



Penerapan Teknik *Effleurage Massage* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Post Partum Di Ruang Ponek RSUD Dr. Moewardi Surakarta

Merlina Yuliarti

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Irma Mustika Sari

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Alfida Fitri

RSUD Dr. Moewardi Surakarta

Alamat: Jl. Ki Hajar Dewantara No.10, Jawa, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57146

Korespondensi penulis: merlinayuliarti51@gmail.com

Abstract Background; *Effleurage massage* is a form of massage using the palms of the hands that apply gentle pressure to the surface of the body in a circular direction repeatedly. The number of mothers giving birth in the Ponek room (Maternity Room) with January 01, 2021 - July 31, 2023 amounted to 1047 patients and 15 patients gave birth normally. Objective; To determine the results of implementation in the application of *Effleurage Massage* techniques to reduce the pain scale in postpartum mothers in the Ponek Room of Dr. Moewardi Surakarta Hospital. Method; This type of research is descriptive in the form of a case study. The approach taken uses a nursing care approach, planning, implementation and evaluation. The application instrument uses the Numeric Rating Scale (NRS) and checklist sheet as a measuring tool to determine the level of pain scale. Results; The results of the application using *Effleurage Massage* techniques found that respondents had a pain scale of 4 (moderate pain) down to 0 (none pain). Conclusion; There is a difference in pain scale before and after *Effleurage Massage* at Dr. Moewardi Surakarta Hospital.

Keywords: Post Partum, Pain Scale, *Effleurage Massage*

Abstrak Latar Belakang; *Effleurage massage* adalah bentuk masase dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. Jumlah ibu melahirkan di Ruang Ponek (Ruang Bersalin) dengan pada 01 Januari 2021 – 31 Juli 2023 berjumlah 1047 pasien dan melahirkan secara normal berjumlah 15 pasien. Tujuan; Untuk mengetahui hasil implementasi dalam penerapan tehnik *Effleurage Massage* untuk penurunan skala nyeri pada ibu post partum di Ruang Ponek RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Metode; Jenis penelitian bersifat diskriptif dalam bentuk studi kasus. Pendekatan yang dilakukan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Instrumen penerapan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar ceklis sebagai alat ukur untuk menentukan tingkat skala nyeri. Hasil; Hasil dari penerapan menggunakan tehnik *Effleurage Massage* didapatkan bahwa responden memiliki skala nyeri 4 (Nyeri sedang) turun menjadi 0 (Tidak Nyeri). Kesimpulan; Terdapat perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *Effleurage Massage* di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

Kata kunci: Post Partum, Skala nyeri, *Effleurage Massage*

LATAR BELAKANG

Secara global kematian ibu masih sangat tinggi, terlihat dari laporan komprehensif antara lain WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group dan *United Nations Population Division*, sekitar 200 ribu kasus kematian ibu yang terjadi di dunia, sehingga menyebabkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan MMR berada di kisaran 211 per 100 ribu kelahiran hidup (WHO, 2019).

World Health Organization (WHO) menjelaskan mengenai status kesehatan nasional pada capaian target *Sustainable Development Goals* (SDGs) menyatakan secara global sekitar 830

Received Juni 30, 2023; Revised Juli 2, 2023; Accepted Agustus 16, 2023

* Merlina Yuliarti, fentiana.nina@gmail.com

wanita meninggal setiap hari karena komplikasi selama kehamilan dan persalinan, dengan tingkat Angka Kematian Ibu (AKI) sebanyak 216 per 100.000 kelahiran hidup. Rasio AKI masih cukup tinggi sebagaimana ditargetkan menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO), penyebab langsung kematian ibu terjadi saat dan pasca-melahirkan 75 persen kasus kematian ibu diakibatkan oleh perdarahan, infeksi, atau tekanan darah tinggi saat kehamilan (WHO, 2017).

Data yang didapatkan dari Rekam Medis RSUD Dr. Moewardi Surakarta pada 01 Januari 2021 – 31 Juli 2023 berjumlah 1047 ibu melahirkan di ruang PONEK (Ruang Bersalin), diantaranya yaitu melahirkan secara normal pada 1 Januari 2021 – 31 Juli 2023 didapatkan 15 Pasien memilih untuk melahirkan secara normal diantaranya 13 pasien melahirkan dengan bayi hidup, 2 pasien melahirkan dengan bayi meninggal.

