



STUDI LITERATURE TENTANG EFEK EFFLEURAGE MASSAGE TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

Novidia Mardiani, Herawati Masur*, Arika Indah Setyarini

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang, Jl. Besar Ijen No.77C, Oro-oro Dowo, Kec. Klojen, Kota Malang, Jawa Timur 65119, Indonesia

*herawatimansur@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Sebagian besar (90%) wanita mengalami nyeri yang hebat selama proses persalinan. Nyeri pada persalinan merupakan proses fisiologis yang normal. Nyeri yang tidak segera diatasi dapat meningkatkan angka kematian ibu dan bayi. Salah satu metode non farmakologi yang sangat efektif dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan adalah metode *effleurage massage* dimana *massage* ini dapat merangsang hormon endorfin yang berfungsi sebagai relaksasi sehingga ibu dapat merasakan pengurangan rasa nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh *effleurage massage* terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Desain penelitian ini yaitu *Literature Review*. Artikel di telusuri melalui database akademik *Google scholar* dan *ResearchGate*, menggunakan kata kunci *massage effleurage*, *labor pain*, nyeri persalinan, nyeri kala I fase aktif. Artikel jurnal terseleksi berjumlah sepuluh mulai tahun 2017-2019, yang membahas tentang pengaruh *effleurage massage* terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di berbagai wilayah di Indonesia. Setelah dilakukan *Literature Review* ditemukan bahwa Setelah dilakukan intervensi pada ibu bersalin kala I fase aktif persalinan didapatkan bahwa skala nyeri yang dialami oleh ibu sebagian besar menjadi rendah-sedang, sehingga *Massage Effleurage* sangat berpengaruh untuk mengurangi dan menurunkan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif persalinan. Dalam hal ini tenaga kesehatan sangat berperan penting untuk melakukan intervensi kepada ibu bersalin dengan asuhan sayang ibu dengan cara mengurangi rasa nyeri saat bersalin menggunakan teknik *massage effleurage* yang terbukti dapat mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif setelah dilakukan identifikasi pada 10 artikel jurnal yang telah didapatkan oleh peneliti.

Kata kunci: *effleurage massage*; kala I fase aktif; nyeri persalinan

LITERATURE STUDY OF THE EFFECTS OF EFFLEURAGE MASSAGE ON LABOR PAIN DURING THE ACTIVE PHASE I

ABSTRACT

Most (90%) women experience severe pain during labor. Pain during labor is a normal physiological process. Pain that is not treated immediately can increase maternal and infant mortality. One of the most effective non-pharmacological methods to reduce labor pain is the effleurage massage method where this massage can stimulate endorphins which function as relaxation so that mothers can feel pain reduction. This study aims to identify the effect of effleurage massage on labor pain in the first stage of the active phase. The design of this research is Literature Review. Articles were searched through Google scholar and Research Gate academic databases, using the keywords massage effleurage, labor pain, labor pain, active phase I pain. There are ten selected journal articles from 2017-2019, which discuss the effect of effleurage massage on labor pain in the active phase I in various regions in Indonesia. After conducting a Literature Review, it was found that after intervention in the first stage of labor in the active phase of labor, it was found that the pain scale experienced by the mother was mostly low-moderate, so Massage Effleurage was very influential in reducing and reducing labor pain in the first stage of the active phase of labor. In this case, health workers play an important role in intervening in maternity mothers with maternal care by reducing pain during childbirth using the effleurage massage technique which is proven to reduce pain in pregnant women in the active phase after identification in 10 journal articles that have been published. obtained by researchers.

Keywords: effleurage massage, labor pain, stage I active phase

PENDAHULUAN

Nyeri pada persalinan merupakan proses fisiologis. Saat proses persalinan otot-otot Rahim mengalami kontraksi sehingga mukut rahim mengalami peregangan dan pelebaran hal ini yang mendorong bayi untuk bisa keluar. Kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri persalinan pada saat kala I fase laten dan mulai merasakan sakit yang hebat pada kala I fase aktif karena rahim berkontraksi semakin lama semakin sakit dan semakin sering untuk mengeluarkan hasil konsepsi (Bobak, Laudermilk, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian di Inggris terhadap ibu bersalin mengungkapkan bahwa 93,5% wanita menganggap nyeri persalinan sebagai nyeri yang hebat. Sementara itu di Filandia 80% mendeskripsikan sebagai nyeri yang hebat dan tidak dapat ditoleransi. (Ebirim, L. N., Buowari, O. Y., & Ghosh, 2012). Sedangkan di Indonesia sendiri menurut penelitian yang dilakukan oleh Sri Rahayu, dkk di Puskesmas Halmahera, Kota Semarang. Di Puskesmas Halmahera telah dilakukan survey awal yang dilakukan pada 10 ibu bersalin pada bulan Agustus 2019 menyatakan merasakan nyeri persalinan pada kala I dan belum pernah dilakukan pengukuran rasa nyeri oleh bidan (Rahayu, 2020).

