeri adalah dengan memberikan tindakan *massage effleurage* merupakan analgesia psikologi yang dilakukan sejak awal bersalin (inpartu), yang dapat menimbulkan reaksi relaksasi.

Dari asuhan yang dilakukan tidak ada kesenjangan antara teori dengan kasus, dimana menurut teori *effleurage massage* dapat mengurangi intensitas nyeri, begitu pula dengan kasus yang didapatkan, intensitas nyeri yang dirasakan oleh pasien dapat berkurang karena adanya pemberian *effleurage* pada saat terjadinya kontraksi serta hal ini juga dipengaruhi oleh pendamping saat ibu bersalin yaitu suami dengan memberikan dukungan emosional serta membantu ibu mengurangi nyeri dengan pijatan *effleurage*.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya dapat dilihat bahwa sesudah pemberian *effleurage massage* responden dapat mengalami perubahan yang cukup berarti. Teknik *effleurage massage* dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif bila dilakukan, yaitu dilakukan setiap adanya kontraksi dan dilakukan selama ± 20 menit. Ibu bersalin mengatakan bahwa nyeri pada pinggang bagian bawah berkurang setelah dilakukan pijatan tersebut [10].

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya dengan judul *massage effleurage* terhadap tingkat nyeri kala I fase aktif yaitu terdapat perubahan nyeri pada kala I fase aktif, yaitu sebelumnya ada 15 responden (53, 2%) menjadi 14 responden (50%) dengan nyeri tingkat sedang, dan 12 responden (39,3%) dengan nyeri berat menjadi dua responden dengan nyeri berat 7,1 (%). Pemberian *massage effleurage* berpengaruh signifikan terhadap tingkat nyeri ibu inpartum kala I fase aktif, dengan nilai nilai $p < 0,05$ [9].



Peranan suami dalam pengurangan rasa nyeri juga sejalan dengan penelitian (Sumiati, 2015). Ada pengaruh signifikan antara peran pendamping suami terhadap percepatan kala I fase aktif dengan nilai $p = 0,009$ karena adanya suami disaat ibu inpartu dapat memberikan rasa nyaman dan aman, kecemasan menurun, dengan demikian ibu mampu mengalahkan stressor berupa persalinan dengan mekanisme pengelolaan nyeri yang baik dengan bantuan peran pendampingan keluarga [11].

Effleurage massage yang dilakukan pada Ny. S, memang benar, dari pembukaan 4 cm sampai pembukaan 8 cm dengan skala nyeri sedang hingga skala nyeri ringan, semula ibu tampak gelisah dan aktifitas ibu sedikit terganggu. Selanjutnya dilakukan asuhan *effleurage massage* selama 10-15 menit ibu merasakan nyaman dan nyeri yang dirasakan ibu berkurang. Selanjutnya massage dilakukan pada saat ibu mengalami kontraksi, setelah dilakukan evaluasi nyeri yang awalnya berskala sedang menjadi nyeri dengan skala ringan setelah dilakukan *massage*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh *effleuarge massage* pada ibu bersalin kala I fase aktif untuk mengurangi nyeri persalinan di PMB Hasna Dewi terhadap Ny. S. dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan, dapat disimpulkan Terdapat pengaruh pemberiasan *effleuarge massage* terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif yaitu dengan penurunan skala nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Rukiah. *Asuhan Kebidanan II (Persalinan)*. Trans Info Media. Jakarta. 2012
- [2] Widyastuti C, Anggorowati, Apriana R. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Persalinan Kala I Dengan Kecemasan Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Rsia Bahagia Semarang. 2019 [online]. Tersedia: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/viewFile/1284/1337>. Diakses 26 Juni 2022
- [3] Annisya, W. Determinan Kejadian Persalinan Lama Di Indonesia (Analisis Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017). 2020 [Online]. Tersedia: https://repository.unsri.ac.id/35175/3/RAMA_13201_10011181621004_0209088803_01_front_ref.pdf diakses 26 Juni 2022.
- [4] Hasanah, M. A. K. *Literatur Riview : Tinjauan Tentang Efektifitas Tanpa Non Farmakologi Terhadap Penurunan Intesitas Nyeri Persalinan Kala I*. 2019
- [5] Yani, & Khasanah. *Pengartuh Pemberian Kompres Air Hangar Terhadap Rasa Nyaman Dalam Proses Persalinan Kala I Fase Aktif Program Studi DIII Kebidanan FIK UNIPDU*. 2012
- [6] Davim, Et Al. *Non Pharmacological Strategies On Pain Relief During Labour Pre Testing On An Instrumen Reviativano-Am Emfermagen*. 2017
- [7] Alimah, S. . *Massage Exercise Therapy. Ed I*. Akademik Fisioterapi. Surakarta. 2012
- [8] Handayani, S. *Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Kala I Fase Aktif. Jurnal Kesehatan, 07*. 2018
- [9] Saskia, F. N. *Asuhan Kebidanan Ibu Bersalin Ny. R Kala I Fase Aktif Dengn Nyeri Persalinan Melalui Effleurage*



JUBIDA (Jurnal Kebidanan)
Vol 1. No.1, Juli 2022

*Massage Di BPM Deliana Kota
Pekanbaru Tahun 2020.*

- [10] Ellysusilawati. *Efektifitas Pemberian Teknik Massage Effleurage Dan Massage Conteroessure Terhadap Rasa Nyeri Persalinanan Normal Pada Primigravida Di Langsa 217. 2018*
- [11] Sumiati. *Pengaruh Peran Pendamping Suami Terhadap Percepatan Proses Persalinan Kala I Fase Aktif Di BPS Kisworo Surabaya Tahun 2015. Jurnal Kebidanan, V.2015*