

PENYULUHAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PERUBAHAN TINGKAT NYERI PADA IBU POST PARTUM DI RSU SEMBIRING TAHUN 2022

**Hilda Yani Karo Karo¹, Sri Yunita Perangin Angin² Etika Mulia Sari³,
Chainny Rhamawan⁴**

Program Studi S1-Kebidanan Program Sarjana
Fakultas Kesehatan, UNIVERSITAS AUDI INDONESIA
Email: hildayanie354@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri kontraksi uterus adalah suatu sensori dan perasaan yang tidak nyaman pada ibu post partum normal/sc karena terjadinya involusi uterus setelah pengeluaran bayi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik massage effleurage terhadap perubahan nyeri pada ibu post partum dirumah sakit umum sembiring deli tua. Teknik yang di anjurkan untuk menangani nyeri kontraksi uterus pada masa post partum yaitu dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif, desain penelitian quassy experimental dengan pendekatan one grup pretest-posttest. Teknik mengambil sampel menggunakan puposive sampling dengan jumlah sebanyak 16 sampel. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi skala nyeri numeric rating scale (NRS). Hasil penelitian uji paired T-tes di peroleh $P= 0.000$ menggunakan aplikasi SPSS kesimpulan bahwa ada tehnik pengaruh massage effleurage terhadap perubahan nyeri pada ibu post partum. Saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian bagi ruangan 3 obgyn di rumah sakit umum sembiring adalah membuat Standar Operasional (SOP) mengenai program penatalaksanaan nyeri kontraksi uterus pada saat post partum yaitu tehnik massage effleurage

Kata kunci : Nyeri Massage effleurage, post Partum

1. PENDAHULUAN

Masa pemulihan dari sembilan bulan kehamilan dan proses kelahiran disebut dengan masa nifas (post partum). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum kehamilan (Maryunani, 2016).

World Health Organization (WHO) memperkirakan 800 perempuan meninggal setiap harinya akibat komplikasi kehamilan dan proses kelahiran, sekitar 99% dari seluruh kematian ibu terjadi di negara berkembang, sekitar 80% kematian maternal merupakan akibat meningkatnya komplikasi selama kehamilan, persalinan dan setelah persalinan (WHO, 2014).

Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia menurut laporan WHO tahun 2019 yaitu 289.000 jiwa. Amerika Serikat yaitu 9300 jiwa, Afrika Utara 179.000 jiwa, dan Asia Tenggara 16.000 jiwa. Angka kematian ibu di negara-negara Asia Tenggara per 100.000 kelahiran hidup yaitu Indonesia 214 jiwa, Filipina 170 jiwa, Vietnam 160 jiwa, Thailand 44 jiwa, Brunei 60 jiwa, dan Malaysia 39 jiwa (WHO, 2019).

Angka kematian bayi (AKB) di Indonesia dalam waktu 20 tahun ke belakang mengalami penurunan, menurut laporan Save The Children mengenai kematian bayi pada tahun 2016 kematian saat kelahiran di Indonesia menurun dari 390 per 100.000 anak dan pada tahun 1994 menjadi 228 kematian. Penurunan itu sekitar 48%, salah satu sebab menurunnya angka kematian bayi di Indonesia adalah dengan adanya tenaga kesehatan yang sudah mencapai hampir 73% di Indonesia, selain itu dengan menempatkan bidan di kawasan perdesaan yang diikuti dengan berbagai pelatihan untuk bidan sehingga dapat mendorong penurunan kematian bayi.

DI Kota Medan, ibukota Provinsi Sumatera Utara, menunjukkan kecenderungan penurunan jumlah kasus kematian ibu selama empat tahun terakhir. Pada tahun 2013, jumlah kematian ibu di Kota Medan sebanyak sembilan jiwa

dengan AKI sebesar 21 per 100.000 kelahiran hidup di tingkat kabupaten/kota. Angka ini menurun menjadi tiga kematian ibu dari total 47.541 kelahiran di Kota Medan atau AKI sebesar 6 per 100.000 kelahiran hidup di tingkat kabupaten/kota (Dinas Kesehatan Kota Medan, 2016).

