GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG MASSAGE EFFLEURAGE DALAM MENURUNKAN NYERI PERSALINAN NORMAL DI PUSKESMAS LEMBANNA KECAMATAN KAJANG KABUPATEN BULUKUMBA

Nurul Hidayah Bohari¹, Sitti Usmia², Husnul Khatimah³, Arfiani⁴, Andi Resma Aulia⁵
^{1,2,3,4,5}Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba, Indonesia
nurulhidayahbohari@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan normal terjadi pada kehamilan cukup bulan dan berjalan secara spontan disaat permulaan dengan janin menunjukkan kepala sebagai ujung depan (Vertex Presentation), proses tersebut berakhir dalam waktu 18 jam tanpa komplikasi apapun. Massage effleurage adalah pijat lambat dari perut atau bagian tubuh lain selama kontraksi. Tujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran pengetahuan ibu tentang massage effleurage dalam menurunkan nyeri persalinan di puskesmas lembanna kecamatan kajang kabupaten bulukumba. metode penelitian kuantitatif dan desain penelitian deskriptif. Pendekatan yang digunakan adalah crosssectional . sampel dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di Puskesmas Lembanna. Hasil dari penelitian ini adalah pengetahuan pada ibu bersalin yang paling banyak pada kategori baik sebanyak 27 responden (90%), kategori cukup sebanyak 3 responden (3%), dan kategorikurang sebanyak 0 responden (0%).Kesimpulan dari hasil penelitian Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Massage Effleurage Dalam Menurunkan Nyeri Persalinan Di Puskesmas Lembanna Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba adalah yang paling tertinggi kategori terbaik.

Kata Kunci : Pengetahuan, massge effleurage, nyeri persalinan

ABSTRACT

Normal labor occurs at term and proceeds spontaneously at the beginning with the fetus showing the head as the front end (Vertex Presentation), the process ends within 18 hours without any complications. Massage effleurage is a slow massage of the abdomen or other body parts during contractions. The purpose of this study was to find out how the description of mother's knowledge about massage effleurage in reducing labor pain at the Lembanna Public Health Center, Kajang District, Bulukumba Regency. quantitative research methods and descriptive research design. The approach used is cross-sectional. The sample in this study were mothers who gave birth at the Lembanna Health Center. The results of this study are the knowledge of maternity mothers who are mostly in the good category as many as 27 respondents (90%), sufficient category as many as 3 respondents (3%), and the less category as many as 0 respondents (0%). About Massage Effleurage in

Reducing Labor Pain at the Lembanna Health Center, Kajang District, Bulukumba Regency is the highest in the best category.

Keywords: Knowledge, massage effleurage, labor pain

PENDAHULUAN

Persalinan normal terjadi pada kehamilan cukup bulan dan berjalan secara spontan disaat permulaan dengan janin menunjukkan kepala sebagai ujung depan (Vertex Presentation), proses tersebut berakhir dalam waktu 18 jam tanpa komplikasi apapun (Hidayah, Nurul Bohari, 2019). Proses persalinan merupakan proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun kedalam jalan lahir. Persalinan dan kelahiran dikatakan normal apabila proses pengeluaran yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala, tidak disertai komplikasi baik ibu maupun janin (Hidayat, 2010). Keberhasilan persalinan dipengaruhi berbagai macam faktor diantaranya (power, passage, psikologi), faktor janin (plasenta), dan faktor penolong. Faktor-faktor ini perlu diperhatikan karena kematian ibu dan bayi disebabkan oleh tidak terdeteksinya lebih awal dari faktor tersebut (Ai Nurasih, 2014).

Massage adalah suatu istilah yang digunakan untuk menunjukkan manipulasi tertentu dari jaringan lunak tubuh. Manipulasi tersebut sebagian besar efektif dibentuk dengan tangan diatur guna tujuan untuk mempengaruhi saraf, otot, sistem pernapasan, peredaran darah dan limphe yang bersifat setempat dan menyeluruh

(Alimah, 2012).

