

# PENGARUH TEKNIK RELAKSASI *EFFLEURAGE* TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I PADA IBU INPARTU DI BIDAN PRAKTEK ZULAINI KOTA LANGSA

Ayunin Syahida

STIKes Bustanul Ulum Langsa, Indonesia

---

## Article Info

### Article history:

Received Feb 7, 2022

Revised Mar 8, 2022

Accepted Mar 10, 2022

---

### Keywords:

Relaxation Effleurage

Labor Pain

---

## ABSTRACT

Labor pain occurs due to the cervical dilatation process, as the intensity and frequency of the uterus increase, the pain felt will be stronger and peak in the first stage active phase, namely the opening of the uterus to 4-10 cm during labor. The Effleurage massage technique is relaxation technique in the form of a light massage using the fingers, performed on the abdomen, in rhythm with breathing during contraction. Massage effleurage helps reduce labor pain through the three hierarchical myelinated vagus/parasympathetic autonomic nerves, sympathetic nerves, vagus/unmyelinated parasympathetic nerves. This research method is a quasi-experimental study with a one group pretest-posttest approach by measuring the intensity of pain pre and post treatment. This research was conducted at the practice midwife ZulainiLangsa City using purposive sampling technique. The sample in this study were 16 people. Data analysis was carried out univariately (descriptively) to see the research variables both independent and dependent in the form of frequency distribution and bivariate using the Paired T-Test test to see the effect of the independent variable with the dependent. The first back of labor pain is known to have a p value (sig)  $(0.000) < 0.05$ , which means that there is an effect of the Effleurage Relaxation Technique on the first stage of labor pain in the mother. The average score of labor pain before being given the Effleurage massage intervention was 2.38 and post the Effleurage massage treatment was given the average score for menstrual pain decreased to 1.38. This shows that Effleurage massage is effective in reducing labor pain in the first back of labor. The conclusion is that there is an effect of the Effleurage Relaxation Technique on the First Stage of Labor Pain in the mother.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



---

## Corresponding Author:

Ayunin Syahida

Program Studi D-III Kebidanan,

STIKes Bustanul Ulum Langsa,

Jl. Syiah Kuala No.48-B Kota Langsa, Langsa - Aceh.

Email: ayunin.syahida@gmail.com

## 1. INTRODUCTION

Persalinan adalah dimana suatu tahapan kegiatan yang fisiologis dan menyebabkan rasa sakit pada ibu, tetapi masih banyak ibu yang tidak tahan dalam menjalani rasa sakit yang diakibatkan kontraksi menjelang persalinan [1]. Nyeri pada partus penyebabnya dapat terjadi karena proses dilatasi serviks, bersamaan dengan semakin meningkatnya dan frekuensi uterus terasa sakit yang dirasakan akan semakin kencang dan fase tertinggi terjadi pada pembukaan serviks mulai dari 4 cm-10 cm yaitu pembukaan jalan lahir (serviks) 4-10 cm pada proses persalinan [2].

Secara umum, rasa sakit atau nyeri merupakan kondisi yang tidak menyenangkan pada organ tubuh diakibatkan oleh dorongan tubuh maupun dari dalam neuron kebagian organ otak manusia disertai aktivitas tubuh normal (fisiologis) ataupun emosional [3]. Rasa sakit atau nyeri adalah kondisi reseptor serta keadaan emosi dirasakan tidak menyenangkan yang berasal dari rusaknya jaringan yang aktual dan potensial yang memberikan rasa sakit pada tubuh yang dirasakan oleh seseorang [4].

Penyebab nyeri pada persalinan terdapat faktor fisiologis dan psikologis. Faktor fisiologis merupakan peningkatan rasa sakit yang semakin meningkat dari pembukaan serviks 1 cm sampai pembukaan lengkap semakin meningkat dan frekuensinya semakin meningkat atau sering muncul sesuai dengan kuatnya tekanan atau kontraksi yang terjadi dan adanya dorongan janin dalam penyesuaian terhadap struktur panggul, disertai peregangan bahkan terjadinya laserasi sedangkan faktor psikologis merupakan ketakutan yang dialami ibu dan kegelisahan yang berlebihan, kegelisahan yang terlalu besar akan mempengaruhi rasa nyeri [5]. Respon normal yang tidak tertangani secara tepat akan menimbulkan masalah lain yaitu psikologis dengan meningkatnya kecemasan yang disebabkan ketidaktahuan serta ibu yang pertama kali hamil tidak pernah mengalami proses bersalin yang mengakibatkan peningkatan hormon adrenalin kemudian terjadinya vasokonstriksi sehingga terjadinya penurunan peredaran darah dari ibu kejanin, selanjutnya janin akan mengalami tekanan sistolik dan diastolik [6].