Perubahan fisiologis maupun psikologis yang dialami oleh ibu post partum, salah satunya adalah kontraksi uterus. Kontraksi uterus meningkat secara bermakna setelah persalinan bayi, yang merupakan respon segera untuk mengurangi jumlah volume intra uterus atau biasa disebut dengan involusi uterus. Involusi uterus mengakibatkan terjadinya pengeluaran hormon oksitosin yang dilepas oleh kelenjar hipofisis yang dapat memperkuat dan mengatur kontraksi uterus, mengompresi pembuluh darah dan membantu proses hemostasis. Kontraksi uterus dapat diperkuat pada saat proses menyusui karena oksitosin dapat dilepaskan ketika bayi mengisap ASI (Maryunani, 2009).

Masa postpartum merupakan masa yang berlangsung selama ± 6 minggu dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir saat alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Salah satu perubahan fisiologis yang dialami oleh ibu postpartum, yaitu kontraksi uterus. Strategi penatalaksanaan nyeri merupakan suatu tindakan untuk mengurangi rasa nyeri dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Perkembangan ilmu kedokteran di beberapa negara seperti Amerika Serikat telah mengembangkan yaitu dengan metode nonfarmakologi untuk mempercepat penyembuhan pada masa postpartum, Terapi nonfarmakologi meliputi akupunktur, akupresur, hipnosis, kompres hangat, kompres dingin, relaksasi, teknik berendam, transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS) serta masase.

Teknik non farmakologis terbukti aman dalam menurunkan nyeri pada masa postpartum salah satunya yaitu *Effleurage Massage*. *Effleurage massage* merupakan salah satu teknik relaksasi yang paling mudah dilakukan untuk

memberikan rasa nyaman pada ibu postpartum. *Effleurage* adalah bentuk masase dengan menggunakan telapak tangan yang memberitekanan lembut keatas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah dan menghangatkan otot abdomen, serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental.

Hasil wawancara yang dilakukan kepada 2 orang perawat/bidan yang berada di ruangan Bersalin/VK Rumah Sakit Umum Sembiring mengatakan bahwa penatalaksanaan nyeri pada ibu post partum adalah dengan dilakukan mobilisasi (pergerakan miring kanan dan kiri) serta mengajarkan teknik relaksasi. Permasalahan yang telah dipaparkan di atas membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Pengaruh Teknik *Effleurage Massage* terhadap Perubahan Nyeri pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Umum Sembiring".

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasy eksperimental dengan pendekatan *one group pre test-post testdesign without control grup* yang bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Teknik *Effleurage Massage* terhadap Perubahan Nyeri pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Umum Sembiring. Lokasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah diruangan 3-Obgyn Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua, Waktu penelitian dilaksanakan pada desember 2020-maret 2022. Jadi Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu yang rawat inap di rumah sakit umum sembiring yang mengeluh nyeri post partum Maka didapatkan jumlah sampel yang memenuhi kriteria adalah sebanyak 16 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling yaitu dimana peneliti mengambil sampel berdasarkan kriteria yang telah di tentukan.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Metode observasi merupakan suatu cara pengukuran secara langsung kepada subjek penelitian untuk mencari fakta yang nyata dan akurat terkait penelitian sehingga memudahkan dalam membuat suatu kesimpulan.

Aspek pengukuran dilakukan dengan menggunakan lembar observasi yang dikembangkan oleh peneliti dan berdasarkan konsep yang telah dibuat.

Dimana skala pengukuran untuk pemberian *Massage* sebagai variabel independen menggunakan skala interval. Pada aspek pengukuran variabel peneliti membuat dua kategori yaitu sebelum diberi perlakuan (*pra test*) dan sesudah diberi perlakuan (*post test*).

3. HASIL PKM

ANALISA UNIVARIAT

Tabel 1. Distribusi Frekuensi karakteristik Ibu Post Partum Di RSU Sembiring tahun 2022.