Massage atau pijatan selama proses persalinan dapat menimbulkan efek relaksasi. Relaksasi yang dialami ibu merangsang ke otak untuk menurunkan kadar hormon adrenalin dan meningkatkan produksi oksitosin yang merupakan faktor penting timbulnya kontraksi yang adekuat. Terdapat banyak teknik dalam mengurangi nyeri persalinan salah satunya dengan menggunakan teknik massage. Teknik massage merupakan aspek naluriah manusia ketika merasa kesakitan pada beberapa bagian tubuh serta teknik ini menimbulkan reaksi pertama kali adalah mengeluas bagian tubuh yang sakit dengan tangan untuk mengurangi sakit (Rohmah, 2010).

Effleurage adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak terputus. *Effleuragemassage* pada punggung selama 3-10 menit yang dapat menurunkan tekanan darah, memperlambat denyut jantung, meningkatkan pernapasan dan produksi hormon endorpin yang menghilangkan sakit secara alamiah (Judha, 2012). *Effleurage* adalah bentuk masase dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut keatas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang (Reeder, 2011). Teknik bertujuan meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan dan menghangatkan otot

abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental (Ekowati 2012).

Menurut Alimul (2009), prosedur tindakan massage dengan teknik effleurage efektif dilakukan 10 menit untuk mengurangi nyeri. Stimulasi massage effleurage dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorfin yang merupakan pereda sakit alami dan merangsang serat saraf yang menutup gerbang sinap sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak di hambat. Selain itu teori gate control mengatakan bahwa massage effleurage mengaktifkan transmisi serabut saraf sensori A – beta yang lebih besar dan lebih cepat. Proses ini menurunkan transmisi nyeri melalui serabut dan delta A berdiameter kecil (Fatmawati, 2017).

Sejauh ini *massage effleurage* telah banyak digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan. *Massage effleurage* dapat mengurangi nyeri selama 10-15 menit. *Massage effleurage* membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman selama persalinan, lebih bebas dari rasa sakit, seperti penelitian Fatmawati (2017), dengan judul efektifitas *Massage effleurage* terhadap pengurangan sensasi rasa nyeri persalinan pada ibu primipara, dalam penelitian ini di dapatkan hasil bahwa nyeri persalinan sebelum *Massage effleurage* nyeri sedang sedangkan setelah *Massage effleurage* menjadi nyeri ringan, hal ini berarti massage effleurage efektif terhadap pengurangan sensasi rasa nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin primipara (Faucett, 2014).

METODE

Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dan desain penelitian deskriptif yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi dengan data berbentuk kuantitatif. Lokasi penelitian dilakukan di Puskesmas Lembanna Kabupaten Bulukumba pada bulan Maret-Mei 2021. Adapun jumlah sampel yang digunakan yaitu 30 orang dan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu total sampling.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel I Distribusi Frekuensi Berdasarkan umur di Puskesmas Lembanna Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba Tahun 2021

Umur	N	%
20-23	11	37
24-26	12	40
27-30	7	23
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan tabel I didapatkan hasil bahwa dari 30 responden, sebagian besar responden berumur 24-26 tahun sebanyak 12 orang (40%). Sedangkan yang paling sedikit berada pada rentan umur 27-30 tahun (23%).

Tabel II Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di

**Puskesmas Lembanna Kabupaten
Bulukumba**

Kategori	F	%
SD	9	30
SMP	10	3
SMA	11	37
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan tabel II didapatkan hasil bahwa, sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 11 orang (37%) dan paling sedikit berada pada tingkat SD sebanyak 9 orang (30%)

**Tabel III Distribusi Frekuensi
Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang
Massage Effleurage Dalam
Menurunkan Nyeri Persalinan di
Puskesmas Lembanna kec.kajang
kab. Bulukumba Tahun 2021**

Kategori	F	%
Baik	27	90
Cukup	3	3
Kurang	0	0
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan tabel III didapatkan hasil bahwa dari 30 responden, sebagian besar responden dalam kategori baik sebanyak 27 orang (90%), dan paling rendah dalam kategori kurang 0.