Nyeri pada saat persalinan mulai terjadi pada pembukaan 1 cm sampai pembukaan 10 cm. Pada pembukaan serviks 1-3 cm, kontraksi dialami oleh ibu dengan durasi yang lama dan memiliki frekuensi teratur, pembukaan jalan lahir terjadi selama 8 jam. Pada kondisi ini, seiring meningkatnya jumlah dan tingkatan nyeri uterus, sakit yang dialami semakin meningkat serta kuat dan sampai pada pembukaan lengkap pada ibu yang pertama kali mengalami persalinan yang berlangsung selama 4-6 jam dan pada ibu bersalin anak ke 2 dan selanjutnya berlangsung selama 2,5 jam [7].

Penyelesaian masalah klinis untuk pencegahan berbagai penyakit yang timbul berasal dari rasa nyeri his saat akan menuju proses bersalin antara lain dengan cara melakukan tindakan kebidanan yaitu memberikan manajemen penanganan pada nyeri his yang tepat pada ibu yang akan bersalin supaya ibu bias bertahan terhadap rasa sakit yang dialami dalam proses persalinan [8]. Penatalaksanaan his saat mendekati kondisi bersalin dilaksanakan secara farmakologis dan Non farmakologis. Cara Non farmakologis tentu lebih tepat dan baik dilakukan serta berpedoman pada asuhan sayang ibu. Tetapi dari beberapa tata laksana non farmakologi memiliki berbagai pelaksanaan yang tidak sering dilakukan karena melihat resiko yang akan terjadi dan beberapa pelaksanaan terjadi dapat dilaksanakan pada situasi tertentu baik dilihat dari tempat fasilitas dan keahlian. Berbagai cara penatalaksanaan his yang terjadi memiliki dua cara yang tepat serta masih sedikitnya dilaksanakan di tempat pelayanan kesehatan ibu dan anak, terutama dalam melaksanakan asuhan nyeri pada ibu dengan menggunakan Teknik *Effleurage* dan *Massage Counterpressure* [9].

Teknik *massase Effleurage* yaitu cara memijat berupa tekanan ringan dengan menggunakan jari tangan, dilakukan pada perut, senada dengan tarikan nafas saat kontraksi [10]. Teknik pemijatan *effleurage* dapat menurunkan rasa sakit pada his dengan tiga hirarki syaraf otonom vagus/parasimpatis bermielin bermielin, saraf simpatis, vagus/parasimpatis tidak bermielin. Cara kerja dari pemijatan *effleurage* adalah dengan mengaktifkan fisiologis vagus saraf otonom yaitu berguna sebagai vagus sosial yang bekerja tepat pada sasaran, aktivitas, kondisi emosional serta komunikasi [11].

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO pada tahun 2017 bahwa angka kematian di negara miskin di dunia rata-rata diperhitungkan sejumlah 25-50% yang disebabkan karena berbagai permasalahan kesehatan, saat persalinan, saat masa nifas. Sampai saat ini angka kematian pada ibu di negara berkembang tetap menjadi kasus tertinggi. Menurut data WHO pada tahun 2016, masih banyak negara-negara yang terdapat angka kematian pada ibu yang masih tinggi antara lain negara di Afrika Sub Saharan 179.000 orang, negara Asia Selatan 69.000 orang, dan negara pada kawasan Asia bagian Tenggara sebanyak 16.000 orang. Untuk angka kematian pada ibu di negara Republik Indonesia tercatat sebanyak 190 dari 100.000 KH [12].

Pada tahun 2012 dari hasil SDKI tercatat angka kematian pada ibu yang semakin tinggi menjadi 359 orang dari 100.000 KH. Angka Kematian Ibu kembali memperlihatkan depresiasi kematian pada ibu sejumlah 305 orang dari 100.000 KH yang didapatkan berdasarkan Survei Penduduk Antar Sensus tahun 2015 [13]. Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia pada tahun 2020 tercatat jumlah kematian ibu sebesar 4.627 kematian di Indonesia yang disebabkan perdarahan, hipertensi serta gangguan sistem peredaran darah. Angka Kematian Ibu di Provinsi Aceh pada tahun 2020 tercatat sebanyak 173 kasus [14].

