

## EFEKTIVITAS MASSASE PUNGGUNG TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA SAAT PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI PMB ANI SRI MULYANI S.KEB

Kurnia Afriyanti<sup>1\*</sup>, Silviana<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Akademi Kebidanan Bakti Indonesia Bogor

Jl. Benteng No.32, Benteng, Kec. Ciampea, Bogor, Jawa Barat 16620

\*Email: [K77891423@gmail.com](mailto:K77891423@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Menurut WHO tahun 2022 dari seluruh persalinan didapatkan lebih dari 80% proses persalinan berjalan normal dan sekitar 15-20%. Partus lama di dunia menyebabkan kematian ibu sebesar 8% sedangkan di Indonesia sebesar 9%. Dari hasil survei diketahui bahwa partus lama merupakan komplikasi penyebab kematian ibu yang terbanyak nomor 5 di Indonesia Pada tahun 2022 berdasarkan data RISKESDAS Tahun 2018 angka ibu bersalin di Indonesia mencapai 5.007.191, dimana angka ibu bersalin di Indonesia mencapai 79% dengan proporsi 15% di Rumah Sakit pemerintah dan 18% swasta. **Tujuan:** Untuk mengetahui efektivitas masase punggung terhadap penurunan nyeri pada saat persalinan kala I fase aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb., Kabupaten Sukabumi. **Metode:** Rancangan penelitian menggunakan *Pre-Experimental Design* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel dalam penelitian adalah ibu bersalin di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb., Kabupaten Sukabumi. Analisis dalam penelitian analisis univariat dan bivariat. **Hasil:** Tingkat nyeri persalinan sebelum diberikan tindakan masase punggung didapatkan nilai rata-rata (mean) yaitu 4,77 sedangkan tingkat nyeri persalinan sesudah diberikan Tindakan *masase* punggung didapatkan nilai rata-rata (mean) yaitu 2,73. Hasil statistik uji *paired t-test* nilai p-value 0,001 artinya pemberian Tindakan masase punggung efektif terhadap penurunan nyeri pada saat persalinan kala I fase aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb., Kabupaten Sukabumi. **Kesimpulan:** Terdapat efektivitas masase punggung terhadap penurunan nyeri pada saat persalinan kala I fase aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb., Kabupaten Sukabumi.

**Kata Kunci :** Nyeri Persalinan, Masase Punggung, Persalinan

### PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) Persalinan normal adalah persalinan dengan presentasi janin belakang kepala yang berlansung secara spontan dengan lama persalinan dalam batas normal, beresiko rendah sejak awal persalinan hingga partus dengan massa gestasi 37-42 minggu. Persalinan adalah proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit (JNPK-KR, 2017)

Persalinan merupakan suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang dapat hidup ke dunia luar rahim melalui jalan lahir atau jalan lain (Diana, 2019). Persalinan merupakan proses membuka dan menipisnya serviks sehingga janin dapat turun ke jalan lahir. Persalinan dan kelahiran normal merupakan proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) dengan adanya kontraksi

rahim padaibu. Prosedur secara ilmiah lahirnya bayi dan plasenta dari rahim melalui proses yang dimulai dengan terdapat kontraksi uterus yang menimbulkan terjadinya dilatasi serviks atau pelebaran mulut rahim (Irawati, Muliani and Arsyad, 2019).

Persalinan terdiri dari empat kala yaitu, kala I dimulai sejak pembukaan serviks hingga pembukaan lengkap (10 cm), kala II dari pembukaan lengkap sampai bayi lahir, kala III dimulai segera setelah bayi lahir sampai lahirnya plasenta yang berlangsung tidak lebih dari 30 menit dan kala IV dari lahirnya plasenta sampai dua jam pertama postpartum (Yuni Fitriana, 2017). Kemajuan persalinan pada kala I fase persalinan merupakan saat yang paling melelahkan, berat, dan kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri, dalam fase ini kebanyakan ibu merasakan sakit yang hebat karena kegiatan rahim mulai lebih aktif. Penurunan aliran darah juga menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat memanjangnya proses persalinan hingga dapat menyebabkan persalinan lama (Anggraini, 2019).

