

Pengaruh *Massage Effleurage* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1

Hesti Eka Prihatiningrum^{1*}, Kamidah², Anna Uswatun Qoyyimah³

^{1,2} Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Aisyiyah Surakarta

³Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

Email: hestieka.students@aiska-university.ac.id^{1*}, kamidahjogja13@gmail.com²,
annauq1979@gmail.com³

Abstract

Background: Labor pain is a physiological process, but if not managed properly it can increase stress and tension, which triggers an increase in adrenaline hormones and decreases blood flow to the uterus, thereby increasing the intensity of pain. One non-pharmacological method to reduce pain is effleurage massage. This technique works by stimulating large nerve fibers and activating the release of endorphins, which can inhibit pain signals to the brain through the gate control theory mechanism. **Objective:** To determine the effect of effleurage massage on reducing the intensity of labor pain in the first stage at PKU Muhammadiyah Karanganyar Hospital. **Method:** Using a pre-experimental design with a one group pretest-posttest approach. The sample consisted of 30 mothers in the first stage of labor who were selected using the consecutive sampling method. Data analysis used the Wilcoxon test. **Results:** The study showed that out of 30 respondents before being given effleurage massage, the majority of respondents experienced moderate pain as many as 21 respondents (70%) and after being given effleurage massage, the majority of respondents experienced mild pain as many as 20 respondents (67%), moderate pain 10 respondents (33%) and none experienced severe pain (0%). Statistical tests showed an Asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.000 (<0.05), which means there is a significant difference. **Conclusion:** Effleurage massage has an effect on reducing the intensity of pain in the first stage of labor.

Keyword: labor pain, massage effleurage, first stage, non-pharmacological methods

Abstrak

Latar belakang: Nyeri persalinan merupakan proses fisiologis, namun apabila tidak dikelola dengan baik dapat meningkatkan stress dan ketegangan, yang memicu peningkatan hormon adrenalin dan menurunnya aliran darah ke rahim, sehingga menambah intensitas nyeri. Salah satu metode nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri adalah *massage effleurage*. Teknik ini bekerja dengan merangsang serabut saraf besar dan mengaktifkan pelepasan endorfin, yang dapat menghambat sinyal nyeri menuju otak melalui mekanisme *gate control theory*. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. **Metode:** Menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel berjumlah 30 ibu bersalin kala I yang dipilih menggunakan metode consecutive sampling. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil:** Penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden sebelum diberi *massage effleurage* mayoritas responden mengalami nyeri sedang sebanyak 21 responden (70%) dan sesudah diberikan *massage effleurage* mayoritas responden mengalami nyeri ringan sebanyak 20 responden (67%). Uji statistik menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 (<0,05), yang berarti terdapat perbedaan signifikan. **Kesimpulan:** *Massage effleurage* berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I.

Kata Kunci: nyeri persalinan, *massage effleurage*, kala 1, metode nonfarmakologis

1. Pendahuluan

Nyeri yang terjadi saat persalinan merupakan suatu proses fisiologis. Untuk sebagian ibu dalam menghadapi persalinan terutama dalam menghadapi rasa nyeri dapat menyebabkan kecemasan, kekhawatiran, dan ketakutan yang akan berdampak pada ketidaknyaman ibu dalam menjalani proses persalinannya. Hal ini perlu diatasi karena semakin lama nyeri membuat ibu semakin takut dan stress sehingga akan meningkatkan produksi adrenalin yang menyebabkan

penyempitan pembuluh darah. Akibatnya, aliran darah ke rahim berkurang, rahim mengalami iskemik, rasa nyeri semakin meningkatkan dan rasa tidak nyaman semakin bertambah.

Nyeri persalinan merupakan salah satu jenis nyeri dengan intensitas tertinggi dibandingkan nyeri lainnya. Secara medis nyeri ini dikategorikan sebagai nyeri tajam dan terasa panas, atau dikenal sebagai somatic-sharp and burning. Tingkat nyeri persalinan yang dialami ibu bervariasi yaitu nyeri ringan 15%, nyeri sedang 35% dan nyeri berat 30% dan nyeri hebat 20% [1].

