

Aplikasi Teknik Effleurage Sebagai Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang

Dyah Ayu Wulandari^{1*}, Vita Triani Adhi Putri^{2*}

¹Program Studi D IV Bidan Pendidik, STIKes Karya Husada Semarang

²Program Studi D IV Bidan Pendidik, STIKes Karya Husada Semarang

*tata.talitha@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Penatalaksanaan nyeri persalinan; teknik effleurage.

Persalinan adalah proses alamiah dimana terjadinya dilatasi servikslahirnya bayi dan plasenta dari rahim ibu. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak. Salah satu metode yang paling efektif yang digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan adalah dengan pijat yang merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan. Intervensi yang termasuk dalam pendekatan nonfarmakologi adalah analgesia psikologis yang dilakukan sejak awal kehamilan, relaksasi, pijat, stimulasi kutaneus, terapi aroma, hipnosis, akupunktur dan yoga. Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan efektivitas tehnik effleurage dalam menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan rancangan pre-post test with control group, yang dilakukan bulan Juni 2017 sampai dengan September 2017. Pendekatan pretest-posttest with control group design. Subjek penelitian ini adalah 30 ibu di Kecamatan Tembalang yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan checklist. Analisis menggunakan Uji T. Hasil penelitian p value 0.011 menunjukkan ada perbedaan skala nyeri pada kelompok perlakuan dan pada kelompok kontrol di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang.

1. PENDAHULUAN

Persalinan adalah usaha yang dilakukan oleh rahim ketika bayi akan dilahirkan. Selama persalinan, rahim berkontraksi dan mendorong bayi ke bawah sampai ke leher rahim. Dorongan ini membuka leher rahim. Setelah leher rahim mencapai pembukaan lengkap, kontraksi dan dorongan ibu akan menggerakkan si bayi ke bawah dan keluar beberapa hari (Simkin.2007).

Peregangan otot polos telah ditunjukkan menjadi rangsang pada nyeri viseral. Intensitas nyeri yang dialami pada kontraksi dikaitkan dengan derajat dan kecepatan dilatasi serviks dan segmen uterus bawah. Intensitas dan waktu nyeri dikaitkan dengan terbentuknya tekanan intrauterin yang menambah dilatasi struktur tersebut. Pada awal persalinan, terdapat pembentukan tekanan perlahan, dan nyeri dirasakan kira-kira 20 detik setelah mulainya kontraksi uterus. Pada persalinan selanjutnya, terdapat pembentukan tekanan lebih cepat

yang mengakibatkan waktu kelambatan minimal sebelum adanya persepsi nyeri (Patree, 2007).

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dialami. Secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi ke arah panggul. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik (Bandiyah, 2009).

Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Sumarah, 2009).

Upaya untuk mengatasi Nyeri persalinan dapat menggunakan metode farmakologi maupun nonfarmakologi. Metode farmakologi dalam mengatasi nyeri persalinan antara lain *Intratechal Lumbar Analgesia* (ILA), *Lumbar Epidural Analgesia* (LEA), *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS) dan *Sectio Caesaria*. Metode nonfarmakologi mempunyai efek noninvasif, sederhana, efektif, dan tanpa efek yang membahayakan dibandingkan metode farmakologi. Metode nonfarmakologi dalam mengatasi nyeri antara lain *homeopathy*, *hipnobirthing*, *waterbirth*, relaksasi, akupunktur, yoga, dan *massage* atau pemijatan (Danuatmaja B & Meliasari M, 2008).

Salah satu metode yang paling efektif yang digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan adalah dengan pijat yang merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan. Intervensi yang termasuk dalam pendekatan nonfarmakologi adalah analgesia psikologis yang dilakukan sejak awal kehamilan, relaksasi, pijat, stimulasi kutaneus, terapi aroma, hipnosis, akupunktur dan yoga (Gadysa, 2009).

Studi yang dilakukan oleh National Birthday Trust terhadap 1000 wanita menunjukkan bahwa 90% wanita merasakan manfaat relaksasi dan pijat untuk menghilangkan rasa sakit saat persalinan. Dua penelitian menunjukkan bahwa pijat bisa bermanfaat bagi wanita hamil dan wanita pekerja. Wanita yang mendapat pijatan biasa selama kehamilan mengalami penurunan kecemasan, berkurangnya nyeri punggung, dan bisa tidur lebih nyenyak dibanding wanita yang tidak mendapatkan pijatan. Kelompok yang menerima pijatan juga memiliki sedikit komplikasi dalam persalinan dan memiliki kadar hormon stres yang lebih sedikit. Wanita yang menerima pijatan selama persalinan mengalami sedikit kecemasan, pengurangan rasa sakit, dan waktu kerja yang lebih pendek.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas teknik effleurage dalam menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan rancangan *pre-post test with control group*. Pengambilan data dilakukan mulai bulan Juni 2017 sampai dengan September 2017. Pendekatan *pretest-posttest with control group design* digunakan peneliti guna melihat seberapa jauh pengaruh perlakuan (*treatment*) melalui perbedaan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol (Arikunto, 2009).

