

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 1 No. 4	Edition: Juni 2021 - September 2021
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh</a>	
Received : 27 September 2021	Revised: -----	Accepted: 29 September 2021

## PENYULUHAN TENTANG TEKNIK PIJAT *EFFLEURAGE* TERHADAP PENGURANGAN RASA NYERI PERSALINAN KALA I

### Education On Effleurage Massage Techniques To Reduce The Pain Of Labor Pain

Septa Dwi Insani<sup>1</sup>, Husna Sari<sup>2</sup>, Marlen Sadrina Sitepu<sup>3</sup>, Erlina Hayati<sup>4</sup>, Mutiara Dwi Yanti<sup>5</sup>,  
Tetty Junita Purba<sup>6</sup>

Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : [septadwiin@gmail.com](mailto:septadwiin@gmail.com), [husnasarisitorus@gmail.com](mailto:husnasarisitorus@gmail.com),

[marlensitepu05maret1988@gmail.com](mailto:marlensitepu05maret1988@gmail.com), [erlinahayati41@gmail.com](mailto:erlinahayati41@gmail.com), [mutiaradwi0392@gmail.com](mailto:mutiaradwi0392@gmail.com),  
[tettyjunita88@gmail.com](mailto:tettyjunita88@gmail.com)

#### **Abstract**

*The research was aimed at to understand the effect massage Back-Effleurage technique to reduce labor pain at first stage in the Kurnia's maternity clinic Delitua district Deli Serdang Regency. The research using quantitative analytical methods with a Quasi-Experimental research design with a One Group Pretest-Posttest approach. The data collection technique used an observation sheet. This massage Back-Effleurage technique is carried out for 20 minutes/hour during contractions. The sampling technique used was Total Sampling method. Paired Sample T Test is used for data analysis. The population in this research were 25 pregnant women who entered the Trimester III as many as 25 of pregnant women. The result of this research showed that giving the massage Back-Effleurage technique on the abdomen in the Kurnia's maternity clinic can reduce labor pain from the one the mother experiences with moderate pain become mild pain and mother who experiences severe pain become moderate pain with p value = 0,000 (p<0,05). It can concluded the there is a significant effect by giving massage Back-Effleurage techniques to reduce labor pain at first stage*

**Keywords:** First stage of labor, Labor pain, Massage Back-Effleurage technique

#### **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Teknik Massage Back-Effleurage Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I di Klinik Bersalin Kurnia Kecamatan Delitua Kabupaten Deli Serdang. Penelitian ini menggunakan Metode Analitik Kuantitatif dengan desain penelitian Quasy-Eksperimen dengan pendekatan One Group Pretest-Posttest. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi. Teknik Massage Back-Effleurage ini dilakukan selama 20 menit/jam selama kontraksi. Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu Hamil yang memasuki Trimester III sebanyak 25 Ibu Hamil. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Metode Total Sampling. Analisis data menggunakan Uji Paired Sample T Test. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa pemberian Teknik Massage Back-Effleurage pada bagian perut di Klinik Bersalin Kurnia dapat menurunkan rasa nyeri persalinan dari ibu yang mengalami nyeri sedang menjadi nyeri ringan dan ibu yang mengalami nyeri hebat menjadi nyeri sedang dengan nilai p value = 0,000 (p<0,05). Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan diberikannya Teknik Massage Back-Effleurage terhadap pengurangan nyeri persalinan Kala I*

**Kata Kunci :** Kala I Persalinan, Nyeri Persalinan, Teknik Massage Back-Effleurage

## 1. PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis normal yang dapat dilakukan tanpa komplikasi bagi sebagian besar wanita dan bayi. Namun, penelitian menunjukkan sebagian besar wanita hamil yang sehat menjalani setidaknya satu intervensi klinis selama persalinan dan kelahiran. Mereka juga sering menjadi sasaran intervensi rutin yang tidak perlu dan berpotensi berbahaya (WHO, 2018).