Variabel	Frekuensi (N = 14)	Persentase (%)
1 Umur		
Umur 22-24	7	43.8
Umur 25-27	9	56.3
Jumlah	16	100.0
Pendidikan		
2 SMA	7	43.8
SMP	6	37.5
SD	3	18.8
Jumlah	16	100.0
Suku Budaya		
3 Jawa	5	31.3
Karo	5	31.3
Melayu	3	18.8
Batak	3	18.8
Jumlah	16	100.0

Tabel 1 dapat di lihat bahwa jumlah sampel pasien ibu post partum yang sesuai dengan kriteria inklusi sebanyak 16 orang dengan usia terbanyak adalah 25-27 tahun sebanyak 9 orang (56.3%) dan usia terendah 22-24 tahun sebanyak 7 orang (43.8%). Serta pendidikam terbanyak yaitu SMA sanyak 7 orang (43.8%) dan yang terendah yaitu pendidikan dengan tingkat SD seabanyak 3 orang (18.8%). Bedasarkan suku budaya yaitu jawa sebanyak 5 orang (31.3%), Karo sebanyak 5 orang (31.3%), Melayu sebanyak 3 orang (18.8%), batak sebanyak 3 orang (18.8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Rata Rata Tingkat Nyeri Sebelum Di Lakukan(massage Effleurage)di RSU Sembiring Delitua tahun 2022.

No	Tingkat nyeri	Frekuensi (N = 16)	Percentase (%)	Mean	Min	Max
1	3	2	12.5			
2	4	4	25.0	5.1	3	7
3	5	3	18.8	4		
4	6	4	25.0			
5	7	3	18.8			
Total		16	100.0			

Tabel 2. Dapat dilihat bahwa yang memiliki tingkat nyeri 3 (ringan) sebanyak 2 orang (12.5%), tingkat nyeri 4 (sedang) sebanyak 4 orang (25.0%), tingkat nyeri 5 (sedang) sebanyak 3 orang (18.8%), tingkat nyeri 6 (sedang) sebanyak 4 orang (25.0%), tingkat nyeri 7 (berat) sebanyak 3 orang (18.8%). bahwa rata-rata tingkat nyeri pada ibu post partum sebelum diberikan massage Effleurage yaitu 5.14 dengan nilai minimum 3 dan maximum 7.

Tabel 3. Distribusi frekuensi Rata Rata tingkat nyeri sesudah dilakukan (massage Effleurage) di RSU Sembiring Delitua tahun 2022.

No	Tingkat nyeri	Frekuensi (N = 16)	Percentase (%)	Mean	Min	Max
1	1	2	12.5			
2	2	5	31.3	2.3	1	5
3	3	5	31.3	5		
4	4	3	18.8			
5	5	1	6.3			
Total		16	100.0			

Tabel 3. Dapat dilihat bahwa yang memiliki tingkat nyeri 1 (ringan) sebanyak 2 orang (12.5%), tingkat nyeri 2 (ringan) sebanyak 5 orang (31.3%), tingkat nyeri 3 (ringan) sebanyak 5 orang (31.3%), tingkat nyeri 4 (sedang) sebanyak 3 orang (18.8%), tingkat nyeri 5 (sedang) sebanyak 1 orang (6.3%). bahwa rata-rata tingkat nyeri pada ibu post partum sesudah diberikan massage Effleurage yaitu 2.35. dengan nilai minimum 1 dan maximum 5.

ANALISA BIVARIAT

Tabel 4. Uji Normalitas

	Kolmogorov Smirnov	Df	Sig.	Shapiro - Wilk	Statistic	Df	Sig.
PRE TEST	,177	16	,191	,913	16	,129	

POST TEST	,185	16	,146	,931	16	,225	
-----------	------	----	------	------	----	------	--

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan *Uji Shapiro-Wilk* diketahui bahwa nilai *p-value* pada uji Normalitas data pre-test > 0,05 yaitu 0,129 dan post-test > 0,05 yaitu 0,225. Jika nilai *p-value* pada hasil *Uji Shapiro-Wilk* > 0,05, maka artinya data berdistribusi normal. Berdasarkan keterangan di atas, maka peneliti menetapkan Uji Bivariat yang digunakan yaitu Uji *Paired T- test*.

