

EFEKTIVITAS TERAPI MASSAGE EFFLEURAGE TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI IBU BERSALIN KALA I DI RSUD SAYANG PERIODE MARET-MEI 2023

Siti Rafika Putri¹ Hesti Lestari²

^{1,2}Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Al-Ikhlas,
Jl.Hankam Desa Djogjogan Kecamatan Cisarua Kabupaten Bogor
Email: hestilestari6355@gmail.com, sitirafikaputri06@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri persalinan dapat memunculkan kecemasan pada ibu bersalin dan mengganggu kenyamanan pada saat persalinan. Manajemen nyeri kontraksi persalinan yang dapat dilakukan antara lain dengan metode massage effleurage. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran efektifitas massage effleurage terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I. Jenis penelitian ini secara eksperimental dengan pendekatan kuantitatif. Pelaksanaan penelitian pada periode Maret-Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di RSUD Sayang sebanyak 183 orang terhitung dari periode Maret-Mei 2023. Jumlah sampel yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 20 orang, dan penelitian ini menggunakan *accidental sampling*. Variabel independent yaitu massage effleurage dan variabel dependent yaitu intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I. Distribusi frekuensi gambaran responden yaitu berdasarkan usia, paritas, dan pendamping persalinan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik massage effleurage efektif untuk menurunkan tingkat nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif yang ditunjukkan dengan hasil sebanyak 20 orang (100%) mengalami penurunan intensitas nyeri setelah diberikan terapi massage effleurage, dan hasil uji statistik didapatkan p value 0,000 yang artinya ada pengaruh antara pemberian terapi massage effleurage terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I di RSUD Sayang periode Maret-Mei 2023.

Kata kunci : Nyeri, usia, paritas, pendamping persalinan

ABSTRACT

Labor pain can cause anxiety in birthing mothers and interfere with comfort during labor. Pain management of labor contractions that can be done includes the massage effleurage method. The purpose of this study was to describe the effectiveness of massage effleurage on reducing pain intensity in women in the first stage of labour. This type of research was experimental with a quantitative approach. The research was carried out in the period March- May 2023. The population in this study were all mothers who gave birth at Sayang Hospital as many as 183 people from March-May 2023. The number of samples that met the inclusion criteria were 20 people, and this study used accidental sampling. The independent variable is massage effleurage and the dependent variable is the intensity of pain in the first stage of labour. The frequency distribution of respondents' descriptions is based on age, parity, and birth attendant. The results showed that the effleurage massage technique was effective in reducing the level of pain in the first active phase of labor as indicated by the results as many as 20 people (100%) experienced a decrease in pain intensity after being given effleurage massage therapy, and statistical test results obtained a p value of 0.000, which means there is an influence between giving effleurage massage therapy to reducing pain intensity in mothers in the first stage of labor at Sayang Hospital for the period March-May 2023.

Keywords: Pain, age, parity, birth companion

Pendahuluan

Persalinan merupakan proses fisiologis pengeluaran hasil konsepsi dari uterus. Proses kelahiran normal berlangsung pada umur kehamilan aterm, yaitu pada saat janin telah siap untuk dilahirkan. Proses kelahiran akan diikuti oleh sensasi nyeri persalinan. Faktor psikologis seperti stres, kecemasan, dan ketakutan berperan penting dalam mempengaruhi intensitas nyeri yang dialami ibu ketika persalinan (Alchalidi, 2023).

Angka kejadian nyeri selama persalinan Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 diperkirakan setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dan sekitar 20 juta ibu mengalami nyeri saat persalinan (Putri Zidni, 2022).

Data hasil penelitian *Asosiation of South East Asian Nations* (ASEAN) tentang nyeri menunjukkan rasa nyeri persalinan sedang sampai berat sebesar 93,5%. Dari data tersebut 25% dialami oleh ibu primipara sedangkan pada multipara hanya 9%. Fase nyeri juga ditemukan pada 3 tahapan yang berbeda

berdasarkan pembukaan yaitu pada 2-4 cm, 4-7 cm, dan >8 cm (Mutiah, 2022).

Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2020 melaporkan angka nyeri persalinan rata-rata di Indonesia sebanyak 85-90% wanita hamil yang akan menghadapi persalinan mengalami nyeri persalinan yang hebat dan 7-15% tidak disertai rasa nyeri (Fitriawati, 2020).

Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Provinsi Jawa Barat di perkirakan sekitar 65% dari 100% ibu masih mengalami nyeri saat persalinan. Sedangkan di wilayah kerja Kabupaten Cianjur terdapat sekitar 60-80 % ibu yang mengalami nyeri persalinan (Isnaeni, 2021).

Data yang di dapatkan dari RSUD Sayang, jumlah ibu bersalin yang terhitung dari periode Maret-Mei 2023 sebanyak 183 orang.

Respon nyeri selama proses persalinan mengakibatkan peningkatan aktivitas sistem saraf simpatik yang kemudian menyebabkan peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernafasan, bahkan mualmuntah. Selain itu, nyeri juga mempengaruhi perubahan dalam

peningkatan kecemasan disertai mengerang, menangis, dan ketegangan otot yang sangat pada seluruh tubuh (Dwiutami, 2022).

Penatalaksanaan nyeri persalinan dilakukan dengan berbagai macam terapi baik farmakologi maupun non-farmakologi yang merupakan inovasi-inovasi yang telah banyak dikembangkan. Terapi non-farmakologi untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan salah satunya yaitu dengan pijatan (massage). Massage mengakibatkan tubuh mensekresi bahan analgesik alami yang disebut dengan endorfin. Massage mengganggu transmisi nyeri dengan cara meningkatkan sirkulasi neurotransmitter yang dihasilkan secara alami oleh tubuh pada sinaps neural di sistem saraf pusat (Setyowati, 2019).

Massage effleurage merupakan salah satu massage yang mampu menurunkan intensitas nyeri persalinan. Massage effleurage dilakukan pada area punggung yang dimana pemijatan pada area tersebut mampu merelaksasikan otot, memberikan istirahat yang tenang,

serta menambah kenyamanan ibu selama persalinan. Pemijatan lembut pada area punggung mampu berperan dalam penurunan intensitas nyeri persalinan. Hal ini akibat sel-sel saraf kulit yang dipijat menghantarkan sinyal melalui salah satu pusat nyeri yakni sum-sum tulang belakang (Maqfirah, 2022).

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas terapi *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin kala I di RSUD sayang periode Maret-Mei 2023”.

Metode

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen yaitu dilakukan untuk mengetahui hubungan sebab akibat antar variabel. Penelitian eksperimen merupakan metode inti dari model penelitian yang mengandung pendekatan kuantitatif. Penelitian *pre eksperimen* jenis *one shot case study* merupakan desain penelitian dimana peneliti hanya melakukan satu kali treatment yang diperkirakan sudah mempunyai pengaruh untuk kemudian diadakan post-test. Penelitian ini berdesain “*One-Shot Case Study*” yaitu dengan

desain terdapat suatu kelompok diberi treatment/perlakuan, dan selanjutnya diobservasi hasilnya (Harti, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di RSUD Sayang sebanyak 183 orang terhitung dari periode Maret-Mei 2023. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di RSUD Sayang sebanyak 20 orang. Kriteria inklusi adalah kriteria yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu dengan persalinan normal, ibu yang tidak mendapatkan intervensi obstetrik seperti induksi persalinan dan ibu bersalin kala 1 fase aktif. Kriteria eksklusi adalah adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sampel Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah Ibu yang mendapatkan intervensi obstetrik seperti induksi persalinan dan ibu bersalin kala 1 fase laten. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *accidental sampling*. Variabel independent dalam penelitian ini

adalah *massage effleurage* dan variabel dependent dalam penelitian ini adalah intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner. Prosedur penelitian ini dilakukan dengan melakukan tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap mengolah data dan tahap evaluasi. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skalapengukuran nyeri yaitu skala numerik atau *Numerical Rating Scale (NRS)*, lembar kuesioner dan lembar *informed consent*.

Metode statistik univariat digunakan untuk menggambarkan parameter dari masing-masing variabel. Dalam penelitian ini analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh.

