



## PENGARUH PIJAT EFFLEURAGE PADA KALA I TERHADAP NYERI PADA PERSALINAN

Debby Yolanda<sup>1\*</sup>, Kricillia Molly Morita<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi

\*Email Korespondensi: [debbydiko@gmail.com](mailto:debbydiko@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [kricillia1981@gmail.com](mailto:kricillia1981@gmail.com)<sup>2</sup>

**Submitted: 19-01-2025, Reviewer: 26-01-2025, Accepted: 02-02-2025**

### ABSTRACT

*Effleurage massage is a non-pharmacological method of reducing pain in the active phase of the first stage of labor, if done correctly at each contraction with a massage technique in the form of gentle, slow and long or continuous strokes. This type of research is a Quasi Experiment with a pretest – posttest group design. The population taken was 20 mothers in the first stage of labor. The sample used was 15 people using a purposive technique. The research location is BPM in Padang Panjang, research time is December 2024. Data analysis used is univariate and bivariate using the Wilcoxon test. The research results showed that the average comfort score for mothers facing the first stage before effleurage massage was 36.75, the average pain score for mothers facing the first stage before effleurage massage was 6.4 with a standard deviation of 0.63. The average mother's pain score in the first stage after effleurage massage was 4.26 with a standard deviation of 0.88. The results of the statistical test obtained a p-value of  $0.001 < 0.05$  ( $H_0$  was rejected), meaning that there was an effect of effleurage massage in the first stage on pain during labor. Conclusion: So it can be concluded that effleurage massage in the first stage had an effect on the mother's pain during labor.*

**Keywords:** *Effleurage Massage, Labor Pain.*

### ABSTRAK

Pijat Effleurage merupakan metode pengurang nyeri non farmakologi dalam persalinan kala I fase aktif, bila dilakukan dengan benar disetiap kontraksi dengan teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus. Jenis penelitian ini adalah Quasi Experiment dengan desain pretest – posttest group design. Populasi yang diambil adalah ibu bersalin kala I yang berjumlah 20 orang. Sampel yang digunakan berjumlah 15 orang dengan teknik purposive. Lokasi penelitian di BPM di Padang Panjang waktu penelitian Desember 2024. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian diperoleh rata-rata skor kenyamanan ibu menghadapi kala I sebelum dilakukan pijat effleurage yaitu 36,75 rata-rata skor nyeri ibu menghadapi kala I sebelum dilakukan pijat effleurage yaitu 6,4 dengan standar deviasi 0,63. rata-rata skor nyeri ibu menghadapi kala I sesudah dilakukan pijat effleurage yaitu 4,26 dengan standar deviasi 0,88. Hasil uji statistik diperoleh p-value  $0,001 < 0,05$  ( $H_0$  ditolak) artinya ada pengaruh pijat effleurage pada kala I terhadap nyeri menghadapi persalinan.. Simpulan: Sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat effleurage pada kala I berpengaruh terhadap rasa nyeri ibu dalam menghadapi persalinan.

**Keywords:** *Pijat Effleurage, Nyeri Persalinan*

### PENDAHULUAN

Nyeri persalinan dapat menimbulkan hiperventilasi sehingga kebutuhan oksigen meningkat, kenaikan tekanan darah dan

kurangnya motilitas urinaria yang merangsang peningkatan katekolamin yang mengakibatkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi inersi

uterus, yang apabila nyeri persalinan tidak ditangani akan menyebabkan terjadinya persalinan lama. Nyeri pada persalinan dapat diminimalisir dengan metode non-farmakologi yang tidak memerlukan biaya yang mahal karena bisa dilakukan secara mandiri dan mudah diterapkan yaitu dengan pijatan seperti teknik pijat Effleurage.

Menurut World Health Organization (2019) Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. Angka Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia meningkat dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2002-2007 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2007-2012. Angka Kematian Ibu (AKI) mengalami penurunan pada tahun 2012-2015 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 4.221 kasus (Kemenkes RI, 2019).

Perasaan ketidaksiapan ibu menghadapi proses persalinan akan menimbulkan kecemasan dan ketakutan yang meningkatkan intensitas nyeri dalam setiap kontraksi dan meningkatkan ketegangan otot dalam menghadapi persalinan. Persiapan persalinan hendaknya dipersiapkan sebelum ibu mendekati hari perkiraan persalinan. Idealnya ibu dapat mulai untuk mempersiapkan keperluan pada saat memasuki trimester ke III. Persiapan persalinan yang perlu dipersiapkan antara lain persiapan untuk ibu dan bayi, tempat persalinan dan tenaga kesehatan yang menolong, transportasi, calon donor hingga suami sebagai suami siap antar jaga (SIAGA). Nyeri menghadapi persalinan merupakan rencana yang dipersiapkan oleh calon ibu, suami, petugas kesehatan yang bertujuan untuk menentukan tempat bersalin, biaya, dan penanganan apabila terjadi komplikasi. Nyeri persalinan perlu dilakukan untuk meminimalisir

terjadinya hal yang tidak diinginkan saat bersalin. Untuk meningkatkan Nyeri perlu dilakukan peningkatan pengetahuan ibu dengan cara menerima informasi melalui pendidikan kesehatan.