**Tabel IV Distribusi Frekuensi
Pengetahuan Ibu Tentang Definisi
Massage Effleurage Dalam
Menurunkan Nyeri Persalinan di**

**Puskesmas Lembanna Kec.Kajang Kab.
Bulukumba Tahun 2021.**

Kategori	F	%
Baik	29	97
Cukup	1	3
Kurang	0	0
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2021

**Tabel V Distribusi Frekuensi
Pengetahuan Ibu Tentang Manfaat
Massage Effleurage Dalam Menurunkan
Nyeri Persalinan di Puskesmas
Lembanna Kec. Kajang Kab,
Bulukumba Tahun 2021.**

Kategori	F	%
Baik	28	93
Cukup	2	67
Kurang	0	0
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2021

**Tabel V Distribusi Frekuensi
Pengetahuan Ibu Tentang Metode
Massage Effleurage Dalam
Menurunkan Nyeri Persalinandi
Puskesmas Lembanna Kecamatan
Kajang Kabupaten Bulukumba
Tahun 2021**

Kategori	F	%
Baik	28	93
Cukup	1	3
Kurang	1	3
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2021

Tabel VI Distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang peran *massage effleurage* dalam menurunkan nyeri persalinan di Kecamatan Kajang Kabupaten bulukumba tahun 2021

Kategori	F	%
Baik	23	78
Cukup	6	20
Kurang	1	3
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2021

Pembahasan

Usia adalah lamanya hidup seseorang yang dihitung dari kelahiran sampai dengan saat ini. Dari hasil penelitian bahwa dari 30 responden, usia responden paling dominan yaitu usia 24-26 tahun sebanyak 12 (40%). Ditinjau dari usia, bahwa usia ibu bersalin mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikir, sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin membaik. Pendapat ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Murray (2013) yang menjelaskan bahwa umur mempengaruhi persepsi dan pola pikir seseorang. Dengan bertambahnya umur individu, maka daya perseptif dan pola fikir akan semakin meningkat. Namun perlu diingat juga bahwa semakin usia bertambah daya ingat seseorang juga akan mengalami penurunan. Pendidikan adalah sebuah proses mengubah sikap dan tata laku seseorang atau kelompok dan juga usaha

mendewasakan umur melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Dari hasil penelitian bahwa dari 30 responden, tingkat pendidikan lebih dominan yaitu tingkat SMA 11 (37%). Hal ini cukup mempengaruhi tingkat pengetahuan responden, yaitu informasi tentang *massage effleurage* pada tingkat SMA karena tingkat pendidikan yang menengah atas sehingga mampu memudahkan ibu cepat mengerti pada saat peneliti menjelaskan.

Handayani (2016), Nyeri melahirkan dapat diatasi dengan menggunakan metode *massage effleurage*. Pasien yang mendapatkan *massage effleurage* ini akan mempengaruhi psikologis lebih merasa tenang, nyaman, rileks, puas dan akan lebih dekat dengan petugas kesehatan yang melayani sehingga secara tidak langsung hal ini bisa mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan. *Massage* merupakan salah satu manajemen nyeri non farmakologi untuk membuat tubuh menjadi rileks, bermanfaat mengurangi rasa sakit atau nyeri, menenangkan diri, relaksasi, menenangkan saraf dan menurunkan tekanan darah (Maryunani, 2010; Budiarti, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang definisi *massage effleurage* pada ibu bersalin di Puskesmas Lembanna Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba dari 30 responden didapatkan yang lebih dominan yaitu berpengetahuan baik 29 responden (97%). Dari hasil penelitian ibu mengatakan tidak pernah mendengar