Persalinan kala I pada ibu inpartu biasanya mengalami nyeri persalinan yang durasi, frekuensi dan kekuatannya semakin meningkat setiap waktu sehingga ibu inpartu kala I membutuhkan kenyamanan untuk mengurangi nyeri persalinan. Oleh karena itu dalam bidang kedokteran terutama bidang anesthesiologi telah mengembangkan berbagai macam pengobatan untuk mengurangi rasa sakit dan ketakutan selama proses persalinan. Dimana nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual maupun potensial. Sedangkan nyeri persalinan merupakan pengalaman tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin pada saat persalinan. Respon fisiologis terhadap nyeri meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernafasan, keringat, diameter pupil, dan ketegangan otot. (Fitriahadi, E. and Utami, 2019). Rasa takut dan cemas yang dialami ibu akan berpengaruh pada lamanya proses persalinan, his kurang baik, dan pembukaan yang kurang lancer menurut Pitchard, dkk, perasaan takut dan cemas merupakan faktor utama yang menyebabkan rasa sakit dalam persalinan dan berpengaruh terhadap kontraksi rahim dan dilatasi serviks sehingga persalinannya menjadi lebih lama apabila perasaan takut dan cemas yang dialami ibu berlebihan, maka akan berujung pada stress (Jenny J.S. Sondakh, 2013)

Menghilangkan rasa sakit dapat dilakukan secara nonfarmakologi dan farmakologi. Dari segi resiko metode nonfarmakologi atau tanpa obat atau metode pertolongan sendiri adalah bahwa tidak ada efek samping secara klinis, wanita bisa

memilih metode sendiri sesuai keinginannya dan pasangannya juga memegang peranan penting selain itu metode non farmakologi juga lebih alami dan bisa digunakan di rumah 3 dan di rumah sakit. Metode ini sangat berguna untuk mengalihkan pikiran wanita dari nyeri dan ia merasa lebih terkontrol pada saat partus (Solehati, 2018).

Salah satu tindakan nonfarmakologi yaitu Relaksasi, teknik untuk mencapai kondisi rileks, yaitu ketika seluruh system saraf, organ tubuh, dan panca indra kita beristirahat untuk melepaskan ketegangan yang ada. Cara yang paling umum digunakan adalah kontrol pernapasan (teknik nafas dalam), Pemijatan/masase, masase adalah bentuk stimulasi kulit yang digunakan selama proses persalinan dalam menurunkan nyeri secara efektif. Penelitian. Metode masase punggung merupakan salah satu intervensi yang relatif mudah dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun keluarganya untuk membantu ibu mengurangi tingkat nyeri pada saat persalinan. Metode untuk mengurangi rasa nyeri pada saat persalinan sangat diperlukan untuk mengurangi komplikasi pada ibu dan janin pada saat proses dan setelah persalinan, sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan angka kematian ibu secara tidak langsung berdampak pada pengurangan kerentanan dan mengatasi dampak penyakit (Rejeki, 2018). Masase pada punggung merangsang titik tertentu disepanjang meridian medulla spinalis yang di transmisikan melalui serabut saraf besar keformatio retikularis, thalamus dan sistem limbic tubuh akan melepaskan endorfin. Endorfin adalah *neurotransmitter* atau *neuromodulator* yang menghambat pengiriman rasa nyeri dengan menempel ke bagian reseptor opiat pada saraf dan sumsum tulang belakang sehingga dapat memblokir pesan nyeri ke pusat yang lebih tinggi dan dapat menurunkan sensasi nyeri (Halimatussakdiah, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Intan Prasetya (2014) yang berjudul Pijat Punggung Teknik Efflurage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Inpartu Kala 1 Fase Aktif Di Bpm Ny"l" Desa Kepuh pandakKuterejo Mojokerto. Sebagian besar responden adalah ibu primipara yaitu sebanyak 7 responden (70%). sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sesudah diberikan pijat teknik efflurage yaitu sebanyak 9 responden (90%). Sebagian responden yang mengalami nyeri berat 1 responden (10%). Berdasarkan hasil penelitian ini yang dilakukan oleh (Ersila, Prafitri and Zuhana, 2019) yang menunjukkan bahwa nyeri persalinan pada responden sebelum dilakukan Massage Eflurage sebagian besar mengalami nyeri berat (73,3%) dan setelah dilakukan Massage Eflurage, lebih dari separuh responden menunjukkan penurunan nyeri menjadi nyeri ringan (53,3%) dan nyeri sedang (46,7%).