Pengalaman melahirkan merupakan masalah subjektif dan multidimensi dan setiap wanita melewatinya dengan cara yang berbeda. Hal ini adalah salah satu episode terindah dalam kehidupan seorang ibu, terkait dengan kegembiraan, kebanggaan dan perayaan. Namun, persalinan juga terkait dengan emosi egatif yaitu ketakutan, kecemasan, rasa aman ang rendah dan ekspektasi rasa sakit (Karlsdottir dkk, 2015). Nyeri yang berkaian dengan persalinan merupakan hal yang berbeda dari pengalaman nyeri lainnya. Pada persalinan yang tidak rumit, peningkatan rasa sakit sebagai sinyal merupakan hal yang bukan patologis, melainkan kemajuan menuju kelahiran bayi (Whitburn dkk, 2017).

Manajemen nyeri persalinan tidak hanya menjadi perhatian penting bagi calon ibu tetapi juga merupakan tantangan besar dalam pengobatan modern. Berbagai teknik pereda nyeri persalinan farmakologis dan nonfarmakologis saat ini tersedia untuk wanita hamil. Salah satu teknik nonfarmakologi meliputi teknik pijat (Sulima, 2013). Banyak dari pasien bersalin juga menghargai metode pereda nyeri nonfarmakologis, karena dapat memungkinkan mereka untuk mengalami persalinan dengan cara yang lebih alami (Karlsdottir dkk, 2015).

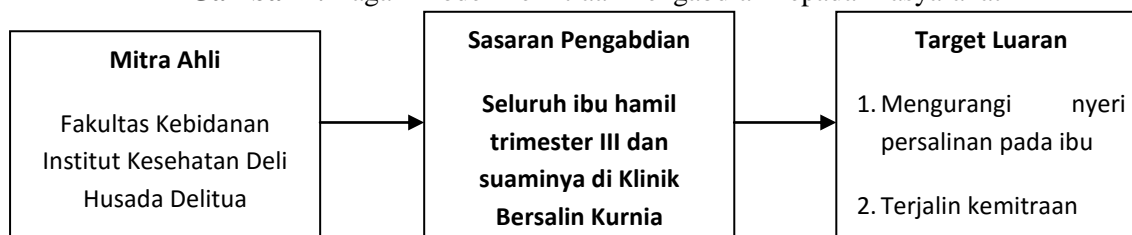
Sebagian besar ibu bersalin mengharapkan untuk mendapatkan penghilang rasa sakit yang efektif selama persalinan (Lindholm dan Hildingsson, 2015). Dan tujuan dalam praktik kebidanan adalah untuk memilih metode yang akan mengurangi rasa sakit ke tingkat di mana ibu bersalin mampu mengatasinya (Czech dkk, 2018).

Manfaat pijat dapat meningkatkan penghilang rasa sakit dan memberikan kontak fisik dengan wanita bersalin sehingga berpotensi memberikan perasaan relaksasi dan mengurangi stress emosional (Hansley, Collins dan Leezer, 2017). Selain itu, manfaat pijat Effleurage ini yaitu dapat meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan aliran balik vena dan limfatik, menghangatkan otot perut dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental sehingga memberikan distraksi yang menyenangkan dan menenangkan untuk manajemen nyeri persalinan (Bolbol-Haghighi, Masoumi dan Kazemi, 2017). Serta dapat membantu melepaskan kejang otot, endorfin endogen dan rangsangan sensorik yang dapat mengesampingkan sinyal rasa sakit. Pijat ini menggunakan telapak tangan di daerah perut ibu bersalin dan dilakukan pemijatan sesuai dengan pernapasan selama kontraksi (Sri dkk, 2017).

## 2. METODE

Pendekatan penyelesaian masalah adalah dengan membangun kemitraan dengan kelompok ibu hamil trimester III dan suaminya di Klinik Bersalin Kurnia Kecamatan Delitua Kabupaten Deli Serdang. Untuk menjalankan kemitraan ini, dilakukan penyuluhan kepada ibu hamil trimester III dan suaminya. Tim terdiri dari dosen Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Deli Husada Delitua

**Gambar 1.** Bagan Model Kemitraan Pengabdian kepada Masyarakat



### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### a. Mitra

Mitra pengabdian masyarakat dalam kegiatan ini adalah Ibu hamil trimester III dan suaminya yang berada di wilayah Delitua sejumlah 25 orang. Ibu hamil trimester III dan suaminya mengikuti penyuluhan mengenai manfaat massage *Back-Effleurage* untuk mengurangi rasa nyeri ketika bersalin pada kala I. Kegiatan ini dilakukan di Klinik Bersalin Kurna pada saat ibu melakukan *Antenatal Care*.

