

GAMBARAN NYERI SEBELUM DAN SESUDAH DI LAKUKAN TINDAKAN EFFLEURAGE MASSAGE KEPADA IBU POST PARTUM PRIMIPARA DI RSUD dr. R. GOETENG TAROENADIBRATA PURBALINGGA

Efa Fasikhatusun¹, Priyatin Sulistyowati² Zuhrotul Layliyah³

¹Politeknik Yakpermas Banyumas Program Studi Keperawatan

^{2,3}Dosen Keperawatan Di Politeknik Yakpermas Banyumas

E-mail: efafasikhatusun@gmail.com¹, sulistyowati5yakpermas@gmail.com²
[,zuhrotul@gmail.com](mailto:zuhrotul@gmail.com)³

ABSTRAK

Latar Belakang Masa nifas (post partum) dimulai beberapa jam sesudah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu berikutnya. Perubahan fisiologis maupun psikologis yang dialami oleh ibu post partum, salah satunya adalah kontraksi uterus. Kontraksi uterus ini terjadi secara fisiologis dan menyebabkan nyeri yang dapat mengganggu kenyamanan ibu dimasa setelah melahirkan/post partum. Strategi pelaksanaan nyeri adalah suatu tindakan untuk mengurangi rasa nyeri menggunakan teknik effleurage massage dengan menggunakan telapak tangan yang memberikan tekanan lembut keatas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang.

Tujuan Untuk memahami atau mengkaji tentang pengaruh teknik effleurage massage dalam menurunkan nyeri pada ibu post partum. Telah dilakukan tindakan dengan pemberian teknik effleurage massage kepada kedua responden ibu post partum, pada responden pertama dengan usia 28 tahun, paritas primipara, dengan partus normal, dan dilakukan Tindakan effleurage massage sebanyak 5 kali, sebelum dilakukan Tindakan skala nyeri 4 dan sesudah Tindakan skala nyeri menjadi 1, sedangkan pada responden kedua dengan usia 25 tahun, paritas primipara, dengan partus normal, dan dilakukan Tindakan effleurage massage sebanyak 3 kali, sebelum dilakukan Tindakan skala nyeri 4 dan sesudah Tindakan skala nyeri menjadi 0.

Kesimpulan ,setelah dilakukan Tindakan effleurage massage pada kedua responden, responden pertama sebelum dilakukan Tindakan effleurage massage skala nyeri 4 dan sesudah Tindakan skala nyeri menjadi 1 sedangkan pada responden kedua sebelum dilakukan Tindakan effleurage massage skala nyeri 4 dan sesudah Tindakan skala nyeri menjadi 0.

Saran agar para ibu post partum melaksanakan teknik effleurage massage ini secara mandiri guna mempertahankan kenyamanan bagi diri sendiri.

Kata Kunci: Ibu Post Partum, Nyeri, Effleurage Massage

ABSTRACT

Background The puerperium period (post partum) starts a few hours after the birth of the placenta until the next 6 weeks. Physiological and psychological changes experienced by post partum mothers, one of which is uterine contractions. These uterine contractions occur physiologically and cause pain that can disturb the comfort of the mother in the postpartum period.

Purpose The pain management strategy is an action to reduce pain using the effleurage massage technique using the palms of the hands that apply gentle pressure to the surface of the body in a circular direction repeatedly. To understand or study the effect of effleurage massage techniques in reducing pain in post partum mothers. Actions have been taken by giving effleurage massage techniques to the two post-partum respondent mothers, the first respondent with age 28 years, parity primipara, with normal labor, and performed effleurage massage action for 5 times, before doing the scalp pain action 4 and after the pain scale action be 1, while in the second respondent with the age of 25 years, parity primiparous, with normal delivery, and effleurage massage action 3 times, before the pain scale action 4 and after the pain scale action to 0. Effleurage massage on the two respondents,

Conclusion the first respondent before the effleurage massage action on the pain scale 4 and after the pain scale action became 1 while in the second respondent before the effleurage massage action was carried out the pain scale was 4 and after the action the pain scale became 0.

Suggestions for post partum mothers to carry out this effleurage massage technique independently in order to maintain comfort for themselves.

