DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf13nk215>

Efek Masase *Effleurage* Terhadap Nyeri Persalinan di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung

Shinta Novelia

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional: shinta.novelia@civitas.unas.ac.id (koresponden)

Tommy J Worwor

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional: tommyjemmy@gmail.com

Putri Mutiara Febri

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional: putrimutiarafebri94@gmail.com

Bunga Tiara Carolin

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional: bunga.tiara@civitas.unas.ac.id

ABSTRACT

One method that can be used to overcome the problem of pain during labor is by doing effleurage massage. This study aims to determine the effect of effleurage massage on labor pain at Mutiara Medika Clinic in 2020. This type of research was quantitative using a one-group pretest and posttest design. The study population was 36 mothers giving birth and the sample was selected by purposive sampling technique. In the phase before and after the effleurage massage, the level of labor pain was measured. Furthermore, data analysis was carried out using a comparative test. The results of the comparison test showed p value = 0.000, so it can be said that there is a difference in the level of labor pain between before and after intervention. Furthermore, it was concluded that effleurage massage was effective in reducing the level of labor pain in the first stage.

Keywords: labor pain; effleurage massage; first stage of labor

ABSTRAK

Salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah nyeri saat persalinan adalah dengan melakukan pemijatan *effleurage*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *effleurage massage* terhadap nyeri persalinan di Klinik Mutiara Medika tahun 2020. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan rancangan *one-group pretest and posttest*. Populasi penelitian adalah 36 ibu melahirkan dan sampel dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Pada fase sebelum dan sesudah *effleurage massage* dilakukan pengukuran tingkat nyeri persalinan. Selanjutnya dilakukan analisis data menggunakan uji komparasi. Hasil uji komparasi menunjukkan nilai $p = 0,000$, sehingga dapat dikatakan bahwa ada perbedaan tingkat nyeri persalinan antara sebelum dan sesudah intervensi. Selanjutnya disimpulkan bahwa *effleurage massage* efektif untuk menurunkan tingkat nyeri persalinan pada Kala I.

Kata kunci: nyeri persalinan; *effleurage massage*; persalinan kala I

PENDAHULUAN

Sebagian besar (90%) persalinan pasti disertai dengan nyeri. Nyeri pada saat persalinan merupakan suatu kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin. Nyeri persalinan merupakan suatu pengalaman subjektif tentang sensasi fisik terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan⁽¹⁾. Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stres. Stres dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama. Seorang ibu yang sedang dalam proses persalinan pasti akan mengalami nyeri pinggang persalinan dan berusaha untuk beradaptasi dengan nyeri tersebut. Kemampuan adaptasi dan reaksi ibu dari ibu bersalin terhadap nyeri pinggang persalinan akan dipengaruhi oleh lingkungan dimana ia melahirkan, dukungan sosial yang diterima, dan khususnya teknik pengontrolan nyeri pinggang persalinan⁽²⁾.

Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stress⁽³⁾. Rasa nyeri pada persalinan muncul akibat respons psikis dan refleksi fisik. Nyeri persalinan dapat menyebabkan perubahan tekanan darah, denyut nadi, pernafasan, dan warna kulit serta keringat berlebihan. Nyeri yang terjadi juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stress. Stress dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama⁴. Jika hal tersebut tidak diatasi dengan cepat maka akan mengakibatkan kematian pada ibu dan bayi karena nyeri menyebabkan pernafasan dan denyut jantung ibu akan meningkat yang menyebabkan aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu, hipoksia janin, hiperventilasi sehingga kebutuhan oksigen meningkat, kenaikan tekanan darah, dan berkurangnya motilitas usus serta vesika urinaria. Keadaan ini akan merangsang peningkatan katekolamin yang dapat menyebabkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi inersia uteri. Apabila nyeri persalinan tidak diatasi akan menyebabkan terjadinya partus lama. Penanganan dan pengawasan nyeri persalinan terutama pada kala I fase aktif sangat penting, karena sebagai titik penentu apakah dapat menjalani persalinan normal atau diakhiri dengan suatu tindakan⁽⁴⁾. Faktor ansietas sering kali meningkatkan