Angka Kematian Ibu di Kota Langsa Tahun 2020 tercatat sebanyak 4 kasus kematian ibu dengan jumlah kelahiran hidup sebesar 3.272 jiwa. Data Kota Langsa tahun 2020 tentang cakupan pelayanan kesehatan pada ibu bersalin didapatkan sebanyak 704 ibu (81%) yang melakukan persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan [15].

Penelitian sebelumnya pernah dilakukan dalam melihat terjadinya penurunan nyeri persalinan dengan kompres hangat dan pemijatan *effleurage* dengan menggunakan desain pre eksperimen menggunakan desain *one group pre test – post test design* dengan memberikan hasil terdapat penurunan skala rasa sakit his dalam persalinan pre dan post terapi pada kelompok intervensi. Sebelum terapi, didapatkan skala nyeri paling rendah yaitu 6 dan skala nyeri paling tinggi adalah 8 dengan rerata skala nyeri yaitu 7. Sedangkan setelah terapi, skala rasa sakit his persalinan paling terbawah adalah 3 dan skala rasa sakit his persalinan paling teratas adalah 4. Ada pengaruh kompres hangat dan pemijatan *effleurage* terhadap penurunan rasa sakit saat memasuki proses persalinan pada ibu yang pertama kali melahirkan selama kala I persalinan [16]. Terapi non farmakologi lainnya di Bidan Praktik Zulaini sebelumnya belum pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, sehingga ini merupakan penelitian pertama kali tentang terapi non farmakologi dalam mengurangi nyeri persalinan di Bidan Praktek Zulaini.

Berdasarkan pembahasan ini, maka perlu dilakukan penelitian pengaruh teknik relaksasi *effleurage* terhadap his persalinan pada pembukaan yang terjadi pada ibu yang akan bersalin. Tujuannya yaitu untuk mengetahui penurunan intensitas his persalinan dengan dilakukannya teknik relaksasi *effleurage* pada ibu yang akan bersalin.

## 2. RESEARCH METHOD

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian *pre eksperimental* menggunakan pendekatan *one group pretest- posttest* dengan mengukur intensitas nyeri pre dan post diberikan intervensi. Penelitian ini dilakukan di bidan praktek Zulaini Kota Langsa dengan *purposive sampling* yang dipakai sebagai teknik dalam menentukan sampel. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu yang akan bersalin pada fase pembukaan serviks yang mengalami nyeri persalinan dengan partus pervaginam di Bidan Praktek Zulaini pada bulan Februari yaitu sebanyak 20 orang. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 16 orang. Ada sebanyak 16 orang yang diambil sebagai sampel.

Prosedur pengumpulan data yang dilakukan adalah mengajukan surat permohonan izin penelitian Bidan Praktek Zulaini, A.Md.Keb. Setelah disetujui, kemudian peneliti mengumpulkan data dengan meminta persetujuan para ibu yang dijadikan sebagai sampel untuk memperoleh data dengan menandatangani lembar persetujuan. Setelah ibu bersedia, selanjutnya peneliti melakukan persiapan alat yang digunakan untuk *massage effleurage* antara lain baby oil, bantal, tissue dan handuk kecil. Kemudian peneliti melakukan wawancara untuk memperoleh nama (inisial), umur, paritas, dan pendidikan ibu dengan mengisi pada lembar kuesioner tersebut. Lalu, peneliti menjelaskan prosedur teknik relaksasi dengan melakukan *massage effleurage* yang dilakukan oleh peneliti didalam ruangan dilakukan selama 10-30 menit, dimana teknik relaksasi melakukan pemijatan dengan gerakan memutar dari pusat kebagian perut bawah, untuk melihat penurunan intensitas nyeri pada ibu yang akan bersalin pada proses pembukaan serviks. Kontraindikasi *massage effleurage* yaitu nyeri pada daerah yang akan di *massage*, luka pada daerah yang di *massage*, gangguan atau penyakit akut, tidak melakukan pemijatan pada daerah tumor, tidak melakukan pemijatan pada daerah yang mengalami lebam, serta tidak melakukan pemijatan pada daerah yang mengalami tromboplebitis. Untuk melihat intensitas nyeri tersebut peneliti menggunakan skala pengukuran nyeri (skala nyeri *numeric/ numeric rating scale*). Peneliti melakukan pengkajian intensitas nyeri kepada responden sebelum dilakukan intervensi dan selanjutnya peneliti mengkaji hasil setelah dilakukan intervensi tentang kecemasan responden setelah diberikan teknik relaksasi *effleurage*. Setelah data terkumpul lalu dilakukan pengolahan data dengan bantuan program SPSS dalam menilai skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi *effleurage* menggunakan uji statistik uji t-dependen *Paired sample t-test*.