Selain persiapan persalinan yang telah disiapkan, penting juga dapat memberikan rasa nyaman dalam menghadapi persalinan. Dalam menghadapi persalinan yakni Nyeri fisik, psikologis, dukungan dari keluarga dan Nyeri untuk bertindak, maka bidan mengkaji Nyeri ibu menghadapi persalinan secara komprehensif yang akan menjadi dasar bidan dalam menentukan diagnosa dan intervensi asuhan kebidanan yang dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan (Nurhayati Fitri et, 2023).

Kala I persalinan adalah permulaan kontraksi persalinan sejati, yang ditandai oleh perubahan serviks yang progresif dan diakhiri dengan pembukaan lengkap (10cm) pada primigravida kala I berlangsung sekitar 13 jam, sedangkan multigravida kira-kira 7 jam. Kemajuan persalinan pada kala I fase aktif merupakan saat yang paling melelahkan, berat dan kebanyakan ibu merasakan sakit atau nyeri dalam fase dikarenakan kegiatan rahim mulai lebih aktif. Pada fase ini semakin lama semakin kuat dan semakin sering menimbulkan kecemasan. Kecemasan pada ibu bersalin kala I bias berdampak meningkatnya sekresi adrenalin. Salah satu efek adrenalin adalah kontraksi pembuluh darah sehingga suplai oksigen ke janin menurun (Prawirohardjo, 2016).

Nyeri persalinan merupakan proses fisiologis dan psikologis, sekitar 90% ibu bersalin selalu disertai rasa nyeri sedangkan rasa nyeri pada persalinan merupakan hal yang lazim terjadi. Nyeri persalinan merupakan kondisi dimana perasaan yang tidak menyenangkan akibat proses persalinan. Sifatnya sangat subjektif karena perasaan

nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatnya. Nyeri pada kala I persalinan bisa berasal dari uterus dan leher rahim dan dihasilkan oleh distensi jaringan rahim dan dilatasi serviks (Ayudita et al.,2023).

Pijat Effleurage merupakan metode pengurang nyeri non farmakologi dalam persalinan kala I fase aktif, bila dilakukan dengan benar disetiap kontraksi dengan teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus. Pijat Effleurage merupakan aplikasi dari teori Gate Control yang dapat menutup gerbang untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada sistem saraf pusat (Intan Gumilang Pratiwi, 2019). Pijat Effleurage dapat melancarkan sirkulasi darah di dalam seluruh tubuh, merangsang produksi hormone endorphin yang berfungsi untuk relaksasi tubuh, menurunkan hormone stress (kortisol), dan menyeimbangkan kerja organ-organ tubuh serta mengatasi kelelahan. Hormon endorphin berinteraksi dengan resptor opoate di otak untuk mengurangi presepsi rasa sakit.

Pijat Effleurage juga dapat mengurangi ketegangan, meningkatkan relaksasi fisik dan emosional dengan

mengurangi kecemasan, dengan berkurangnya kecemasan yang dirasakan ibu bersalin, diharapkan persalinan berjalan dengan lancar dan tidak terjadi permasalahan pada waktu persalinan (Irza et al, 2023). Tujuan melakukan asuhan kebidanan ini mengurangi nyeri pada kala I yang membantu ibu lebih siap menghadapi persalinan yang lebih siap secara fisik dan psikologis.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pijat effleurage pada kala I terhadap Nyeri menghadapi persalinan. . Jenis penelitian ini adalah Quasi Experiment dengan desain *pretest – posttest group design*. Populasi yang diambil adalah ibu bersalin kala I yang berjumlah 20 orang. Sampel yang digunakan berjumlah 15 orang dengan teknik purposive. Lokasi penelitian di BPM di Padang Panjang waktu penelitian Desember 2024. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

**Table 1. Rata-rata nyeri sebelum dilakukan pijat *effleurage***

Nyeri ibu menghadapi kala I	N	Mean	Sd	Minimum	Maximum
Sebelum dilakukan pijat <i>effleurage</i>	15	6,4	0,63	5	7
Sesudah dilakukan pijat <i>effleurage</i>		4,26	0,88	2	6

