

ABSTAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA NYERI PERSALINAN KALA 1 DENGAN PIJAT *EFFLURAGE* DI PONEK UPT PUSKESMAS KEDUNDUNG KOTA MOJOKERTO

OLEH : EVI FITRIANA

Nyeri saat proses melahirkan atau selama persalinan kala satu, dialami karena rangsangan nosiseptor dalam adneksa, uterus, dan ligamen pelvis. Nyeri persalinan ditandai dengan adanya kontraksi rahim. Nyeri yang terjadi pada proses persalinan ini merupakan hal yang normal, akan tetapi nyeri yang tidak tertangani dengan baik akan berdampak pada ketidaknyaman dan kecemasan Ibu dalam proses melahirkan sehingga perlu dilakukan upaya manajemen nyeri persalinan dalam pemberian asuhan keperawatan pada Ibu bersalin. Massage adalah terapi yang digunakan untuk melakukan pelepasan endorfin yang merupakan penghilang rasa sakit alami. Selain itu, pijat akan mengurangi ketegangan otot dan rasa sakit, meningkatkan mobilitas serta melancarkan peredaran darah. *Effleurage massage* adalah bentuk *massage* dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. *Massage* ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Massage Effleurage* merupakan *massage* yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping, dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain. Dengan adanya intervensi pijat *Efflurage* ini diharapkan dapat mengurangi nyeri pada Ibu hamil saat mengalami nyeri persalinan kala 1.

Kata Kunci : Nyeri Persalinan Kala 1, Pijat *Efflurage*

ABSTRACT

NURSING CARE OF PAIN DURING FIRST STAGE OF LABOUR WITH THE APPLICATION OF RELAXATION TECHNIQUES *EFFLURAGE* MASSAGES AT PONEK UPT PUSKESMAS KEDUNDUNG MOJOKERTO

BY : EVI FITRIANA

Pain during labor or during the first stage of labour, is experienced due to stimulation of nociceptors in the adnexa, uterus, and pelvic ligaments. Labor pain is marked by the presence of contractions of the uterus. Pain that occurs during this labor process is normal, but pain that is not handled properly will have an impact on discomfort and anxiety for the mother in the delivery process so it is necessary to make efforts to manage labor pain in providing nursing care to Maternity mother. Massage is a therapy used to release endorphins which are natural pain relievers. In addition, massage will reduce muscle tension and pain, increase mobility and improve blood circulation. Effleurage massage is a form of massage using the palms of the hands that apply gentle pressure over the surface of the body in a circular direction repeatedly. This massage aims to improve blood circulation, apply pressure, and warm up the abdominal muscles and promote physical and mental relaxation. Massage Effleurage is a massage that is safe, easy to do, doesn't require a lot of tools, doesn't cost money, doesn't have side effects, and can be done alone or with the help of others. With the Efflurage massage intervention, it is hoped that it can reduce pain in pregnant women during the first stage of labor pain.

Keywords: Pain during labor, Massage *Effleurage*