Tabel 5. Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Perubahan Tingkat Nyeri Pada Ibu Post Partum Di Rsu Sembiring 2022

Hasil uji T-test	Mean	95% CI		T	p-value
		Lower	Upper		
Pre-test	2,37	2,10	2,64	19,00	0,00
Post-test	5	9	1	0	0

Berdasarkan tabel di atas terlihat hasil uji statistik pada nilai tingkat nyeri responden sebanyak 16 orang dimana diketahui bahwa, nilai mean pada pre-test dan post-test sebesar 2,375 dengan 95 % CI lower 2,109 dan upper 2,641. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa nilai *p-value* 0,000 < 0,005, sehingga dapat diasumsikan bahwa ada Pengaruh *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Perubahan Tingkat Nyeri Pada Ibu Post Partum Di Rsu Sembiring 2022

PEMBAHASAN

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa nilai *p-value* 0,000 < 0,005 terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan *Massage Effleurage*. Penurunan tingkat nyeri merupakan salah satu efek dari pemberian *Massage Effleurage* teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat, dan panjang atau tidak putus-putus sehingga dapat menimbulkan

relaksasi. Mekanisme penghambat nyeri kontraksi uterus dengan teknik *Massage Effleurage* berdasarkan konsep *Gate Control Theory* yang di kemukakan oleh (Melzack dan Wall, 1965). Dalam persalinan, *effleurage* dilakukan dengan menggunakan ujung jari yang lembut dan ringan. Lakukan usapan dengan ringan dan tanpa tekanan kuat, tetapi usahakan ujung jari tidak lepas dari permukaan kulit. Pijatan *effleurage* dapat juga dilakukan di punggung. Tujuan utamanya adalah relaksasi. Berdasarkan penelitian (Hamrani, 2013) menyatakan bahwa nyeri tidak hanya di rasakan pada proses persalinan melainkan dirasakan pula oleh ibu postpartum, nyeri yang dirasakan biasanya disebabkan karena luka jahitan pada perineum dan saat terjadi kontraksi uterus sehingga sebagian merasa tidak nyaman selama masa postpartum. *Massage effleurage* menimbulkan efek memperlancar peredaran darah. Manipulasi yang dikerjakan dengan gerakan atau menuju kearah jantung, secara mekanis akan membantu mendorong pengaliran darah dalam pembuluh vena menuju ke jantung. *Massage effleurage* memberikan efek melonggarkan perlekatan dan menghilangkan penebalan-penebalan kecil yang terjadi pada jaringan di bawah kulit, dengan demikian memperbaiki penyerapan. prosedur tindakan *massage* dengan teknik *effleurage* efektif dilakukan 10 menit untuk mengurangi nyeri. Stimulasi *massage effleurage* dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorfin yang merupakan pereda sakit alami dan merangsang serat saraf yang menutup gerbang sinap sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak di hambat. Selain itu teori *gate control* mengatakan bahwa *massage effleurage* mengaktifkan transmisi serabut saraf sensori A – beta yang lebih besar dan lebih cepat.

