

JURNAL KESEHATAN



<http://ejournal.poltekkesternate.ac.id/ojs>

STUDI LITERATUR : METODE NON FARMAKOLOGIS MENGURANGI NYERI PERSALINAN DENGAN MENGGUNAKAN *EFFLURAGE MASSAGE*

Intan Gumilang Pratiwi^{1✉}, Maruni Wiwin Diarti

^{2 1,2} Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

¹
Korespondensi: intangumil@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima 5 Mei 2019

Disetujui 23 Mei 2019 Di

Publikasi 30 Mei 2019

Keywords:

Farmakologis, *Efflurage Massage*

Abstrak

Masa persalinan merupakan fenomena alamiah yang bagi kebanyakan perempuan secara subjektif dirasakan sebagai proses nyeri yang menimbulkan kecemasan dan takut secara bersamaan. Nyeri dalam persalinan adalah bagian yang tidak dapat dihindari dalam proses persalinan. Salah satu metode untuk mengurangi nyeri persalinan yang sering dilakukan adalah pijat. Salah satu jenis pijat adalah *efflurage massage* yaitu suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan tangan melekat pada bagian-bagian tubuh yang digosok dengan ringan dan menenangkan. Studi literature ini dengan metode mengumpulkan data dari studi pencarian sistematis database terkomputerisasi (PubMed, BMC, Cochrain review, Google cendekia) berbentuk jurnal penelitian dan artikel review.

Abstract

The period of childbirth is a natural phenomenon that for most women is subjective as a pain process that raises anxiety and fear simultaneously. Pain in labor is an unavoidable part of labor. One method to reduce labor pain that is often done is massage. One type of massage is *efflurage massage* which is a movement that uses the entire surface of the hand attached to the parts of the body that are lightly rubbed and soothed. This literature study by collecting data from a systematic search study of computerized databases (PubMed, BMC, Cochrain review, Google Scholar) in the form of research journals and review articles.

© 2019 Poltekkes Kemenkes Ternate



Alamat korespondensi:

intangumil@gmail.com

ISSN 2597-7520

poltekkes kemenkes mataram



STUDI LITERATUR : METODE NON FARMAKOLOGIS MENGURANGI NYERI PERSALINAN DENGAN MENGGUNAKAN *EFFLURAGE MASSAGE*

Pendahuluan

Masa persalinan merupakan fenomena alamiah yang bagi kebanyakan perempuan secara subjektif dirasakan sebagai proses nyeri yang menimbulkan kecemasan dan takut secara bersamaan. Nyeri dalam persalinan adalah bagian yang tidak dapat dihindari dalam proses persalinan. Intensitas nyeri selama persalinan memengaruhi keadaan psikologi ibu, kelancaran proses persalinan serta keadaan janin. (Pratiwi, Husin, Ganiem, Susiarso, & Arifin, 2017)

Dilaporkan dari hasil penelitian bahwa dari 300 wanita bersalin kala I fase aktif 32% mengatakan nyeri berat, 57% nyeri sedang, dan 11% nyeri ringan. Root dkk memperlihatkan bahwa 68,3% wanita menyatakan bahwa nyeri persalinan adalah nyeri berat, dan lebih dari 86% wanita ingin nyeri nya diatasi. Suatu penelitian di Inggris yang melibatkan ibu bersalin mengungkapkan bahwa 93,5% wanita menganggap nyeri persalinan sebagai nyeri yang berat, sementara itu di Filandia 80% mendeskripsikan sebagai nyeri yang hebat dan tidak dapat ditoleransi. (Ebirim, Buowari, & Ghosh, 2012)

Terdapat potensi konsekuensi fisiologis yang merugikan dari nyeri persalinan bagi ibu bersalin, kemajuan persalinan, dan kesejahteraan janin. Rasa nyeri yang hebat diduga mengakibatkan hiperventilasi dan alkalosis respiratorik yang mengakibatkan penurunan oksigen di hemoglobin sehingga mengurangi aliran oksigen dari ibu ke janin. Nyeri persalinan juga dikaitkan dengan peningkatan tekanan darah, konsumsi oksigen dan pengeluaran katekolamin yang semua berakibat pada aliran darah uterus. Selain itu peningkatan karbon dioksida, resistensi pembuluh darah kapiler dan peningkatan konsumsi oksigen juga berefek buruk. Semua hal tersebut dapat menjadi suatu dampak berbahaya yang bisa mengakibatkan kematian baik ibu maupun janin. (Alehagen, Wijma, & Wijma, 2016)

Salah satu metode untuk mengurangi nyeri persalinan yang sering dilakukan adalah pijat. Salah satu jenis pijat adalah *efflurage massage* yaitu suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan tangan melekat pada bagian-bagian tubuh yang digosok dengan ringan dan menenangkan. *Massage effleurage* bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, menghangatkan otot abdomen, dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Massage effleurage* merupakan teknik relaksasi yang aman, mudah, tidak perlu biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain. 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. Berdasarkan penelitian Wahyuni (2015), menunjukkan bahwa *effleurage massage* dapat menurunkan nyeri.

