

**PENGARUH MASSAGE EFFLEURAGE TERHADAP KENYAMANAN IBU  
BERSALIN BERDASARKAN PENURUNAN TINGKAT NYERI PERSALINAN  
KALA 1 FASE AKTIF DI PMB D GUNUNG PUTRI BOGOR TAHUN 2023**

Emilia<sup>1</sup>, Dyan Oktaviani<sup>2</sup>

Politeknik Bhakti Asih Purwakarta, Jl. Veteran no. 254, Ciseureuh, Kec. Purwakarta,  
Kabupaten Purwakarta, Jawa Barat 41118.

email : [pruemilia@gmail.com](mailto:pruemilia@gmail.com)

**ABSTRAK**

Latar Belakang : Kenyamanan saat timbulnya nyeri pada saat persalinan sangatlah diharapkan oleh setiap ibu bersalin, karena nyeri persalinan memiliki derajat yang paling tinggi diantara rasa nyeri yang lain, secara medis dikategorikan bersifat tajam dan panas atau somatic – sharp and burning. Nyeri hebat pada proses persalinan menyebabkan ibu mengalami gangguan psikologis dan depresi. Nyeri persalinan dapat dikendalikan dengan metode non farmakologis massage effleurage sehingga menimbulkan kenyamanan pada ibu saat nyeri persalinan itu tiba dengan adanya penurunan tingkat nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh massage effleurage terhadap kenyamanan ibu berdasarkan penurunan tingkat nyeri kala I fase aktif. Penelitian ini merupakan jenis penelitian pre-eksperimental dengan desain penelitian pretest posttest two grup dan sampel dalam penelitian ini yaitu ibu bersalin kala I fase aktif yang mengalami nyeri persalinan dengan besar sampel 36 responden. Pengambilan sampel ini dengan metode purposive sampling dan alat ukur yang digunakan adalah Visual Analog Scale (VAS), SOP, Quesioner. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan massage effleurage rata-rata nyeri ibu bersalin kala I fase aktif adalah  $2,50 \pm 0,707$ , sedangkan setelah massage effleurage rata-rata nyeri ibu bersalin kala I fase aktif adalah  $1,33 \pm 0,907$ , Uji statistik yang digunakan adalah uji Wilcoxon Signed Rank Test dan diperoleh nilai significancy p value= 0,000 ( $<0,05$ ) artinya ada perbedaan yang bermakna nyeri sebelum dan sesudah. Sehingga ada pengaruh massage effleurage terhadap tingkat nyeri ibu bersalin kala I fase aktif sehingga timbul rasa nyaman.

Kata Kunci : Persalinan; Massage Effleurage; Nyeri Persalinan

**ABSTRACT**

***The Effect of Effleurage Massage on the Comfort of Mothers in Birth Based on  
the Reduction of Labor Pain Levels in the 1st Active Phase in PMB D  
Gunung Putri Bogor in 2023***

*Background : Comfort when pain occurs during labor is highly desired by every birthing mother, because labor pain has the highest degree among other pains, medically it is categorized as sharp and hot or somatic - sharp and burning. Severe pain during the birthing process causes the mother to experience psychological disorders and depression. Labor pain can be controlled with the non-pharmacological method of massage effleurage so that it creates comfort for the mother when labor pain arrives by reducing the level of pain. The aim of this study was to determine the effect of effleurage massage on maternal comfort based on reducing pain levels during the first active phase. This research is a type of pre-experimental research with a pretest posttest two group research design and the sample in this research is mothers in the first active phase of labor who experience labor pain with a sample size of 36 respondents. This sample was taken using a purposive sampling method and the measuring instruments used were Visual Analog Scale (VAS), SOP, Questionnaire. The results of this study showed that before effleurage massage the average pain of mothers in labor during the first active phase was  $2.50 \pm 0.707$ , whereas after effleurage massage the average pain of mothers in labor during the first active phase was  $1.33 \pm 0.907$ . The Wilcoxon Signed Rank Test was used and a significance value of p value = 0.000 ( $<0.05$ ) was obtained, meaning there was a significant difference in pain before and after. There is an effect of effleurage massage on the level of pain of women giving birth during the first active phase so that a feeling of comfort arises..*