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin yang bersalin di Bidan Praktik Mandiri Wilayah Kecamatan Tembalang. Kriteria pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik *purposive sampling*, dimana peneliti memilih responden berdasarkan pertimbangan subyektifnya bahwa responden tersebut dapat memberikan data yang dibutuhkan peneliti. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Data diambil menggunakan checklist.

Analisis bivariat untuk mengukur perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menggunakan analisis Paired T-

test dengan menggunakan analisis Independent T-test. Analisis bivariat untuk mengukur perbedaan nyeri persalinan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan menggunakan analisis Independent T-test.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Tabel 1. Perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi

Variables	Mean	P value
Before treatment	84.00	0.001
After treatment	60.00	

Tabel 1 pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa nilai rerata sebelum diberi intervensi massage effleurage 84.00 dan sesudah diberi intervensi massage effleurage 60.00 dengan p value $0.001 < 0.05$ (taraf signifikansi), yang berarti ada perbedaan skala nyeri pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberi perlakuan di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang

Tabel 2. Perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol

Variables	Mean	P value
Before treatment	81.33	0.001
After treatment	72.00	

Tabel 2 pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa nilai rerata sebelum diberi perlakuan massage konvensional 81.33 dan sesudah diberi perlakuan massage konvensional 72.00 dengan p value $0.001 < 0.05$ (taraf signifikansi), yang berarti ada perbedaan skala nyeri pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberi perlakuan di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang

Tabel 3. Perbedaan skala nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang

Variables	Mean	P value
Treatment group	60.00	0.011
Control group	72.00	

Tabel 3 menunjukkan nilai rerata pada kelompok perlakuan yang diberi massage effleurage 60.00 dan pada kelompok kontrol yang diberi massage konvensional 72.00, dengan p value $0.011 < 0.05$ (taraf signifikansi), yang berarti ada perbedaan skala nyeri pada kelompok perlakuan dan pada kelompok kontrol. Dari hasil tabel 3 dapat disimpulkan ada pengaruh massage effleurage terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang.

3.2. Pembahasan

Penelitian ini menggunakan responden ibu inpartu kala I fase aktif dari pembukaan 4-7 cm. Responden dilakukan massage effleurage pada bagian punggung untuk mengurangi nyeri persalinan selama inpartu kala I di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang.

Proses pengumpulan data didapatkan responden berjumlah 30 ibu inpartu kala I sesuai dengan yang sudah direncanakan. Lokasi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di Bidan Praktik Mandiri di Kecamatan Tembalang Semarang.

Untuk 15 responden pada kelompok perlakuan dilakukan masasse effleurage dan untuk 15 responden pada kelompok kontrol dilakukan massage konvensional.

Hasil penelitian pada masing-masing kelompok massage effleurage dan kelompok massage konvensional ada beda antara sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Hal ini menunjukkan bahwa pada saat nyeri persalinan perlakuan massage dengan teknik apapun bisa mengurangi nyeri.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi *uterus*, *dilatasi* dan penipisan *serviks*, serta penurunan janin selama persalinan. Respon fisiologis terhadap nyeri meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, keringat, diameter pupil, dan ketegangan otot (Arifin, 2008).

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan yang tidak menyenangkan. Sifatnya sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya. Bagian tubuh yang sering diderita keluhan nyeri adalah leher, tangan, kaki, dan daerah pinggang. Selain obat dan terapi, untuk pertolongan pertama bisa dilakukan dengan kompres hangat untuk membantu pengurangan nyeri persalinan (Bandiyah, S. 2009)

Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Sumarah, 2009). Cara mengurangi nyeri persalinan secara efektif dengan massage atau pijatan pada abdomen (*effleurage*) adalah bentuk stimulasi kulit yang digunakan selama proses persalinan.

Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh massage effleurage terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ibu bersalin dengan massage effleurage dan massage konvensional, ternyata lebih efektif massage effleurage untuk menurunkan nyeri selama proses persalinan.

Metode pengontrolan nyeri secara nonfarmakologi sangat penting karena tidak membahayakan bagi ibu maupun janin, tidak memperlambat persalinan jika diberikan kontrol nyeri yang kuat, dan tidak mempunyai efek alergi maupun efek obat. Metoda nonfarmakologi dibagi menjadi tiga komponen yang saling berinteraksi sehingga mempengaruhi respon terhadap nyeri menurut Melzack, yaitu strategi motivasi-afektif (interpretasi setral dari pesan yang berada di otak yang dipengaruhi oleh perasaan, memori, pengalaman dan kultur seseorang), kognitif-evaluatif (interpretasi dari pesan nyeri yang dipengaruhi oleh pengetahuan, perhatian seseorang, penggunaan strategi kognitif dan evaluasi kognitif dari situasi) dan sensori-dikriminatif (pemberitahuan informasi ke otak menurut sensasi fisik) (Gadysa, 2009).

