

Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Teknik *Massage Effleurage* dan *Massage Counterpressure* Terhadap Intensitas Nyeri pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif Kepulauan Riau

Hotmaria Julia DS¹, Lili Sartika², Wasis Pujiati³

^{1,3}Program Studi Sarjana Keperawat dan bidanan, Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

²Program Studi Diploma Farmasi. Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

e-mail: lilisartika.again@gmail.com

Abstrak

Nyeri merupakan suatu perasaan atau pengalaman yang tidak nyaman baik secara sensori maupun emosional yang dapat ditandai dengan kerusakan jaringan ataupun tidak (*association for the study of pain*). Nyeri adalah perasaan tidak menyenangkan dan pengalaman emosional yang dihubungkan dengan aktual atau potensial kerusakan jaringan tubuh. Salah satu Upaya dalam peningkatan pengetahuan dengan melakukan penyuluhan dan pelatihan. Tujuan pengabdian Masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan perawat dan bidan tentang teknik *massage effleurage* dan *massage counterpressure* terhadap intensitas nyeri pada persalinan kala 1. Hasil pengabdian Masyarakat Tingkat menunjukkan pengetahuan sebelum diberikan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure* menunjukkan sebanyak 61,3% pada kategori sedang dan kategori tinggi 39,6%. Setelah diberikan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*, tingkat pengetahuan menunjukkan sebanyak 38,7 % pada kategori sedang dan kategori tinggi sebanyak 72,4%. Terdapat adanya perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*.

Kata kunci: Nyeri, *Massage effleurage*, *Massage counterpressure*

Abstract

Pain is an uncomfortable feeling or experience both sensory and emotional which can be characterized by tissue damage or not (*association for the study of pain*). Pain is an unpleasant feeling and emotional experience associated with actual or potential damage to body tissue. One effort to increase knowledge is by providing counseling and training. The aim of community service is to increase the knowledge of nurses and midwives about *effleurage massage* and *counterpressure massage* techniques on pain intensity in the 1st stage of labor. The results of community service. The level of knowledge shown before being given *massage effleurage* and *counterpressure massage* therapy training shows as much as 61.3% in the medium and middle categories. high 39.6%. After being given training in *effleurage massage* therapy and *counterpressure massage*, the level of knowledge showed 38.7% in the medium category and 72.4% in the high category. There was a difference in the level of knowledge before and after being given training in *effleurage massage* therapy and *counterpressure massage*.

Keywords: Pain, *effleurage massage*, *counterpressure massage*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun ke dalam jalan lahir dan kemudian berakhir dengan pengeluaran plasenta dan selaput janin dari tubuh ibu melalui jalan lahir atau bukaan jalan lahir, dengan bantuan atau dengan kekuatan ibu sendiri (Mutmainnah et al, 2021). Persalinan merupakan suatu kondisi dimana leher rahim mengalami penipisan dan mulut rahim mengalami dilatasi yang diikuti oleh turunnya janin melalui jalan lahir kemudian disusul oleh kelahiran yaitu proses keluarnya hasil konsepsi (janin dan plasenta) dari rahim (Turlina et al, 2015).

Nyeri merupakan suatu perasaan atau pengalaman yang tidak nyaman baik secara sensori maupun emosional yang dapat ditandai dengan kerusakan jaringan ataupun tidak (*association for the study of pain*). Nyeri adalah perasaan tidak menyenangkan dan pengalaman emosional yang dihubungkan dengan aktual atau potensial kerusakan jaringan tubuh (Syamsiah et al, 2015). Nyeri

dapat dirasakan oleh semua orang diberbagai rentang usia. Nyeri pada bayi menjadi krisis yang harus dihadapi karena akan mengakibatkan dampak yang serius baik dalam jangka waktu pendek maupun jangka waktu panjang, dapat berupa stres/ cemas ataupun trauma pada bayi (Trimawati, 2016).

Data persatuan rumah sakit diseluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan (Mulyani, 2017).

Karlinah Nelly (2015) menyatakan nyeri persalinan ringan terjadi pada 15 kasus, nyeri sedang 35%, nyeri berat 30% dan nyeri ekstrim terjadi pada 20% kasus. Bagi seorang ibu, melahirkan bayi adalah peristiwa yang sangat membahagiakan sekaligus peristiwa yang berat penuh tantangan dan kecemasan.