Menurut penelitian (Fauzia Laili, 2012) di Polindes Padusan di Kabupaten Mojokerto, terdapat 8 ibu bersalin, menunjukkan 5 ibu bersalin (62,5%) yang mengeluhkan nyeri yang berat. Sedangkan 3 ibu bersalin lainnya (37,5%) mengeluhkan nyeri ringan dan ibu masih sanggup berkomunikasi dengan baik, pernafasan normal, dan ibu tidak menunjukkan ketegangan otot yang berlebihan. Menurut (Wahyuningsih, 2014) nyeri yang tidak segera diatasi dapat meningkatkan angka kematian ibu dan bayi, karena nyeri menyebabkan pernapasan dan denyut jantung ibu akan meningkat sehingga aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu. Seorang ibu bisa bersalin normal atau harus dilakukan sebuah tindakan karena menderita suatu penyakit atau dikarenakan nyeri hebat bisa ditentukan mulai dari saat kala I fase aktif, oleh karena itu oengawasan dan penanganan nyeri persalinan pada kala I sangat penting.

Nyeri pada saat persalinan semakin bertambah kuat seiring dengan bertambahnya pembukaan. Puncak nyeri terjadi pada fase aktif dipembukaan 4-10cm dan berlangsung sekitar 12 jam untuk primipara, dan 8 jam untuk multipara (Sondakh, 2013). Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stress. Stress dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama (Maryunani, 2010). Upaya yang bisa digunakan untuk menurunkan rasa nyeri persalinan baik secara farmakologis maupun non farmakologis, salah satu metode non farmakologi yang sangat efektif dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan adalah metode *effleurage massage* dimana *massage* ini dapat merangsang hormon endorfin yang berfungsi sebagai relaksasi sehingga ibu dapat merasakan pengurangan rasa nyeri yang dirasakan. Bidan mempunyai peran yang sangat besar dalam mengurangi nyeri non farmakologi. (Gadysa, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh (Risneni, 2019) di klinik bidan mandiri, Lampung. Dengan judul "*The Effects of Effleurage Massage and Abdominal Lifting Massage to Reduce Pain in the First Stage of Labor Process*" dinyatakan bahwa Ada perbedaan yang signifikan antara *effleurage massage* dibandingkan dengan *abdominal lifting* dalam mengurangi nyeri pada kala I persalinan. Perawatan *effleurage massage* lebih efektif dalam mengurangi rasa sakit pada kala I proses persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh (Ellysilawati, 2018) di BPM Eva Repelita Amd.Keb dan BPM Rusmalanita Amd.Keb dengan judul "Efektivitas Pemberian Teknik

Massage Effleurage Dan Teknik *Massage Conterpressure* Terhadap Rasa Nyeri Persalinan Normal Pada Primigravida Di Langsa Tahun 2017” di dapatkan hasil bahwa teknik *Effleurage Massage* lebih efektif daripada *Conterpressure* dalam mengurangi nyeri persalinan selama kala I fase aktif persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh (Wahyu Ersila, Lia Dwi Prafitri, 2019) dengan judul “Perbedaan Efektivitas *Massage Effleurage* Dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Persalinan Di Puskesmas Kabupaten Pekalongan” di dapatkan hasil bahwa *Massage Effleurage* lebih efektif untuk menurunkan nyeri persalinan dibanding tindakan kompres dingin pada ibu bersalin kala I fase aktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh *effleurage massage* terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif.

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Studi Literature Efek Tentang *Effleurage Massage* Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif” untuk meningkatkan pengetahuan tenaga kesehatan terutama bidan, ibu serta pendamping persalinan untuk melakukan asuhan sayang ibu dalam memberikan *effleurage massage* untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan ibu saat persalinan kala I fase aktif terutama saat terjadi pembukaan persalinan.

METODE

Desain penelitian ini yaitu *Literature Review* dengan metode *Traditional Review* dimana paper-paper ilmiah yang direview dipilih sendiri oleh peneliti. Artikel di telusuri melalui database akademik *Google scholar* dan *ResearchGate*, menggunakan kata kunci *massage effleurage*, *labor pain*, nyeri persalinan, nyeri kala I fase aktif. Artikel jurnal terseleksi berjumlah sepuluh tahun 2017-2019, yang membahas tentang pengaruh *effleurage massage* terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di berbagai wilayah di Indonesia.

