

**SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS *EFFLUERAGE MASSAGE* TERHADAP  
INTENSITAS NYERI *AFTERPAINS* PADA IBU POST  
PARTUM**



**Oleh:**

**NI WAYAN PANI ASTUTI**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN  
PROFESI BIDAN SEKOLAH TINGGI ILMU  
KESEHATAN BINA USADA BALI  
2025**

**EFEKTIVITAS *EFFLUERAGE MASSAGE* TERHADAP  
INTENSITAS NYERI *AFTERPAINS* PADA IBU POST  
PARTUM**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Diajukan Oleh:**

**NI WAYAN PANI ASTUTI  
NIM. A1223028**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN  
PROFESI BIDAN SEKOLAH TINGGI ILMU  
KESEHATAN BINA USADA BALI  
2025**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**EFEKTIVITAS *EFFLUERAGE MASSAGE* TERHADAP  
INTENSITAS NYERI *AFTERPAINS* PADA  
IBU POST PARTUM**

**Diajukan Oleh:**

**NI WAYAN PANI ASTUTI  
NIM. A1223028**

**Badung, 05 Februari 2025**

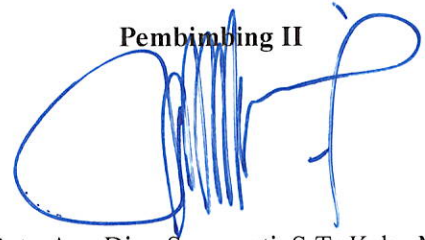
**Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing**

**Pembimbing I**



Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.SiT., M.Keb  
NIDN.0801058701

**Pembimbing II**



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb  
NIDN. 0822059601

**Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan  
Ketua**



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani., S.ST, M.Keb  
NIDN. 0808068701

## HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI  
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI KEBIDANAN DAN  
PROFESI BIDAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI**

**Tanggal: 12 Februari 2025**

**Yang terdiri dari :**

**Ketua Penguji**



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani., S.ST, M.Keb

NIDN. 0808068701

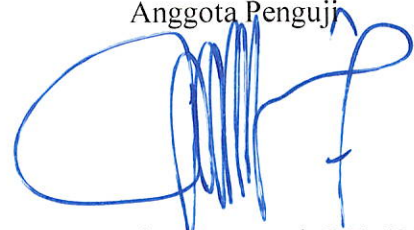
**Sekretaris Penguji**



Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.SiT., M.Keb

NIDN.0801058701

**Anggota Penguji**



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb

NIDN. 0822059601

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan  
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani., S.ST, M.Keb

NIDN. 0808068701

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN  
Skripsi, Januari 2025

Ni Wayan Pani Astuti  
Efektivitas *Effleurage Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Afterpains Pada Ibu  
Post Partum  
xiv + 59 halaman + 4 tabel + 2 gambar + 2 skema + 10 lampiran

### ABSTRAK

Masa nifas memerlukan pemulihan fisik, termasuk kontraksi uterus yang menyebabkan nyeri *afterpains*. *Effleurage massage*, teknik dengan gerakan lembut, dapat mengurangi nyeri tanpa efek samping. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas *effleurage massage* dalam mengurangi intensitas nyeri *afterpains* pada ibu postpartum.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *pre-experiment* dan *one group pretest-posttest*. Populasi penelitian adalah ibu postpartum hari kedua dan ketiga yang terdaftar di PMB Bdn Yan Mona Fridayanthi, S.Tr.Keb. Sampel dipilih menggunakan teknik total populasi. Variabel bebas adalah *effleurage massage*, sementara variabel terikat adalah intensitas nyeri *afterpains*, yang diukur menggunakan skala *Visual Analog Scale* (VAS). Intervensi berupa *effleurage massage* dilakukan sekali seminggu selama 4 minggu. Data dianalisis menggunakan SPSS dengan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* untuk mengetahui efektivitas *effleurage massage* terhadap nyeri *afterpains*.