*Keywords: Childbirth; Effleurage Massage; Labor Pain*

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu rangkaian proses yang berakhir dengan pengeluaran hasil konsepsi oleh ibu, proses ini dimulai dengan kontraksi persalinan sejati dan diakhiri dengan kelahiran plasenta (Elisabeth, 2016). Nyeri persalinan lazim terjadi pada saat persalinan dan merupakan proses yang melibatkan fisiologis dan psikologis ibu. Nyeri persalinan merupakan masalah kebutuhan rasa nyaman yang sering terjadi pada ibu yang akan melahirkan, nyeri persalinan dapat disebabkan karena proses pembukaan mulut rahim ketika bayi bergerak untuk melewati jalan lahir (Judha, 2015). Hampir 90% ibu bersalin mengalami nyeri, dari 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat seperti diutarakan oleh Pravitasari (2018) Menurut Ellysusilawati (2017) nyeri pada persalinan apabila tidak diatasi maka akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut dan stress. Sedangkan menurut Handayani (2016) Apabila nyeri tidak segera diatasi janin yang ada didalam kandungan akan terjadi hipoksia akibat asidosis, detak jantung janin semakin cepat yang akan mengakibatkan kematian pada janin didalam kandungan.

Data persatuan rumah sakit di seluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan (Herinawati, dkk. 2019). Nyeri pada saat melahirkan memiliki derajat yang paling tinggi diantara rasa nyeri yang lain, secara medis dikategorikan bersifat tajam dan panas atau somatic-sharp and burning. Sebuah studi pada wanita dalam

persalinan kala I dengan memakai McGill Pain Questionnaire untuk menilai nyeri didapatkan bahwa 60% primipara melukiskan nyeri akibat kontraksi uterus sangat hebat, 30% nyeri sedang. Pada multipara 45% nyeri hebat, 30% nyeri sedang, 25% nyeri ringan (Acute Pain Service, dalam Maslikhanah, 2014).

Nyeri persalinan dapat dikendalikan dengan 2 metode yaitu farmakologis dan non farmakologis. Metode penghilang rasa nyeri secara farmakologis adalah dengan menggunakan obat-obatan kimiawi, sedangkan metode non farmakologis dilakukan secara alami tanpa menggunakan obat-obatan kimiawi yaitu dengan melakukan teknik relaksasi yang mencakup relaksasi napas dalam, relaksasi otot, massage, musik dan aromaterapi (Tetti dan Cecep, 2015).

Salah satu cara untuk menimbulkan kenyamanan pada ibu bersalin saat kontraksi atau nyeri persalinan secara non farmakologis adalah dengan menggunakan teknik *massage effleurage*. Teknik pijat *effleurage* dapat menimbulkan efek distraksi dan relaksasi, sehingga membantu ibu menjadi lebih rileks, menciptakan perasaan nyaman, enak dan respon nyeri akan menurun. Di Indonesia teknik ini masih belum populer dan masih jarang dilakukan (Kurniawaty, 2019). *Massage effleurage* merupakan analgesia psikologi yang dilakukan sejak awal bersalin (inpartu), yang dapat 125 menimbulkan reaksi relaksasi. *Massage effleurage* adalah pemberian tindakan stimulasi kutaneus, tindakan ini hampir sama dengan tindakan pemberian aroma terapi, hipnotis, akupuntur dan yoga (Gadysa, 2009 dan Mander, 2003) Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang Pengaruh *Massage Effleurage* Terhadap Kenyamanan Ibu Bersalin berdasarkan Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif.

**METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi eksperiment*) dengan melakukan pendekatan *pre and posttest two group design*. Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok yang mendapatkan intervensi (*group intervention*) dan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi (*group control*) sebagai

pembanding. Peneliti melakukan tes *numerical rating scale* (NRS) sebelum melakukan intervensi pada seluruh subjek kedua kelompok. Sampel yang diambil pada penelitian ini sebanyak 36 orang dibagi 2 kelompok yaitu 18 orang sebagai kelompok kontrol dan 18 orang sebagai kelompok intervensi. Penetapan jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

**HASIL**

a. Analisa Univariat

**Distribusi Frekuensi Kelompok Kontrol (Sebelum)**

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Nyeri Pada Kelompok Kontrol (Sebelum) di PMB D Gunung Putri Bogor Periode September-November Tahun 2023

Variable	Frekuensi	Percentase
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	1	6
Nyeri Sedang	10	55
Nyeri Berat	7	9
Nyeri SangatBerat	0	0
Total	18	100

Dari kelompok Kontrol sebelum dilakukan eksperimen dengan jumlah responden 18 orang, Mayoritas ibu mengalami nyeri dengan skala nyeri sedang yaitu sebanyak 10 orang (55%).

**Distribusi Frekuensi Kelompok Kontrol (Setelah)**

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Nyeri Pada Kelompok Kontrol (Setelah) di PMB D Gunung Putri Bogor Periode September-November Tahun 2023

Variable	Frekuensi	Percentase
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	3	17
Nyeri Sedang	9	50
Nyeri Berat	6	33
Nyeri SangatBerat	0	0
Total	18	100

Dari kelompok kontrol setelah dilakukan eksperimen dengan jumlah responden 18 orang, mayoritas ibu mengalami nyeri dengan skala masih pada nyeri sedang

yaitu sebanyak 9 orang (50%), meskipun mengalami penurunan tingkat nyeri namun masih tidak jauh berbeda dengan sebelum dilakukan eksperimen.

**Distribusi Frekuensi Kelompok Intervensi Sebelum Dilakukan Massage Effleurage**

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Nyeri Pada Kelompok Intervensi Sebelum Dilakukan di PMB D Gunung Putri Bogor Periode September-November Tahun 2023

Variable	Frekuensi	Percentase
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	2	11
Nyeri Sedang	5	28
Nyeri Berat	11	61
Nyeri Sangat Berat	0	0
Total	18	100

dilakukan eksperimen dengan jumlah responden 18 orang, mayoritas ibu mengalami nyeri dengan skala nyeri berat yaitu sebanyak 11 orang (61%).

Dari kelompok Intervensi sebelum

**Distribusi Frekuensi Kelompok Intervensi Setelah Dilakukan Massage Effleurage**

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Nyeri Pada Kelompok Intervensi Setelah Dilakukan di PMB D Gunung Putri Bogor Periode September-November Tahun 2023

Variable	Frekuensi	Percentase
Tidak Nyeri	4	22
Nyeri Ringan	5	28
Nyeri Sedang	8	44
Nyeri Berat	1	6
Nyeri Sangat Berat	0	0
Total	18	100

Dari kelompok Intervensi setelah dilakukan eksperimen dengan jumlah responden 18 orang, mayoritas ibu mengalami nyeri dengan skala nyeri sedang yaitu sebanyak 8 orang (44%) Hal ini menunjukkan penurunan tingkat nyeri yang signifikan pada kelompok Intervensi setelah dilakukan massage

b. Analisis Bivariat

**Analisis Skala Nyeri Kelompok Kontrol**

Tabel 5 Skala Nyeri Kelompok Kontrol di PMB D Gunung Putri Bogor Periode September-November Tahun 2023

Variable	Mean ± S.D	p Value	N
Sebelum	2,33 ± 0,594	0,083	18
Sesudah	2,16 ± 0,707		18

Berdasarkan tabel diatas nilai p value= 0,083 > α (0,05), dapat disimpulkan tidak ada perbedaan intensitas nyeri pada responden sebelum dan sesudah pada

kelompok kontrol (yang tidak dilakukan *massage effleurage*) dimana nilai rata-rata sebelum diberikan 2,33±0,594 dan setelah diberikan menjadi 2,16±0,707.