HASIL

Tabel 1.
Karakteristik Studi

Kategori (n=10)	f (%)
Tahun Publikasi	
2019	3 (30)
2018	1 (10)
2017	6 (60)
Tempat Studi	
Pulau Jawa	8 (80)
Luar Pulau Jawa	2 (20)
Desain Penelitian	
Quasi Experimental	8 (80)
Pre Ekperiment	1 (10)
Ekperiment Study	1 (10)
Jumlah Responden	
Dibawah 30	2 (20)
30 orang	3 (30)
Diatas 30	5 (50)
Teknik Sampling	
Purposive Sampling	4 (40)
Total Sampling	1 (10)
Accidental Sampling	1 (10)
Simple random	2 (20)

Kategori (n=10)	f (%)
Consecutive Sampling	2 (20)
Skala Nyeri NRS	10 (100)
Uji Statistik	
T-test	5 (50)
Wilcoxon	4 (40)
ANOVA	1 (10)

Tabel 1 karakteristik studi diatas mayoritas jurnal yang ditemukan oleh peneliti tahun publikasi yaitu pada tahun 2017 (60%) dengan mayoritas tempat studi di wilayah pulau jawa (80%). Desain penelitian yang digunakan yang didapatkan oleh peneliti sebagian besar yaitu *Quasi Experimental* (80%) dengan jumlah responden mayoritas diatas 30 orang (50%) dan teknik sampling yang sering digunakan yaitu *purposive sampling* (40%). Sedangkan pengukuran skala nyeri yang digunakan oleh kesepuluh jurnal yang telah didapatkan semuanya menggunakan skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*) (100%) dan uji statistic yang digunakan sebagian besar yaitu *Uji T-test* (50%) dan *Wilcoxon* (40%).

Tabel 2.

Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum dan Sesudah diberikan *Effleurage Massage*

Artikel Jurnal	<i>Massage Effleurage</i>	
	Sebelum	Sesudah
Herinawati, 2019	(Sedang-berat) Sedang = 16 Berat = 14	(Ringan-berat) Ringan = 17 Sedang = 10 Berat = 3
Sri Lestari, 2019	(Sedang-berat) Sedang = 8 Berat = 30	(Ringan-berat) Ringan = 12 Sedang = 22 Berat = 4
Nurhamida Fithri, 2018	(Ringan-sangat berat) Ringan = 1 Berat = 8 Sangat berat = 1	(Ringan-sedang) Ringan = 4 Sedang = 6
Dewi Hartinah, Sri Karyati, 2017	Sedang = 11	(Ringan-sedang) Ringan = 3 Sedang = 8
Rosalinna, 2017	(Ringan-berat) Ringan = 1 Sedang = 22 Berat = 7	(Ringan-berat) Ringan = 8 Sedang = 20 Berat = 2
Khomsah, Agus Suwandono, 2017	(Sedang-berat) Sedang = 23 Berat = 10	(Ringan-sedang) Ringan = 13 Sedang = 20
Retty Nirmala Santiasari, dkk 2018	(Sedang-sangat berat) Sedang = 40 Berat = 20 Sangat berat = 8	(Sedang-berat) Sedang = 55 Berat = 13
Sri wulan, dkk 2017	(Sedang-berat) Sedang = 31 Berat = 5	(Ringan-sedang) Ringan = 16 Sedang = 20

Artikel Jurnal	<i>Massage Effleurage</i>	
	Sebelum	Sesudah
Flora Honey Darmawan, 2019	Berat = 15	Ringan = 15
Ariu Dewi Yanti, 2017	(Berat-sangat berat) Berat = 13 Sangat berat = 2	Sedang = 15

Tabel 2 dapat dilihat bahwa penelitian yang dilakukan oleh (Herinawati, Titik Hindriati, 2019) dihasilkan bahwa terdapat 14 responden dengan nyeri sangat berat, 16 responden dengan nyeri sedang dan tidak ada responden yang merasakan nyeri ringan sebelum dilakukan *effleurage massage*. Dimana pada umumnya secara objektif responden mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri dengan tepat dan dapat mendeskripsikan nyeri, klien dapat mengikuti perintah dengan baik. Tidak ada satupun responden yang merasakan nyeri persalinan sebagai nyeri yang ringan sebelum dilakukan *massage effleurage*. Setelah diberikan *massage effleurage* sebagian dari responden merasakan nyeri ringan 17 orang, selebihnya merasakan nyeri sedang 10 orang dan nyeri berat 3 orang.