Upaya untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan cara farmakologis dan non farmakologis. Metode farmakologis dengan cara memberikan obat anti nyeri (analgetik) pada ibu hamil yang direkomendasikan oleh dokter tetapi beresiko memiliki efek samping bagi ibu maupun janin dan metode nonfarmakologi tentu lebih aman dan mengacu kepada asuhan sayang ibu dan tidak beresiko tinggi bagi ibu dan janinnya, metode non farmakologi dapat dilakukan oleh petugas kesehatan atau keluarga pasien yaitu salah satunya menggunakan *massage counterpressure* dengan melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya di otot, tendon atau ligamentum, tanpa menyebabkan gerakan atau posisi sendi untuk meredakan nyeri, sehingga menghasilkan relaksasi atau memperbaiki situasi (Rosalina, 2017). *Counterpressure* merupakan salah satu aplikasi teori *gate-control*, dengan menggunakan teknik pijat dapat meredakan nyeri yaitu menghambat sinyal nyeri, membantu ibu mengurangi rasa nyeri yang dirasakan selama persalinan, meningkatkan aliran darah dan oksigenasi ke seluruh jaringan. Pijat tersebut akan merangsang tubuh untuk melepaskan endorfin yang berfungsi sebagai Pereda rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman, pijat secara lembut membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman dalam persalinan (Pillitteri & Pillitteri, 2010).

Penatalaksanaan untuk menurunkan nyeri pada proses persalinan, dilakukan dengan farmakologi maupun non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi lebih efektif dan lebih mahal serta memiliki efek samping. sementara metode nonfarmakologi lebih mudah, murah dan tanpa efek samping (Sulistyawati, 2012). Metode yang dapat menurunkan rasa nyeri adalah dengan *massage effleurage* dan *massage counterpressure*. *Massage effleurage* dilakukan dengan sentuhan lembut, sehingga merangsang hormon endorfin, yang menimbulkan relaksasi (Vander Riet, 2011). Efek relaksasi ini akan membuat ibu merasa tenang dan nyaman.

Setelah dilakukan studi pendahuluan di RSUD Kota Tanjungpinang,. Banyak perawat dan bidan dan ibu post partus yang belum tahu terkait efektifitas *massage effleurage* dan *massage counterpressure* Untuk menurunkan rasa nyeri . disini peneliti memberikan pengetahuan kepada responden bahwa metode yang sangat efektif dalam menanggulangi rasa nyeri adalah dengan *massage effleurage* dan *massage counterpressure*. Untuk menurunkan rasa nyeri dapat dilakukan dengan *massage effleurage* berupa sentuhan lembut untuk merangsang hormon endorfin. Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa *massage effleurage* yang dilakukan pada ibu bersalin kala I dapat menurunkan intensitas nyeri dengan memberikan rasa nyaman pada saat persalinan (Putri, 2016). Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di Ruang Cempaka RSUD Kota Tanjungpinang pada 3 Maret 2023, didapatkan data jumlah persalinan normal selama tahun 2022 sebanyak 178 persalinan normal. Jumlah perawat dan bidan yang ada diruang cempaka sebanyak 12 orang. Penatalaksanaan nyeri yang dilakukan pada ibu inpartus selama ini adalah melakukan teknik relaksasi, distraksi dengan berjalan, aktifitas secara perlahan dan pemilihan posisi persalinan yang nyaman bagi ibu. Selama ini di Ruang Cempaka belum pernah dilakukan metode nonfarmakologi seperti *massage effleurage* dan *massage counterpressure* terhadap ibu inpartus untuk mengurangi rasa nyeri persalinan.

METODE

Dalam hal ini pihak Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Hang Tuah Tanjungpinang menawarkan sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan perawat dan bidan dalam

memberikan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure* dalam upaya manajemen nyeri pada ibu bersalin. Metode pengabdian yang dilakukan :

1. Melakukan skrining perawat dan bidan dengan pendataan perawat dan bidan ruangan di RSUD Kota Tanjungpinang.
2. Merekap jumlah perawat dan bidan yang akan mengikuti pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure* di RSUD Kota Tanjungpinang.
3. Menentukan kontrak waktu dan tempat pelaksanaan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure* di RSUD Kota Tanjungpinang.
4. Mengundang perawat dan bidan untuk menghadiri kegiatan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*
5. Mempersiapkan panitia penyelenggara terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*
6. Membuat surat undangan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*
7. Mempersiapkan pre planning pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*
8. Mempersiapkan Materi dan media yang akan digunakan dalam kegiatan pelaksanaan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*
9. Evaluasi struktur
10. Menyiapkan pre planning
11. Waktu pelaksanaan IbM terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure* telah disepakati dan ditetapkan
12. Tempat dan perlengkapan acara telah dipersiapkan
13. Kuesioner terkait pengetahuan perawat dan bidan tentang terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*
14. Materi dan media yang akan digunakan dalam kegiatan pelaksanaan IbM menuju peningkatan pengetahuan
15. Telah terbentuk panitia penyelenggara
16. Surat undangan telah dibuat
17. Evaluasi proses
18. Jumlah peserta sesuai pendataan.
19. Peserta aktif mengikuti kelangsungan acara
20. Media dan alat bantu dapat digunakan secara efektif
21. Acara dapat berjalan sesuai rencana