**Analisis Skala Nyeri Kelompok**

**Intervensi**

Tabel 6. Skala Nyeri Kelompok Intervensi di PMB D Gunung Putri Bogor Periode September-November Tahun 2023

Variable	Mean ± S.D	p Value	N
Sebelum	2,50 ± 0,707	0,000	18
Sesudah	1,33 ± 0,907		18

Berdasarkan tabel di atas Nilai p value= 0,000 < α (0,05), maka dapat disimpulkan ada perbedaan intensitas nyeri pada responden sebelum dan sesudah pada

kelompok eksperimen (dilakukan *massage effleurage*) dimana nilai rata-rata sebelum diberikan 2,50 ± 0,707 dan sesudah diberikan berkurang menjadi 1,33 ± 0,907.

**Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Kenyamanan dengan Adanya Penurunan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif**

Tabel. 7 Massage Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di PMB D Gunung Putri Bogor Periode September-November Tahun 2023

Kelompok	N	Setelah Intervensi		p-Value
		Mean	S.D	
Kontrol	18	2,16	0,707	0,012
Intervensi	18	1,33	0,907	

Berdasarkan hasil uji statistic Wilcoxon pada tabel di atas pada kelompok kontrol (yang tidak diberikan *massage*

*effleurage*) dan kelompok Intervensi (dilakukan *massage effleurage*) didapatkan p-value sebesar 0,012 <

(0,05) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok kontrol dan Intervensi terhadap penurunan intensitas nyeri dimana rata-rata intensitas nyeri pada kelompok kontrol 2,16 sedangkan pada kelompok Intervensi rata-ratanya lebih kecil yaitu

1,33. Hal ini membuktikan bahwa pemberian massage effleurage dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien bersalin kala I fase aktif dan menimbulkan rasa nyaman pada ibu.

## PEMBAHASAN

### Intensitas Nyeri Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi

Sebelum dilakukan massage effleurage responden merasakan nyeri ringan, sedang dan berat. Dua responden mengalami nyeri tingkat ringan (11%) , 5 responden (28%) mengalami tingkat nyeri sedang dan 11 responden (61%) mengalami tingkat nyeri berat. Nyeri yang dirasakan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kecemasan dan ketakutan, pengalaman nyeri yang lalu, persiapan persalinan, sistem pendukung responden (Maryunani,2010). Namun setelah dilakukan massage effleurage terjadi penurunan yang signifikan dan ibu bersalin merasakan nyaman meskipun adanya nyeri.

Hasil penelitian ini sesuai dengan Gate Control Teori yaitu bahwa serabut nyeri membawa stimulasi nyeri ke otak lebih kecil dan perjalanan sensasinya lebih lambat dari pada serabut yang luas dan sensasinya berjalan lebih cepat. Ketika sentuhan dan nyeri dirangsang bersama sensasi sentuhan berjalan ke otak dan menutup pintu gerbang dalam otak dan terjadi pembatasan intensitas nyeri di otak. *Massage* merupakan distraksi yang dapat meningkatkan pembentukan endorphin dalam sistem kontrol desenden sehingga dapat membuat pasien lebih nyaman karena relaksasi otot.

### Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Kenyamanan Ibu Bersalin dengan adanya Penurunan

### Nyeri Persalinan Pada Kala I Fase Aktif

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok kontrol (yang tidak diberikan massage effleurage) dan kelompok Intervensi (dilakukan massage effleurage) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok kontrol dan Intervensi terhadap penurunan intensitas nyeri. Hal ini membuktikan bahwa pemberian massage effleurage dapat menimbulkan kenyamanan pada ibu bersalin karena adanya penurunan tingkat nyeri pada pasien bersalin kala I fase aktif.

Hasil penelitian menunjukkan, sebagian besar sampel penelitian mengalami penurunan tingkat nyeri. Penurunan ini terjadi karena pemberian massage effleurage pada abdomen menstimulasi serabut taktil di kulit sehingga sinyal nyeri dapat dihambat. Stimulus dengan effleurage ini menghasilkan pesan yang dikirim lewat serabut A-beta, serabut yang menghantarkan nyeri cepat, yang mengakibatkan gerbang tertutup sehingga korteks serabri tidak menerima sinyal nyeri dan intensitas nyeri berubah/berkurang hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Perry (2016).