Tabel 3.
 faktor-faktor yang ditemukan pada responden penelitian

Artikel Jurnal	Faktor-faktor yang ditemukan
Herinawati, 2019	Usia dan paritas
Sri Lestari, 2019	Usia dan pendidikan
Nurhamida Fithri, 2018	Usia, pekerjaan, dan pendidikan
Dewi Hartinah, Sri Karyati, 2017	Usia, paritas, agama, pekerjaan dan pendidikan
Rosalinna, 2017	Usia, paritas, pekerjaan, dan pendidikan
Khomsah, Agus Suwandono, 2017	Usia, paritas, pekerjaan, dan pendidikan
Retty Nirmala Santiasari, dkk 2018	Usia, paritas, pekerjaan dan pendidikan
Sri wulan, dkk 2017	Usia dan pendidikan
Flora Honey Darmawan, 2019	Usia, pekerjaan dan pendidikan
Ariu Dewi Yanti, 2017	Usia, paritas, pendamping persalinan, dan pendidikan

Tabel 3 dapat dilihat bahwa pada kesepuluh artikel jurnal yang ditemukan oleh peneliti semua artikel jurnal mendapatkan bahwa usia, paritas, pekerjaan, dan pendidikan sebagai faktor-faktor yang terdapat pada responden penelitian.

PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan oleh (Sri Lestari, 2019) menyatakan bahwa sebelum diberikan *massage effleurage* sebagian besar ibu bersalin mengalami nyeri berat sebanyak 30 orang, dan sisanya mengalami nyeri sedang sebanyak 8 orang dengan jumlah responden sebanyak 38 orang. Setelah dilakukan *massage effleurage* sebagian besar dengan intensitas nyeri ringan 12 orang, nyeri sedang yaitu 22 orang dan nyeri berat 4 orang. Penelitian yang dilakukan oleh (Nurhamida Fithri, 2018) menyatakan bahwa hasil pengukuran intensitas nyeri sebelum diberikan intervensi *massage effleurage* diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri ringan 1 orang, berat 8 orang dan sangat berat 1 orang dengan jumlah responden sebanyak 10 orang. Sedangkan setelah diberikan intervensi *massage effleurage* didapatkan bahwa responden mengalami nyeri ringan 4 orang dan sedang 6 orang.

Penelitian yang dilakukan oleh Hartinah Karyati (2017) dengan jumlah responden sebanyak 11 orang, sebelum dilakukan intervensi *massage effleurage* didapatkan hasil bahwa 11 orang mengalami nyeri sedang. Setelah dilakukan intervensi *massage effleurage* didapatkan hasil bahwa responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 3 orang sedangkan yang mengalami nyeri sedang sebanyak 8 orang. Penelitian yang dilakukan oleh Rosalinna (2017) menyatakan bahwa sebelum diberikan *massage effleurage* responden yang mengalami nyeri ringan 1 orang, nyeri sedang 22 orang, nyeri berat 7 orang dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Terjadi penurunan tingkat nyeri setelah dilakukan *massage effleurage* yaitu hanya 2 orang mengalami nyeri berat, 8 orang mengalami nyeri ringan dan sebanyak 20 orang mengalami nyeri sedang.

Penelitian yang dilakukan oleh Khomsah dan Suwandono (2017) didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan *massage effleurage* pada 33 responden mengalami nyeri sedang 23 orang dan berat 10 orang. Namun setelah dilakukan *massage effleurage* didapatkan bahwa responden mengalami nyeri ringan ada 13 orang dan sedang 20 orang. Penelitian yang dilakukan oleh Santiasari, Nurdiati, dan Lismidiati (2018) didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan intervensi *massage effleurage* terdapat responden yang mengalami nyeri sedang 40 orang, berat 20 orang hingga sangat berat 8 orang terhadap 68 responden. Namun setelah dilakukan intervensi *massage effleurage* responden mengalami nyeri sedang sebanyak 55 orang hingga berat menjadi 13 orang pada 68 responden.

Penelitian yang dilakukan oleh Wulan, Soejoenoes, Wahyuni, Hidayat, Widyawati (2017) didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan *massage effleurage* pada responden sebanyak 36 orang dengan bahwa responden mengalami nyeri sedang 31 orang dan berat 5 orang. Namun setelah dilakukan *massage effleurage* pada responden sebanyak 36 orang dengan hasil responden mengalami nyeri ringan 16 orang dan sedang 20 orang. Penelitian yang dilakukan oleh (Darmawan, 2019) sebelum diberikan *massage effleurage* didapatkan hasil bahwa 15 orang responden mengalami nyeri berat. Namun setelah dilakukan *massage effleurage* didapatkan hasil bahwa 15 orang responden mengalami nyeri ringan. Penelitian yang dilakukan oleh Yanti (2017) sebelum diberikan *massage effleurage* didapatkan hasil bahwa 15 orang responden mengalami nyeri berat 13 responden hingga sangat berat 2 responden. Namun setelah dilakukan *massage effleurage* didapatkan hasil bahwa 15 orang responden mengalami nyeri sedang.