Penatalaksanaan untuk menurunkan nyeri persalinan dilakukan dengan farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi lebih efektif tetapi mahal, serta mempunyai efek samping, sedangkan cara non farmakologi murah dan tanpa efek samping. Penggunaan teknik pemijatan (*massage*) merupakan salah satu cara non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan, teknik pijat *effleurage* (*massage effleurage*) dapat menjadi pilihan. Teknik pemijatan ini dapat mengaktifkan senyawa endorpin dalam sinapsis sel, serabut saraf besar ini akan menghentikan gerbang pesan rasa sakit, mencegah otak menerima pesan saraf yang diblokir oleh rangsangan kulit, sel saraf otak dan tulang belakang, sehingga mencegah lewatnya sinyal nyeri, yang akan mengubah persepsi nyeri.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurfazriah tentang “Efektivitas *Massage Effleurage* terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di UPT Puskesmas Ciruas Kabupaten Serang” dengan desain penelitian *quasi experimental with two group pretest-posttest* yang dilakukan pada 36 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok, 18 kelompok kontrol 18 kelompok intervensi. Hasil analisis menggunakan T-independent T-Test data *pvalue* 0,000 yang menunjukkan bahwa adanya perbedaan intensitas nyeri antara sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi penurunan nyeri dengan nilai rata-rata 3,50 dan pada kelompok kontrol penurunan nyeri dengan nilai rata-rata 6,11 [2].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Anisa 1 RS PKU Muhammadiyah Karanganyar pada bulan Januari 2025 yang melibatkan observasi pada 8 ibu bersalin, dari 8 ibu seluruhnya mengalami nyeri selama proses tersebut dan bingung bagaimana cara terbaik untuk mengatasinya. Ibu juga belum pernah mendapatkan informasi tentang *massage effleurage* untuk mengatasi nyeri persalinan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut penulis terdorong untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Massage Effleurage* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar”.

2. Metode (Cambria, 12pt)

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian pre-experiment dengan *desain one group pretest posttest* untuk mengetahui pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin yang berada dalam kala 1 persalinan dalam kurun waktu 2 bulan sebanyak 40 orang. Besar sampel sebanyak 30 orang dengan teknik pengambilan sampel dengan *non probability sampling* dengan metode *consecutive sampling*. Instrumen yang dipakai SOP *massage effleurage* dan lembar observasi *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk menilai intensitas nyeri persalinan kala 1. Analisa data menggunakan uji wilcoxon.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Tabel 1. Intensitas nyeri persalinan kala 1 sebelum diberikan *massage effleurage* di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar

Intensitas nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	2	7%
Sedang	21	70%
Berat	7	23%
Total	30	100%

Sumber data : data primer 2025

Hasil penelitian berdasarkan tabel 1 intensitas nyeri persalinan kala 1 sebelum diberikan *massage effleurage* diketahui bahwa dari 30 responden, mayoritas responden mengalami tingkat nyeri sedang sebanyak 21 responden dengan persentase (70%).

Tabel 2. Intensitas nyeri persalinan kala 1 sesudah diberikan *masssage effleurage* di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar

Intensitas nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	20	67%
Sedang	10	33%
Total	30	100%

Sumber data : data primer 2025

Hasil penelitian berdasarkan tabel 2 intensitas nyeri persalinan kala 1 sesudah diberikan *massage effleurage* diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat nyeri ringan sebanyak 20 responden dengan persentase 67%.

Tabel 3. Perbedaan intensitas nyeri persalinan kala 1 sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage* di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar

Intensitas nyeri	Pre-test		Post test		Pvalue
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)	
Ringan	2	7%	20	67%	0,000
Sedang	21	70%	10	33%	
Berat	7	23%	0	0%	

Sumber data : data primer 2025

Berdasarkan tabel 3. nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage* diketahui bahwa mayoritas responden mengalami nyeri ringan sesudah diberikan *massage effleurage* yaitu sebanyak 20 responden (67%), sedangkan ibu yang mengalami nyeri sedang sebelum diberikan *massage effleurage* sebanyak 21 responden (70%) dan sesudah diberikan *massage effleurage* berkurang menjadi 10 responden (33%). Dari tabel 4.3 juga diketahui ibu yang mengalami nyeri berat sebelum diberikan *massage effleurage* sebanyak 7 responden (23%) berkurang menjadi 0% sesudah diberikan *massage effleurage*. Uji statistik menggunakan *uji wilcoxon* diperoleh nilai *p value* 0.000 dimana nilai *p value* ini lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar.

3.2. Pembahasan

1. Intensitas nyeri persalinan kala 1 sebelum diberikan *massage effleurage*

Berdasarkan tabel 4.1 dari 30 responden yang sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 21 responden (70%). Responden mengalami nyeri berat sebanyak 7 responden (23%) sedangkan hanya 2 responden (7%) yang mengalami nyeri ringan.

Nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis. Persalinan adalah proses dimana janin, plasenta, dan selaput ketuban hasil pembuahan keluar dari rahim cukup bulan tanpa ada masalah [3]. Persalinan terbagi dalam beberapa tahap yaitu kala 1 yang terbagi menjadi 2 fase yaitu fase laten (pembukaan 1-3 cm) dan fase aktif (pembukaan 4-10cm), tahap selanjutnya kala 2, kala 3 dan kala 4. Adapun tanda-tanda persalinan yaitu terjadi his (kontraksi), pengeluaran lendir darah dan pengeluaran cairan yang berasal dari pecahnya selaput ketuban [4].

Nyeri didefinisikan sebagai suatu sensasi sakit yang terlokalisir [5]. Nyeri saat melahirkan dapat disebabkan oleh faktor fisiologis dan psikologis. Faktor fisiologis yaitu dari pembukaan serviks 1 cm hingga pembukaan lengkap, yang disertai peningkatan nyeri yang

frekuensinya semakin meningkat atau sering bermanifestasi sesuai dengan kekuatan tekanan atau kontraksi yang terjadi dan dorongan janin dalam menyesuaikan diri dengan struktur panggul, sepanjang dengan adanya peregangan bahkan laserasi, sedangkan unsur psikologis antara lain kekhawatiran dan kecemasan ibu yang berlebihan sehingga dapat memperparah persepsi nyeri sehingga berdampak pada ketidaknyaman ibu menghadapi persalinannya.

Semakin lama nyeri yang dirasakan ibu akan meningkatkan produksi adrenalin yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah sehingga mengakibatkan aliran darah ke rahim berkurang, rahim kemudian menjadi iskemik rasa nyeri meningkat dan rasa tidak nyaman semakin bertambah [6].

Ketidakmampuan dalam mengelola respons fisiologis normal saat persalinan dapat menimbulkan konsekuensi psikologis dan fisik. Rasa cemas yang meningkat, terutama pada ibu primigravida yang kurang memiliki pengetahuan, dapat memicu sekresi hormon adrenalin, menyebabkan vasokonstriksi, menurunnya aliran darah ke plasenta, serta berisiko meningkatkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada janin [7].

Hasil penelitian ini menunjukkan sebelum diberikan *massage effleurage* mayoritas responden mengalami nyeri sedang sebanyak 21 responden (70%). Tingkat nyeri ini dideskripsikan suatu nyeri dimana menurut skala nyeri yang diukur dengan NRS responden mengalami intensitas nyeri yang cukup kuat, dengan karakteristik menyerupai sakit gigi, sengatan lebah, atau kaki terkilir, yang dapat mengganggu konsentrasi dan komunikasi responden. Kondisi ini menunjukkan nyeri persalinan yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak pada ketidaknyamanan fisik dan psikologis ibu bersalin. Penelitian sebelumnya oleh Rahayu dengan jumlah sampel 68 responden, sebanyak 55 responden (80,9%) mengalami nyeri sedang sebelum diberikan intervensi *massage effleurage* [8].

Penelitian sebelum oleh Nurmaliza dari jumlah sampel 33 responden, sebanyak 25 responden (75%) juga mengalami nyeri sedang sebelum diberikan *massage effleurage* [9]. Oleh karena itu, diperlukan suatu manajemen nyeri yang efektif untuk mengurangi intensitas nyeri, meningkatkan kenyamanan ibu, dan mendukung proses persalinan yang lebih optimal. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah teknik *massage effleurage*, yang bekerja melalui mekanisme stimulasi saraf sensorik besar guna menghambat impuls nyeri ke otak sesuai dengan teori gate control. Dengan demikian, *massage effleurage* dapat menjadi alternatif yang aman dan efektif dalam mengurangi nyeri persalinan kala I.

2. Intensitas nyeri persalinan kala 1 sesudah diberikan *massage effleurage*

Berdasarkan tabel 3.2 diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 20 responden (67%), sebanyak 10 responden (33%) mengalami nyeri sedang dan tidak ada responden yang mengalami nyeri berat. Hal ini menunjukkan adanya penurunan nyeri setelah intervensi pemberian *massage effleurage*.