Prevalensi pada ibu nifas yang mengalami nyeri pinggang di rumah sakit Indonesia pada tahun 2019 berkisar antara 35-60%. Pada tahun 2020 prevalensi ibu nifas yang mengalami nyeri pinggang di Indonesia sebesar 50-65%, yang artinya ada kenaikan walaupun relatif kecil. Nyeri pinggang pada umumnya terjadi pada ibu nifas setelah melahirkan. Sekitar 70% ibu yang mengalami nyeri pinggang dengan intensitas sedang, dan 30% ibu yang mengalami nyeri pinggang dengan intensitas ringan (Mardiani, 2022).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 97 Tahun 2014 Pengaturan Pelayanan Kesehatan Persalinan bertujuan untuk mengurangi angka kesakitan dan angka kematian ibu dan bayi baru lahir, mempertahankan dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu dan bayi baru lahir yang bermutu, aman, dan bermanfaat sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Adanya kontraksi uterus pada ibu nifas dapat menyebabkan ketidaknyamanan berupa nyeri yang dapat ditimbulkan. Salah satu nyeri yang dapat dirasakan oleh ibu nifas merupakan nyeri kontraksi uterus (*after pain*) dan nyeri pada seluruh tubuh pasca bersalin normal. Kontraksi tersebut dapat mengganggu kenyamanan ibu di masa setelah melahirkan atau post partum. Rasa sakit (*after pain*) seperti mulas-mulas disebabkan karena kontraksi uterus yang berlangsung 2-4 hari post partum, sehingga ibu perlu mendapatkan pengertian mengenai nyeri yang dirasakan. Nyeri adalah sensori subjektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual, potensial, atau yang dirasakan dalam kejadian-kejadian saat terjadi kerusakan. Nyeri yang diakibatkan oleh kontraksi uterus memerlukan berbagai penanganan untuk meminimalkan rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu sehingga kenyamanan ibu dapat kembali. Peran seorang perawat pada kondisi tersebut yaitu membantu meredakan nyeri

pada ibu post partum dengan memberikan intervensi dalam meredakan nyeri (Sitinjak *et al.*, 2023).

Effleurage massage adalah bentuk masase dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot punggung serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. 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 (Sitinjak *et al.*, 2023).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka menjadi rumusan masalah “Penerapan Tehnik *Effleurage Massage* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Post Partum Di Ruang Ponek RSUD Dr. Moewardi Surakarta”. Bertujuan untuk mengetahui hasil implementasi dalam penerapan tehnik *Effleurage Massage* untuk penurunan skala nyeri pada ibu post partum di Ruang Ponek RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan desain studi kasus. Pada penerapan ini menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar ceklis sebagai alat ukur untuk menentukan tingkat skala nyeri. Subyek penelitian menggunakan 1 responden dengan kriteria inklusi ibu post partum hari ke 1-4 yang mengalami nyeri sedang hingga berat dengan kontraksi pada uterus dan bersedia menjadi responden penerapan. Kriteria eksklusi ibu yang menolak menjadi responden dan ibu yang sangat lemah atau mengalami penurunan kesadaran. Penerapan ini dilakukan 2-3 kali dalam 15 menit selama 2 hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Lokasi pengambilan data dan penerapan tehnik *Effleurage Massage* akan dilakukan di Ruang Ponek RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Penerapan *Effleurage Massage* ini dilakukan pada Ny. M berusia 29 tahun.

- a. Hasil skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar ceklis sebelum dilakukan tindakan *Effleurage Massage*.

Table 4. 1 Hasil skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar ceklis sebelum dilakukan tindakan *Effleurage Massage*.

Hari/tanggal	Sebelum	Skala Nyeri	Keterangan
Sabtu, 05 Agustus 2023	Ny. M	4	Nyeri Sedang

Berdasarkan tabel 4.1 pada tanggal 05 Agustus 2023 pasien menunjukkan skala nyeri sebelum dilakukan tindakan *Effleurage Massage* pada Ny. M menunjukkan skala nyeri 4 (Nyeri Sedang).

- b. Hasil skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar ceklis sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage*.

Table 4. 2 Hasil skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar ceklis sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage*.

Hari/tanggal	Sesudah	Skala Nyeri	Keterangan
Minggu, 06 Agustus 2023	Ny. M	0	Tidak Nyeri

Berdasarkan tabel 4.2 pada tanggal 06 Agustus 2023 pasien menunjukkan skala nyeri sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage* pada Ny. M menunjukkan skala nyeri 0 (Tidak Nyeri).

- c. Hasil perkembangan skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar ceklis sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage*.

Table 4. 3 Perkembangan skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar ceklis sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage*.