**Table 2. Pengaruh pijat *effleurage* pada kala I terhadap Nyeri menghadapi persalinan**

Nyeri ibu menghadapi kala I	N	Mean	Sd	P-value
Sebelum pijat <i>effleurage</i>	15	6,4	0,63	0.001
Setelah pijat <i>effleurage</i>		4,2	0,88	

Berdasarkan tabel 1 diperoleh rata-rata skor nyeri ibu menghadapi kala I sebelum dilakukan pijat effleurage yaitu 6,4 dengan standar deviasi 0,63. rata-rata skor nyeri ibu menghadapi kala I sesudah dilakukan pijat effleurage yaitu 4,26 dengan standar deviasi 0,88. Kala I berlangsung dari permulaan persalinan sesungguhnya sampai pembukaan lengkap. Kontraksi timbul dan di rasakan nyeri, dan melalui dinding perut tangan pemeriksa dapat dengan mudah meraba uterus yang menjadi keras. Dengan demikian his pada persalinan menjadi lebih teratur dan kuat. Mula-mula dirasakan nyeri di belakang dan mengajar ke depan abdomen dan paha atas (Indrayani, 2016). Nyeri adalah suatu keadaan pikiran yang dihasilkan dari ketiadaan sensasi tubuh yang tidak menyenangkan. Nyeri berhubungan dengan pengalaman individu, yang mengindikasikan kebutuhan akan nyeri yang kompleks secara umum.

*Effleurage* adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus. Effleurage adalah tindakan mengusap-usap abdomen secara perlahan seirama dengan pernapasan saat kontraksi, yang digunakan untuk mengganggu ibu supaya ibu tidak memusatkan perhatiannya pada kontraksi. Dalam persalinan, Effleurage dapat dilakukan menggunakan ujung jari yang ditekan lembut dan ringan. Selain itu, ibu dan pendamping dapat melakukan Effleurage pada semua bagian tubuh (Maryunani, 2012).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Priharyanti, 2016) yang menyatakan bahwa tingkat nyeri sebelum dilakukan massage effleurage diperoleh rata-rata 3,78. Penelitian (Ayu, 2012) juga menyatakan bahwa skala nyeri responden pada kelompok sebelum diberikan massage effleurage yaitu 9,47 dengan standar deviasi yaitu 0, Penelitian (Ayu, 2022) menyatakan bahwa setelah dilakukan massage effleurage

yaitu rata-rata skor 7,13 dengan standar deviasi 0,74.

Asumsi peneliti menyatakan bahwa nyeri ibu menghadapi kala I sebelum dilakukan pijat effleurage dan sesudah terjadi peningkatan. Ibu yang merasakan nyeri dibagian perut, pinggang, punggung dan menjalar ketulang belakang. Hal ini sesuai dengan teori yaitu penyebab terjadinya nyeri pada persalinan pada kala I, nyeri sifatnya viseral yang bersifat lambat dan agak sakit akibat kontraksi uterus dan pembukaan serviks. Rasa sakit dimulai seperti sedikit tertusuk, lalu mencapai puncak. Pijat effleurage merupakan salah satu cara untuk mengurangi tingkat nyeri pada persalinan kala I. Dengan pijat effleurage ini ibu bersalin kala I dapat menghadapi persalinan dengan aman dan nyaman. Serta tingkat kecemasan ibu saat menghadapi persalinan semakin berkurang sehingga ibu menjadi lebih nyaman dalam menghadapi persalinan.

### **Pengaruh pijat effleurage pada kala I terhadap Nyeri menghadapi persalinan**

Berdasarkan tabel 2 diperoleh rata-rata skor nyeri ibu menghadapi kala I sebelum dilakukan pijat effleurage yaitu 6,4 dengan standar deviasi 0,63. rata-rata skor nyeri ibu menghadapi kala I sesudah dilakukan pijat effleurage yaitu 4,26 dengan standar deviasi 0,88. Hasil uji statistik diperoleh p-value  $0,001 < 0,05$  ( $H_0$  ditolak) artinya ada pengaruh pijat effleurage pada kala I terhadap nyeri menghadapi persalinan.

Nyeri baik fisik ataupun mental sangat dibutuhkan oleh ibu dalam menerima kondisi kehamilannya serta dalam menghadapi proses persalinan. Peran suami berupa dukungan dan kasih sayang memberikan perasaan nyaman dan aman ketika ibu merasa takut dan khawatir dengan kehamilannya sehingga menjadi lebih siap menghadapi persalinan (Maryunani, 2012).