Beberapa artikel jurnal yang ditemukan faktor-faktor yang terdapat pada responden sangat berpengaruh dalam mengartikan nyeri yang dirasakannya ibu bersalin kala I fase aktif. Seperti contohnya paritas, paritas sangat menentukan nyeri yang akan dirasakan ibu bersalin. Ibu bersalin primipara dan multipara akan berbeda dalam menanggapi nyeri yang dirasakan. Ibu bersalin primipara akan lebih tidak tahan mengatasi nyeri yang dirasakan saat persalinan karena belum pernah merasakan nyeri yang dialaminya, dan biasanya ibu bersalin primipara lebih cemas dan panik akan persalinan pertamanya, berbeda dengan ibu bersalin multipara, meskipun mungkin ibu masih tidak tahan terhadap nyeri yang dirasakannya. Namun biasanya ibu dengan multipara akan sedikit tenang mengatasi nyeri yang dirasakannya. Wanita primipara mengalami persalinan yang lebih panjang, dibandingkan dengan multipara. (Hutahaean, 2009) menyatakan bahwa antara persalinan yang satu dengan berikutnya berbeda tingkatan nyeri yang dirasakan. Kekuatan kontraksi lebih besar selama kala I persalinan, hal ini bisa terjadi karena pada ibu primipara untuk meregangkan serviks membutuhkan tenaga yang lebih besar.

Penelitian Rusdiatin (2007) menyebutkan bahwa pada primipara cenderung mengalami nyeri ringan sedangkan multipara mengalami tingkat nyeri sedang. Hal ini diakibatkan karena ibu multipara sudah pernah melakukan persalinan, sehingga pada persalinan berikutnya ibu sudah mempersiapkan diri. Pernyataan di atas didukung oleh penelitian Komariah (2005) yang menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan adalah paritas. Selain hal di atas nyeri pada saat bersalin juga dipengaruhi oleh mekanisme pembukaan serviks. Pada multipara ostium uteri internum maupun eksternum dan penipisan serta pendataran serviks terjadi secara bersamaan sehingga nyeri lebih ringan sedangkan pada primipara ostium uteri internum akan membuka lebih dahulu jadi serviks akan mendatar dan menipis (Wiknjosastro, 2007).

Menurut peneliti usia ibu bersalin juga sangat mempengaruhi rasa nyeri yang akan dirasakannya. Variabel yang penting dalam mempengaruhi reaksi maupun ekspresi seseorang terhadap rasa nyeri adalah usia (Kozier, 2011). Teori Melzack dalam (Rumbin, 2008), mengatakan bahwa semakin muda usia ibu maka tingkat nyeri yang dialami akan semakin tinggi dibandingkan dengan usia ibu yang lebih tua. Kehebatan kontraksi uterus lebih tinggi pada ibu lebih muda terlebih pada saat awal persalinan jadi nyeri yang dirasakan akan lebih lama. Berdasarkan hasil penelitian (Astuti, 2008) menyebutkan bahwa usia yang dianggap aman menjalani kehamilan dan persalinan adalah 20-35 tahun, dalam rentang usia ini kondisi fisik ibu masih dalam keadaan prima. Rahim sudah mampu memberi perlindungan, mental pun siap untuk menghadapi persalinan. Kehamilan di usia kurang dari 20 tahun bisa menimbulkan masalah, karena kondisi fisik belum 100% siap. Usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun tergolong dalam wanita hamil yang beresiko tinggi yang beresiko 2,88 kali untuk terjadinya komplikasi persalinan dan ketidaknyamanan nyeri akibat komplikasi yang timbul (Astuti, 2008).

Menurut peneliti faktor pendidikan juga dapat mempengaruhi nyeri persalinan yang dirasakan ibu. Ibu yang berpartisipasi dalam pendidikan kelahiran bayi lebih memahami apa yang terjadi dalam proses persalinan dan sedikit mengalami kecemasan. (Notoatmojo, 2012) menyatakan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan mampu mentolerir rasa nyerinya hal ini disebabkan karena pada ibu berpendidikan tinggi mempunyai banyak materi, bahan dan pengetahuan untuk merubah perilaku yang lebih baik. Sesuai dengan teori dari Mander (2003) bahwa tindakan utama *massage* dianggap “menutup gerbang” untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada system saraf pusat. Selanjutnya rangsangan taktil dan perasaan positif yang berkembang ketika dilakukan bentuk sentuhan yang penuh perhatian dan empatik bertindak memperkuat efek *massage* untuk mengendalikan nyeri. Dukungan emosional dalam menghadapi persalinan akan menimbulkan perasaan senang yang akan menjadi impuls ke *neurotransmitter* ke system limbic kemudian diteruskan ke amigdala lalu dibawa ke hipotalamus sehingga terjadi perangsangan pada nucleus ventromedial dan area sekelilingnya yang dapat menimbulkan perasaan tenang (Herinawati, Titik Hindriati, 2019).