Studi literature ini bertujuan untuk mengumpulkan literature tentang hasil studi pengaruh *efflurage massage* terhadap nyeri persalinan.

Metode

Studi literature ini dengan metode mengumpulkan data dari studi pencarian sistematis database terkomputerisasi (PubMed, BMC, Cochrain review, Google cendekia) berbentuk jurnal penelitian dan artikel review dalam lima tahun terakhir.

Hasil dan Pembahasan

Effleurage berasal dari bahasa perancis yang berarti “*Skimming the Surface*” makna menurut bahasa Indonesia artinya “Mengambil buih dipermukaan”. *Effleurage* adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat, dan panjang atau tidak putus-putus. Teknik ini menimbulkan efek relaksasi. Dalam persalinan, *effleurage* dilakukan

STUDI LITERATUR : METODE NON FARMAKOLOGIS MENGURANGI NYERI PERSALINAN DENGAN MENGGUNAKAN *EFFLURAGE MASSAGE*

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. (Sheoran & Panchal, 2015)

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 bias dilakukan oleh pasien persalinan adalah Effleurage. (Bem & Nyeri, 2010)

Dyah ayu dan Vita (2018) dalam penelitian berjudul Aplikasi Teknik Effleurage Sebagai Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalan menentukan efektivitas teknik 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.

Penelitian ini menggunakan responden ibu inpartu kala I fase aktif dari pembukaan

4-7 cm. Responden dilakukan massase 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. 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. (Di et al., 2018)

Halimatussakdia (2018) melakukan studi berjudul Back-Effluerage Massage (BEM) terhadap Nyeri dan Tekanan Darah Ibu Bersalin Kala I. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Back Effluerage Massage (BEM) terhadap perubahan nyeri dan tanda-tanda vital ibu bersalin sebelum dan sesudah dilakukan intervensi Back Effluerage Massage. Jenis penelitian ini adalah Quasi experiment. Populasi pada penelitian ini adalah ibu bersalin kala I fase aktif di Ruang Bersalin Rumah Sakit Pemerintah Aceh, jumlah sampel 30 orang, pengambilan sampel secara teknik Accidental sampling. Alat pengumpulan data berupa Numeric Rating Scale (NRS) dan Spigmomanometer. Metode pengumpulan data dengan wawancara terpimpin. Analisa data menggunakan univariat dan bivariat: paired t-test. Hasil penelitian diketahui bahwa Back effluerage massage (BEM) dapat menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin dengan nilai $p=0,000$, perbedaan tekanan darah sistole dengan nilai $p=0,000$, perbedaan tekanan darah diastol dengan nilai $p=0,016$.

STUDI LITERATUR : METODE NON FARMAKOLOGIS MENGURANGI NYERI PERSALINAN DENGAN MENGGUNAKAN *EFFLURAGE MASSAGE*

Kesimpulan penelitian terdapat pengaruh Back efflurage massage terhadap perubahan nyeri dan Tekanan Darah ibu pada persalinan kala I. (Bem & Nyeri, 2010)

Menurut peneliti, adanya pengaruh BEM terhadap nyeri persalinan karena merupakan teknik yang dapat meminimalkan rasa nyeri persalinan karena dapat merilekskan ketegangan otot yang merangsang nyeri dan pada saat melakukan BEM responden bernapas perlahan sehingga responden merasa nyaman dan dapat mengalihkan perhatiannya terhadap nyeri. Terapi BEM juga dapat merangsang hormon endorfin yang bias meminimalkan rasa nyeri persalinan dan juga dapat membuat tanda-tanda vital dalam keadaan terkontrol. (Bem & Nyeri, 2010)

Netuu (2013) melakukan studi berjudul A Study to Assess the Effectiveness of Abdominal Outcomes Among Nullipara Mothers During 1st Stage of Labor In Selected Hospitals of District Ambala, Haryana. Di India hasil dari penelitian ini adalah Sebuah penelitian eksperimental semu dilakukan dengan tujuan untuk menilai dan membandingkan nyeri persalinan pre-test dan post-test skor intensitas, hasil persalinan dan untuk menentukan hubungan tingkat intensitas nyeri persalinan antara ibu nulipara selama tahap pertama persalinan dalam kelompok eksperimen dan pembanding. Teknik purposive sampling non probabilitas digunakan untuk memilih subjek penelitian. Perofoma terstruktur disiapkan untuk mengumpulkan data dasar, skala intensitas nyeri numerik (skala standar) digunakan untuk menilai intensitas nyeri segera sebelum dan setelah effleurage abdomen dan perawatan bersalin rutin dan analisis catatan perofoma digunakan untuk menilai hasil kerja (hasil maternal di dalam hal total durasi persalinan, sifat persalinan dan hasil janin dalam hal skor APGAR pada 5 menit setelah

lahir dan skor suara jantung janin segera sebelum dan setelah effleurage abdomen dan perawatan bersalin rutin). Temuan mengungkapkan bahwa effleurage perut memiliki efek signifikan pada pengurangan intensitas nyeri persalinan selama fase aktif tetapi tidak efektif selama fase transisi pada kelompok eksperimen. Lebih lanjut hasilnya menunjukkan bahwa tidak ada efek yang signifikan pada total durasi persalinan, skor suara jantung janin dan akhirnya skor APGAR pada bayi baru lahir pada 5 menit setelah kelahiran. (Sheoran & Panchal, 2015)

