

EFEKTIVITAS KOMBINASI MASSAGE EFFLEURAGE DAN DEEP BACK MASSAGE TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

Ika Yulia Darma¹ Silvi Zaimy²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Syedza Saintika
ika_yd1102@yahoo.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Menjelang persalinan, ibu hamil akan merasakan nyeri akibat kontraksi rahim yang semakin lama semakin kuat. Sebagian ibu ada yang bisa tahan dengan nyeri persalinan, namun ada pula ibu bersalin yang merasa sangat kesakitan saat persalinan. massage effleurage dan deep back massage salah satu alternatif non farmakologi yang dapat digunakan dalam intervensi manajemen nyeri ibu bersalin yang mudah diaplikasikan.

Tujuan : memaparkan efektifitas kombinasi massage effleurage dan deep back massage terhadap penurunan nyeri persalinan.

Metode Penelitian : Jenis penelitian Quasy Experimental dengan rancangan *one group pretest and posttest design*. Sebanyak 18 ibu bersalin kala I fase aktif dengan tingkat nyeri sedang - berat dipilih dengan metode *purposive sample* untuk studi ini, dikelompokkan sebagai berikut kelompok kombinasi, kelompok dengan massage effleurage dan kelompok deep back massage. Penelitian ini dilakukan di PMB Sariguti, PMB Harti candra dan PMB Nurhaida.

Hasil : Setelah dilakukan intervensi kelompok kombinasi terbukti efektif terhadap nyeri persalinan dengan nilai rerata lebih tinggi dibandingkan kelompok massage eflurage dan kelompok deep back massage, secara statistik deskriptif diperoleh rerata penurunan nyeri sebesar $3,66 \pm 0,516$ dengan signifikansi p value 0,000 ($p < 0,05$).

Kesimpulan : kombinasi metode massage effleurage dan kelompok deep back massage efektif terhadap penurunan nyeri ibu bersalin. Intervensi ini dapat digunakan sebagai penatalaksanaan manajemen nyeri ibu bersalin di praktik bidan mandiri maupun di klinik bersalin.

Kata kunci : massage effleurage , Deep Back massage, Nyeri Persalinan

Abstract

Background : Before delivery, pregnant women will feel pain due to uterine contractions that are getting stronger and stronger. Some mothers can stand the pain of childbirth, but there are also mothers who feel very sick during labor. effleurage massage and deep back massage are non-pharmacological alternatives that can be used in labor pain management interventions that are easy to apply.

Objective: to describe the effectiveness of the combination of massage effleurage and deep back massage on reducing labor pain.

Research Methods: This type of research is Quasy Experimental with a one group pretest and posttest design. A total of 24 mothers giving birth in the first stage of active phase with moderate to severe pain were selected using the purposive sample method for this study, grouped as follows: the combination group, the group with massage effleurage and the deep back massage group. This research was conducted at PMB Sariguti, PMB Harti Chandra and PMB Nurhaida.

Results: After the intervention group combination proved effective against labor pain with a higher mean value than the effleurage massage group and the deep back massage group, descriptive statistics obtained an average pain reduction of 3.66 ± 0.516 with a significance p value of 0.000 ($p < 0, 05$).

Conclusion: the combination of the massage effleurage method and the deep back massage group is effective in reducing maternal pain. This intervention can be used as a management of maternal pain management in the practice of independent midwives and in maternity clinics.

Keywords: Massage Effleurage, Deep Back Massage, Labor Pain

1. PENDAHULUAN

Istilah "persalinan" mengacu pada suatu proses yang dimulai dengan kontraksi rahim yang secara bertahap memperbesar serviks¹. Ibu bersalin harus merasakan sakit secara fisiologis. Setiap orang mengalami rasa sakit yang berbeda dalam menanggapi rangsangan yang sama, berdasarkan ambang rasa sakit mereka sendiri, selama persalinan².

Jika rasa nyeri yang parah pada tahap awal persalinan tidak ditangani dengan benar, dapat menyebabkan kecemasan dan ketakutan, yang dapat meningkatkan tekanan darah, kebutuhan oksigen, dan ketegangan otot. Keadaan ini juga akan merangsang katekolamin, yang dapat menyebabkan kontraksi yang tidak mencukupi dan memperpanjang persalinan serta menyebabkan sekresi hormon ditekan. oksitosin dalam tubuh, sebagai akibat dari peningkatan produksi progesteron, menghambat kontraksi, melemahkan kontraksi rahim ibu, dan situasi ini memperpanjang tahap pertama, menyebabkan gawat janin dan mungkin memiliki efek yang lebih buruk, seperti IUFD (intrauterine fetal distress) atau gawat janin. Akibatnya, efek negatif dari nyeri termasuk peningkatan morbiditas dan kematian AKI dan AKB³