Selama persalinan pijat (*massage*) membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman. Ada penelitian menyatakan bahwa jika ibu dipijat 20 menit setiap jamnya lebih bebaas dari rasa sakit saat persalinan. Hal ini dikarena saat dipijat tubuh akan mengeluarkan hormon endorphin. Selain sebagai pereda nyeri alami endorphin juga menyebabkan persaaan lebih enak dan nyaman. Dalam persalinan, pijat juga membuat ibu merasa lebih dekat dengan orang yang merawatnya. Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tingkat nyeri setelah dilakukan *massage effleurage*. Pemberian *massage effleurage* pada abdomen menstimulasi serabut taktil dikulit sehingga sinyal nyeri dapat dihambat. Stimulasi kulit

dengan *effleurage* ini menghasilkan pesan yang dikirim lewat serabut beta-A, serabut yang menghantarkan nyeri cepat, yang mengakibatkan gerbang tertutup sehingga korteks serebri tidak menerima sinyal nyeri dan intensitas nyeri berubah atau berkurang (Lestari, 2019). Setelah peneliti mereview dari 10 artikel yang melakukan penelitian tentang pengaruh *effleurage massage* terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif didapatkan bahwa semua artikel mempunyai pengaruh untuk menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif. Hal ini sejalan dengan Gate Control Theory bahwa serabut nyeri membawa stimulasi nyeri keotak lebih kecil dan perjalanan sensasinya lebih lambat dari pada serabut sentuhan yang luas. Ketika sentuhan dan nyeri dirangsang bersamaan, sensasi sentuhan berjalan keotak dan menutup pintu gerbang dalam otak, pembatasan jumlah nyeri dirasakan dalam otak. Selama proses persalinan mengalami kontraksi sehingga timbul nyeri cara mengalihkan wanita dari rasa nyeri tersebut adalah dengan *effleurage* atau pijatan pada abdomen yang teratur dengan latihan pernapasan. Begitu pula adanya *massage* yang mempunyai efek distraksi juga dapat meningkatkan pembentukan endorphin dalam sistem kontrol dasenden. *Massage* dapat membuat pasien lebih nyaman karena *massage* membuat relaksasi otot. *Effleurage* adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat, dan panjang atau tidak putus-putus. Teknik ini menimbulkan efek relaksasi. 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. Peneliti beropini bahwa metode *massage effleurage* dapat berpengaruh pada pengurangan intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif, dan ada perbedaan pengurangan intensitas nyeri yang dirasakan responden sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Menurut peneliti, bidan dalam hal ini sangat berpengaruh untuk melakukan intervensi kepada ibu bersalin dengan asuhan sayang ibu dengan cara mengurangi rasa nyeri yang dirasakan ibu saat bersalin menggunakan teknik *massage effleurage* yang terbukti dapat mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif setelah dilakukan identifikasi pada 10 artikel jurnal yang telah didapatkan oleh peneliti.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis 10 artikel jurnal dan yang telah dilakukan serta pembahasan yang telah dijabarkan sebelumnya bahwa sebagian besar hasil studi didapatkan bahwa skala nyeri yang dialami oleh ibu pada saat persalinan kala I aktif sebelum diberikan intervensi *Effleurage Massage* sebagian besar adalah nyeri sedang-berat. Setelah dilakukan intervensi pada ibu bersalin kala I fase aktif persalinan didapatkan bahwa skala nyeri yang dialami oleh ibu pada saat persalinan kala I aktif setelah diberikan *Massage Effleurage* sebagian besar adalah nyeri ringan-sedang. Dari keseluruhan hasil review 10 artikel jurnal studi ditemukan bahwa *Massage Effleurage* sangat berpengaruh untuk mengurangi dan menurunkan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif persalinan setelah dilakukan uji statistic pada tiap-tiap artikel jurnal bahwa hasil uji statistic 10 artikel jurnal semuanya mempunyai pengaruh yang significant dari pemberian *massage effleurage* terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Dalam hal ini tenaga kesehatan sangat berperan penting untuk melakukan intervensi kepada ibu bersalin dengan asuhan sayang ibu dengan cara mengurangi rasa nyeri yang dirasakan ibu saat bersalin menggunakan teknik *massage effleurage*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, Y. (2011). *Hipnostetri: Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*. Gagas Media.
- Yanti, A. D., & Mardiyana, R. M. (2017). Effect Of Effleurage Techniques To Intensity Pain On Delivering Baby At 1st Period Active Phase Of Mothers Delivering Baby in BPM Hj.

