

**Literature Review: Massage effleurage Terhadap Respon Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif**

**Literature Review: Massage effleurage Against Pain Response in Maternal Phase I Active Phase**

**Nining Sulistyowati<sup>1</sup>**

**<sup>1</sup>Akademi Kebidanan Anugerah Bintang  
Nining\_sulistyowati@yahoo.co.id**

**Abstrak**

Ibu bersalin sebagian besar menyatakan tidak tahan dengan nyeri yang dirasakan terutama dibagian perut, pinggang, punggung dan menjalar ketulang belakang, sehingga ibu terus merasakan nyeri pada saat kala I persalinan Kontraksi selama persalinan dapat menimbulkan rasa nyeri. Nyeri persalinan merupakan masalah yang belum mendapatkan perhatian yang khusus, padahal dalam tujuan perawatan intrapartum sendiri salah satunya yaitu menurunkan nyeri pada persalinan, disamping memberikan ketenangan dan kenyamanan pada ibu, dapat juga membantu mempercepat proses pembukaan jalan lahir. Rasa nyeri yang dirasakan pada proses persalinan tersebut dapat dikurangi dengan melakukan tindakan non-farmakologis salah satunya berupa pemberian *massage effleurage*. *Massage effleurage* yang dilakukan di area perut untuk membantu mengurangi rasa nyeri yang muncul pada proses persalinan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah *massage effleurage* dapat menurunkan respon nyeri pada ibu bersalin kala I berdasarkan literatur review. Desain karya tulis ilmiah berupa literatur review dengan jumlah artikel tiga yang diambil dari laman jurnal google scholar dengan kata kunci "massage effleurage". "nyeri persalinan" dan "kala I fase Aktif". Jumlah responden dari tiga artikel tersebut adalah 49 ibu bersalin. Nilai rata-rata respon nyeri sebelum dilakukan *massage effleurage* 5,883, dan nilai rata-rata respon nyeri setelah dilakukan *massage effleurage* 3,576. Simpulannya adalah tindakan *massage effleurage* dapat membantu menurunkan respon nyeri pada proses persalinan kala I fase aktif. Saran bagi tenaga kesehatan khususnya bidan agar dapat menerapkan teknik *massage effleurage* pada kala I fase aktif untuk mengurangi nyeri pada proses persalinan.

**Kata Kunci: Massage Effleurage, Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif**

**Abstract**

*Most of the maternity mothers stated that they could not stand the pain they felt, especially in the abdomen, waist, back and radiating to the spine, so that the mother continued to feel pain during the first stage of labor. Contractions during labor can cause pain. Labor pain is a problem that has not received special attention, even though the purpose of intrapartum care itself is to reduce pain in labor, in addition to providing calm and comfort to the mother, it can also help speed up the process of opening the birth canal. reduced by taking non-pharmacological actions, one of which is the provision of massage effleurage. Massage effleurage which is done in the abdominal area to help reduce pain that arises during the labor process. The purpose of this study was to determine whether massage effleurage can reduce the pain response in women in the first stage of labor based on the literature review. The design of scientific papers is in the form of a literature review with three articles taken from the Google Scholar journal page with the keyword "massage effleurage". "labor pain" and "Active phase I stage". The number of respondents from the three articles was 49 mothers who gave birth. The average value of pain response before effleurage massage was 5.883, and the average value of pain response after effleurage massage was 3.576. The conclusion is that the action of massage effleurage can help reduce the pain response in the active phase of the first stage of labor. Suggestions for health workers, especially midwives, to be able to apply the effleurage massage technique in the first stage of the active phase to reduce pain in the labor process.*

**Keywords: Massage Effleurage, Level of Labor Pain in Active Phase I**

---

## Pendahuluan

Menurut laporan *World Health Organisation* (WHO), Data yang didapat terkait Angka Kematian Ibu (AKI) sangat tinggi, sekitar 830 wanita meninggal akibat komplikasi kehamilan atau melahirkan di seluruh dunia setiap harinya. Pada akhir tahun 2015, kira-kira 303.000 wanita akan meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Prevelensi terjadinya kematian ibu 99% terjadi di Negara berkembang. Resiko kematian maternal di Negara-negara berkembang pada tahun 2015 adalah 239 per 100.000 kelahiran hidup berbanding terbalik dengan 12 per 100.000 kelahiran hidup di Negara maju (WHO) <sup>(1)</sup>

AKI Indonesia pada tahun 2015 adalah 102 per 100.000 kelahiran hidup. Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Hasto Wardoyo, dalam acara Nairobi Summit dalam rangka ICPD 25 (*International Conference on Population and Development* ke 25) yang diselenggarakan pada tanggal 12-14 November 2019 menyatakan bahwa tingginya AKI merupakan salah satu tantangan yang harus dihadapi