Keywords: Post Partum Mother, Pain, Effleurage Massage

PENDAHULUAN

Masa nifas (post partum) dimulai beberapa jam sesudah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu berikutnya (Bahiyatun, 2009), sedangkan menurut Rini dan Kumala, (2016) masa nifas (puerperium) dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari). Masa nifas merupakan masa setelah melahirkan bayi yaitu masa pulih kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti pra hamil.

Perubahan fisiologis maupun psikologis yang dialami oleh ibu post partum, salah satunya adalah kontraksi uterus. Intensitas kontraksi uterus meningkat secara bermakna setelah persalinan bayi, yang merupakan respon segera untuk mengurangi jumlah volume intra uterus atau biasa disebut dengan involusi uterus. Involusi uterus mengakibatkan terjadinya pengeluaran hormon oksitoksin yang dilepas oleh kelenjar hipofisis yang dapat memperkuat dan mengatur kontraksi uterus, mengkompresi pembuluh darah dan membantu proses hemostatis. Kontraksi uterus dapat diperkuat pada saat proses menyusui karena oksitoksin dapat dilepaskan ketika bayi menghisap ASI (Maryunani, 2009).

Kontraksi uterus ini terjadi secara fisiologis dan menyebabkan nyeri yang dapat mengganggu kenyamanan ibu di masa setelah melahirkan/post partum. Rasa sakit (after pain) seperti mulas-mulas disebabkan karena kontraksi uterus yang berlangsung 2-4 hari post 1 value partum, sehingga ibu perlu mendapatkan pengertian mengenai nyeri yang dirasakan (Maryunani, 2009).

Nyeri adalah pengalaman pribadi, subjektif, berbeda antara satu orang dengan orang lain dan dapat juga berbeda pada orang sama di waktu berbeda (Reeder, 2011), sedangkan menurut Andarmoyo, (2013) nyeri yang diakibatkan oleh kontraksi uterus memerlukan berbagai penanganan untuk meminimalkan rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu sehingga kenyamanan ibu dapat kembali. Peran seorang perawat pada kondisi tersebut adalah membantu meredakan nyeri ibu post partum dengan memberikan intervensi dalam meredakan nyeri.

Strategi penatalaksanaan nyeri adalah suatu tindakan untuk mengurangi rasa nyeri, diantaranya dapat dilakukan dengan terapi farmakologis maupun non-farmakologis (Andarmoyo, 2013). Menurut Reeder, (2011) ada beberapa penatalaksanaan nyeri non farmakologis yaitu yang pertama ada sistem motivasional-afektif berupa relaksasi, yang kedua sistem kognitif-evaluatif yaitu ada teknik pernafasan, memusatkan perhatian, imajinasi, pergerakan fisik berpola, musik, hipnosis dan distraksi, yang ketiga sistem sensori-diskriminatif yaitu ada pengaturan posisi, stimulasi kutaneus, kompres panas dingin dan massage, diantaranya didukung oleh beberapa penelitian yaitu ada teknik kompres yang dilakukan penelitian oleh Wahyuni, (2014) tentang pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada ibu bersalin di RB. Ananda Desa Jabon Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto, sebelum dilakukan teknik kompres hangat nilai rata-rata adalah 6,27 dan setelah dilakukan kompres hangat nilai rata-rata adalah 4,77. Maka ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri yaitu rata-rata adalah 1,5. Penelitian lain yang dilakukan oleh Paulian, (2014) dengan pengaruh teknik effleurage massage terhadap perubahan nyeri pada ibu post partum di RS Sariningsih Bandung, sebelum dilakukan teknik effleurage massage ibu post partum mengalami nyeri kontraksi uterus rata-rata skala nyeri adalah 5,00, dan setelah dilakukan teknik effleurage massage nyeri kontraksi uterus rata-rata skala nyeri adalah 3,05. Jadi ada pengaruh teknik effleurage massage terhadap perubahan nyeri pada ibu post partum yaitu rata-rata adalah 1,95. Dari hasil penelitian diatas bahwa pemberian terapi effleurage massage lebih efektif menurunkan nyeri dibandingkan dengan kompres hangat. Massage dipilih karena diketahui dapat meningkatkan relaksasi, mengurangi nyeri dan stress. Mempunyai banyak manfaat serta efektif mempercepat pemulihan dan meningkatkan keseimbangan hormonal.

Effleurage adalah bentuk massage dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh

dengan arah sirkular secara berulang (Reeder, 2011). Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. Effleurage merupakan teknik massage yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Ekowati, 2011). 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.