- Ninik Artingsih., Sst. M.Kes Blooto District Mojokerto. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (Ijnms)*, 1(2), 104–110. <https://doi.org/10.29082/ijnms/2017/vol1/iss2/50>
- Asmadi. (2008). *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Salemba Medika.
- Astuti, T. (2008). Efektifitas Paket “Materna” Terhadap Rasa Nyeri Dan Lamanya Kala 1 Persalinan Ibu Primipara Di Bandar Lampung. 2008, 1–63.
- Bobak, Lauder milk, J. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. EGC.
- Bobak, & dkk. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas (4th ed.)*. EGC.
- Cooper, F. (2009). *Buku Ajar Bidan Myles*. EGC.
- Danu atmaja, B. (2014). *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Puspa Swara Dharma. https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=JmMYWovCEuIC&oi=fnd&pg=PA25&dq=danu atmaja&ots=M9RUAZNpyJ&sig=O9Hm2yYcAGWXjG3GTQ2CzNDPVcg&redir_esc=y#v=onepage&q=danu atmaja&f=false
- Darmawan, F. H., & Waslia, D. (2019). Endorphin Massage and Effleurage Massage as a Management of Labour Pain on The Active First Stage of Primigravida at Independent Midwife Practice in Cimahi. *Third International Seminar on Global Health (3rd ISGH)*, 3(1), 45–51.
- Dewi Hartinah1, Sri Karyati, N. R. H. L. (2017). *Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif*.
- Dewi Hartinah1, Sri Karyati, N. R. H. L. (2018). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Jurnal Proceeding of The 13th University Research Colloquium 2021*, 1.
- Elly susilawati. (2018). Efektivitas Pemberian Teknik Massage Effleurage dan Teknik Massage Conterpressure Terhadap Rasa Nyeri Persalinan Normal Pada Primigravida di Langsa Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 73–78.
- Ersila, W., Dwi Prafitri, L., & Zuhana, N. (2019). Perbedaan Efektivitas Massage Effleurage Dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Persalinan. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 8(2), 107–115. <https://doi.org/10.30591/siklus.v8i2.1146>
- Fatmawati, fatmawati, & Arifiani, F. P. (2017). Efektifitas Masase Efflurage Terhadap Pengurangan Sensasi Rasa Nyeri Persalinan Pada Ibu Primipara. *Journal Of Issues In Midwifery*, 1(2), 42–49. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2017.001.02.6>
- Fithri, N. (2018). Pengaruh Metode Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala 1 Di Klinik Mimi SM. Raja Medan. *Excellent Midwifery Journal*, 1(2), 93–99.
- Gadysa, G. (2009). Persepsi ibu tentang metode massage. <http://luluvikar.wordpress.com/2%0A009/08/26/persepsi-ibu-tentang- metode-massage>.

- Gandyas, G. (2009). *Persepsi Ibu Tentang Metode Massage*. EGC.
- Hayati, F. (2018). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Di Puskesmas Dengan Di Bidan Praktik Mandiri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 7(1), 85. <https://doi.org/10.36565/jab.v7i1.69>
- Handerson, C. (2006). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan (Essential Midwifery)*. Alih bahasa, Ria anjarwati, dkk. EGC.
- Herinawati, H., Hindriati, T., & Novilda, A. (2019). Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Mandiri Bidan Latifah Kota Jambi Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), 590. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i3.764>
- Hutahaean, S. (2009). *Asuhan Keperawatan dalam Maternitas dan Ginekologi*. EGC.
- Ii, B. A. B. (2006). No Title. *Persalinan, A. K., & Persalinan, D.*
- Imron, R. (2019). The Effects of Effleurage Massage and Abdominal Lifting Massage to Reduce Pain in the First Stage of Labor Process. *Journal of Medical Science And Clinical Research*, 7(3). <https://doi.org/10.18535/jmscr/v7i3.27>
- Judha, M. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Nuha Medika.
- Kementrian Kesehatan. (2016). *Profil Kesehatan*. 100.
- Komariah, E. (2005). Pengaruh Perilaku Suportif Perawat dan Bidan Terhadap Intesitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Intra Partum Kala I di RS. Hasan Sadikin dan RS. Cibabat Bandung. Tesis. Program Magister Keperawatan Universitas Indonesia.
- Khomsah, Y. S., Suwandono, A., & Ariyanti, I. (2017). The Effect of Acupressure and Effleurage on Pain Relief in the Active Phase of the First Stage of Labor in the Community Health Center of Kawunganten, Cilacap, Indonesia. *Belitung Nursing Journal*, 3(5), 508–514. <https://doi.org/10.33546/bnj.201>
- Kozier, & E. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Edisi 7 Volume 2*. EGC.
- Laili, F. (2014). Perbedaan Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Sebelum Dan Sesudah Diberikan Teknik Effleurage Pada Ibu Bersalin. *Java Health Journal*. <http://jhj.fik-unik.ac.id/index.php/JHJ/article/view/7%0Ahttp://jhj.fik-unik.ac.id/index.php/JHJ/article/download/7/6>
- Lestari, S., & Apriyani, N. (2020). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Pada Pasien Kala 1 Fase Aktif Persalinan. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 1246–1252. <https://doi.org/10.38165/jk.v10i1.3>
- Llewellyn-Jones, & Derek. (2001). *Dasar-dasar Obstetri dan Ginekologi*. Hipokrates.
- Mander, R. (2004). *Nyeri Persalinan*. EGC.
- Manuaba, I. B. . (2010). *Ilmu kebidanan, Penyakit Kandungan, KB*. EGC.