Hasil

Tabel 1.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, paritas, dan pendamping persalinan di RSUD Sayang Cianjur

Variabel	Kategori	N	%
Usia	< 20 dan > 35 tahun	4	20
	20 – 35 tahun	16	80
Paritas	Primigravida	6	30
	Multigravida	14	70
Pendamping persalinan	Didampingi	20	100
	Tidak didampingi	0	0

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 20 responden sebagian besar responden berusia 20-35 tahun berjumlah 16 responden (80%). Berdasarkan paritas sebagian besar responden adalah multigravida berjumlah 14 responden (70%) dan berdasarkan pendamping persalinan seluruhnya didampingi saat proses persalinan yakni sebanyak 20 responden (100%).

Tabel 2.

Keberhasilan penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi *massage effleurage* di RSUD Sayang Cianjur

Penurunan intensitas nyeri	Sebelum		Sesudah		P value
	N	%	n	%	
Berhasil	0	0	20	100	0,000
Tidak berhasil	20	100	0	0	

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa proporsi responden berdasarkan penurunan intensitas nyeri sebelum intervensi adalah 20 responden (100%) tidak berhasil dalam penurunan intensitas nyeri, dan sesudah intervensi seluruh responden berhasil dalam penurunan intensitas nyeri yaitu 20 responden (100%). Selanjutnya, analisis bivariat pada penelitian ini adalah analisis yang dilakukan untuk mengidentifikasi pengaruh antara variabel independen (*massage effleurage*) terhadap variabel dependen (intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I). Pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen dilakukan dengan melihat hasil penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi.

Pembahasan

Penelitian ini menyatakan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 20-35 tahun. Usia sangat menentukan kesehatan ibu dan kualitas kehamilan atau berkaitan dengan kesiapan ibu dalam reproduksi. Hasil penelitian Wulandari (2018) menyebutkan bahwa variabel usia dikelompokkan menjadi dua yaitu *high risk* yaitu pada usia < 20 tahun - > 35 tahun, dan *low risk* pada usia 20 - 35 tahun. Pada usia < 20 - > 35 tahun merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap komplikasi persalinan dan ketidaknyamanan akibat nyeri yang timbul, sedangkan usia 20-35 tahun dianggap aman menjalani persalinan karena usia tersebut dalam rentang kondisiprima. Rahim sudah mampu memberi perlindungan, mental pun siap untuk menghadapi persalinan sehingga nyeri persalinan yang dirasakan lebih kecil. Menurut asumsi Ayu (2019) umur ibu yang terlalu muda memiliki sensori nyeri yang lebih intens. Umur muda cenderung dikaitkan dengan kondisi psikologis yang masih labil yang memicu terjadinya

kecemasan sehingga nyeri yang dirasakan semakin lebih kuat. Sedangkan menurut Pratiwi (2020) ibu yang melahirkan pada usia tua umumnya beresiko tinggi mengalami komplikasi persalinan, serta penurunan stamina. Hal tersebut menyebabkan ibu mengalami persalinan yang lebih lama sehingga merasakan sensasi lebih nyeri ketika persalinan.

Dari hasil penelitian diketahui mayoritas responden termasuk kategori multigravida. Intensitas nyeri persalinan salah satunya dipengaruhi oleh riwayat persalinan lalu. Maryuni (2020) menyatakan bahwa seorang ibu yang pernah mengalami persalinan (multipara) akan mengerti tentang bagaimana rasa nyeri yang akan dirasakan saat persalinan. Sedangkan pada ibu yang belum pernah melahirkan (primipara) tidak mengetahui bagaimana rasa nyeri yang akan dirasakan untuk pertama kali dalam proses persalinan. Serviks pada primipara memerlukan tenaga yang lebih besar untuk meregangkannya, sehingga menyebabkan intensitas nyeri kontraksi lebih besar selama kala I persalinan. Selain itu, dijelaskan bahwa pada saat persalinan

mekanisme pembukaan serviks pada primipara yaitu ostium uteri internum akan membuka lebih dahulu sehingga serviks akan mendatar dan menipis, sedangkan pada multipara ostium uteri internum sudah sedikit membuka, ostium uteri internum dan ostium uteri eksternum serta penipisan dan pendataran serviks terjadi pada saat bersamaan, sehingga nyeri pada multipara cenderung lebih ringan dibandingkan dengan primipara.