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berusia antara 26-30 tahun dan memiliki pendidikan SMA. Sebelum diberikan *effleurage massage*, sebagian besar ibu *postpartum* mengalami intensitas nyeri *afterpains* kategori sedang, sementara setelah pemberian *effleurage massage*, sebagian besar mengalami penurunan intensitas nyeri menjadi kategori ringan. Hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan signifikan ( $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ ) antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian *effleurage massage*. Saran bagi bidan adalah untuk memperkenalkan teknik *effleurage massage* kepada ibu-ibu *postpartum* guna mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan. Bagi PMB Bdn Yan Mona Fridayanthi, disarankan untuk memberikan edukasi kepada ibu mengenai manfaat *effleurage massage* dan cara melakukannya secara mandiri di rumah, sehingga ibu dapat lebih mandiri dalam mengelola nyeri dan meningkatkan kenyamanan selama masa pemulihan.

Katakunci: *Afterpain*, *Effleurage massage*, Intensitas nyeri

Daftar Pustaka: 53 (2017-2024)

COLLEGE OF HEALTH SCIENCES  
BINA USADA BALI  
UNDERGRADUATE PROGRAM IN MIDWIFERY AND MIDWIFERY  
PROFESSION  
Minithesis, January, 2025

Ni Wayan Pani Astuti  
*Effectiveness of Effleurage Massage on the Intensity of Afterpains in Postpartum Women*  
xiv + 59 pages+ 4 tables + 2 images + 2 diagrams + 10 appendices

#### ABSTRACT

*The postpartum period requires physical recovery, including uterine contractions that cause afterpains. Effleurage massage, a technique with gentle movements, can reduce pain without side effects. This study aims to analyze the effectiveness of effleurage massage in reducing the intensity of afterpains in postpartum women.*

*This study uses a quantitative design with a pre-experiment approach and a one-group pretest-posttest. The study population consists of postpartum women on the second and third days registered at PMB Bdn Yan Mona Fridayanthi, S.Tr.Keb. The sample was selected using a total population technique. The independent variable is effleurage massage, while the dependent variable is the intensity of afterpains, measured using the Visual Analog Scale (VAS). The intervention, effleurage massage, was performed once a week for 4 weeks. Data were analyzed using SPSS with the Wilcoxon Signed-Rank Test to determine the effectiveness of effleurage massage on afterpain intensity.*

*Based on the results of the study, the majority of respondents were between 26-30 years old and had high school education. Before the effleurage massage, most postpartum women experienced moderate intensity afterpains, while after receiving effleurage massage, most experienced a reduction in pain intensity to mild. The Wilcoxon Signed-Rank Test results showed a significant difference ( $p\text{-value } 0.000 < 0.05$ ) between pain intensity before and after effleurage massage. It is recommended for midwives to introduce effleurage massage techniques to postpartum women to reduce pain and enhance comfort. For PMB Bdn Yan Mona Fridayanthi, it is recommended to educate mothers about the benefits of effleurage massage and how to perform it independently at home, enabling mothers to manage their pain and improve comfort during the recovery period.*

*Keywords : Afterpain, Effleurage massage, Pain intensity,*

*References : 53 (2017-2024)*

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Wayan Pani Astuti

NIM : A1223028

Jurusan : Kebidanan

Judul Skripsi : Efektivitas *Effluerage Massage* Terhadap Intensitas Nyeri  
*Afterpains* Pada Ibu Post Partum

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil ciplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, Januari 2025



(Ni Wayan Pani Astuti)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Efektivitas *Effluerage Massage* terhadap Intensitas Nyeri *Afterpains* pada Ibu **Post Partum**”** dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Terselesaikannya penelitian ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Ir.I Putu Santika, M.M, selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali dan selaku penguji utama yang telah banyak memberikan arahan pada saat proses pendidikan Program Ilmu Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali
3. Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.SiT. M.Keb selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb selaku pembimbing II telah meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabarandalam memberikan pengetahuan, masukan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. PMB Bdn.Yan Mona Fridayanthi,S.Tr.Keb sebagai tempat penelitian serta responden yang bersedia membantu dalam penelitian ini.
6. Seluruh pihak yang turut berperan penting dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih

Badung, januari 2025

Peneliti

Ni Wayan Pani astuti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN .....	xv
BAB I    PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
1. Tujuan umum.....	4
2. Tujuan khusus .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
1. Pelayanan kebidanan.....	5
2. Masyarakat .....	5