Penelitian di Amerika Serikat 70% sampai 80% wanita yang melahirkan mengharapkan persalinan berlangsung tanpa rasa nyeri. Berbagai cara dilakukan agar ibu melahirkan tidak selalu merasa sakit dan merasa nyaman. Saat ini 20% hingga 50% persalinan di rumah sakit swasta di Indonesia dilakukan dengan operasi caesar, tingginya operasi caesar disebabkan para ibu yang hendak bersalin lebih memilih operasi yang relatif tidak nyeri. Di Brazil angka ini mencapai 66 lebih dari 50% dari angka kelahiran di rumah sakit yang merupakan persentase tertinggi diseluruh dunia⁴. Menurut hasil Penelitian Qurniasih (2017) di dapatkan hasil terdapat efektivitas massage effleurage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif⁵. Serta hasil penelitian Lestari, (2016) bahwa Ada pengaruh deep back massage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif⁶.

Ibu primigravida dan mereka yang multigravida merespons rasa sakit dengan cukup berbeda. Oleh karena itu, diperlukan penanganan nyeri persalinan agar dapat mengurangi tingkat ketidaknyamanan yang dialami ibu selama persalinan, khususnya bagi ibu yang baru pertama kali melahirkan⁷. Pendekatan farmasi dan non-farmakologis dapat digunakan untuk mengurangi ketidaknyamanan persalinan. Kebanyakan teknik farmakologi yang digunakan adalah intervensi medis. Namun, pendekatan nonfarmakologis dapat dikelola oleh sebagian besar profesional kesehatan, termasuk keluarga ibu⁸. Teknik relaksasi, relaksasi otot, pijat, musik, dan

aromaterapi merupakan beberapa pendekatan nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri⁹. dua jenis perawatan pijat yang digunakan untuk mengurangi ketidaknyamanan persalinan. Effleurage adalah jenis pijatan yang melibatkan penerapan tekanan ringan secara teratur dalam gerakan melingkar dari pangkal ke atas (jantung) tubuh. Untuk menenangkan dan menghangatkan punggung dan perut ibu yang sedang bersalin, digunakan tekanan ringan selama latihan¹⁰. Sedangkan teknik deep back massage bekerja untuk meredakan nyeri dengan cara menekan sakrum 2, 3, dan 4 saat kontraksi. Penggunaan pijatan ini memiliki kemampuan untuk mengurangi ketidaknyamanan tanpa efek negatif pada ibu atau bayi. Ini juga memiliki kemampuan untuk memiliki efek menenangkan¹¹.

Mengingat paparan yang diberikan di atas, penelitian ini berusaha memastikan efektivitas kombinasi metode massage effleurage dan kelompok deep back massage terhadap penurunan nyeri persalinan pada kala I fase aktif.

2. BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian *Quasy Experimental* dengan rancangan *one group pretest and posttest design*¹². Penelitian ini dilakukan di PMB Sariguti, PMB Harti candra dan PMB Nurhaida. Populasi penelitian ini semua ibu bersalin primigravida kala I dengan tingkat nyeri sedang - berat. Sampel penelitian sebanyak 18 orang yang dipilih dengan menggunakan metode purposive sampling. Sampel dikelompokkan sebagai berikut kelompok kombinasi, kelompok dengan massage effleurage dan kelompok deep back massage

Berdasarkan hasil uji normalitas data, menunjukkan bahwa nilai pre dan post intervensi pada nilai nyeri pada masing-masing kelompok mempunyai nilai p value > 0,05, ini menunjukkan bahwa data dalam penelitian berdistribusi normal. Efektivitas kombinasi metode massage effleurage dan kelompok deep back massage terhadap penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin duji menggunakan uji *Paired t-test* dengan nilai sig < 0,05^{13,14}

3. HASIL

Penelitian yang dilakukan pada tiga kelompok ibu bersalin yang diberikan perlakuan yang berbeda-beda pada masing kelompok selama persalinan, menunjukan kelompok kombinasi memiliki nilai perbedaan rerata nyeri yang signifikan secara statistik (p < 0,05) dibandingkan dengan kelompok massage effleurage dan Deep Back massage. Hasil penelitian pada masing-masing kelompok dapat dilihat lebih rinci pada tabel 1

Tabel 1 Perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah intervensi pada ibu bersalin di Praktek Mandiri Bidan Kota Padang