Proses ini menurunkan transmisi nyeri melalui serabut dan delta A berdiameter kecil.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan untuk mencari adanya Pengaruh *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Perubahan Tingkat Nyeri Pada Ibu Post Partum Di Rsu Sembiring 2022 maka dapat diambil beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa yang memiliki tingkat nyeri 3 (ringan) sebanyak 2 orang (12.5%), tingkat nyeri 4 (sedang) sebanyak 4 orang (25.0%), tingkat nyeri 5 (sedang) sebanyak 3 orang (18.8%), tingkat nyeri 6 (sedang) sebanyak 4 orang (25.0%), tingkat nyeri 7 (berat) sebanyak 3 orang (18.8%). bahwa rata-rata tingkat nyeri pada ibu post partum sebelum diberikan *massage Effleurage* yaitu 5.14 dengan nilai minimum 3 dan maximum 7.
2. Dapat dilihat bahwa yang memiliki tingkat nyeri 1 (ringan) sebanyak 2 orang (12.5%), tingkat nyeri 2 (ringan) sebanyak 5 orang (31.3%), tingkat nyeri 3 (ringan) sebanyak 5 orang (31.3%), tingkat nyeri 4 (sedang) sebanyak 3 orang (18.8%), tingkat nyeri 5 (sedang) sebanyak 1 orang (6.3%). bahwa rata-rata tingkat nyeri pada ibu post partum sesudah diberikan *massage Effleurage* yaitu 2.35. dengan nilai minimum 1 dan maximum 5
3. hasil uji statistik pada nilai tingkat nyeri responden sebanyak 16 orang dimana diketahui bahwa, Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *p-value* $0,000 < 0,005$, sehingga dapat diasumsikan bahwa ada Pengaruh *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Perubahan Tingkat Nyeri Pada Ibu Post Partum Di Rsu Sembiring 2022

5. SARAN

1. Bagi Ibu Post Partum, hasil penelitian ini di sarankan dapat dijadikan informasi bahwasanya untuk mengurangi nyeri pasca melahirkan bisa di lakukan *massage effleurage*. Dengan adanya

- memberikan efek melonggarkan perlekatan dan menghilangkan penebalan-penebalan kecil yang terjadi pada jaringan di bawah kulit
2. Bagi Pelayanan Kesehatan, hasil penelitian ini disarankan dapat dijadikan acuan untuk pelayan kesehatan bagaimana cara memberikan message effleurage sebagai pendamping terapi farmakologis dalam upaya mengurangi intensitas nyeri ibu post partum, Penelitian ini juga dapat menambah wawasan informasi bagi peneliti terkait dengan pengaruh message effleurage terhadap perubahan tingkat nyeri ibu post partum.
 3. Bagi Institusi Pendidikan, penelitian ini di sarankan dapat memberikan gambaran dan menyediakan data dasar yang dapat digunakan peneliti selanjutnya yang terkait dengan tehnik message effleurage.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati. Asuhan kebidanan nifas. Yogyakarta: Mitra Cendikia
- Maryuni A. Asuhan pada ibu dalam masa nifas. Jakarta: Trans Info Media; 2019.
- Farrer H. Perawatan maternitas. 2nd ed. Jakarta: EGC; 2011. Andarmoyo S S. Persalinan yang berlebihan. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media; 2013.
- Mander R. Nyeri persalinan. Jakarta: EGC; 2019.
- Wahjuni ES. Efek teknik effleurage massage terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin Univ Malang. 2012;1(2):40-5.
- Reeder S, Martin L, Griffin D. Keperawatan maternitas. 18th ed. Jakarta: EGC; 2011.
- Vixner L, Schytt E, Martensson LB. Associations between maternal characteristics and women's responses to acupuncture during labour: a secondary analysis from a randomised controlled trial. *Acupunct Med*. 2017;35(3):180-8.
- Ambarwati. Asuhan kebidanan nifas. Yogyakarta: Mitra Cendikia
- Fritz, Sandy. *Fundamentals of therapeutic massage fourth edition*. USA: Mosby Elsevier; 2009.
- Gondo HK. Pendekatan non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan. *Fak Kedokt Wijaya Kusuma Surabaya*. 2011;2(2):138-85.
- Sheoran P, Panchal R. A Study to Assess the Effectiveness of Abdominal Effleurage on Labor Pain Intensity and Labour Outcomes Among Nullipara Mothers During 1 st Stage of Labor In Selected Hospitals of District. *Int J Sci Res*. 2015;4(1):1585-90.
- Vixner L, Schytt E, Martensson LB. Associations between maternal characteristics and women's responses to acupuncture during labour: a secondary analysis from a randomised controlled trial. *Acupunct Med*, 2017;35(3):180-8.
- Wahyuni ES. Teknik effleurage massage terhadap penurunan rasa nyeri pada ibu bersalin. *Univ Malang*, 2012;1(2):40-5