Hari ke-	Waktu	Sebelum	Sesudah
Hari ke -1 Sabtu, 05 Agustus 2023	1 kali penerapan, 2-3 perlakuan dalam 15 menit	4	3
Hari ke- 2 Minggu, 06 Agustus 2023	1 kali penerapan, 2-3 perlakuan dalam 15 menit	2	0

Berdasarkan tabel 4.2 pada tanggal 05 Agustus 2023 dengan terapi yang diberikan 1 kali penerapan, 2-3 perlakuan dalam 15 menit. Sebelum dilakukan tindakan *Effleurage Massage* pada Ny. M menunjukkan skala nyeri 4 (Nyeri Sedang) dan sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage* pada Ny. M menunjukkan skala nyeri 3 (Nyeri Ringan). Pada tanggal 06 Agustus 2023 dengan terapi yang diberikan 1 kali penerapan, 2-3 perlakuan dalam 15 menit. Sebelum dilakukan tindakan *Effleurage Massage* pada Ny. M menunjukkan skala nyeri 2 (Nyeri Ringan) dan sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage* pada Ny. M menunjukkan skala nyeri 0 (Tidak Nyeri).

PEMBAHASAN

a. Skala nyeri sebelum dilakukan tindakan *Effleurage Massage* dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan pada tanggal 05 Agustus 2023 sebelum dilakukan tindakan *Effleurage Massage* terhadap tingkat nyeri pada Ny. M menunjukkan skala nyeri 4 (Nyeri Sedang). Hasil ini sesuai dengan penelitian Sitorus dan Harianja (2020) pada ibu nifas sebelum dilakukan *effleurage massage* terdapat 22 responden (73,3%) yang mengalami nyeri sedang dan 8 responden (26,7%) mengalami nyeri ringan. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Zuidah (2023) menunjukkan bahwa nyeri sebelum dilakukan teknik *effleurage massage* pada ibu multigravida mayoritas adalah nyeri sedang yaitu sebanyak 20 responden (67%).

Hasil penelitian bahwa menunjukkan responden dengan Post Partum di ruang Ponck RSUD Dr. Moewardi Surakarta mengalami skala nyeri 4 (Nyeri sedang) dengan hasil wawancara bahwa pasien mengatakan nyeri pada bagian punggung, nyeri terasa perih dan hilang timbul. Hal tersebut membuat pasien merasakan tidak nyaman, dan meringis menahan sakit. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Zuidah (2023), Hasil ini menunjukkan bahwa *afterpains* masih meningkat sebelum dilakukan Teknik Pijat *Effleurage* pada Ibu Postpartum Multigravida.

Hadiningsiha dan Khotimah, (2022) menjelaskan bahwa ibu mengalami nyeri setelah melahirkan (*afterpains*) akibat kontraksi dan relaksasi uterus yang berulang-ulang yang berlangsung dengan cara tertentu. Jangan pernah berhenti bergerak maju. Wanita dengan paritas tinggi cenderung lebih sering mengalami ketidaknyamanan ini. *Afterpains* 48,6% diidentifikasi pada ibu multipara, karena paritas tinggi terjadi penurunan tonus otot rahim, seiring dengan kontraksi yang muncul, menurut penelitian yang mengumpulkan jumlah responden berpengalaman. Selain ibu hamil, ukuran rahim akan bertambah seiring dengan pertumbuhan janin. Oleh karena itu, pada saat persalinan, rahim akan mengeras dan menyempit karena iritasi punggung. Hasil penelitian dari Siswi Utami *et al.*, (2020), rasa nyeri yang hebat dapat mempengaruhi kenaikan denyut jantung, sistem pernafasan, kenaikan tekanan darah dan dapat menyebabkan stress sehingga menghambat pengeluaran hormon oksitosin yang berakibat kontraksi tidak adekuat dan terganggunya dilatasi serviks. Perbedaan waktu persalinan pada wanita yang mengalami ketakutan dengan wanita yang tidak mengalami ketakutan sebesar 1 jam 32 menit. Persalinan memanjang atau lama menjadi salah satu penyumbang Angka Kematian Ibu (AKI), persalinan memanjang disebabkan karena salah satu

faktor terjadinya persalinan yaitu kontraksi melemah, kontraksi yang lemah dapat disebabkan karena faktor psikologis yaitu kelelahan, dan stress yang berdampak pada terhambatnya pengeluaran hormone oksitosin untuk proses kontraksi. Stress pada ibu juga akan berakibat pada distress janin yang dapat mengakibatkan kematian janin.