Menurut WHO tahun 2022 dari seluruh persalinan didapatkan lebih dari 80% proses persalinan berjalan normal dan sekitar 15-20% terjadi komplikasi persalinan. Menurut *world health organization (WHO)*, sebanyak 99% kematian ibu akibat masalah persalinan yang terjadi di negara-negara berkembang. Partus lama di dunia menyebabkan kematian ibu sebesar 8% sedangkan di Indonesia sebesar 9%. Dari hasil survei diketahui bahwa partus lama merupakan komplikasi penyebab kematian ibu yang terbanyak nomor 5 di Indonesia. Pada tahun 2022 berdasarkan data RISKESDAS Tahun 2018 angka ibu bersalin di Indonesia mencapai 5.007.191, dimana angka ibu bersalin di Indonesia mencapai 79% dengan proporsi 15% di Rumah Sakit pemerintah dan 18% swasta. Berdasarkan Kementerian Kesehatan RI tahun 2012, penyebab kematian ibu masih didominasi oleh penyebab klasik yaitu perdarahan 35%, hipertensi 22%, dan lain-lain (penyebab tidak langsung) cukup besar termasuk didalamnya penyebab penyakit non obsteri 32%. Sedangkan berdasarkan sensus penduduk 2012 diperoleh penyebab kematian ibu disebabkan karena perdarahan 20%, hipertensi 32% dan komplikasi pasca persalinan 31%.

Berdasarkan data angka persalinan di Jawa Barat tahun 2022, kematian ibu bersalin sebanyak 19,73% dimana terdapat komplikasi persalinan. Penyebab kematian ibu masih didominasi oleh 27,92% perdarahan, 28,86% hipertensi dalam kehamilan, 3,76% Infeksi, 10,07% gangguan sistem peredaran darah (jantung), 3,49% gangguan metabolik dan 25,91% penyebab lainnya. Sedangkan di Kabupaten Sukabumi tahun 2022 berdasarkan data Dinkes Kab Sukabumi Kasus kematian ibu di Kota Sukabumi sebanyak 7 kasus. Berdasarkan periode meninggal, kematian ibu ini 3 kasus terjadi pada masa kehamilan, 3 kasus pada masa nifas dan 1 kasus terjadi pada masa persalinan, dan ini disebabkan oleh beberapa komplikasi salah satunya yaitu KPD sebanyak 69 kasus.

PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb merupakan Praktek Mandiri Bidan, dimana praktek ini dapat melayani KB, Imunisasi, Persalinan Normal, pelayanan ANC dan umum. Berdasarkan data PMB Ani Sri Mulyani, S.keb didapatkan sejumlah 30 ibu bersalin di bulan Maret – April 2023, peneliti melakukan studi pendahuluan di April dari 10 ibu yang dilakukan wawancara hampir keseluruhan ibu mengeluh nyeri pada saat persalinan kala I fase aktif dan terdapat 5 orang ibu bersalin mengalami partus lama. Sehingga perlu dilakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Massase Punggung Terhadap Penurunan Nyeri Pada Saat Persalinan di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb Kabupaten Sukabumi”

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi eksperimental. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperimental* dengan rancangan *The one group pretest-posttest design*. Dimana Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin yang datang ke PMB Ani Sri Mulyani. Teknik sample pada penelitian ini menggunakan total sampling. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu bersalin di PMB Ani Sri Mulyani, S.keb sebanyak 30 ibu bersalin. Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan berupa angket, seperangkat soal tes, lembar observasi. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Februari tahun 2023. Analisis bivariat menggunakan uji T berpasangan.

## HASIL

**Tabel 1.** Rerata Nyeri Persalinan Sebelum Dilakukan Masase Punggung

Rerata Nyeri Persalinan	n	Min-Max	Mean
Sebelum Dilakukan Masase Punggung	30	3-6	4,77

Berdasarkan tabel 1. di atas menunjukkan bahwa rerata nyeri persalinan sebelum dilakukan Masase Punggung pada ibu bersalin dengan jumlah 30 didapatkan mean 4.77.

**Tabel 2.** Rerata Nyeri Persalinan Sesudah Dilakukan Masase Punggung

Rerata Nyeri Persalinan	n	Min-Max	Mean
Sesudah Dilakukan Masase Punggung	30	1-4	2,73

Berdasarkan tabel diatas tingkat penurunan nyeri persalinan sesudah dilakukan Masase Punggung pada ibu bersalin dengan jumlah 30 orang didapatkan nilai mean 2.73.