- Maryunani, A. (2010). *Nyeri Dalam Persalinan “Teknik dan Cara Penanganannya.”* CV. Trans Info Media.
- N., L., Yvonne, O., & Ghosh, S. (2012). Physical and Psychological Aspects of Pain in Obstetrics. *Pain in Perspective*. <https://doi.org/10.5772/53923>
- Nurlaela, E. (2008). Pengalaman Primipara Yang Dilakukan Induksi Di Rumah Sakit Islam Pekajangan-Pekalongan Jawa Tengah. *FKUI*.
- Notoatmojo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Potter, & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : konsep, Proses, dan praktik*. EGC.
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka.
- Rahayu, S. (2020). Teknik Massage Efflurage Dapat Mengurangi Nyeri Kala I Pada Ibu Bersalin Di Puskesmas Halmahera Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 46–52. <https://doi.org/10.23917/jk.v13i1.11100>
- Reeder, S.J., Martin, L.L., & Griffin, D. K. (2011). *Keperawatan maternitas : Kesehatan wanita, bayi & keluarga edisi 18*. EGC.
- Rika, V. N. A., & Aryanti, L. (2014). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Sinta Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 8(4), 192–197.
- Rumbin. (2008). Studi Tentang Nyeri Persalinan Berdasarkan Umur dan Paritas di RSUD Dr. Soewanhdie Surabaya. Surabaya. *Depkes RI*.
- Rusdiatin. (2007). Pengaruh Pemberian Teknik Akupresur Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I di Rumah Sakit Rajawali Citra Pototonobanguntapan Bantul 2007. *Stikes Surya Global Yogyakarta*.
- Santiasari, R. N., Nurdianti, D. S., Lismidiati, W., & Saudah, N. (2018). Effectiveness of Effleurage and Counter-Pressure Massages in Reducing Labor Pain. *Publisher: Humanistic Network for Science and Technology*, 2(7), 721–724. <http://heanoti.com/index.php/hn>
- 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*, 1(2). <https://doi.org/10.36474/caring.v1i2.23>
- Simkin, P. (2008). *Panduan Lengkap Kehamilan dan Melahirkan Bayi*. Arcan.
- Simkin, P. (2011). *The Labour Progress Handbook: Early Intervention to Prevent and Treat Dystocia*. Wiley-Blacwel.
- Sondakh, J. J. . (2013). *Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir*. Erlangga.
- Sumarah. (2009). *Perawatan Ibu Bersalin : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Fitramaya.

- Varney, H., & dkk. (2007). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Volume 2*. EGC.
- Wahyuningsih, M. (2014). *Efektifitas Aromaterapi Lavender (Lavandula Angustifolia) Dan Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di BPS Utami Dan Ruang Ponek RSUD Karanganyar*.
- Wijanarko, B., & Riyadi, S. (2010). *Sport Massage Teori dan Praktik* (Yuma Pustaka (Ed.)).
- Wiknjosastro, H. (2007). *Ilmu Kebidanan Edisi III Cetakan IX*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Wulan, S., Soejoenoes, A., M, S., Hidayat, S., Widyawati, M., & Gurusinga, R. (2017). The effect of effleurage and abdominal lifting massage in the labor pain. *Medicine Science / International Medical Journal*, 1. <https://doi.org/10.5455/medscience.2017.06.867>