Mervat Gaber dkk (2018) Melakukan Penelitian Berjudul Effect of effleurage on Pain Severity and Duration of labor among laboring Women ujian dari penelitian ini, adalah untuk menilai efek effleurage pada tingkat keparahan nyeri persalinan dan durasi persalinan. Desain, desain eksperimental semu digunakan untuk penelitian saat ini. Pengaturan, Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Universitas Ismailia, Tools, tiga alat digunakan untuk pengumpulan data; jadwal wawancara ibu, skala analog visual (VAS), dan lembar evaluasi ibu (Partograf). Prosedur, oleskan effleurage selama 30 menit (pijat pada perut selama kontraksi sebagai gerakan memutar untuk meminimalkan nyeri persalinan) untuk kelompok (A) hanya pada 4cm, 6 cm, 8cm. dan 10 cm, dan kelompok (B) menerima perawatan rutin standar. Hasil, hasil menunjukkan bahwa, kelompok yang menerima effleurage dikaitkan dengan skor nyeri yang dirasakan lebih rendah daripada kelompok kontrol, dan pendek pada tahap pertama dan kedua persalinan dengan perbedaan yang signifikan secara statistik antara kedua kelompok. Kelompok yang menerima effleurage dikaitkan dengan penurunan penghilang rasa sakit dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan perbedaan yang signifikan secara statistik. Studi ini menyimpulkan bahwa, effleurage berdampak pada meminimalkan

STUDI LITERATUR : METODE NON FARMAKOLOGIS MENGURANGI NYERI PERSALINAN DENGAN MENGGUNAKAN *EFFLURAGE MASSAGE*

nyeri persalinan dan kekurangan persalinan tahap pertama dan kedua dibandingkan kelompok yang menerima perawatan rutin standar. Rekomendasi, berdasarkan temuan penelitian ini, rekomendasi berikut menyarankan: penelitian lebih lanjut untuk menerapkan metode non-farmakologis untuk meminimalkan nyeri selama persalinan daripada metode farmakologis. (Mossad, 2018)

Dari berbagai studi literature diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar efflurage massage efektif dalam menurunkan nyeri dalam kala I persalinan. Berbagai teori dikemukakan untuk mendukung teori tersebut salah satunya adalah Gate Control Theory dapat dipakai untuk pengukuran efektifitas cara ini. Ilustrasi 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 dirasakn dalam otak. Effleurage atau pijatan pada abdomen yang teratur dangan latihan pernapasan selama kontraksi digunakan untuk mengalihkan wanita dari nyeri selama kontraksi. 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.

Pada studi lanjutan ada penelitian yang mengungkapkkan tidak adanya efek efflurage dalam mengurangi durasi persalinan maupun efek terhadap apgar skor janin.

Penutup

Dari berbagai studi literature diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar efflurage massage efektif dalam menurunkan nyeri dalam kala I persalinan

Daftar Pustaka

- Alehagen, S., Wijma, B., & Wijma, K. (2006). Fear of childbirth before, during, and after childbirth. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 85(1), 56–62. <https://doi.org/10.1080/00016340500334844>
- Bem, B. M., & Nyeri, T. (2010). Back-effluerage massage (bem) terhadap nyeri dan tekanan darah ibu bersalin kala i.
- Di, B., Praktik, B., Kecamatan, M., Wulandari, D. A., Triani, V., & Putri, A. (2018). Aplikasi Teknik Effleurage Sebagai Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Ibu, 538–543.
- Ebirim, L. N., Buowari, O. Y., & Ghosh, S. (2012). Physical and Psychological Aspects of Pain in Obstetrics.
- Mossad, A. M. (2018). Effect of effleurage on Pain Severity and Duration of labor among laboring Women, 7(6), 1–9. <https://doi.org/10.9790/1959-0706020109>
- Pratiwi, I. G., Husin, F., Ganiem, A. R., Susiarno, H., & Arifin, A. (2017). The Effect of Virtual Reality on Pain in Primiparity Women. *International Journal of Nursing and Health Science*, 4(February 2018), 46– 50.
- Sheoran, P., & Panchal, R. (2015). A Study to Assess the Effectiveness of Abdominal Effleurage on Labor Pain Intensity and Labour Outcomes Among Nullipara Mothers During 1 st Stage of Labor In Selected Hospitals of District, 4(1), 1585–1590.