**Tabel 3.** Efektivitas Masase Punggung Terhadap Penurunan Nyeri Pada Saat Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S, Keb., Kabupaten Sukabumi

Rerata Nyeri Persalinan	Rerata	Selisih	Lk95%	p-value
Sebelum Dilakukan Masase Punggung	4,77		1,716-2,351	
Sesudah Dilakukan Masase Punggung	2,73	2,04		0,01

Berdasarkan Tabel diatas, penelitian ini dilakukan dengan uji paired t-test dimana hasil nyeri sebelum dilakukan masase punggung didapatkan hasil rata-rata (mean) 4.77 dan sesudah dilakukan masase punggung didapatkan hasil rata-rata (mean) 2.73 dengan selisih yaitu 2,04. Dari uji statistik di peroleh nilai probabilitas (P-Value) sebesar 0,01  $\alpha < 0,005$  yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi masase punggung. Pemberian Tindakan masase punggung ini efektif terhadap penurunan nyeri pada saat persalinan kala I fase aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb., Kabupaten Sukabumi.

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Penurunan Nyeri Persalinan Sebelum Dilakukan Masase Punggung

Pada table 1 dapat diketahui bahwa nyeri pada saat persalinan sebelum dilakukan masase punggung didapatkan nilai rata-rata sebesar 4,77. Hasil penelitian pada 30 responden didapatkan bahwa nyeri persalinan sebelum dilakukan intervensi cukup besar sehingga perlu dilakukan Tindakan masase punggung agar dapat mengurangi nyeri padasaat persalinan pada responden.

Nyeri pada saat persalinan ini dapat disebabkan oleh beberapa factor seperti yang di jelaskan oleh (I. Utami & Fitriahadi, 2019) yaitu adanya pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual maupun potensial. Sedangkan nyeri persalinan merupakan pengalaman subyePenelitianf 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. (Fitriahadi, E. and Utami, 2019). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 responden bahwa seluruh ibu bersalin mengalami nyeri Ketika persalinan kala I fase aktif. Hal ini disebabkan karena adanya penipisan serviks dan penurunan kepala janin.

Pada saat kala I persalinan hampir seluruh responden mengalami nyeri, hal ini sejalan dengan penelitian (Nurbaiti, 2017) dimana Selama kala satu persalinan, penyebab nyeri terutama akibat dari rangsangan reseptor-reseptor adnexa, uterus dan ligamen-ligamen panggul. Banyak studi-studi yang mendukung teori bahwa nyeri pada kala satu persalinan adalah akibat adanya dilatasi servik, segmen bawah rahim, adanya tahanan yang berlawanan, tarikan serta pelukaan pada jaringan otot maupun ligamen-ligamen yang menopang struktur di atasnya (Nurbaiti, 2017). Pada penlitian yang dilakukan terhadap 30 responden dimana sebelum dilakukan intervensi, responden mengalami nyeri yang kuat yang disebabkan oleh penipisan serviks dan kontraksi di persalinan kala 1 fase aktif, hal ini di kemukakan juga oleh penelitian Bonica & Mc. Donald dalam Yanti (2018) melalui faktor-faktor regangan dari otot-otot halus memberikan rangsangan pada nyeri viseral. Intensitas nyeri yang dialami saat kontraksi berhubungan dengan derajat dan kecepatan dilatasi servik maupun segmen bawah rahim. Intensitas dan lamanya nyeri berhubungan dengan munculnya tekanan itrauteri yang

berpengaruh pada dilatasi dari struktur tersebut. Pada awal persalinan, tekanan intrauteri perlahan terbentuk dan nyeri tampak kira-kira 20 detik setelah inisiasi dari kontraksi uterus. Pada akhir persalinan, tekanan intrauteri lebih cepat terbentuk sehingga terjadi nyeri lebih cepat pula. (Rukiyah, 2019)

Nyeri pada saat persalinan kala I fase aktif ini dialami oleh hampir seluruh ibu bersalin, hal ini diakibatkan karena banyaknya factor yang menyebabkan nyeri pada saat persalinan salah satunya nyeri yang diakibatkan oleh kontraksi. Responden dan keluarga mungkin tidak mengetahui bahwa ada beberapa cara untuk mengatasi nyeri tersebut, maka dari itu sangat perlu dilakukan intervensi masase punggung terhadap ibu bersalin kala I fase aktif untuk mengurangi rasa nyeri persalinan tersebut sehingga nantinya akan diterapkan oleh responden dan keluarga.