bahwa *massage effleurage* adalah teknik pijat ringan yang non farmakologis yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan sehingga dalam penelitian ini memperlihatkan masih ada responden yang berpengetahuan kurang berdasarkan definisi *massage effleurage*, dari hasil penelitian menunjukkan masih kurang pengetahuan ibu tentang definisi pemberian *massage effleurage* yang berusia 27-29 pada ibu yang sudah bersalin. Dari hasil penelitian terkait pengetahuan ibu tentang manfaat *massage effleurage* pada ibu bersalin di Puskesmas Lembanna Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba dari 30 responden yang diteliti didapatkan lebih dominan yaitu berpengetahuan baik 28 responden (93%). Dari hasil tersebut terlihat masih ada 2 responden yang berpengetahuan cukup tentang manfaat *massage effleurage*. Hal tersebut diakibatkan oleh faktor ibu yang tidak pernah mendengar bahwa pijat ringan pada perut bisa menurunkan nyeri persalinan.

Pada tingkat pengetahuan ibu tentang metode *massage effleurage* di Puskesmas Lembanna Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba, didapatkan hasil penelitian dari 30 responden yang diteliti lebih dominan yaitu berpengetahuan baik 28 responden (93%). Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan ibu tentang peran *massage effleurage* dalam menurunkan nyeri persalinan di Puskesmas Lembanna Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba dari 30 responden yang diteliti didapatkan lebih dominan yaitu berpengetahuan baik 23 responden (77%).

Effluerage adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat, dan panjang atau tidak putus-putus (Joseph, 2010). *Effleurage* adalah bentuk massase dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental (Handayani, 2016). Pijatan *effleurage* dapat juga dilakukan dipunggung, tujuan utamanya untuk relaksasi (Gadysa, 2009).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitiangambaran pengetahuan ibu tentang *massage effleurage* dalam menurunkan nyeri persalinan di Puskesmas Lembanna Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba Tahun 2021, maka dapat disimpulkan Dari hasil penelitiandidapatkan tingkat pengetahuan ibu tentang *massage effleurage* yang dominan tingkat pengetahuan baik yaitu 27 orang (97%).

DAFTAR PUSTAKA

- Ai nurasia, S., & dkk. (2014). ASUHAN PERSALINAN NORMAL BAGI BIDAN. Bandung: PT Refika Aditama.
- Alimah, S. (2012). *Massage Exercise Therapy*, Ed 1. Akademi Fisioterapi Surakarta.
- Budiarti, Ratna (2016). Pemberian terapi *massage* dan jahe terhadap intensitas nyeri. *Jurnal Keperawatan Surakarta*.

Ekowati. (2012). Efek teknik massage effleurage pada abdomen terhadap penurunan intensitas nyeri. Malang.

Fatmawati. (2017). Efektifitas MASSAGE efflurage terhadap pengurangan sensasi rasa nyeri persalinan pada ibu primipara. *Journal of Issues in Midwifery*.

Faucett, J., et al. (2014). Differences in postoperative pain severity among four ethnic groups, Pain management. *International Journal of Medicine*

Gadysa, (2009). Persepsi ibu tentang metode massage

Handayani, Sri (2016). Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu. Stikes Yogyakarta*

Hidayat, Asri. (2010). Asuhan kebidanan kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Hidayah, Nurul Bohari. (2019). Asuhan Kebidanan Ny.X dengan Pemberian Hypnotherapi untuk Mengurangi Nyeri Kala I di Puskesmas Bontonyeleng. *Journal of Midwifery and Nursing Studies*. Vol.1 No 2. Hal 1-5

Joseph, (2010). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Pada Ibu Bersalin Di Rsu Muhammadiyah Delenggu Klaten.

Judha, M & dkk. (2012). Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan, Ed 4. Yogyakarta: Nuha Medika.

Murray,M.L.,dan Huelsmann,G.M. (2013). *Persalinan dan Melahirkan Praktik Berbasis Bukti*. Jakarta: EGC

Reeder, S.J., Martin, L.L., & Griffin, D.K. (2011). *Keperawatan maternitas :Kesehatan wanita, bayi & keluarga edisi 18*. Jakarta : EGC.

Rohmah, Nikmatur. (2010). *Pendidikan prenatal upaya promosi kesehatan bagi ibu hamil*. Depok :Gramata Publising.