persepsi nyeri. Apabila rasa cemas tidak mendapat perhatian maka rasa cemas tersebut dapat menimbulkan suatu masalah nyeri yang serius. Faktor persepsi nyeri bisa berkurang atau hilang pada periode stres berat atau dalam keadaan emosi. Kerusakan pada ujung saraf dapat memblokir nyeri dari sumbernya⁽⁵⁾.

Penanganan nyeri dengan tindakan farmakologis dilakukan dengan pemberian obat-obatan, diantaranya penggunaan analgesik, suntikan epidural, dan lain-lain. Walaupun obat-obatan lebih efektif dalam mengurangi nyeri tetapi mempunyai efek samping yang kurang baik untuk ibu maupun janin. Misalnya pada analgesik dapat menimbulkan perasaan mual dan pusing pada ibu serta ibu menjadi tidak dapat mengandalkan otot perutnya untuk mendorong ketika terjadi kontraksi rahim sehingga persalinan berlangsung lebih lama⁽¹⁾.

Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan nyeri selama persalinan adalah melakukan tindakan masase *effleurage*. *Effleurage* adalah bentuk masase dengan menggunakan telapak tangan yang memberikan tekanan lembut keatas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang⁽⁶⁾. *Effleurage* merupakan teknik masase yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain.

Berdasarkan survey awal di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung, diperoleh data ibu bersalin selama bulan April 2020 sebanyak 50 orang. Masih terdapat sekitar 95% pasien sedang dalam persalinan kala I yang mengeluh tidak tahan dengan nyeri yang dirasakan sampai menginginkan tindakan *sectio caesarea*. Ibu merasakan nyeri dibagian perut, pinggang, punggung dan menjalar ketulang belakang. Di Klinik Mutiara Medika tersebut belum memberikan terapi nonfarmakologi seperti masase *effleurage* kepada ibu, sehingga ibu terus merasakan nyeri saat melahirkan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek masase *effleurage* terhadap nyeri persalinan di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung.

METODE

Jenis penelitian adalah pra eksperimental dengan menggunakan *one-group pretest and posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang akan bersalin di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung dengan HPL (Hari Perkiraan Lahir) pada bulan Mei tahun 2020 yang berjumlah 39 orang. Sampel pada penelitian ini adalah 20 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi adalah Inpartu kala I fase aktif (pembukaan 4-7 cm), kehamilan 37-40 minggu, persalinan fisiologis, ibu dapat diajak berkomunikasi, bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah ibu dengan pengaruh analgetik dan induksi, ibu dengan gangguan pada kulit lokal seperti luka bakar, dermatitis.

Penelitian dilaksanakan di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung yang dimulai pada bulan Mei tahun 2020. Variabel bebas adalah *effleurage* dan variabel terikat nyeri persalinan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu lembar observasi atau NRS (*Numerical Rating Scale*).

Peneliti memberikan tindakan masase *effleurage* sebanyak 4 kali pemberian selama 20 menit sesuai Satuan Operasional Prosedur (SOP) teknik masase *effleurage*.

Tabel 1. Standar operasional prosedur (SOP) masase *effleurage*

Langkah	SOP
Persiapan klien	<ol style="list-style-type: none"> Berikan salam, perkenalkan diri dan identifikasi klien dengan memeriksa identitas klien dengan cermat Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan, berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan menjawab seluruh pertanyaan klien Siapkan peralatan yang diperlukan Atur ventilasi dan sirkulasi udara yang baik Atur posisi klien sehingga merasa aman dan nyaman
Persiapan alat	<ol style="list-style-type: none"> Minyak untuk masase Tisu Satu buah handuk kecil Sebuah bantal atau guling kecil
Cara kerja	<ol style="list-style-type: none"> Beri tahu klien bahwa tindakan akan segera dimulai Periksa tanda vital klien sebelum memulai tindakan masase <i>effleurage</i> pada punggung Posisikan klien dengan posisi miring dengan diganjal bantal atau guling kecil Instruksikan klien untuk menarik nafas dalam melalui hidung dan mengeluarkan lewat mulut secara perlahan sampai pasien merasa rileks Tuangkan minyak untuk masase pada telapak tangan kemudian gosokkan kedua tangan hingga hangat