b. Skala nyeri sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage* dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan dilakukan pada tanggal 06 Agustus 2023 sesudah dilakukan tindakan *effleurage massage* terhadap tingkat nyeri pada Ny. M menunjukkan skala nyeri 0 (Tidak Nyeri). Hasil ini sesuai dengan penelitian Sitorus dan Harianja (2020) pada ibu nifas setelah dilakukan intervensi (*effleurage massage*) maka terdapat 25 responden (83,3%) mengatakan nyeri ringan dan 5 responden (16,7%) mengatakan tidak mengalami nyeri. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Murni *et al.*, (2021), Setelah dilakukan intervensi terdapat 2 responden tidak mengalami nyeri (6,25%), 22 responden mengalami nyeri ringan (68,75%), 8 responden yang mengalami nyeri ringan, tidak ada responden yang mengalami nyeri berat dan nyeri sangat berat.

Penurunan skala nyeri pada pasien post partum setelah dilakukan *Effleurage Massage* pada penelitian ini dapat mengurangi skala nyeri, hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Sitinjak *et al.*, (2023), salah satu hal yang dapat menurunkan tingkat nyeri adalah *massage effleurage* pada pinggang bagian bawah sehingga memberikan sinyal nyeri dapat terhambat. Stimulasi kulit dengan *effleurage* ini menghasilkan pesan yang dikirim lewat serabut *A-delta* yaitu serabut yang menghantarkan nyeri cepat, yang mengakibatkan gerbang tertutup sehingga *corteks cerebri* tidak menerima sinyal nyeri berubah atau berkurang.

Teknik *Effleurage* adalah teknik pijatan dengan menggunakan telapak jari tangan membentuk pola gerakan melingkar pada pinggang bagian bawah. Teknik *effleurage* dapat menurunkan pada nyeri ibu post partum jika dilakukan dengan benar yaitu dilakukan secara lembut dan dilakukan selama kurang lebih 15 menit. Ibu post partum mengatakan bahwa nyeri pada berkurang setelah dilakukan pijatan tersebut. Semakin banyak frekuensi dilakukannya *effleurage massage*, maka hormon morphin endogen akan banyak diproduksi otak. Sehingga, menimbulkan efek relaksasi. Selain itu, *effleurage massage* dapat mengurangi pembengkakan pada fase kronis lewat mekanisme peningkatan aliran darah dan limfe, mengurangi waktu pemulihan dengan jalan meningkatkan *supply* oksigen dan *nutrient* serta meningkatkan eliminasi sisa metabolisme tubuh karena terjadi peningkatan aliran darah (Sitinjak *et al.*, 2023).

c. Hasil perkembangan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *Effleurage Massage* dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).

Hasil penelitian hari ke-1 pada tanggal 05 Agustus 2023 Ny. M mengalami sebelum dilakukan *effleurage massage* menunjukkan skala nyeri 4 (Nyeri Sedang) dan setelah dilakukan *effleurage massage* menunjukkan skala nyeri 3 (Nyeri Sedang). Hal tersebut dapat terjadi karena pasien dalam kondisi rileks dengan posisi duduk dengan nyaman saat dilakukan *effleurage massage* sehingga *massage* dapat mengurangi rasa nyeri yang sedang dirasakan oleh pasien. Dan bahwa nyeri yang dirasakan oleh pasien menurun bukan karena satu-satunya efek dari terapi tersebut tetapi pengaruh efek dari obat analgesik tersebut.

Hasil penelitian hari ke-2 pada tanggal 06 Agustus 2023 Ny. M mengalami sebelum dilakukan *effleurage massage* menunjukkan skala nyeri 2 (Nyeri Ringan) dan setelah dilakukan *effleurage massage* menunjukkan skala nyeri 0 (Tidak Nyeri). Hal tersebut dapat terjadi karena pasien diberikan *massage* oleh suami sehingga tingkat nyeri dapat perlahan-lahan hilang. Dan bahwa nyeri yang dirasakan oleh pasien menurun bukan karena satu-satunya efek dari terapi tersebut tetapi pengaruh efek dari obat analgesik tersebut.