Analisa data dilakukan secara univariat (deskriptif) untuk melihat variabel-variabel penelitian baik independen maupun dependen dalam bentuk distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *Paired T-Test* untuk melihat pengaruh variabel *independent* dengan *dependent*.

## 3. RESULTS AND ANALYSIS

### 3.1 Result

#### Analisis Univariat

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 16 responden mengenai pengaruh teknik relaksasi *effleurage* terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu inpartu di Bidan Praktek Zulaini, A.Md.Keb, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Presentase
Umur	Tidak Beresiko	11	68,7
	Beresiko	5	31,3
	<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>
Paritas	Primipara	5	31,3
	Multipara	11	68,7
	<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>
Pendidikan	Menengah	11	68,7
	Tinggi	5	31,3
	<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 1, menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki umur tidak beresiko (21-35 tahun) sebanyak 11 orang (68,7%), mayoritas responden memiliki paritas multipara sebanyak 11 orang (68,7%) dan mayoritas responden memiliki pendidikan menengah sebanyak 11 responden (68,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Masase Effleurage* Pre Test

No	Masase Effleurage	Frekuensi	Presentase
1	Tidakdilakukan	14	87,5
2	Dilakukan	2	12,5
	<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak dilakukan *masase effleurage* sebanyak 14 orang (87,5%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Masase Effleurage* Post Test

No	Masase Effleurage	Frekuensi	Presentase
1	Dilakukan	16	100
	<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa seluruhnya dilakukan *masase effleurage* yaitu 100%.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pretest dan Posttest Nyeri Kala I

No	Nyeri Haid	Jawaban			
		Pretest		Posttest	
		f	%	f	%
1	Nyeri Ringan	0	0	10	62,7
2	Nyeri Sedang	10	62,5	6	37,5
3	Nyeri Berat	6	37,5	0	0
	<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa mayoritas nyeri pada ibu inpartu kala I sebelum diberi perlakuan *massase effleurage* yaitu sebanyak 10 (62,5%) responden mengalami nyeri sedang dan setelah diberi perlakuan *massase effleurage* menunjukkan 10 (62,5%) responden mengalami nyeri ringan.

### Analisis Bivariat

Tabel 5. Pengaruh Teknik Relaksasi *Effleurage* Terhadap Nyeri Persalinan Kala I

Variabel	Sebelum		Sesudah		P (sig)
	Mean	SD	Mean	SD	
Nyeri Persalinan Kala I	2,38	0,500	1,38	0,500	0,000

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa nyeri Persalinan Kala I diketahui nilai p (sig) (0,000) < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh teknik relaksasi *effleurage* terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu. Rata-rata skor nyeri peralihan sebelum diberi perlakuan *masase Effleurage* sebesar 2,38 dan sesudah diberi perlakuan *masase Effleurage* skor rata-rata nyeri haid menurun menjadi 1,38. Hal ini menunjukkan *masase Effleurage* efektif dalam penurunan nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I.

### 3.2 Analysis

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh mayoritas responden sebelum dilakukan intervensi tidak dilakukan *effleurage* sebanyak 14 orang (87,5%), selanjutnya responden sesudah dilakukan intervensi seluruhnya dilakukan *effleurage* yaitu 100%.

Hasil uji paired t-test didapatkan nyeri Persalinan Kala I diketahui nilai  $p$  (sig)  $(0,000) < 0,05$  yang artinya terdapat pengaruh teknik relaksasi *effleurage* terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu. Rata-rata skor nyeri persalinan sebelum dilakukan *masase effleurage* sebesar 2,38 dan sesudah dilakukan *masase effleurage* skor rata-rata nyeri haid menurun menjadi 1,38. Hal ini menunjukkan *masase effleurage* efektif dalam penurunan nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I.