	<ol style="list-style-type: none"> 6. Letakkan kedua telapak tangan di permukaan tubuh, dengan jari rapat dan ujung-ujungnya agak mendongak. Dalam sekali gerakan tak terputus, luncurkan kedua tangan ke bagian atas tubuh kemudian pisahkan tangan dan kembali kebawah. Gerakan ini harus mengusap seluas mungkin permukaan tubuh 7. Letakkan tangan mendarat dengan jari rapat dan lakukan gerakan seperti berenang. Buatlah lingkaran-lingkaran yang saling bertumpukkan dengan kedua telapak tangan secara bergantian. Usap seluruh permukaan tubuh hingga mencapai bagian sisanya. Ketika sampai bagian bawah, gerakan tangan kembali ke atas Bersihkan sisa minyak pada punggung klien dengan handuk kecil 8. Setelah mengusap ringan permukaan tubuh, gerakan tangan turun zig-zag bergelombang menuju bagian tengah dari sisi tubuh. Usap seluas mungkin permukaan tubuh 9. Rapikan klien ke posisi semula 10. Beritahu bahwa tindakan telah selesai 11. Bereskan alat-alat yang telah digunakan 12. Cuci tangan
Evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi hasil yang dicapai (penurunan skala nyeri) 2. Mengakhiri pertemuan dengan baik
Dokumentasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tanggal atau jam dilakukan tindakan 2. Nama tindakan 3. Respon klien selama tindakan 4. Nama dan paraf peneliti

Analisis data dilakukan secara deskriptif, dilanjutkan dengan menggunakan *paired sample t-test*.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rata-rata nyeri persalinan sebelum diberikan intervensi adalah 2,50 dan setelah diberikan intervensi menurun menjadi 1,30. Hasil uji perbedaan menunjukkan nilai $p = 0,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Tabel 2. Perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan *massae effleurage*

Fase	Rata-rata tingkat nyeri	Standard deviation	t	p
Sebelum intervensi	2,50	0,527	9	0,000
Sesudah intervensi	1,30	0,483		

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari *massae effleurage* terhadap nyeri persalinan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Abd-Ella (2018) & Santiasari, *et al.* (2018) menyimpulkan bahwa Pijat *effleurage* adalah metode penghilang rasa sakit yang efektif yang mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin^(7,8). Nyeri diartikan sebagai suatu keadaan yang tidak menyenangkan akibat terjadinya rangsangan fisik maupun dari serabut saraf dalam tubuh ke otak dan diikuti oleh fisik, psikologis maupun emosional⁽¹⁾. Nyeri persalinan disebabkan oleh dua hal, antara lain karena kontraksi uterus, adanya dilaktasi serviks, pendataran dan regangan mulut rahim. Ciri dari nyeri persalinan kala I adalah semakin sering bertambah kuat serta lebih lama sakitnya. Demikian halnya dengan tingkat intensitas sangat menderita tidak selalu berubah menjadi ringan bahkan ada yang hanya sampai tingkat nyeri sedang sesudah dilakukan *massae*. Berdasarkan hasil penelitian, bahwa diketahui nilai rata-rata nyeri persalinan sebelum dan sesudah intervensi mengalami penurunan. *Massae effleurage* adalah teknik pijat yang bisa digunakan selama tahap pertama persalinan untuk meredakan kejang otot, meningkatkan relaksasi, rilis alami endorfin, dan menurunkan intensitas nyeri persalinan⁽⁹⁾.