Hasil diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irda *et al.*, (2018) bahwa hasil uji *Mann-Whitney* kelompok intervensi nilai sig.0,0001 ($p < 0.05$) menunjukkan pada kelompok intervensi mengalami penurunan nyeri, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan intervensi dalam penurunan rasa nyeri pada ibu postpartum multipara. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sitinjak *et al.*, (2023) bahwa adanya pengaruh komparasi teknik *effleurage massage* terhadap penurunan skala nyeri pada ibu post partum dengan nilai signifikansi $p < 0,005 < 0,05$ (kelompok kontrol) dan $p < 0,003 < 0,05$ atau $p < \alpha$ (kelompok intervensi). Peneliti berasumsi bahwa rerata penurunan skala nyeri pada kelompok intervensi lebih besar dibanding kelompok kontrol karena pemberian *effleurage massage* yang dilakukan sebanyak 2-3 kali menyebabkan morphin endogen dikeluarkan otak lebih banyak. *Effleurage massage* yang dilakukan 1 kali tetap memberikan efek relaksasi pada responden meskipun selisih rerata penurunan nya tidak banyak. Pemijatan tidak dilakukan satu kali saja tetapi harus berulang kali agar nyeri yang dirasakan berkurang. Dan didukung oleh Zuidah (2023), bahwa teknik pijat *effleurage* diperlukan untuk meredakan nyeri yang terjadi pada ibu nifas setelah melahirkan. Ibu nifas sering mengalami nyeri setelah melahirkan akibat peregangan otot pada saat persalinan sehingga diperlukan teknik pijat *effleurage* untuk membantu mengurangi nyeri yang dirasakan ibu nifas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan Skala nyeri pasien post partum sebelum dilakukan penerapan *Effleurage Massage* adalah Nyeri

Sedang, Skala nyeri pasien post partum sesudah dilakukan penerapan *Effleurage Massage* adalah Tidak Nyeri, Terdapat perkembangan penurunan skala nyeri pada pasien post partum sebelum dan sesudah penerapan *Effleurage Massage*.

Saran Bagi masyarakat diharapkan masyarakat dapat melakukan *Effleurage Massage* secara mandiri serta menambah ilmu pengetahuan kepada masyarakat manfaat dan cara melakukan *Effleurage Massage*. Bagi Intitusi Pendidikan diharapkan dapat menambah pengetahuan mahasiswa tentang *Effleurage Massage* dan cara melakukan *Effleurage Massage*. Bagi Pengembangan Ilmu Pendidikan Keperawatan diharapkan sebagai bahan ajaran dan masukan kedalam subjek pokok pembahasan materi tentang *Effleurage Massage* dan diharapkan perawat dapat memberikan pelayanan yang maksimal sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup pasien serta memberikan pendidikan kesehatan dan motivasi sehingga dapat memberikan dampak positif terhadap pasien dan keluarga.

DAFTAR REFERENSI

- Hadiningsiha, E. F., & Khotimah, K. (2022). Dampak Pijat Efflurage Pada Wanita Pasca Melahirkan Di Indonesia Unit Perawatan Ibu Di Afterpains Pain Rumah Sakit SMC. *Indonesian Journal of Wiyata Health Administration*, 2(1), 33–39.
- Irda Novrida Ashar, Achmad Suardi, Suryani Soepardan, Hidayat Wijayanegara, Jusuf Sulaeman Effendi, M. S. (2018). Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Penurunan rasa Nyeri Pada Ibu Post Partum Multipara. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 6(2), 42–50.
- Mardiani, N. (2022). *Pengaruh Terapi Masase dan Akupresur Pada Ibu Nifas dengan Nyeri Pinggang*. 4(2), 399–402. <https://doi.org/10.30604/well.275422022>
- Murni, C. H., Manurung, H. R., & Ulva, N. (2021). Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Nyeri Afterpains Ibu Postpartum Di Puskesmas Kebayakan Kecamatan Kebayakan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Sains*, 2(1), 85–92.
- Siswi Utami, F., Mutiara Putri Kebidanan, I., Ilmu Kesehatan, F., Yogyakarta, A., & Artikel, R. (2020). Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Normal Info Artikel Abstrak. *Midwifery Journal | Kebidanan*, 5(2), 107–109.
- Sitinjak, N. F., Wahyuni, R., Kemenkes, P., & Timur, K. (2023). Komparasi Teknik Effleurage Massage terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Post Partum. *Verdure*, 5(1), 34–42.
- Sitorus, F., & Harianja, E. (2020). Pengaruh Teknik Effleurage Massage Terhadap Nyeri Afterpains Pada Ibu Nifasmultipara Di Bpm Wanti Dan Bpm Sartika Di Kota Medan Tahun 2020. *Jurnal Health Reproductive*, 5(1), 7–16. <https://doi.org/10.51544/jrh.v5i1.1618>
- Zuidah. (2023). The Influence Of Effleurage Massage Technique On Afterpains Pain In Multigravidal Postpartum Women At Tanjung Selamat Kesmas Kec . Padang Tualang District . Levels in 2022. *Jurnal Eduhealth*, 14(02), 788–793.