Kelompok	n	Rerata± SB			p value
		Pre	Post	Selisih	
massage effleurage	6	8,00 ± 0,632	5,50 ± 1,048	2,50 ± 1,048	0,002
Deepback massage	6	8,00 ± 0,632	6,50 ± 0,547	1,50 ± 0,547	0,001
Kombinasi	6	8,16 ± 0,752	4,50 ± 0,836	3,66 ± 0,516	0,000

Tabel I menunjukkan perubahan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi kombinasi , massage effleurage dan deep back massage. Sebelum pemberian intervensi massage effleurage intensitas nyeri rata-rata 8,00 dengan standar deviasi 0,632. Setelah intervensi massage effleurage intensitas nyeri rata-rata 5,50 dengan standar deviasi 1,048. Selisih intensitas nyeri ibu bersalin pre dan post intervensi massage effleurage rata-rata 2,50 dengan standar deviasi 1,048. Nilai P value sebesar 0,002 yang berarti ada pengaruh massage effleurage terhadap perubahan nyeri ibu bersalin.

Sebelum pemberian intervensi deep back massage intensitas nyeri rata-rata 8,00 dengan standar deviasi 0,632. Setelah intervensi deep back massage intensitas nyeri rata-rata 6,50 dengan standar deviasi 0,547. Selisih intensitas nyeri ibu bersalin pre dan post intervensi deep back massage rata-rata 1,50 dengan standar deviasi 0,547. Nilai P value sebesar 0,001 yang berarti ada pengaruh deep back massage terhadap perubahan nyeri ibu bersalin.

Sebelum pemberian intervensi kombinasi intensitas nyeri rata-rata 8,16 dengan standar deviasi 0,752. Setelah intervensi kombinasi intensitas nyeri rata-rata 4,50 dengan standar deviasi 0,836. Selisih intensitas nyeri ibu bersalin pre dan post intervensi kombinasi rata-rata 3,66 dengan standar deviasi 0,516. Nilai P value sebesar 0,000 yang berarti ada pengaruh kombinasi massage effleurage dan deepback massage terhadap perubahan nyeri ibu bersalin.

4. PEMBAHASAN

Hasil pengujian sesudah perlakuan ketiga kelompok secara bersama-sama, diperoleh tiga jenis perlakuan yang mempengaruhi perubahan nyeri persalinan. Selisih perubahan nyeri ibu bersalin pada masing-masing kelompok massage effleurage, deep back massage dan kombinasi (massage effleurage dan deepback massage)

sebagai berikut 2,50 ± 1,048, 1,50 ± 0,547 dan 3,66 ± 0,516. ini menunjukkan bahwa intervensi kombinasi memiliki mayoritas terjadi penurunan nyeri persalinan yang cukup signifikan.

Ketiga jenis perlakuan yang secara signifikan mempengaruhi perubahan nyeri persalinan yaitu massage effleurage, deep back massage dan kombinasi (massage effleurage dan deepback massage) dengan masing-masing hasil pvalue = 0,002, 0,001 dan 0,000 (p<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa ketiga jenis intervensi dapat memberikan perubahan terhadap nyeri persalinan dengan perbedaan yang signifikan diantara ketiga kelompok.

Perbedaan nyeri persalinan terlihat signifikan pada kelompok kombinasi (massage effleurage dan deepback massage) dengan selisih nyeri sebelum dan sesudah intervensi sebesar 3,66 ± 0,516 dengan nilai signifikansi 0,000 (p<0,05) . Hal ini berarti ada perbedaan antara perubahan nyeri sesudah diberikan kombinasi (massage effleurage dan deepback massage) pada kelompok kombinasi terhadap nyeri persalinan.

Penelitian yang dilakukan Rosita dan Maria tahun 2020 menyatakan hasil perbandingan antara pemberian setelah diberikan teknik deep back massage dan effleurage massage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar menunjukkan bahwa pemberian effleurage massage lebih efektif dibandingkan dengan deep back massage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar. Ini dikarenakan penggunaan kekuatan telapak tangan pada deep back massage yang berbeda (ada yang kuat dan ada yang pelan)

pada area yang dipijat (sacrum) sehingga ibu tidak merasakan perubahan atau penurunan intensitas nyeri persalinan dalam penggunaan telapak tangan yang berbeda penekanannya dan pada akhirnya intervensi tersebut tidak memiliki efek dalam menurunkan intensitas nyeri¹⁵Kombinasi massage effleurage dan deepback massage sangat efektif dalam penatalaksanaan nyeri persalinan. Massage Effleurage pada area punggung menstimulasi serabut taktil kulit sehingga sinyal nyeri dapat dihambat dan korteks serebri tidak menerima sinyal nyeri tersebut, nyeri yang dirasakanpun dapat berkurang/menurun. Sedangkan Deep back massage diberikan dengan melakukan penekanan pada sacrum yang dapat mengurangi ketegangan sendi sacroiliacus dari posisi oksiput posterior janin. Teknik penekanan ini menstimulasi kutaneus sehingga dapat menghambat impuls nyeri tidak sampai ke hipotalamus .