Effleurage merupakan manipulasi gosokan yang halus dengan tekanan relative 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. *Massae effleurage* menimbulkan efek

memperlancar peredaran darah. Manipulasi yang dikerjakan dengan gerakan atau menuju ke arah jantung, secara mekanis akan membantu mendorong pengaliran darah dalam pembuluh vena menuju ke jantung. Massage juga membantu pengaliran cairan limphe menjadi lebih cepat, ini berarti membantu penyerapan sisa-sisa pembakaran yang tidak digunakan lagi. Prosedur tindakan massage dengan teknik effleurage efektif dilakukan 10 menit untuk mengurangi nyeri. Stimulasi massage *effleurage* dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda sakit alami dan merangsang serat saraf yang menutup gerbang sinap sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dihambat.

Adanya perbedaan intensitas antara nyeri sebelum dan sesudah pemberian *massase effleurage*, disebabkan karena gerakan *massae effleurage* (Dimulai dengan sentuhan telapak tangan pada daerah yang terasa nyeri, manfaat *massase effleurage*). Dapat menimbulkan rasa nyaman dan rileks, sehingga mampu mengurangi rasa nyeri pada ibu saat bersalin (inpartu) *massase effleurage* atau tindakan mengusap-usap abdomen secara perlahan, seirama dengan pernafasan saat kontraksi yang digunakan untuk mengalihkan pikiran ibu supaya ibu tidak memusatkan perhatiannya pada kontraksi². Penelitian lainnya juga mendapatkan bahwa ada pengaruh pijat effleurage terhadap intensitas nyeri persalinan primigravida kala I fase laten^(10,11).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *massase effleurage* efektif untuk menurunkan nyeri persalinan. Bidan diharapkan dapat menggunakan asuhan komplementer *massase effleurage* untuk mengurangi nyeri pada proses bersalin.

DAFTAR PUSTAKA

1. Mathur VA, Morris T, McNamara K. Cultural conceptions of Women's labor pain and labor pain management: A mixed-method analysis. *Social Science & Medicine*. 2020 Sep 1;261:113240.
2. Maryunani, A.. *Nyeri dalam Persalinan dan Cara Penanggulangannya*. Jakarta: Trans Info Media; 2013.
3. Herinawati H, 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. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 2019 Oct 15;19(3):590-601.
4. Lestari S, Apriyani N. Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Pada Pasien Kala I Fase Aktif Persalinan. *Jurnal Kesehatan*. 2019 Jun 18;10(1):12-8.
5. Moghimi-Hanjani S, Mehdizadeh-Tourzani Z, Shoghi M. The effect of foot reflexology on anxiety, pain, and outcomes of the labor in primigravida women. *Acta Medica Iranica*. 2015 Oct 6:507-11.
6. Reeder, Martin, dan Griffin, K.. *Volume 2 Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga Edisi 18*. Jakarta: EGC; 2011.
7. Abd-Ella N. Effect of Effleurage Massage on Labor Pain Intensity in Parturient Women. *Egyptian Journal of Health Care*. 2018;9(2):331-41.
8. Santiasari RN, Nurdianti DS, Lismidiati W, Saudah N. Effectiveness of Effleurage and Counter-Pressure Massages in Reducing Labor Pain. *Health Notions*. 2018 Jul 31;2(7):721-4.
9. Murtiningsih M, Andani ST. Difference Effect of The Combination of Lavender Aromatherapy and Effleurage with Breathing Relaxation on Pain Intensity During Labor among Primiparas. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*. 2018 Aug 14;1(1).
10. Yosepha D, Ginting GR, Tarigan L, Ginting RI, Maharani S. The Effect of Effleurage Massage on the Intensity of Primigravida Stage I Labor Pain Latent Phase.
11. Sari DP, Rufaida Z, Lestari SW. Nyeri persalinan. E-Book Penerbit STIKes Majapahit. 2018 Nov 10:1-30.