Indonesia sehingga menjadi salah satu komitmen prioritas nasional, yaitu mengakhiri. <sup>(2)</sup>

Angka Kematian Ibu (AKI) Provinsi Kepulauan Riau Tahun 2019 yaitu sebesar 98 per 100.000 kelahiran hidup (41 kematian Ibu/41.689 kelahiran hidup dikali konstanta 100.000). Capaian AKI Tahun 2019 lebih baik jika dibandingkan dengan AKI pada tahun 2018 yang sebesar 120 per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan jumlah kasus kematian ibu, juga terdapat penurunan dari 51 kasus kematian ibu ditahun 2018, turun menjadi 41 kasus ditahun 2019. <sup>(3)</sup>

Penyebab kematian ibu di Provinsi Kepulauan Riau pada tahun 2019 masih didominasi oleh penyebab langsung yaitu pendarahan dan hipertensi dalam kehamilan. Selain itu, persentase penyebab lainnya yang merupakan penyebab tidak langsung juga cukup besar, contohnya kondisi penyakit malaria, HIV, oedema paru, gagal ginjal, batu empedu atau penyakit lain yang diderita ibu. <sup>(3)</sup>

Persalinan atau melahirkan bayi adalah suatu proses normal wanita usia subur dan wanita mengalami nyeri

selama persalinan merupakan proses fisiologis, secara obyektif pada kala I fase aktif persalinan biasanya kecemasan ibu cenderung meningkat seiring ibu merasakan kontraksi dan nyeri yang semakin hebat. Ibu mulai takut kehilangan kendali dan menggunakan berbagai macam mekanisme koping<sup>(4)</sup>.

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

pembuluh darah sehingga suplai oksigen ke janin menurun<sup>(4)</sup>

Salah satu metode untuk mengurangi nyeri persalinan yang sering dilakukan adalah pijat. Salah satu jenis pijat adalah efflurage massage yaitu suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan tangan melekat pada bagian- bagian tubuh yang digosok dengan ringan dan menenangkan. Massage effleurage bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, menghangatkan otot abdomen, dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental. Massage effleurage merupakan teknik relaksasi yang aman, mudah, tidak perlu biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain. Tindakan utama effleurage massage merupakan aplikasi dari teori *Gate Control* yang dapat “menutup gerbang” untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada sistem saraf pusat<sup>(4)</sup>.

### **Metode**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah literatur review. yaitu sebuah sintesis dari studi literature yang bersifat sistemik, jelas,

menyeluruh, dengan cara mengkompilasi, mengklasifikasi dan mengevaluasi melalui pengumpulan data-data yang sudah ada dengan mencari 5 jurnal melalui google scholar menggunakan kata kunci “massage efflurage” dan “nyeri persalinan” kemudian diseleksi sesuai dengan topik yang dibahas dan melihat jenis penelitiannya yang sama-sama menggunakan quasy experiment, dan instrument yang digunakan pada penelitian adalah Numerical Rating Scale (NRS) 0-10. Proses pengumpulan referensi dan jurnal-jurnal penelitian ini menggunakan data sekunder diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang dimaksud berupa artikel atau jurnal. Data base yang digunakan yaitu menggunakan Google Scholar.

### Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden

Berdasarkan Usia Ibu

Usia	Frekuensi	%
<20 tahun	5	10,3
20-35 tahun	41	83,6
>35 tahun	2	6,2
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 diketahui mayoritas usia responden yaitu 20-35 tahun sebanyak 41 responden (83,6%). Paling sedikit usia >35 tahun sebanyak 2 responden (6,2%). Hasil penelitian tersebut didukung dengan teori Astuti (2008) yaitu variabel usia dikelompokkan menjadi dua yaitu *High risk* yaitu pada usia < 20 tahun - > 35 tahun, dan *Low risk* pada usia 20 tahun – 35 tahun. Pada usia < 20 - > 35 tahun merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap komplikasi persalinan dan ketidak nyamanan akibat nyeri yang timbul, sedangkan usia 20 tahun – 35 tahun dianggap aman menjalani persalinan karena usia tersebut dalam rentang kondisi prima. Rahim sudah mampu memberi perlindungan, mental pun siap untuk menghadapi persalinan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden

Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan	Frekuensi	%
<b>Dasar</b>	9	18,3
<b>Menengah</b>	35	71,4
<b>Tinggi</b>	5	10,3
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 diketahui mayoritas tingkat pendidikan responden yaitu menengah sebanyak 49

responden (71,4%). Paling sedikit tingkat pendidikan tinggi sebanyak 5 responden (10,3%). Pendidikan adalah pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, pada proses persalinan ibu dengan pendidikan rendah cenderung menghadapi persalinan dengan apa adanya. Ibu dengan pengetahuan tinggi cenderung akan mencari tahu tentang persalinan, cara menghadapi persalinan, dan persiapan persalinan. Hal ini sesuai dengan teori menurut Harsono (2009), yaitu semakin tinggi pendidikan seseorang semakin baik pula tingkat pengetahuannya.