Teknik *massage effleurage* adalah sentuhan lembut di punggung atau bagian tubuh luar, merangsang relaksasi untuk mengurangi rasa nyeri dan stres, berkontribusi pada kenyamanan dan proses persalinan yang lebih lancar [10]. *Massage effleurage* dapat mengurangi nyeri melalui dua cara, yaitu yang pertama, *massage* ini merangsang hipotalamus dan kelenjar pituitari untuk melepaskan hormon endorfin, yaitu senyawa pereda nyeri alami tubuh. Kedua, pijatan ini menghambat transmisi sinyal nyeri ke otak melalui aktivasi serabut saraf tertentu [11].

Hal ini sesuai dengan teori Melzack and Wall (1965) tentang *Gate Control theory*, teori ini menjelaskan tentang dua macam serabut saraf berdiameter kecil dan serabut saraf berdiameter besar yang mempunyai fungsi yang berbeda. Teori ini menyatakan bahwa terdapat dua jenis serabut saraf, yakni serabut berdiameter kecil dan serabut berdiameter besar, yang masing-masing memiliki peran berbeda dalam proses transmisi nyeri. Impuls nyeri yang dihantarkan melalui serabut saraf berdiameter kecil akan mengaktifasi mekanisme pembukaan gerbang nyeri (*pain gate*) pada tingkat medula spinalis, sehingga impuls tersebut dapat diteruskan menuju korteks serebri dan diinterpretasikan sebagai

sensasi nyeri oleh otak. Impuls nyeri dapat dihambat melalui pemberian rangsangan pada serabut saraf berdiameter besar, yang berperan dalam mekanisme teori pengendalian gerbang (*gate control theory*). Pemberian stimulasi seperti *massage effleurage* mampu mengaktifkan serabut saraf A-delta, yang berkontribusi dalam menutup gerbang transmisi nyeri di sumsum tulang belakang. Dengan demikian, impuls nyeri akibat kontraksi uterus dapat terhambat dan tidak diteruskan ke korteks serebri, sehingga persepsi nyeri tersebut menjadi berkurang teori [12].

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan tindakan berupa *massage effleurage* selama 20 menit, tingkat nyeri responden mayoritas mengalami nyeri ringan sebanyak 20 responden (67%). Dari semua responden yang diteliti mengalami penurunan nyeri namun tingkat penurunan nyeri masing-masing responden berbeda. Hal ini karena disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi persepsi dan penerimaan nyeri pada individu, faktor-faktor tersebut diantaranya kondisi fisik, usia, latar belakang budaya, pengalaman hidup, aspek psikologis, kepribadian, kesiapan menghadapi persalinan, serta dukungan dari lingkungan sekitar [13].

Perlakuan yang sama diberikan kepada setiap responden, penurunan tingkat nyeri juga berbeda pada tiap responden. Pada penelitian ini setelah responden diberi perlakuan, responden yang mengalami nyeri sedang mayoritas mengalami penurunan nyeri menjadi nyeri ringan. Sedangkan responden yang sebelum perlakuan mengalami nyeri berat, setelah diberi perlakuan mengalami penurunan menjadi nyeri sedang. Artinya *massage effleurage* memberikan pengaruh positif dalam mengurangi nyeri pada persalinan kala 1. Hal ini berdampak responden akan merasa lebih nyaman sehingga responden lebih tenang dan kooperatif dalam proses persalinannya.

3. Analisa data pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1

Berdasarkan tabel 3. perbedaan intensitas nyeri persalinan kala 1 sebelum dan sesudah diberi *massage effleurage*, intensitas sebelum diberikan *massage effleurage* sebagian besar responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 21 responden (70%) , sebanyak 7 responden berada pada nyeri berat (23%) dan hanya 2 responden (7%) berada pada nyeri ringan, sedangkan nyeri persalinan kala 1 sesudah diberikan *massage effleurage* dapat diketahui responden terbanyak mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 20 responden (67%), 10 responden (33%) mengalami nyeri sedang, dan tidak ada responden yang mengalami nyeri berat. Dari data tersebut menunjukkan bahwa adanya penurunan nyeri pada responden. Hasil uji statistik pada penelitian ini menggunakan *uji wilcoxon* diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* $0.000 < 0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar.