Effleurage merupakan teknik pijatan dengan menggunakan telapak jari tangan dengan pola gerakan melingkar di beberapa bagian tubuh atau usapan sepanjang punggung dan ekstremitas. Effleurage pada abdomen biasanya digunakan dalam metode Lamaze untuk mengurangi nyeri pada persalinan normal. Effleurage merupakan salah satu metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri selama persalinan yang terdaftar dalam Summary of Pain Relief Measures During Labor, dimana pada kala I fase latent (pembukaan 0-3 cm) dan fase aktif (pembukaan 4- 7 cm) aktifitas yang bias dilakukan oleh pasien persalinan adalah Effleurage (Romzi, 2017).

Penelitian (Ayu, 2022) menyatakan hasil statistik signifikan  $p < 0,000$ ;  $\alpha = 0,05$ . Artinya massage effleurage berpengaruh untuk menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin di PMB Bidan Lilis Kota Tangerang. (Nurdiana, 2015) juga menyatakan bahwa ada pengaruh massage effleurage terhadap tingkat nyeri persalinan kala I pada ibu melahirkan di ruang PONED Puskesmas Kalumata Kota Ternate dengan  $0,001$  ( $p\text{-value} < 0,005$ ).

Asumsi peneliti, ada pengaruh pijat effleurage pada kala I terhadap nyeri menghadapi persalinan di PMB Heddi Pardede dikarenakan bahwa pemberian pijat effleurage sangat efektif untuk menambah nyeri ibu pada persalinan kala I sehingga kecemasan, ketakutan, dan tingkat nyeri berkurang. Jadi dapat disimpulkan dengan pijat effleurage dapat meringankan beban ibu dalam menghadapi rasa sakit seperti nyeri, rasa cemas sehingga ibu merasa nyaman dan persalinan menjadi aman. Maka dari itu adanya pijat effleurage yang dilakukan oleh tenaga bidan maka akan berkurangnya jumlah minat ibu untuk melakukan persalinan kepada dukun. Sehingga dapat mengurangi resiko kematian ibu dan bayi.

## SIMPULAN

Rata-rata skor nyeri ibu menghadapi kala I sebelum dilakukan pijat effleurage yaitu 6,4 dengan standar deviasi 0,63. rata-rata skor nyeri ibu menghadapi kala I sesudah dilakukan pijat effleurage yaitu 4,26 dengan standar deviasi 0,88. Hasil uji statistik diperoleh  $p\text{-value} < 0,05$  ( $H_0$  ditolak) artinya ada pengaruh pijat effleurage pada kala I terhadap nyeri menghadapi persalinan.

## REFERENCE

- Ayu. (2022). Pengaruh Massage Effleurage dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I di PMB Bidan Lilis Tanah Tinggi Kota Tangerang. *Wellness and Healthy Magazine*, 4(2), Agustus 2022, pp: 275-282
- Ayudita et al.,(2023). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Managemen Nyeri dan Persalinan Kala I-IV S1 Kebidanan. Jakarta : Maha Karya Citra Utama
- Direktorat Jendral Bina Gizi dan KIA, (2015), *Ditjen Bina Gizi dan KIA* , Kemenkes. RI.
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2019) Dirjen Kesmas Paparkan Strategi Penurunan AKI dan Neonatal, Jakarta; Kemenkes RI
- Intan Gumilang Pratiwi , (2019) Metode non farmakologis mengurangi nyeri persalinan dengan menggunakan *Effleurage Massage*. Ternate. Jurnal Kesehatan(<http://ejournal.poltekkester nate.ac.id/ojs/index.php/juke/article/view/108>)
- Irza et al, (2023), Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Normal di RS PKU Muhammadiyah Gamping Yogyakarta, *Menara Journal of Health Science IAKMI Kabupaten Kudus*





- Maryunani, (2012). Nyeri Dalam Persalinan. Jakarta : TIM
- Nurdiana. (2021). The Effect of Effleurage Massage on Reducing Level of the First Stage of Labor Pain in the PONED Room at the Kalumata Health Center Ternate City. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol 11 (1), 69-74.
- Nurhikimah , (2021), Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di RSIA Siti Khadijah Makassar, *JIKKHC* Vol. 05/No.01/Desember-2021
- Prawirohardjo, (2016). Ilmu kebidanan, Jakarta:PT Bina Pustaka
- Priharyanti. (2015). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif pada PrimiGravida di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Keperawatan Maternitas*. Volume 3, No. 1, Mei 2015 ; 59-67.
- Sukmawati. (2019), Pengaruh massage effleurage terhadap tingkat nyeri kala I fase aktif di puskesmas Bara Baraya Makassar, *JIKKHC* Vol. 03/No.02/Juni-2019
- WHO. (2019). World Health Statistics 2018 Monitoring Health for the SDGs. In WHO Library Cataloguing-in-Publication Data World. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