	3. Instansi pendidikan .....	5
	4. Pengembangan ilmu kebidanan .....	5
	E. Keaslian Penelitian .....	5
BAB II	TINJAUAN PUSTAKA .....	7
	A. Kajian Teoritis .....	7
	1. Post partum .....	7
	2. Konsep nyeri .....	12
	3. Involusi uteri .....	19
	4. <i>Massage effleurage</i> .....	27
	B. Kajian Empiris .....	32
	C. Kerangka Teori .....	34
BAB III	KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL .....	35
	A. Kerangka Konsep .....	35
	B. Hipotesis .....	35
	C. Definisi Operasional .....	35
BAB IV	METODE PENELITIAN .....	37
	A. Rancangan Penelitian .....	37
	B. Populasi dan Sampel .....	37
	1. Populasi .....	37
	2. Sampel .....	37
	C. Tempat Penelitian .....	38
	D. Waktu Penelitian .....	38
	E. Etika Penelitian .....	38
	F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	42

	G. Pengolahan dan Analisis Data .....	44
BAB V	HASIL PENELITIAN.....	46
	A. Gambaran Lokasi Penelitian .....	47
	B. Karakteristik Responden .....	48
	1. Karakteristik Berdasarkan Kelompok Umur .....	49
	2. Karakteristik Berdasarkan Kelompok Pendidikan.....	49
	C. Analisi Univariat.....	49
	D. Analisis Bivariat .....	50
	1. Analisis <i>Wilcoxon Sign Rank Test</i> .....	50
BAB VI	PEMBAHASAN.....	51
	A. Intepretasi Penelitian.....	51
	1. Intensitas Nyeri afterpains pada ibu post partum sebelum diberikan <i>effleurage massage</i> . .....	52
	2. Intensitas nyeri afterpains pada ibu post partum setelah diberikan <i>effleurage massage</i> .....	54
	3. Perbedaan nyeri <i>afterpains</i> pada ibu post partum sebelum dan setelah diberikan <i>effleurage massage</i> . .....	55
	B. Keterbatasan Penelitian.....	57
	C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian .....	57
	1. Implikasi terhadap pelayanan kebidanan .....	57
	2. Implikasi terhadap pendidikan dan penelitian .....	57
BAB VII	SIMPULAN DAN SARAN .....	59
	A. Simpulan .....	59
	B. Saran .....	59
	DAFTAR PUSTAKA .....	60

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Variabel.....	36
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Umur.....	49
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Pendidikan .....	49
Tabel 5.3	Intensitas Nyeri <i>Afterpains (Pre-Test)</i> .....	50
Tabel 5.4	Intensitas Nyeri <i>Afterpains (Pos-Test)</i> .....	50
Tabel 5.5	Perbedaan Intensitas Nyeri <i>Afterpains</i> .....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Skala Nyeri Deskriptif.....	15
Gambar 2.2	Skala Nyeri Numerik.....	16
Gambar 2.3	Skala Nyeri Visual .....	16
Gambar 2.4	Kerangka Teori .....	34
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Hasil Penelitian
- Lampiran 2. Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 3. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Lembar Observasi Skala Nyeri
- Lampiran 5. Kuesioner Nyeri Afterpains
- Lampiran 6. Standar Operasional Prosedur *Massage Affleurage*
- Lampiran 7. Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 8. Surat Balasan Studi Pendahuluan Proposal
- Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 10. Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 11. Dokumentasi penelitian
- Lampiran 12. Etik Penelitian
- Lampiran 13. Lembar Bimbingan Skripsi

## DAFTAR SINGKATAN

BAB	Buang air besar
TFU	Tinggi Fundus Uteri
PMB	Praktik Mandiri Bidan
PSP	Persetujuan Setelah Penjelasan
IC	Informed Consent
SOP	Standar Operasional Prosedur