Status bekerja	Frekuensi	%
Bekerja	21	42,8
Tidak bekerja	28	57,2
<b>Total</b>	49	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui mayoritas status pekerjaan responden yaitu mayoritas tidak bekerja sebanyak 28 responden (57,2 %). Paling sedikit

tingkat pendidikan tinggi sebanyak 21 responden (42,8%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden status pekerjaan sebagian besar adalah tidak bekerja, prosentase tersebut menunjukkan bahwa ibu primigravida yang akan melakukan persalinan mempunyai kegiatan dirumah saja, sehingga ibu banyak waktu untuk melakukan persiapan persalinan.

Dari ketiga artikel jurnal yang telah direview menunjukkan hasil nilai rata-rata pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi massage effleurage adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Distribusi rata-rata respon nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage* (n=63)

Variabel Respon Nyeri	Mean
Sebelum	7,8
Sesudah	6,3

Berdasarkan tabel diatas nilai mean sebelum dilakukan massage effleurage adalah 7,8 termasuk kategori nyeri sedang, dan setelah dilakukan massage effleurage nilai mean turun menjadi 6,3 (nyeri sedang).

## Pembahasan

Studi yang dilakukan oleh *National Birthday Trust* terhadap 1000 wanita menunjukkan 90% wanita merasakan manfaat relaksasi dan untuk mengetahui pengaruh *massage effleurage* terhadap pengurangan rasa nyeri pada persalinan Kala I Fase Aktif. Berdasarkan ketiga artikel menyebutkan bahwa ibu bersalin mengalami nyeri persalinan dengan skala 6-7 yaitu termasuk kedalam nyeri sedang dan nyeri berat, dan ibu bersalin mengalami nyeri pada bagian perut. Hasil analisis data dari ketiga artikel tersebut menunjukkan rata-rata respon nyeri persalinan kala I dapat berkurang dengan melakukan tindakan *massage effleurage*. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu bahwa *Massage effleurage* atau tindakan mengusap-usap abdomen secara perlahan, seiring dengan pernafasan saat kontraksi, dapat digunakan untuk mengalihkan pikiran ibu, supaya ibu tidak memusatkan perhatiannya pada nyeri saat kontraksi. Pada kala I fase aktif mayoritas responden mengalami nyeri berat sehingga peneliti tertarik untuk memberikan terapi non farmakologis yaitu dengan melakukan *massage*

*effleurage* pada abdomen untuk meredakan nyeri persalinan kala I fase aktif<sup>(8)</sup>

Ketiga artikel penelitian ini memiliki persamaan yaitu menggunakan teknik non-farmakologis untuk membantu menurunkan dan mengurangi nyeri pada ibu bersalin. Intervensi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri pada ibu bersalin tersebut adalah terapi *massage effleurage*. *Effleurage* merupakan salah satu metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri selama persalinan, dimana nyeri itu.<sup>(9)</sup>

Responden dengan nyeri persalinan kala I hampir sebagian besar beranggapan bahwa *massage effleurage* merupakan cara alternatif untuk menurunkan skala nyeri persalinan kala I, hampir sebagian responden menyatakan bahwa *massage effleurage* selain mudah dilakukan juga tidak memerlukan banyak biaya dan *massage effleurage* memberikan efek relaksasi tersendiri bagi responden dengan nyeri persalinan kala I. meskipun dari hasil penelitian *massage effleurage* dapat mempengaruhi pengurangan tingkat nyeri persalinan, tetapi didapatkan juga

responden yang tidak memiliki pengaruh pengurangan atau penambahan tingkat nyeri sesudah dilakukan *massage effleurage*, hal ini karena faktor persepsi atau toleransi terhadap nyeri yang berbeda-beda. Ibu dalam keadaan nyeri yang tidak percaya bahwa mereka mempunyai kontrol/kendali terhadap nyeri, akan dapat meningkatkan kecemasan dan ketakutannya yang kemudian menyebabkan ibu stress, dan tegang selama kontraksi, hal ini yang dapat menyebabkan gagalnya pemberian *massage effleurage* <sup>(10)</sup>