Penurunan nyeri tersebut terjadi setelah adanya intervensi berupa *massage effleurage* yang dilakukan dengan cara memberikan pijatan dengan menggunakan ibu jari, dengan gerakan menurun di area tulang belakang secara perlahan, kemudian mengusap bagian punggung dari arah bawah ke kepala, gerakan ini dilakukan 2-3 kali selama 20 menit saat terjadi kontraksi. Hal ini dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja dari teknik *massage effleurage* itu sendiri. Teknik ini bekerja dengan dua cara dalam mengurangi nyeri. Pertama, pijatan merangsang hipotalamus dan kelenjar pituitari untuk mengeluarkan hormon endorfin, yaitu zat analgesik alami tubuh yang berperan dalam menekan persepsi nyeri. Kedua, sesuai teori *gate control*, stimulasi pada serabut saraf besar akibat pijatan dapat menghambat penghantaran impuls nyeri dari serabut saraf kecil ke sistem saraf pusat, sehingga sinyal nyeri yang sampai ke otak menjadi berkurang. Selain itu, *massage effleurage* juga membantu menurunkan ketegangan otot, memperbaiki sirkulasi darah, serta mengurangi kecemasan dan stres, yang secara keseluruhan berkontribusi pada penurunan nyeri saat persalinan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu pada tahun 2020 dengan berjudul "*Teknik Massage Effleurage dapat Mengurangi Nyeri persalinan Kala*

1 pada Ibu Bersalin di Puskesmas Halmahera Kota Semarang” penelitian dilakukan pada 68 responden [8]. Pada penelitiannya, sebelum diberikan intervensi mayoritas responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 55 responden sedangkan setelah diberikan intervensi *massage effleurage* terdapat penurunan nyeri dengan mayoritas responden mengalami nyeri ringan sebanyak 59 responden. Untuk hasil analisa data menunjukkan *pvalue* sebesar 0,000 sehingga penelitiannya menunjukkan bahwa *massage effleurage* sangat bermanfaat untuk pengurangan rasa nyeri persalinan [8].

Hasil penelitian ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Pranadani tahun 2023 dengan judul penelitiannya “Pengaruh *Massage Effleurage* terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif pada Primigravida di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Arisiwa Lombok Tengah” yang dilakukan pada 11 responden, sebelum diberi intervensi 3 responden berada di nyeri ringan, 5 responden nyeri sedang dan 3 responden mengalami nyeri berat kemudian setelah diberikan intervensi responden yang mengalami nyeri ringan menjadi 5 responden, 4 responden mengalami nyeri sedang dan 2 responden mengalami nyeri berat. Hasil analisa data menunjukkan *pvalue* 0,001 sehingga dapat disimpulkan bahwa *massage effleurage* berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 [14].

Selain itu hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurfazriah tahun 2022 tentang “Efektivitas *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif di UPT Puskesmas Ciruas Kabupaten Serang” yang dilakukan pada 2 kelompok (kelompok kontrol dan kelompok intervensi) dengan jumlah sampel sebanyak 36 responden hasil analisis data penelitiannya menunjukkan *pvalue* 0,000 disimpulkan bahwa adanya perbedaan intensitas nyeri bersalin pada kala 1 fase aktif antara sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi, nyeri persalinan berkurang setelah adanya intervensi [2].

Penelitian juga dilakukan oleh Murhadi tahun 2023 dengan judul “Pengaruh *Massage Effleurage* terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 di PMB Muaddah Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen” yang dilakukan pada 17 responden sebelum diberikan *massage effleurage* mayoritas responden mengalami nyeri berat sebanyak 11 responden kemudian setelah diberikan intervensi responden mengalami penurunan nyeri dengan mayoritas responden mengalami nyeri sedang sebanyak 11 responden. Hasil *pvalue* 0,000 penelitian menunjukkan adanya pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 di PMB Muaddah [15].

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Nurmaliza tahun 2024 dengan penelitiannya yang berjudul “Pengaruh *Massage Effleurage* terhadap Penurunan Nyeri Kala I Pada Ibu Bersalin Di Klinik Pratama Citra Adinda” dilakukan pada 33 responden, sebelum diberikan *massage effleurage* 25 responden mengalami nyeri sedang dan 8 responden mengalami nyeri ringan sedangkan setelah diberikan *massage effleurage* terjadi penurunan nyeri pada responden yaitu yang mengalami nyeri ringan menjadi 24 responden dan 9 responden tidak mengalami nyeri. Hasil *pvalue* 0,000 penelitiannya juga menunjukkan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan nyeri kala 1 pada ibu bersalin di Klinik Pratama Citra Adinda [9].

Teknik *massage effleurage* ini sudah digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan. *Effleurage* bekerja dengan mengalihkan perhatian ibu dari rasa nyeri (distraksi) dan mendorong tubuh untuk rileks. Relaksasi ini memicu pelepasan endorfin, hormon yang bekerja mengurangi sensasi nyeri. Dengan demikian, ibu merasa lebih nyaman dan rasa sakit saat persalinan berkurang [16].