Peneliti berasumsi bahwa setelah diberikan kombinasi massage effleurage dan deepback massage secara bersamaan dapat penurunan intensitas nyeri yang besar pada ibu bersalin dikarenakan kedua teknik terapi tersebut bersama-sama berfungsi mengurangi nyeri dan memberikan efek relaksasi dengan teknik pemberian dan cara kerja yang berbeda sehingga ibu mendapatkan rasa rileks dan rasa nyaman

yang lebih besar dibandingkan dengan hanya mendapatkan satu teknik terapi.

5. SIMPULAN DAN SARAN

Kombinasi (massage effleurage dan deepback massage) lebih efektif diterapkan untuk penatalaksanaan manajemen nyeri ibu bersalin. Teknik ini dapat dijadikan alternatif pilihan pertama untuk mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin dikarenakan langkah yang mudah diterapkan dengan risiko yang sangat sedikit tanpa ada pengeluaran biaya tambahan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2016.*, 1-220 (2016).
2. Irianto S. Prosiding PKWG Seminar Series: Kebijakan Kesehatan dan Pelibatan Komunitas Dalam Menurunkan AKI/AKB di Indonesia. In: Khaerul Umam Noer, ed. *Hentikan Kematian Ibu Indonesia*. Pusat Kajian Wanita dan Gender Universitas Indonesia; 2015.
3. Afifah D, Mulyono B, Pujiati N. Perbedaan Tingkat nyeri persalinan Kala I pada ibu bersalin Normal Primigravida dan Multigravida di RB Nur Hikmah desa Kuwaron Gubug Kabupaten Grobogan. *J kebidanan*. 2012;1(1).
4. Khusniyah Z, Rizqi HD. Efektifitas Stimulasi kulit dengan teknik kompres hangat dan dingin terhadap penurunan persepsi nyeri kala I fase aktif persalinan fisiologis. *J Eduhealth*. 2012;2(2).
5. Qurniasih N, Sofro ZM. Efektivitas masase effleurage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. *Maj Kesehat Indones*. 2020;1(1):25-28.
6. Lestari, Dkk. Pengaruh Deep Back Massage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Dan Kecepatan Pembukaan Pada Ibu Bersalin Primigravida di Wilayah Kerja BPS Puskesmas Dlanggu Kabupaten Mjokerto. *Indones J Publik Heal*. 9(1):37-50.
7. Rejeki S, Nurullita U, RN RK. Tingkat Nyeri pinggang kala I persalinan melalui teknik back-effleurage dan counter-pressure. *J Keperawatan Matern*. 2013;1(2).
8. Maryunani A. *Nyeri Dalam Persalinan "Teknik Dan Cara Penanganannya*. Trans Info Media; 2010.
9. Parulian TS, Sitompul J, Oktrifiana AN. Pengaruh Teknik Effleurage Massage Terhadap Perubahan Nyeri pada Ibu Post partum di RS Saringgih Bandung. *J Kesehat " Caring enthusiasm" STIKES St Borromeus*. 2014;1(3).
10. Saragih; HS, Viany OB, Zendrato. The Effect Of Effleurage Massage To Pain Intensity Of First Stage Labor In Inpartu Mothers At Linez Clinic Of Gunungsitoli In 2018. *J Panmed*. 2018;4(2).
11. Aryani Y, Masrul, Evareny L. Pengaruh massage pada Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Laten Persalinan Normal Melalui Peningkatan Kadar Endorfin. *J Kesehat Andalas*. 2015;4(1).
12. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. CV Alfabeta; 2016.
13. Siyoto, Sodik. *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing; 2015.
14. Dahlan MS. *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehata; Deskriptif, Bivariat Dan Multivariat DiLengkapi Dengan Aplikasi Menggunakan SPSS*. 6th ed. Salemba Medika; 2016.
15. Rosita R, Lowa MY. Efektifitas Deep Back Massage Dan Effleurage Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primipara Di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar. *J Keperawatan Muhammadiyah*. 2020;5(1). doi:10.30651/jkm.v5i1.4760