Hal ini sesuai teori bahwa Teknik masase effleurage merupakan salah satu bentuk stimulasi / rangsangan yang secara teori dikatakan bahwa *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. Pijatan *effleurage* dapat juga dilakukan di punggung. Tujuan utamanya adalah relaksasi.

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. Effleurage merupakan salah satu metode non farmakologis untuk

mengurangi nyeri selama persalinan yang terdaftar dalam Summary of Pain Relief Measures During Labor, dimana pada kala I fase latent (pembukaan 0-3 cm) dan fase aktif (pembukaan 4-7 cm) aktifitas yang bisa dilakukan oleh pasien persalinan adalah Effleurage (Reeder, 2011).

Teknik ini telah dilakukan pada penelitian Thina Shinta, Junatri Sitompul (2014) tentang “Pengaruh Teknik Effleurage Massage Terhadap Perubahan Nyeri Pada Ibu Post Partum Di RS. Sariningsih Bandung” dengan hasil bahwa pengaruh teknik effleurage massage terhadap perubahan nyeri pada ibu post partum.

Dua studi skala kecil menunjukkan bahwa pijatan dapat memberikan manfaat bagi wanita hamil dan wanita bersalin. Wanita yang mendapat pijatan secara teratur selama kehamilan mengalami penurunan kecemasan, penurunan nyeri punggung, dan dapat tidur lebih nyenyak dibandingkan wanita yang tidak mendapat pijatan. Kelompok yang mendapat pijatan juga memiliki lebih sedikit komplikasi pada persalinan dan memiliki lebih sedikit kadar hormon stres. Wanita yang mendapat pijatan selama persalinan mengalami penurunan kecemasan, pengurangan nyeri, dan waktu persalinan lebih pendek secara bermakna.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian untuk kedua kelompok adalah massage effleurage lebih efektif menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang.

- a. Saran untuk instansi kesehatan, bisa memfasilitasi pasien dengan meningkatkan ketrampilan SDM yang berkaitan dengan pengurangan rasa nyeri persalinan selama proses kala I.
- b. Saran untuk tenaga kesehatan, diharapkan tehnik massase effleurage ini bisa diterapkan pada ibu inpartu kala I untuk mengurangi nyeri persalinan selama proses kala I.
- c. Saran untuk pihak keluarga pasien terutama suami, tehnik massase effleurage ini tidak hanya dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan saja justru peran dari pihak keluarga yang sangat mendukung dalam keberhasilan dari tehnik ini. Untuk itu diharapkan tenaga kesehatan pro aktif untuk mengajarkan tehnik ini kepada pihak keluarga sehingga pihak keluarga juga dapat terlibat aktif memberikan dukungan kepada ibu sselama pendampingan kala I dan diharapkan dengan pendampingan ini proses kala I dapat dilalui oleh ibu dengan lancar

REFERENSI

- Arikunto, Suharsimi. (2009). Manajemen Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta
- Bandiyah, S. (2009). Kehamilan, Persalinan dan Gangguan Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Danuatmaja B dan Meiliasari M. (2008). Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit. Jakarta: Puspa Swara
- Depkes RI. (2007). *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta : JNPK-KR
- Gadysa. (2009). Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC
- Gadysa. (2009). Persepsi ibu tentang Metode Massage. <http://luluwikar.wordpress.com/persepsi-ibu-tentang-metode-massage>. Diunggah tanggal 20 Agustus 2017
- Mons Dragon. (2004). Pregnancy Information (Effleurage and Massage). <http://www.monsdragon.org/preg/effleurage.html>. Diunggah tanggal 20 Agustus 2017

- Patree B, Walsh VL. (2007). Buku Ajar Kebidanan Komunitas. Jakarta: EGC
- Perry, G.A. & Potter, P.A. (2005). Buku ajar fundamental keperawatan, konsep, proses dan praktik. Jakarta: EGC
- Prawirohardjo, S. (2005). Ilmu Kebidanan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Reeder, Martin and Koniak-Griffin. (2011). Volume 2 Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga Edisi 18. Jakarta: EGC.
- Schott J & Priest J.2002. Persalinan tanpa Rasa Nyeri. Jakarta: EGC
- Simkin P dan Ancheta R. (2005). Buku Saku Persalinan. Jakarta: EGC
- Sumarah. (2009). Perawatan Ibu Bersalin: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin. Yogyakarta: Fitramaya.