Penanganan nyeri dalam proses persalinan pada petugas kesehatan harus difokuskan pada masa persalinan. Kadang kala tenaga kesehatan dan ibu yang sedang dalam masa persalinan mengabaikan untuk menerapkan teknik untuk memanage nyeri, terutama apabila rasa nyeri tersebut terasa pada bagian pinggang, sehingga ibu kemungkinan akan merasakan nyeri yang hebat pada masa persalinan kala I. Adanya rasa nyeri ini akan berdampak pada rasa trauma atau pengalaman persalinan yang buruk bahkan secara tidak langsung dapat menyebabkan *post partum blues* [17].

Tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri pada saat persalinan bisa menggunakan teknik nonfarmakologi. Teknik *massase* yang dilakukan pada ibu merupakan alternatif untuk mengurangi nyeri pada persalinan. Teknik *effleurage* ini yang mulai banyak dilakukan oleh para bidan maupun penolong persalinan. Pemijatan pada bagian daerah perut (*effleurage*) adalah bentuk respon pada bagian kulit akibat usapan yang diberikan selama proses persalinan yang berdampak terjadinya kenyamanan pada tubuh. Cara pijatan *Effleurage* dilakukan dengan teknik memutar searah jarum jam pada bagian perut, pinggang atau paha dengan menggunakan telapak jari tangan. Teknik pemijatan *effleurage* merupakan teknik nonfarmakologi yang dilakukan pada bagian perut bertujuan meringankan rasa sakit pada kondisi persalinan normal dengan menggunakan dalam metode Lamaze [18].

Teknik pemijatan *effleurage* adalah suatu cara untuk menghilangkan rasa sakit yang paling efektif yang termasuk kedalam non farmakologi. Pemijatan *effleurage* berguna untuk melemaskan otot-otot yang tegang dan menimbulkan relaksasi dikarenakan adanya manipulasi tata laksana jaringan lunak terutama otot, tendon dan kulit [19].

Penelitian terdahulu oleh Wulandari (2015) di dapatkan bahwa ada pengaruh *massage effleurage* terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida dengan hasil penelitian yang telah diuji dengan Wilcoxon dengan nilai  $z = 4,359$  dan nilai  $p\text{-value } 0,000 \leq 0,05$ , maka hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima [20].

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Herinawati, dkk (2019) didapatkan hasil penelitian dan analisis dari data pengaruh *effleurage massage* terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif diperoleh hasil bahwa sebagian besar nyeri persalinan yang dialami ibu mengalami penurunan setelah dilakukan pemijatan. Hal ini terbukti bahwa pemijatan *effleurage* dapat menurunkan rangsangan nyeri persalinan dari skala nyeri berat menjadi nyeri sedang dan skala nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Hasil uji statistik terdapat perbedaan yang dominan dengan nilai sig (2-tailed) hitung  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *effleurage massage* terhadap nyeri kala I fase aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Bidan Mandiri Latifah Kota Jambi Tahun 2019 [21].

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Qurniasih (2020) dengan hasil analisis regresi logistik menunjukkan bahwa *massase effleurage* berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan setelah dikontrol dengan  $p$  value 0,017 yang berarti terdapat pengaruh yang bermakna antara *massase effleurage* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif [22].

Penelitian terdahulu juga dilakukan oleh Wati, M (2021) bahwa terdapat perbedaan hasil sebagian besar dari ukuran nyeri punggung bawah pada pre dan post pemijatan *effleurage*. Hasil rata-rata nyeri punggung bawah pre tindakan pemijatan *effleurage* yaitu 3,25 SD=1,446 dengan nilai terendah nyeri skala 1 dan nilai tertinggi pada nyeri skala 6 dan sebagian besar nyeri punggung bawah post tindakan pemijatan *effleurage* adalah 0,75 (SD=0,851) dengan nilai terendah nyeri skala 0 dan nilai tertinggi nyeri skala 2. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat penurunan nyeri punggung bawah pre dan post dengan dilakukan tindakan pemijatan *effleurage* [23].