#### b. Lokasi

Lokasi penyuluhan dilakukan di Klinik Bersalin Kurnia. Pemilihan lokasi mempertimbangkan dari banyaknya ibu hamil pada bulan Maret 2021. Lokasi cukup luas dan memadai dilakukannya pengabdian. Lokasi juga strategis mudah dijangkau oleh ibu hamil.

#### c. Tim pelaksana

Pelaksanaan pengabdian dilakukan oleh ketua tim dan 5 anggota penelitian. Ketua dan anggota masing-masing memiliki tugas dan tanggung jawab.

#### d. Kegiatan

Pengabdian dilakukan dengan perkenalan kepada ibu hamil trimester III dan suaminya sebagai peserta. Sebelum dilakukan penyuluhan, tim memberikan pertanyaan terkait nyeri pada persalinan. Materi diberikan oleh tim selama 300 menit, yaitu 5 menit pendahuluan berupa perkenalan dari tim, 10 menit penyampaian materi, 10 menit sesi tanya jawab dan 5 menit penutup.

#### e. Evaluasi

Penyuluhan berjalan dengan lancar, ibu hamil dan suaminya mengerti tentang manfaat massage *Back-Effleurage*. Ibu hamil dan suaminya begitu antusias akan massage *Back-Effleurage*. Hal ini dibuktikan dengan terdapat 5 orang suami yang bertanya seputar materi penyuluhan.

### 4. KESIMPULAN

Pentingnya dilakukan kegiatan penyuluhan tentang manfaat massage *Back-Effleurage* guna mengurangi rasa nyeri pada saat bersalin terutama pada kala I.

### DAFTAR PUSTAKA

- Bolbol-Haghighi, N., Masoumi, S.Z., dan Kazemi, F. 2016. *Effect of Massage Therapy on Duration of Labour: A Randomized Controlled Trial*. Journal of Clinical and Diagnostic Research: JCDR, 10 (4), QC12
- Czech, I., Fuchs P., Fuchs, A., Lorek, M., Tobolska-Lorek, D., Drosdzol-Cop, A., dan Sikora, J. 2018. *Pharmacological and Non-Pharmacological Methods of Labour Pain Relief-Esablishment of Effectiveness and Comparison*. International Journal of Environmental Research and Pblc Health

- Hansley, J.G., Collins, M.R dan Leezer, C.L. 2017. *Pain Management in Obstetrics*. Critical Care Nursing Clinics, 29\_4), 471-485
- Karlsdottir , S.I., Sveinsdottir, H., Olafsdottir, O.A., Kristjansdottir, H. 2015. *Pregnant Women's Expectations about Pain Intesity during Childbirth and Their Attitudes Towards Pain Management: Findings from a Icelandic National Study*. Sex Reprod. Health, 211-218
- Lindholm, A., Hildingsson, I. 2015. *Women's Preferences and Received Pain Relief in Childbirth. A Prospective Longitudinal Study in A Northern Region of Sweden*. Sex Reprod. Health, 6, 74-81
- Sri, W., Soejoenoes, A., Wahyuni, S., Thaufik, S., Nurul, M., dan Gurusinga, R. 201. *The Effect of Effleurage and Abdominal Lifting Massage in The Labor Pain*. International Medical Journal. 7 (1)
- Sulima, M. 2013. *Alternatywne Metody Lagodzenia Bolu Porodowego*. Eur J. Med. Tecno. 1,32-38
- Whitburn, L.Y., Jone, L.E., Davevy, M-A dan Small, R. 2017. *The Meaning of Labour Pain: How The Social Environment and Other Contextual Factors Shape Women's Experiences*. BMC Pregnancy Chilbirth; 17 (1):157
- WHO, 2018. *Individualized, Supportive Care Key to Positive Childbirth Experience*.