Sedangkan penelitian lain yang dilakukan oleh Tikamala, (2016) dengan penerapan teknik effleurage massage untuk mengurangi nyeri kontraksi uterus pada Ny F umur 27 tahun di BPM Ajijah Buluspesantren Kebumen, setelah dilakukan teknik effleurage massage ada pengaruh perubahan nyeri kontraksi uterus pada hari ke 2 sampai 4 post partum.

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas, maka penulis tertarik untuk memberikan “Penerapan Effleurage Massage Untuk Mengurangi Nyeri pada Ibu Post partum”. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah ingin memahami atau mengkaji tentang pengaruh teknik effluarge massage dalam menurunkan nyeri pada ibu post partum.

METODE PENELITIAN

Penelitian studi kasus adalah studi yang mengeksplorasi suatu masalah keperawatan dengan batasan terperinci, memiliki pengambilan data yang mendalam dan menyertakan berbagai sumber informasi (Nursalam, 2008).

Penelitian studi kasus ini merupakan jenis deskriptif bertujuan untuk mengetahui asuhan keperawatan pada ibu post partum terdiri dari 2 responden atau klien yang akan membandingkan hasil dari penelitian, apakah ada perbedaan pada pemberian intervensi penerapan effleurage massage dalam menurunkan nyeri pada ibu post partum.

Data dikumpulkan dari hasil pengkajian yang meliputi observasi, pemeriksaan, dan pemberian teknik effleurage massage. Hasil dari penelitian berupa lembar observasi yang berisi data terkait intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan teknik effleurage massage ditulis dalam bentuk catatan kemudian disalin dalam bentuk transkrip.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini Ny. S dan Ny. K adalah ibu post partum spontan dengan kesadaran penuh dan tidak memiliki komplikasi saat persalinan. Pada Ny. S dan Ny. K dengan paritas primipara. Ny. S partus pada tanggal 7 April 2019 sedangkan Ny. K partus pada tanggal 12 April 2019 kedua responden sama-sama mengeluhkan nyeri. Oleh karena itu peneliti akan melakukan tindakan effleurage massage pada kedua responden tersebut. Sebelum dilakukan tindakan kedua responden diukur tingkat skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale dan diajarkan teknik effleurage massage. Effleurage massage yang diberikan kepada kedua responden yaitu dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang (Reeder,2011)

Berdasarkan tindakan pemberian teknik effleurage massage serta observasi skala intensitas nyeri yang diberikan kepada kedua responden didapatkan data sebagai berikut:

Nama responden	Usia	Paritas	Skala nyeri		Frek Nyeri tind
			sebelum tindakan	sesudah tindakan	
Ny. S	28 th	Primipara	4	1	:
Ny. K	25 th	Primipara	4	0	:

Berdasarkan table diatas, dapat disimpulkan bahwa sebelum dilakukan tindakan effleurage massage kepada kedua ibu post partum primipara yang mengalami nyeri pada skala 4 dan sesudah dilakukan tindakan effleurage massage terjadi penurunan nyeri pada Ny. S skala nyeri menjadi 1 dan Ny. K skala nyeri menjadi 0.

Tindakan pemberian teknik effleurage massage pada ibu post partum dalam menurunkan nyeri sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Paulian, (2014) dengan pengaruh teknik effleurage massage terhadap perubahan nyeri pada ibu post partum di RS Sariningsih Bandung, bahwa yang diberikan tindakan effleurage massage ibu post partum ada pengaruh terhadap perubahan nyeri, bahwa sebelum dilakukan teknik effleurage massage ibu post partum mengalami nyeri kontraksi uterus rata-rata skala nyeri 5,00, dan setelah dilakukan teknik effleurage massage nyeri kontraksi uterus rata-rata skala nyeri turun menjadi 3,05.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil uraian penelitian yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai hasil temuan penelitian sebagai berikut:

1. Penelitian ini menggunakan 2 responden, yaitu pada ibu post partum primipara.
2. Hasil penelitian pada kedua responden ibu post partum, pada responden pertama dengan usia 28 tahun, paritas primipara, dengan partus normal, dan dilakukan tindakan effleurage massage sebanyak 5 kali, sebelum dilakukan tindakan skala nyeri 4 dan sesudah tindakan skala nyeri menjadi 1, sedangkan pada responden kedua dengan usia 25 tahun, paritas primipara, dengan partus normal, dan dilakukan tindakan effleurage massage sebanyak 3 kali, sebelum dilakukan tindakan skala nyeri 4 dan sesudah tindakan skala nyeri menjadi 0.
3. Hasil penelitian yang dilakukan di RSUD dr. R Goeteng Taroenadibrata Purbalingga, didapatkan hasil setelah dilakukan tindakan effleurage massage pada kedua responden, responden pertama sebelum dilakukan tindakan

effleurage massage skala nyeri 4 dan sesudah tindakan skala nyeri menjadi 1 sedangkan pada responden kedua sebelum dilakukan tindakan effleurage massage skala nyeri 4 dan sesudah tindakan skala nyeri menjadi 0.

SARAN

1. Bagi Institusi Pendidikan
Menambah wawasan pada siswa didik sehingga mampu mengaplikasikan mengenai asuhan keperawatan post partum dan penatalaksanaan nyeri khususnya non farmakologis.
2. Bagi Rumah Sakit
Bahan acuan penatalaksanaan nyeri non farmakologis pada ibu post partum di Rumah Sakit.
3. Bagi Ibu Post Partum
Penelitian mengharapkan agar para ibu post partum melaksanakan teknik effleurage massage ini secara mandiri guna mempertahankan kenyamanan bagi diri sendiri.
4. Bagi Masyarakat
Peneliti mengharapkan agar masyarakat dapat melaksanakan teknik ini apabila salah satu dari keluarga mengalami nyeri pada ibu post partum.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis banyak terimakasih kepada:

1. Ns. Roni Purnomo, M.Kep., selaku Direktur Akademi Keperawatan Yakpermas Banyumas.
2. P. Sulistiowati.,M.Kep, selaku dosen pembimbing I yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
3. Zuhrotul Layliyah.,S.ST .,M.M, selaku dosen pembimbing II yang

telah membimbing dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

4. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
5. Sahabat dan teman yang banyak membantu dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2013). Konsep dan proses keperawatan nyeri. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Asmadi. (2008). Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien. Jakarta: Salemba Medika.
- Bahiyatun. (2009). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Jakarta: EGC.
- Berman, A., Snyder, S., Koziar, B., & Erb, G. (2009). Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis. Ed. 5. Jakarta: EGC.
- Bluechek, G.M., Butcher, H.K., Dochterman, J.M., & Wagner, C.M. (2013). Nursing Intervention Classification (NIC), sixth edition. USA: ELSEVIER.
- Bluechek, G.M., Butcher, H.K., Dochterman, J.M., & Wagner, C.M. (2013). Nursing Outcomes Classification (NOC), sixth edition. USA: ELSEVIER.
- Dwi. (2013). Pengaruh teknik relaksasi autogenic terhadap sli kala nyeri pada ibu post SC di RSUD Banyumas. Keperawatan Unsoed, from http://keperawatan.unsoed.ac.id/sites/default/files/dwi_skripsi_p57-p75.pdf.
- Ekowati, R., Wahjuni, E.S., & Alifa, A. (2012). Efek teknik masase effleurage pada abdomen terhadap penurunan intensitas nyeri pada dismonore primer mahasiswa PSIK FKUB Malang. Poltekes Malang. Retrieved Januari 17, 2014, from <http://Efek-teknik-masase-EFFLURAGRE-pada-abdomen-terhadap-penurunan-intensitas-nyeri-pada-dismenore-primer-Mahasiswa-PSIK-FKUB-Malang.pdf>. [Diakses pada tanggal 23 Agustus 2018].
- Fitriyanti, Z. F. Q. Efektivitas Massage Effleurage Yang Dilakukan Suami Terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Laten Di Kecamatan Setu (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017)
- Gadysa. (2009). Keperawatan maternitas. Jakarta: EGC.
- Herdman, T.H & Kamitsuru, S. (2015). Diagnosa Keperawatan Definisi & Klasifikasi 2015-2017 Edisi 10. Alih Bahasa Budi Ana Keliat, Dkk. Jakarta: EGC.
- Hidayat, A. A. (2011). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Judha, M. (2012). Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Mansur, Sugianti, (2016). Manajemen asuhan kebidanan post partum pada ny "n" dengan rest plasenta di rsud syekh yusuf kabupaten gowa tahun 2016, from Error! Hyperlink reference not