Penurunan nilai nyeri ditemukan secara signifikan lebih besar pada kelompok *massage efflurage* dibandingkan dengan kelompok kontrol ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa *massage efflurage* lebih baik daripada kelompok kontrol. Pijat ditujukan untuk mempengaruhi sistem motorik, saraf dan kardiovaskular, memicu istirahat dan relaksasi di seluruh tubuh dan pernapasan. Selain itu, pemijatan juga bertujuan untuk mengembalikan aliran vena dan getah bening, menstimulasi reseptor sensorik di kulit dan sub kulit untuk mengurangi rasa nyeri. Begitu juga hormon relaxin berfungsi untuk mengendurkan ligamen di panggul

untuk proses persalinan, hormon ini juga melemaskan ligamen penyangga tulang belakang sehingga memberikan relaksasi <sup>(11)</sup>.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian menunjukkan pengaruh yang bermakna. Hasil dari penelitian ini menunjukkan keefektifan dalam perlakuan *massage effleurage* yang dilakukan dengan adanya penurunan nyeri persalinan pada kala I. Dapat dilihat dari nilai signifikansi dari penelitiannya  $p=0,000$  yang berarti terdapat pengaruh *massage effleurage* untuk menurunkan nyeri persalinan kala I. <sup>(12)</sup>

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Priharyanti yaitu terdapat pengaruh *massage effleurage* terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif di Rumah Sakit Tugu Rejo Semarang dengan nilai  $p$  *value*=0,000. <sup>(13)</sup>

*Massage effleurage* merupakan suatu metode non farmakologi yang merupakan salah satu teknik menghilangkan rasa sakit yang paling efektif. *Massage effleurage* merupakan manipulasi sistematis jaringan lunak terutama otot, tendon dan kulit. Hal ini

juga berguna untuk melemaskan otot-otot yang tegang dan menimbulkan relaksasi <sup>(14)</sup>

Hasil penelitian ini Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Amaliah 2018, yang menunjukkan hasil bahwa *massage effleurage* tidak memiliki pengaruh dalam menurunkan nyeri persalinan diduga karena peningkatan nyeri persalinan yang sangat kuat di kala I fase aktif.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Organization WH. *Trends in maternal mortality 2000 to 2017: estimates by WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and the United Nations Population Division*. 2019;
2. Wahyuni S, Wahyuningsih E. *Pengaruh Massage effleurage terhadap Tingkat Nyeri*
3. Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Dinas Kesehatan Provinsi kepulauan Riau tahun 2019
4. Suriani, Ela Nuraini, N. A. S. (2019). *Pengaruh Teknik Massage Back-Effleurage Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Di Klinik Bersalin Kurnia Kecamatan Delitua Kabupaten Deli Serdang*. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(1), 24–29
5. Intan Gumilang Pratiwi, M. W. D. (2019). *Studi Literatur : Metode Non Farmakologis Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Menggunakan Efflurage Massage*. *Jurnal Kesehatan*
6. Susiana Sali. 2019. *Angka Kematian Ibu Faktor Penyebab dan Penangannya*. Info Singkat : Jakarta Pusat.
7. Lante, Nurdiana, 2019, *Pengaruh Massage effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I di Ruang Poned Puskesmas Kalumata, Ternate*, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2019
8. Priharyanti dan Prasita, 2019, *Pengaruh Massage effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di Ruang Bougenville, Semarang*
9. Setianto, R. (2017). *Pengaruh Massage effleurage Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri pada Persalinan Kala I Fase Aktif di*

- Wilayah Kerja Puskesmas Kemalang. Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*
10. Risnawati. 2020. *Penerapan Effleurage Massage Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*. Poltekkes Kemenkes Palembang: Palembang
  11. Magfirah dan Idwar, 2020, *Metode Massage Efflurage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I*, Jurnal Kebidanan Vol. 8 No.4, Oktober 2020 :481-484
  12. Fibriana AI, Azinar M. *Model kelas ibu hamil untuk pemetaan risiko kehamilan dan pencegahan komplikasi persalinan*. J Abdimas. 2016;20(1):11–8.
  13. Astuti, T.2008. *Efektifitas Paket “Materna” Terhadap Rasa Nyeri dan Lamanya Kala I Persalinan Ibu Primipara di Bandar Lampung*. Tesis
  14. Wulan, S., Soejoenoes, A., M, S. W., Hidayat, S. T., Widyawati, M. N., & Gurusinga, R. (2017). *The Effect of Effleurage and Abdominal Lifting Massage in the Labor Pain*, 1–3.  
<https://doi.org/10.5455/medscience.2017.06.8670>
  15. Wahyuni S, Wahyuningsih E. *Pengaruh Massage effleurage terhadap Tingkat Nyeri*.