Dari hasil penelitian yang dilakukan, peneliti berasumsi bahwa pemberian *massase effleurage* mungkin lebih optimal apabila didukung oleh kerjasama antara peneliti dan responden yang baik, sehingga pijatan yang diberikan mampu melemaskan otot-otot yang tegang dan menimbulkan relaksasi serta tingkat nyeri yang dirasakan setiap responden berbeda-beda.

#### 4. CONCLUSION

Kesimpulan penelitian ini bahwa terdapat pengaruh teknik relaksasi *effleurage* terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu. Rata-rata skor nyeri persalinan sebelum diberi perlakuan *masase Effleurage* sebesar 2.38 dan sesudah diberikan perlakuan *masase effleurage* skor rata-rata nyeri haid menurun menjadi 1,38. Hal ini menunjukkan *masase Effleurage* efektif dalam penurunan nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I dengan I nilai p (sig) (0,000) < 0,05.

#### REFERENCES

- [1] Inka Puty Larasati dan Arief, "Pengaruh keikutsertaan Senam Hamil Terhadap Kecemasan primigravida Trimester Ketiga Dalam Menghadapi Persalinan," *Biometrika dan Kependud.*, vol. 1, pp. 26–32, 2012.
- [2] Reeder, *Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga*. Jakarta: EGC, 2012.
- [3] A. Hidayat, M dan Hidayat, *Keterampilan Dasar Praktik Klinik untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika, 2008.
- [4] Koziar, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktek*. Jakarta: EGC, 2009.
- [5] Hartanti, "Pengaruh Teknik Relaksasi Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea di Ruang Mawar BP RSUD Bojonegoro Kabupaten Temanggung," 2005.
- [6] Manuaba, *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC, 2010.
- [7] Q. Fitriyani, "Efektifitas Massage Effleurage Yang Dilakukan Suami Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Laten di Kecamatan Setu," *Skripsi*, 2017.
- [8] Mitayani, *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Salemba Medika, 2009.
- [9] Meiliasari, *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: Puspa Swara, 2004.
- [10] Indrayani & Moudy, *Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: CV.Trans Info Medika, 2016.
- [11] U. sa'diyah, "Efektifitas Effleurage Massage Dan Teknik Counterpressure Terhadap Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif," *Pros. Semin. Nas.*, p. 148, 2020.
- [12] Italia, "Perbedaan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Massage Effluarage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I," pp. 67–77, 2019.
- [13] Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia, "Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia," 2012. .
- [14] Kemenkes RI, "Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020," 2021.
- [15] Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, "Profil Kesehatan Aceh 2020," 2021.
- [16] S. A. Rahman, "Penurunan Nyeri Persalinan Dengan Kompres Hangat dan Massage Effleurage," *MKMI*, vol. 13 No 2, 2017.
- [17] Rejeki & Nurullita, "Tingkat Nyeri pinggang kala I persalinan melalui teknik back-effleurage dan counter-pressure," *J. Keperawatan Matern.*, vol. 1 (2), pp. 124–133, 2013.
- [18] E. Bingan, "Pengaruh Massase Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif," *Midwifery Care J.*, vol. 1 No.5, 2022.
- [19] Rahman & Sofiyanti, "Efektivitas Teknik Effleurage Terhadap Penurunan intensitas Nyeri," 2017.
- [20] Wulandari, "Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo," *J. Keperawatan Matern.*, vol. 3, No.1, 2015.
- [21] Herinawati, "Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Mandiri Bidan Latifah Kota Jambi," *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi*, vol. 3, 2009.
- [22] N. Qurniasih, "Efektivitas Masase Effleirage Terhadap Penurunan Intemsitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif," *Maj. Kesehat. Indones.*, vol. 1 No.1, 2021.
- [23] M. Wati, "Pengaruh Masase Effleurage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III," *J. Kebidanan Fem.*, vol. 1 No.1, 2021.

**BIOGRAPHIES OF AUTHORS**

**Ayunin Syahida**, Gelar Diploma III Kebidanan diperoleh dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cut Nyak Dhien Langsa pada tahun 2011, Gelar Diploma IV diperoleh dari STIKes Helvetia Medan pada tahun 2013. Magister Kesehatan Masyarakat diperoleh dari Institut Kesehatan Helvetia Medan pada tahun 2017. Saat ini aktif sebagai dosen tetap di STIKes Bustanul Ulum Langsa pada Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga.