Hasil penelitian ini diketahui bahwa berdasarkan pendamping persalinan seluruhnya didampingi saat proses persalinan. Pada penelitian Adam (2019) mengatakan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pendamping persalinan dengan intensitas nyeri dikarenakan adanya pengaruh secara psikologis dimana ibu yang mendapat pendamping persalinan akan merasakan adanya dukungan emosional suami dan hal tersebut dapat mengalihkan perhatian ibu dan menurunkan tingkat stressor yang menjadi stimulus nyeri, sehingga intensitas nyeri dapat berkurang. Sementara Agustini

(2022) menyatakan bahwa dukungan dari suami dapat ditunjukkan dengan berbagai cara seperti memberikan ketenangan pada istri, memberikan sentuhan, dan mengungkapkan kata-kata yang memacu motivasi istri. Semakin banyak pemikiran negatif yang muncul, antara lain takut matidan merasa bersalah diharapkan dapat berkurang dari dukungan suami sehingga akan memperkecil rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu ketika bersalin.

Penelitian ini menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi *massage effleurage* terhadap keberhasilan penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I. *Massage Effleurage* 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 selalumenuju 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. Effleurage adalah suatu pergerakan stroking dalam atau dangkal, effleurage pada umumnya digunakan untuk membantu pengembalian kandungan getah bening dan pembuluh darah di dalam ekstremitas tersebut. Effleurage juga digunakan untuk memeriksa dan mengevaluasi area nyeri dan ketidakteraturan jaringan lunak atau peregangan kelompok otot yang spesifik. Massage effleurage dilakukan pada area punggung yang dimana pemijatan pada area tersebut mampu merelaksasikan otot, memberikan istirahat yang tenang, serta menambah kenyamanan ibu selama persalinan. Pemijatan lembut pada area punggung mampu berperan dalam penurunan intensitas nyeri persalinan. Hal ini akibat sel-sel saraf kulit yang dipijat menghantarkan sinyal melalui salah satu pusat nyeri yakni sumsum tulang belakang.

Kesimpulan

Simpulan dari penelitian ini adalah terapi massage effleurage mempunyai pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin kala I. Peran tenaga kesehatan, khususnya bidan sangatlah penting dan hendaknya dapat menerapkan terapi massage effleurage untuk menurunkan intensitas nyeri ibu bersalin kala I, memberikan pendidikan kesehatan tentang cara melakukan terapi massage effleurage dan perlunya memberikan pendidikan kesehatan serta dukungan pada keluarga untuk melakukan terapi komplementer dengan terapi massage effleurage untuk menurunkan intensitas nyeri ibu bersalin kala I. Diharapkan dapat menjadi pertimbangan masukan bagi peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian mengenai gambaran ibu bersalin kala I yang menjalani terapi massage effleurage sehingga penelitian ini dapat dijadikan referensi dengan kriteria inklusi yang berbeda dan mampu dikembangkan menjadi hasil yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adam, J. (2019). Hubungan antara umur, paritas dan pendampingan suami dengan intensitas nyeri persalinan kala fase aktif deselerasi di ruang bersalin RSUD PROF. Dr. H. Aloei Sa Boe Kota Gorontalo. *JIKMU*, 5(4). Diunduh pada tanggal 23 Mei 2023 pukul 10.15 WIB dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jikmu/article/view/7464>
2. Agustini, N. R. S., & Agustina, K. S. (2022). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Permana. *Indonesian Journal of Health Research*, 5(3), 169-175. Diunduh pada tanggal 01 Juni 2023 pukul 18.30 WIB dari <http://idjhr.triatmamulya.ac.id/index.php/idjhr/article/view/98>
3. Alchalidi. (2023). *Terapi Komplementer dalam Manajemen Nyeri Persalinan*. Bandung: Media Sains Indonesia.
4. Astuti. (2018). *Uraian Teori Massage Effleurage*. Diunduh pada tanggal 23 Maret 2023 pukul 09.20 WIB dari <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3682/4/Chapter2.pdf>
5. Ayu, N. G., & Supliyani, E. (2019). Karakteristik Ibu Bersalin Kaitannya Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Kota Bogor. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(4). Diunduh pada tanggal 01 Juni 2023 pukul 19.00 WIB dari <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/viewFile/629/563>
6. Dwiutami, A., & Indrayani, D. (2022). Aromaterapi lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Evidence Based Case Report. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 771-778. Diunduh pada tanggal 22 Maret 2023 pukul 14.10 WIB dari <http://repo.poltekkesbandung.ac.id/4540/>
7. Fitriawati, L., Kurniawati, D., & Juliningrum, P. P. (2020). Perbedaan Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Terapi Acupressure Point for Location Pada Ibu Bersalin Kala I Di Rumah Sakit Jember Klinik Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 7(2), 34-42. Diunduh pada tanggal 07 Mei 2023 pukul 10.00 WIB dari [file:///C:/Users/200926/Downloads/34-42%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/200926/Downloads/34-42%20(1).pdf)
8. Isnaeni, S. D. (2021). *Aplikasi Senam Hamil Terhadap Nyeri Akut Daerah Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Cianjur Kota Kabupaten Cianjur* (doctoral dissertation, universitas muhammadiyah Sukabumi). Diunduh pada tanggal 14 Mei 2023 pukul 11.30 WIB dari <https://eprints.ummi.ac.id/2377/>
9. Maqfirah, M., Mutiah, C., & Idwar, I. (2022). Literatur Review: Terapi komplementer nyeri persalinan dengan massage. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(2), 120-134. Diunduh pada tanggal 22 Maret 2023 pukul 15.15 WIB dari