Secara fisiologis teknik massage effleurage dapat menurunkan tingkat nyeri, hal ini sesuai dengan teori gate control yang menyatakan rangsangan-rangsangan nyeri dapat diatur atau dihalangi oleh pintu mekanisme sepanjang sistem pusat neurons. Teori ini menyatakan bahwa rangsangan akan dirintangi ketika sebuah pintu tertutup. Menurut Perry & Petter (2016)

Sebuah penelitian menyebutkan ibu yang dipijat selama 10 menit setiap jam

selama tahapan persalinan akan lebih bebas dari rasa sakit, karena pijat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda sakit alami dan menciptakan perasaan nyaman dan enak. Sesuai dengan pernyataan Mander (2013) bahwa tindakan utama *massage* dianggap 'menutup gerbang' untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada system saraf pusat.

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa dalam persalinan *massage effleurage* bukan hanya sekedar memberikan sentuhan fisik semata tetapi juga membuat ibu merasa lebih dekat dengan orang yang merawatnya dan merasa lebih diperhatikan. Sentuhan seseorang yang peduli dan ingin menolong disertai komunikasi yang baik merupakan sumber kekuatan ibu saat sakit, lelah dan takut.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan ; Pada kelompok kontrol (yang tidak diberikan *massage effleurage*) dan kelompok intervensi (dilakukan *massage effleurage*) didapatkan p-value sebesar  $0,012 < (0,05)$  menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok kontrol dan intervensi terhadap kenyamanan ibu dengan adanya penurunan intensitas nyeri dimana rata-rata intensitas nyeri pada kelompok kontrol 2,16 sedangkan pada kelompok intervensi rata-ratanya lebih kecil yaitu 1,33. Hal ini membuktikan bahwa pemberian *massage effleurage* dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien bersalin kala I fase aktif.

**Saran** ; Setiap Bidan hendaknya menerapkan *massage effleurage* dalam membantu mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase

aktif sehingga akan menimbulkan rasa nyaman pada ibu saat proses persalinan. Diharapkan hasil penelitian dapat memperkaya khasanah ilmu kebidanan terkait topik penelitian serta dapat dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai salah satu metode alternatif dalam mengatasi masalah nyeri pada kala I fase aktif proses persalinan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Elly Susilawati, 2017, Efektivitas Pemberian Teknik Massage Effleurage Dan Teknik Massage Conterpressure Terhadap Rasa Nyeri Persalinan Normal Pada Primigravida Di Langsa Elisabeth. 2016. Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. Jakarta: Pustaka Baru Press.
- Gadysa, G., 2009. Persepsi Ibu Tentang Metode Massage. <http://luluvikar.wordpress.com/2009/08/26/persepsi-ibu-tentangmetode-massage>. diunduh tanggal 22 November 2023
- Handayani, Sri 2016. Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Kala I Fase Aktif. Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu. Stikes Yogyakarta. Diunduh pada 25 November 2023
- Herinawati, et al. 2019. *Pengaruh Massage Effleurage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Nuriman Rafida dan PMB Latifah*. Jambi : Jurnal Universitas Batanghari Jambi (JIUBJ) PP.590-601.
- Judha M, Sudarti, Fauziah A. 2015, Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan. Yogyakarta: Nuha Medika;
- Kurniawaty, et, al. 2019. Penerapan *Massage Effleurage* Pada Ibu Kala

I Persalinan Dengan Masalah Nyeri. Palembang: Jurnal 'Aisyiyah Volume 8, Nomor 1, Hal 88-92.

Mander., 2013. Nyeri Persalinan. Jakarta: EGC.

Maryunani Anik, 2010, .Nyeri Dalam Persalinan "Teknik dan Cara Penanganannya". Jakarta: CV. Trans Info Media.

Maslikhanah. 2014. Penerapan Teknik Pijat Effleurage Sebagai Upaya Penurunan Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif.

Perry, GA. & Petter, P. A. 2016. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktek Edisi 4 Volume 2. Jakarta : EGC

Pravitasari, I. 2018. Penerapan Teknik Kneading Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin di PMB Yustin Tresnowati, S. Sit Rowokele Kebumen. Doctoral Dissertation: Stikes Muhammadiyah Gom