## DAFTAR PUSTAKA

- Almanika, D., Ludiana, L., & Dewi, T. K. (2021). Penerapan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 50-58.
- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan* (E. D. Kartiningrum (ed.); 1st ed.). STIKES Majapahit Mojokerto.
- Azizah, N., et al. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. In *Umsida Press*.
- Danur Jayanti, N., & Indah Mayasari, S. (2022). Asuhan Komplementer Tatalaksana Afterpain pada Ibu Postpartum : Literature Review. *Jurnal MID-Z (Midwivery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1), 22–28. <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v5i1.1369>
- Fransisca Netty, Supriadi, W. R. (2022). Komprasi Teknik Efflurage Massage Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 10(1), 42–51.
- Hapsari, E., Rumiya, E., & Astuti, H. P. (2021). Efektivitas effleurage massage terhadap pencegahan postpartum depression pada ibu nifas di PMB Elizabeth Banyuwangi Surakarta. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 4(2), 59–65. <https://doi.org/10.32536/jrki.v4i2.132>
- Irianti, N. E., Wahyuningsih, M., & Suwarsi, S. (2019). Pengaruh Terapi Pijat Punggung Terhadap Skor Stres Pada Ibu Postpartum Di RSIA Sakina Idaman. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6(3), 690. <https://doi.org/10.35842/jkry.v6i3.390>
- Ishak, S., Choirunissa, R., & Purnama, Y. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. In: Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Media Sains Indonesia* (Issue 2021).
- Kusmini, Sutarmi, & Nurul, M. (2017). *Touch Training Developing: Hipnoloving Touch, Loving Postnatal Treatment*.
- Kusumastuti, Astuti, D. P., Putri, A., & Dewi, S. (2019). Efektivitas Massage Terapi Effleurage Guna Mencegah Kejadian Depresi Postpartum Pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, XII(1), 451–457.
- Liu, S., & Kelliher, L. (2022). Physiology of pain—a narrative review on the pain pathway and its application in the pain management. *Digestive Medicine Research*, 5(December), 56–56. <https://doi.org/10.21037/dmr-21-100>
- Namboothiri, S. P. (2021). Afterpain: An Overview. *Issues and Development in Health Research Vol. 2, August*, 65–70. <https://doi.org/10.9734/bpi/idhr/v2/3333f>
- Ni'ma, W., Ni'amah, S., & Suwi'i. (2024). The Effect of Effecturage Massage Technique on Afterpaint Pain in Multipara Pubber Women. *Menara Journal of Health Science*, 1–9.
- P, D. P. P., & Usman, R. D. (2024). Perbedaan Terapi Pijat Effleurage Dan Terapi Kompres Terhadap Penurunan Afterpain Pada Ibu Postpartum Di RS . Dewi Sartika Kota Kendari Sulawesi Tenggara Differences In Effleurage Massage Therapy And Compression Therapy On Reducing Afterpain In Postpartum. *Health Information Jurnal Penelitian*, 16(3).

- Pamuji (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Tanda Bahaya Nifas Di Wilayah Puskesmas Pangkah Kabupaten Tegal, *Bhamada Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, vol. 10, no. 1, pp. 1-10, 2019. doi:10.36308/jik.v10i1.119.
- Pitriani, P., Rini, A. S., & Putri, R. (2023). Teknik Effleurage Massage dan Kompres Hangat Berpengaruh terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Afterpains pada Ibu Nifas di PMB A Kota Jakarta Selatan Tahun 2022. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(4), 426–433. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i4.142>
- Putri, M., Suryantara, B., Nasution, S. S., Kebidanan, M., Guna, S., & Yogyakarta, B. (2023). Effect of effleurage massage technique with postnatal massage technique on afterpains in postpartum mothers. *Science Midwifery*, 11(2), 2721–9453.
- Rachmawati, L., Rachman, S. M., & Jannah, N. (2023). Teknik Effleurage Massage Berpengaruh Terhadap Nyeri Afterpains Pada Ibu Nifas Multipara. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 5(2), 32–38.
- Rohmah, N. (2017). Manajemen Nyeri Non Invasive Pada Ibu Post Partum dengan Pendekatan Evidence Based Practice. *Jurnal Ners*, 6(2), 201–209. <https://doi.org/10.20473/jn.v6i2.3992>
- Smith, C. A., Hill, E., Denejkina, A., Thornton, C., & Dahlen, H. G. (2022). The effectiveness and safety of complementary health approaches to managing postpartum pain: A systematic review and meta-analysis. *Integrative Medicine Research*, 11(1), 100758. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2021.100758>
- Solehati, T. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan nutrisi pada tingkat pengetahuan ibu post partum. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 27. <https://doi.org/10.31602/ann.v7i1.3007>
- Syahriana, S., Jasmawati, J., & Raihanah, S. (2023). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Skala Nyeri Afterpain Pada Ibu Postpartum Multipara. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 6(2), 89–97. <https://doi.org/10.54100/bemj.v6i2.95>
- Wijaya, W., Limbong, T. O., & Yulianti, D. (2018). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas. In *Akademi Kebidanan Griya Husada Surabaya* (Issue 1).
- 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.