4. Kesimpulan

Diketahui bahwa intensitas nyeri persalinan kala 1 sebelum dilakukan *massage effleurage* mayoritas mengalami nyeri sedang, intensitas nyeri persalinan kala 1 sesudah dilakukan *massage effleurage* mayoritas mengalami nyeri ringan, artinya terdapat

penurunan intensitas nyeri setelah diberikan perlakuan berupa *massage effleurage*. Berdasarkan uji statistik juga diperoleh p value $0.000 < 0.05$ dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1.

Berdasarkan kesimpulan diatas diharapkan ibu bersalin dapat memanfaatkan *massage effleurage* ini dalam mengelola nyeri persalinan dengan dibantu keluarga. Bagi tenaga kesehatan diharapkan teknik *massage effleurage* ini dapat dijadikan sebagai metode non farmakologi dalam memberikan pelayanan untuk mengurangi nyeri persalinan kala 1.

Daftar Pustaka

- [1] Julia H. Perbedaan Massage Effleurage Dan Massage Counterpressure Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Ibu Inpartu Kala I Hang Tuah Tanjungpinang ISBN : 978-623-6572-45-0 Pendahuluan Persalinan dan melahirkan bayi merupakan suatu proses normal bagi wanita usia sub. Heal Publik 2021;1:233-43.
- [2] Nurfazriah I. Efektivitas Massage Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di UPT Puskesmas Ciruas Kabupaten Serang. J Ilmu Kedokt Dan Kesehat Indones 2022;2:222-34. <https://doi.org/10.55606/jikki.v2i3.2209>.
- [3] Widyastuti R. Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. Bandung: CV Media Sains Indonesia; 2021.
- [4] Darwis DG, Ristica OD. Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal) Posisi Meneran Pada Ibu Bersalin Untuk Memperlancar Proses Kala II Persalinan 2022;2:69-75.
- [5] Andarmoyo. Konsep & Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta: Ar-ruzz Media; 2017.
- [6] Syahida A. Pengaruh Teknik Relaksasi Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Inpartu Di Bidan Praktek Zulaini Kota Langsa. J Ilm Kebidanan Imelda 2022;8:7-13. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v8i1.751>.
- [7] Mrayan L, Abujilban S, AbuKaraki A, Nashwan AJ. Evaluate the effectiveness of using non-pharmacological intervention during childbirth: an improvement project in Jordanian maternity hospitals. BMC Womens Health 2024;24. <https://doi.org/10.1186/s12905-024-03414-3>.
- [8] Rahayu S. Teknik Massage Efflurage Dapat Mengurangi Nyeri Kala I Pada Ibu Bersalin Di Puskesmas Halmahera Kota Semarang. J Kesehat 2020;13:46-52. <https://doi.org/10.23917/jk.v13i1.11100>.
- [9] Nurmaliza N, Yusmaharani Y, Desmariyenti D. Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I. JOMIS (Journal Midwifery Sci 2024;8:115-25. <https://doi.org/10.36341/jomis.v8i2.4671>.
- [10] Istikomah EN, Surtiningsih, Yanti L. Kombinasi Terapi Massage Effleurage Dan Kompres Hangat Dalam Menurunkan Rasa Nyeri Persalinan Kala 1. J Bina Cipta Husada J ... 2024;XX:149-59.
- [11] Lismiyati A. Jurnal Kesehatan Unggul Gemilang. Penerapan Massage Effleurage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Primigravida Di Ruang Bersalin RS Qim Batang 2024;8:7-15.
- [12] Hulu W. Efektivitas Pijat Effleurage terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 di PMB Bidan Heddi Pardede Kota Bekasi 2023. 2023.
- [13] Lubis DH, Ginting L, Br Kaban N. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persepsi Ibu Hamil tentang Nyeri Persalinan di Klinik Pratama Khadijah Medan 2021;2019:5.
- [14] Pranadani N. Naskah Publikasi Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Primigravida Di Bidan Praktik Mandiri (BPM) ARISIWA Lombok Tengah 2023.
- [15] Murhadi T, Zulisa E, Hidayati E, Nurhidayati. Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Pmb Muaddah Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. J Kesehat Almuslim 2023;9:35-40. <https://doi.org/10.51179/jka.v9i1.1985>.
- [16] Yamiendinar F, Isytiaroh I, Widyastuti W. Literature Review : Tentang Massage Effleurage Terhadap Respon Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I. Pros Semin Nas Kesehat 2021;1:1472-6. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.881>.