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan di ruang cempaka RSUD Kota Tanjungpinang. Kegiatan dilakukan selama 7 hari . pengambilan sampel pada pengabdian masyarakat ini menggunakan teknik total sampling. sampel pada pengabdian masyarakat ini sebanyak 12 orang. Tingkat pengetahuan perawat dan bidan tentang terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure* yang diperoleh berdasarkan pengerjaan soal pretest dan soal posttest disajikan pada Tabel 1. Terdapat adanya perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*. Tingkat pengetahuan sebelum diberikan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure* menunjukkan sebanyak 61,3% pada kategori sedang dan kategori tinggi 39,6%. Setelah diberikan pelatihan terapi *massage effleurage* dan *massage counterpressure*, tingkat pengetahuan menunjukkan sebanyak 38,7 % pada kategori sedang dan kategori tinggi sebanyak 72,4%.

Tabel 1.

Tingkat Pengetahuan	Kategori Rendah	Kategori Sedang	Kategori Tinggi
Sebelum Penyuluhan	-	61,3%	27,6%
Sesudah Penyuluhan	-	38,7%	72,4%

Total	-	100%	100%
--------------	---	------	------

Gambar 1
Pelaksanaan penelitian



SIMPULAN

Kesimpulan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan perawat dan bidan tentang teknik *massage effleurage* dan *massage counterpressure* terhadap intensitas nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif kepulauan riau.

SARAN

Saran-saran untuk untuk pengabdian Masyarakat selanjutnya untuk dapat melakukan pengabdian masyakakat dengan memberikan pelatihan *message effleurage* dan *massage counterpressure* untuk mengurangi nyeri bukan hanya menggunakan memberikan penyuluhan pentingnya message ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua Stikes Hang Tuah Tanjungpinang yang telah memberi dukungan *financial* terhadap pengabdian ini dan kepada Direktur RSUD Kota Tanjungpinang yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan pengabdian Masyarakat di RSUD Kota Tanjungpinang.

DAFTAR PUSTAKA

- Karlinah, N., Serudji, J., & Syarif, I. (2015). Pengaruh tehnik akupresur dan TENS terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(3).
- Mulyani, A. (2018). Pengaruh aplikasi kontraksi nyaman terhadap perubahan intensitas nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif di wilayah kerja Puskesmas Cibeureum Kota Tasikmalaya tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi*, 17(2), 202-211.
- Mutmainnah, A. U., SiT, S., Herni Johan, S. E., SKM, M. S., Llyod, S. S., SiT, S., & Mahakam, A. K. M. (2021). Asuhan persalinan normal dan bayi baru lahir. Penerbit Andi.
- Pillitteri, A., & Pillitteri, A. (2010). *Maternal and child health nursing: childbearing & amp ; child Realizing Families*. New York: Lippincott Williams & Wilkins.
- Rosalina (2017). Pengaruh massage effleurage terhadap pengaruh rasa nyeripada persalinan kala I fase aktif the effect of effleurage effect on reducepossiblethrought laboratIofactivePhase." *Caring1* (272) :55-61.
- Sulistyawati, E dan Esti, N. (2012). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Jilid 1 Jakarta : Salemba Medika.
- Syamsiah, N., & Muslihat, E. (2015). Pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap tingkat nyeri akut pada pasien abdominal pain Di IGD RSUD Karawang 2014. *Jurnal Keperawatan BSI*, 3(1).
- Trimawati, T. (2016). Efektifitas Metode 5 S (Swaddling, Side/Stomach Position, Sushing, Swinging, Sucking) Terhadap Respon Nyeri Pada Bayi Saat Imunisasi Pentavalen. *Jurnal Keperawatan Anak*, 3(1), 34-38.
- Turlina, L., & Ratnasari, N. V. E. (2015). Pengaruh kompres dingin terhadap penurunan Nyeri persalinan kala I fase aktif Di BPS Ny. Mujiyati kabupaten Lamongan. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 11(2), 143-150.
- Van Der Riet, P. (2011). *Effleurage and Petrissage : Holistic Practise in Thailand*. Contemporary Nurse