## **2. Tingkat Penurunan Nyeri Persalinan Sesudah dilakukan Masase Punggung**

Tingkat penurunan nyeri persalinan sesudah dilakukan masase punggung terhadap 30 responden didapatkan nilai rata-rata yaitu 2,73. Dimana berdasarkan hasil analisis peneliti didapatkan tingkat penurunan nyeri persalinan sesudah diberikan masase punggung pada ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb.,.

Tindakan masase punggung terhadap ibu bersalin ini tidak hanya dapat mengurangi nyeri pada saat persalinan, seperti pada Hasil penelitian (Aryani,2015) di Demak menyebutkan ada pengaruh endorphine massage terhadap intensitas nyeri kala I persalinan normal, nyeri persalinan dapat dikurangi melalui endorphine massage, endorphine massage dapat menghambat hantaran nyeri sehingga dapat menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin kala I fase aktif persalinan normal. Penelitian ini juga dapat dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Intan Prasetya (2014) yang berjudul Pijat Punggung Teknik Efflularage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Inpartu Kala 1 Fase aktif Di Bpm Ny"l" Desa Kepuh pandak Kuterejo Mojokerto. Sebagian besar responden adalah ibu primipara yaitu sebanyak 7 responden (70%). sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sesudah diberikan pijat teknik efflurage yaitu sebanyak 9 responden (90%). Sebagian responden yang mengalami nyeri berat 1 responden (10%).

Hasil penelitian yang dilakukan kepada 30 responden ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Intan Prasetya (2014) yang berjudul Pijat Punggung

Teknik Efflurage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Inpartu Kala 1 Fase Aktif Di Bpm Ny"l" Desa Kepuh pandak Kuterejo Mojokerto. Sebagian besar responden adalah ibu primipara yaitu sebanyak 7 responden (70%). sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sesudah diberikan pijat teknik efflurage yaitu sebanyak 9 responden (90%). Sebagian responden yang mengalami nyeri berat 1 responden (10%). Dikuatkan juga oleh penelitian yang dilakukan oleh Ersila Wet all (2019) yang menunjukkan bahwa nyeri persalinan pada responden sebelum dilakukan Massage Eflurage sebagian besar mengalami nyeri berat (73,3%) dan setelah dilakukan Massage Eflurage, lebih dari separuh responden menunjukkan penurunan nyeri menjadi nyeri ringan (53,3%) dan nyeri sedang (46,7%).

### **3. Efektivitas Masase Punggung Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb.,**

Berdasarkan hasil analisis telah dilakukan dengan uji paired t-test dimana hasil penurunan nyeri sebelum dilakukan masase punggung didapatkan hasil rata-rata (mean) yaitu 4.77 dan sesudah dilakukan masase punggung didapatkan nilai rata-rata (mean) yaitu 2.73 dan hasil P-Value  $0.01 < \alpha < 0,00$  disimpulkan bahwa terdapat efektivitas penurunan nyeri persalinan dengan diberikan masase punggung pada ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb., Kabupaten Sukabumi. Bila dibandingkan rerata hasil tes awal terlihat bahwa nyeri setelah diberikan intervensi nilainya lebih kecil dibanding sebelum diberikan intervensi. Hal ini dapat terjadi karena saat awal tes ibu bersalin tidak mengetahui bahwa adanya salah satu cara untuk mengurangi rasa nyeri dan Sebagian besar ibu bersalin hanya focus terhadap nyeri yang mereka alami. Sejalan dengan yang dijelaskan oleh (Reeder, Martin & Griffin, 2011) Nyeri persalinan merupakan suatu kondisi yang fisiologis. Nyeri berasal dari kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Dengan makin bertambahnya baik volume maupun frekuensi kontraksi uterus, nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, puncak nyeri terjadi pada fase aktif, dimana pembukaan lengkap sampai 10 cm dan berlangsung sekitar 4,6 jam untuk primipara dan 2,4 jam untuk multipara (Reeder, Martin & Griffin, 2011). Berbanding terbalik Ketika para ibu bersalin sudah diberikan Tindakan masase punggung didapatkan nilai yang lebih kecil karena ibu bersalin dapat menemukan cara untuk mengurangi rasa nyerinya. Sejalan dengan yang dijelaskan oleh (Rejeki, 2018). Yaitu Salah satu tindakan nonfarmakologi yang bisa mengatasi