- <https://journal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/femina/article/view/265>
10. Maryuni, M. (2020). Hubungan Karakteristik Ibu Bersalin dengan Nyeri Persalinan. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(1), 116-122. Diunduh pada tanggal 22 Maret 2023 pukul 15.30 WIB dari <https://jurnal.stikessitihajar.ac.id/index.php/jhsp/article/view/42/35>
 11. Mutiah, C., Lismawati, L., Putri, I., Dewita, D., & Abdurrahman, A. (2022). The Pengaruh Pendamping Persalinan terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Primigravida. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 16-25. Diunduh pada tanggal 07 Mei 2023 pukul 08.20 WIB dari <https://digilib.itskesicme.ac.id/ojs/index.php/jib/article/view/1012>
 12. Pratiwi, L., & Hustinawati, T. (2020). Analisis Pengaruh Umur, Paritas, dan Motivasi Suami terhadap Nyeri Persalinan di Cirebon Tahun 2019. *Jurnal Delima Harapan*, 7(2), 134-143. Diunduh pada tanggal 01 Juni 2023 pukul 19.00 WIB dari <http://jurnal.akbidharapanmulya.com/index.php/delima/article/view/128>
 13. Putri Zidni Gamayanti, P. Z. G. (2022). Systematic Review: Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin (Doctoral dissertation, STIK Bina Husada Palembang). Diunduh pada tanggal 06 Mei 2023 pukul 10.00 WIB dari <http://ramabinahusada.ac.id:81/id/eprint/790/1/PUTRI%20ZIDNI%20GAMAYANTI.Pdf>
 14. Setyowati, S., Rakhmawati, A., Sumarsih, S., & Wigatiningsih, M. I. (2019). Efektivitas Slow Stroke Back Massage dengan Minyak Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Nyeri Penderita Kanker Serviks. *Medica Hospitalia: Journal of clinical medicine*, 6(1), 35-39. Diunduh pada tanggal 22 Maret 2023 pukul 15.00 WIB dari <http://medicahospitalia.rskariadi.co.id/medicahospitalia/index.php/mh/article/view/376>
 15. Wulandari, P., & Hiba, P. D. N. (2018). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal ke perawatan maternitas*, 3(1), 59-67. Diunduh pada tanggal 23 Maret 2023 pukul 10.20 WIB dari <https://jurnal.uni.mus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/4025/3743>