- valid.. [Diakses tanggal 23 Oktober 2018].
- Mardana, I. K. R. P., dan Aryasa, T. (2017). Penilaian Nyeri, from Error! Hyperlink reference not valid. _1_ dir / 0a3e5b2c21e3b90b. [Diakses tanggal 27 November 2018].
- Marmi. (2015). Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas “Puerperium Care”. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryunani, Anik. (2009). Asuhan Pada Ibu Dalam Masa Nifas (Postpartum). Jakarta: TIM.
- Mastiningsih, P. (2016). Rest Placenta Pada Ibu Nifas P1a1 6 Jam Post Partum Di Ruang Bersalin RSUD Wangaya. *Jurnal Dunia Kesehatan*, 5(2).
- Mitayani. (2013). Asuhan Keperawatan Maternitas. Jakarta: Salemba Medika.
- Mulati, T. S. (2017). Nyeri perineum berdasarkan karakteristik pada ibu post partum. *Involusi Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal Of Midwifery Science)*7(13).
- Muttaqin, Arif. (2008). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan. Jakarta: Salemba Medika.
- Ningrum, A. G. (2012). Pengaruh Massage Effleurage terhadap Kontraksi Uterus pada Parturien Kala I Fase Aktif di Rsia Melinda Kediri. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 21-27.
- Nugroho, Taufan. (2014). Buku Saku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (Askeb 3). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nursalam. (2008). Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2: Salemba Medika Jakarta.
- Parulian, S.T., Sitompul, J., & Oktifriana, A. N. (2014). Pengaruh teknik effleurage massage terhadap perubahan nyeri pada ibu post partum di Rumah Sakit Sariningsih Bandung.
- Pitriani, Risa., & Andriyani, Rika. (2014). Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu nifas Normal (Askeb III). Ed. 1, Cet. 1 Yogyakarta: Deepublish.
- Prestiwi. (2018). Hubungan antara tingkat nyeri post episiotomy dengan kemampuan aktifitas fisik ibu post partum spontan di rs pku muhammadiyah delanggu, from <http://eprints.ums.ac.id/NAS PUB-PPrestiwi>[Diakses pada tanggal 22 Agustus 2018].
- Prawirohardjo. (2008). Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rahayu, P. A. (2016). Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas. Ed. 1, Cet 1 Yogyakarta: Deepublish.
- Ratri, S. B. F. (2015). Aplikasi teknik effleurage massage terhadap penurunan nyeri pada asuhan keperawatan ny. w dengan post partum spontan di ruang melati rumah sakit dr. soedirman mangun wonogiri, from <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/download.php?id=1384>. [Diakses pada tanggal 22 Agustus 2018].
- Reeder, Martin, Griffin K. (2011). Volume 1 Keperawatan Maternitas: Kesehatan

- Wanita, Bayi Dan Keluarga. Edisi 18. Jakarta: EGC.
- Rini, Susilo., & Kumala, Feti. (2016). Panduan Asuhan Nifas & Evidence Based Practice. Ed. 1, Cet. 1 Yogyakarta: Deepublish.
- Tikamala, D. (2016). Teknik Effleurage Massage Untuk Mengurangi Nyeri Kontraksi Uterus Pada Ny F Umur 27 Tahun Di BPM Ajijah Bulupesanren Kebumen, from <http://elib.stikesmuhgombong.ac.id>. [Diakses tanggal 07 Oktober 2018].
- Utami, S. (2015). Perbedaan Tingkat Nyeri Pada Ibu Post Partum Yang Mengalami Episiotomi Dengan Ruptur Spontan Di RSUD Panembahan Senopati Bantul. From <http://digilib.unisayogya.ac.id/762/>.
- Wahyuni, I. D. (2014). Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri pada ibu bersalin di RB. Ananda Desa Jabon Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. KTI D3 KEBIDANAN.
- Wahyuni, S., & Wahyuningsih, E. (2016). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Aktif Pada Ibu Bersalin Di Rsu Pku Muhammadiyah Delanggu Klaten 2015. *Involusi Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Science)*, 5(10).
- Wulandari D. A., & Putri V. T. A. (2018). Aplikasi Teknik Effleurage Sebagai Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang. *Proceeding of The URECOL*, 538-543.