nyeri yaitu Relaksasi, teknik untuk mencapai kondisi rileks, yaitu ketika seluruh system saraf, organ tubuh, dan panca indra kita beristirahat untuk melepaskan ketegangan yang ada. Cara yang paling umum digunakan adalah kontrol pernapasan (teknik nafas dalam), Pemijatan/masase, masase adalah bentuk stimulasi kulit yang digunakan selama proses persalinan dalam menurunkan nyeri secara efektif. Metode masase punggung merupakan salah satu intervensi yang relatif mudah dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun keluarganya untuk membantu ibu mengurangi tingkat nyeri pada saat persalinan. Metode untuk mengurangi rasa nyeri pada saat persalinan sangat diperlukan untuk mengurangi komplikasi pada ibu dan janin pada saat proses dan setelah persalinan, sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan angka kematian ibu secara tidak langsung berdampak pada pengurangan kerentanan dan mengatasi dampak penyakit. (Rejeki, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Intan Prasetya (2014) yang berjudul Pijat Punggung Teknik Efflurage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Inpartu Kala 1 Fase Aktif Di Bpm Ny"l" Desa Kepuh pandak Kuterejo Mojokerto. Sebagian besar responden adalah ibu primipara yaitu sebanyak 7 responden (70%). sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sesudah diberikan pijat teknik efflurage yaitu sebanyak 9 responden (90%). Sebagian responden yang mengalami nyeri berat 1 responden (10%). Penurunan nyeri persalinan ini tidak hanya dikarenakan oleh Tindakan masase punggung, banyak tindakan-tindakan yang lain yang dapat mengurangi nyeri pada saat persalinan dan juga dengan adanya dukungan dan dorongan dari responden beserta keluarga yang senantiasa menerapkan Teknik ini untuk mengatasi nyeri responden. Sehingga Tindakan ini dapat di sebarluaskan oleh responden atau keluarga kepada ibu bersalin yang akan menghadapi persalinan. Pengalaman responden saat mengatasi nyeri persalinannya dengan menerapkan Tindakan masase punggung ini dapat diterapkan Kembali oleh responden saat responden akan menghadapi persalinan berikutnya.

## **KESIMPULAN**

Terdapat efektivitas masase punggung terhadap penurunan nyeri pada saat persalinan kala 1 fase aktif di PMB Ani Sri Mulyani, S.Keb., Kabupaten Sukabumi dengan nilai *p-value* sebesar 0,01  $\alpha < 0,05$ . Diharapkan Tindakan ini dapat di terapkan kepada ibu bersalin lainnya sebagai salah satu bentuk Upaya memberikan asuhan kebidanan terhadap ibu bersalin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Diana, W. (2019) 'Endorphin Massage Efektif Menurunkan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii', *Journal of Health Sciences*, 12(02), pp. 62–70. Available at: <https://doi.org/10.33086/jhs.v12i02.1128>.
- Ersila, W., Prafitri, L.D. and Zuhana, N. (2019) 'Perbedaan Efektivitas Massage Effluerage dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Persalinan di Puskesmas Kabupaten Pekalongan', *Jurnal SIKLUS*, 08(2), pp. 107–115.
- Fitriahadi, E. and Utami, I. (2019) *Buku Ajar Asuhan Persalinan & Managemen Nyeri Persalinan*", in *Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Universitas Aisyiyah Yogyakarta*.
- Halimatussakdiah, H. (2017) 'Back-Effluerage Massage (BEM) terhadap Nyeri dan Tekanan Darah Ibu Bersalin Kala I', *Jurnal Kesehatan*, 8(1), p. 78. Available at: <https://doi.org/10.26630/jk.v8i1.397>.
- Irawati, I., Muliani, M. and Arsyad, G. (2019) 'Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Inpartu Kala Satu Fase Aktif', *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(3), p. 157. Available at: <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i3.218>.
- Jenny J.S. Sondakh (2013) *Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Erlangga.
- JNPK-KR (2017) *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta: Departemen Kesehatan Indonesia.
- Rejeki, S. (2018) *Buku Ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan (Non Farmaka)*. Available at: [http://repository.unimus.ac.id/3596/1/buku\\_ajar\\_nyeri\\_persalinan\\_full%284%29.pdf](http://repository.unimus.ac.id/3596/1/buku_ajar_nyeri_persalinan_full%284%29.pdf).
- Rukiyah, A.Y. (2019) *Asuhan kebidanan patologi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Solehati, T. (2018) 'Terapi Nonfarmakologi Nyeri Padapersalinan: Systematic Review', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1). Available at: <https://doi.org/10.30651/jkm.v3i1.1568>.
- Yuni Fitriana, A.V.S. (2017) *Panduan Lengkap Asuhan Selama Kehamilan Bagi Praktisi Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.