



Volume 08
Agustus 2025

Jurnal Ilmiah Penelitian

Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi

p-ISSN 2614-5650

e-ISSN 2686-2034

Efektivitas *massase painful* untuk mengurangi intensitas nyeri dismenore pada remaja di Pondok Pesantren Nurul Falah Kabupaten Bogor.

Fina Sancaya Rini¹, Siti Nurahmah Sahidah².

Efektivitas pijat *counter pressure* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I dengan induksi persalinan di RSUD. Sayang Cianjur.

Dewi Puspitasari¹, Endah Kurnia Munandar².

Asuhan Kebidanan komprehensif pada Ny.M dari kehamilan sampai keluarga berencana di PMB. "C" Desa Citaringgul Kabupaten Bogor.

Mukhlisiana Ahmad¹, Melisa Anggiani².

Efektivitas *Massage Effleurage* terhadap *Afterpains* pada ibu Nifas di RSUD. Cimaesan Kabupaten Cianjur.

Rositawati¹, Salasa Putri Aria².

Efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan *Leaflet* terhadap tingkat oengetahuan Ibu hamil tentang Pre-Eklamsia di Rumah Sakit Moh Ridwan Meuraksa.

**Dani Martiningsih¹, Dewi Nawang Sari², Nani Aisyiyah³,
Neneng Hasanah⁴, Suryani⁵.**

Efektivitas senam yoga terhadap *Flour Albus* pada remaja putri di Pondok Pesantren Al Riyadh Cipanas.

Rahmawati¹, Siti Devina Sucianingsih².

Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.N di PMB "R" Bojong Gede.

Lala Jamilah¹, Cindy Maharani².

Asuhan Kebidanan Komprehensif dan Komplementer pada Ny. R di Puskesmas Bogor Utara Kota Bogor.

Lia Indria Sari¹, Melinda Dyah Putri².

Efektivitas pijat laktasi dalam meningkatkan produksi ASI pada Ibu Nifas di RSUD Cimaesan Kabupaten Bogor.

Lena Sri Diniyati¹, Risma Oktavia².

EDITORIAL TEAM

Editor in Chief

Fina Sancaya Rini, S.ST., M.Kes
Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua

Editorial Board Members

Dewi Puspitasari, S.ST., M.Kes
Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua

Bdn. Siti Rafika Putri, S.ST., M.Kes
Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua

Diyanah Kumalasari, M.Kes
Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon

Rositawati, M.Kes
Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua

Rahmawati, S.ST., M.Kes
Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua

Lena Sri Diniyati, S.ST., M.Kes
Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua

INSTITUSI PENERBIT

Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua

ALAMAT REDAKSI

Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua
Jl. Hankam, Desa Jogjogan, Cisarua, Kab. Bogor
Telp. (0251) 8251645, Fax (0251) 8251650
<https://akbid-alikhlhas.e-journal.id/JIPKR> : e-mail : lppmakbid@gmail.com

Indexing



DAFTAR ISI

Judul Jurnal	Halaman
Efektifitas Massase Painful Untuk Mengurangi Intersias Nyeri Dismenore Pada Remaja Puri Di Pondok Pesantren Nurul Falah Kabupaten Bogor. Fina Sancaya Rini¹, Siti Nurahma Sahidah².	1 – 9
Efektifitas Pijat Counter Pressure Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Dengan Induksi Persalinan Di Rsud Sayang Cianjur. Dewi Puspitasari¹, Endah Kurnia Munandar².	10 - 17
Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. M dari Kehamilan sampai keluarga Berencana di Pmb C Desa Citaringgul Kab. Bogor Mukhlisiana Ahmad¹, Melisa Anggiani².	18 - 33
Efektivitas Massage Effleurage Terhadap Afterpains Pada Ibu Nifas Di Rsud Cimaean Kabupaten Cianjur Rositawati¹, Salsa Putri Auria².	34 - 45
Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan <i>Leaflet</i> Terhadap tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pre-Eklamsia Di Rumah Sakit Moh Ridwar Meuraksa. Dani Martiningsih¹, Dewi Nawang Sari², Nani Aisyiyah³, Neneng Hasanah⁴, Suryani⁵.	46 - 54
Efektivitas Senam Yoga Terhadap Flour Albus Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al Riyadl Cipanas. Rahmawati¹, Siti Devina Sucianingsih².	55 - 65
Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.N Di Pmb R Bojong Gede Kab. Bogor Lala Jamilah¹, Cindy Maharani².	66 - 78
Asuhan Kebidanan Komprehensif Dan Komplementer Pada Ny.R Di Puskesmas Bogor Utara Kota Bogor. Lia Indria Sari¹, Melinda Dyah Putri².	79 - 96

Efektivitas Pijat Laktasi Dalam Meningkatkan produksi Asi Pada Ibu Nifas
Di Rsud Cimaan Kabupaten Cianjur.

Lena Sri Diniyati¹, Risma Oktavia².

97 - 112

Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.S Di Pmb R Bojong Gede Kab.
Bogor

Yuanita Viva Avia Dewi¹, Syalia Octaviana Achsya² .

113 - 128

**EFEKTIVITAS MASSAGE EFFLEURAGE TERHADAP
AFTERPAINS PADA IBU NIFAS DI RSUD CIMACAN
KABUPATEN CIANJUR
TAHUN 2025**

Rositawati¹ Salsa Putri Auria²

Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua, Bogor

Email : rositawyos@gmail.com, salsaputri1107@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri pasca persalinan adalah rasa sakit yang dialami oleh wanita akibat beberapa faktor, seperti kontraksi rahim yang berusaha kembali ke ukuran semula seperti sebelum hamil, cedera pada area perineum, bekas sayatan operasi caesar serta pembengkakan pada payudara karena proses laktasi. Afterpains dapat berdampak signifikan pada kesehatan fisik dan psikologis ibu seperti terhambatnya mobilisasi dini, laktasi, proses bonding attachment, perasaan lelah dan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas massage effleurage terhadap afterpains pada ibu nifas di RSUD Cimaan, Kabupaten Cianjur tahun 2025. Jenis penelitian pre-experimental dengan desain one group pretest-posttest. Responden sebanyak 30 orang ibu nifas pada bulan Maret-April 2025 dan diperoleh menggunakan teknik purposive sampling. Hasil penelitian dengan menggunakan Uji T-Test paired diperoleh nilai *P Value* = 0,001 atau $<0,05$ dapat disimpulkan bahwa massage effleurage efektif untuk mengurangi afterpains pada ibu nifas di RSUD Cimaan Kabupaten Cianjur. Massage effleurage merupakan salah satu intervensi dalam menangani afterpains pada ibu yang baru melahirkan dan dapat dilakukan oleh bidan di pelayanan sebagai asuhan sayang ibu.

Kata Kunci : Afterpains, Postpartum, Massage Effleurage

ABSTRACT

Postpartum pain is pain experienced by women due to several factors, such as uterine contractions that try to return to its original size as before pregnancy, injury to the perineal area, scars from cesarean section and breast swelling due to the lactation process. Afterpains can have a significant impact on the mother's physical and psychological health such as hampered early mobilization, lactation, attachment bonding process, feelings of fatigue and anxiety. This study aims to determine the effectiveness of effleurage massage on afterpains in postpartum mothers at Cimaacan Regional Hospital, Cianjur Regency in 2025. This type of research is pre-experimental with a one group pretest-posttest design. Respondents were 30 postpartum mothers in March-April 2025 and were obtained using a purposive sampling technique. The results of the study using the paired T-Test obtained a P Value = 0.001 or <0.05 . It can be concluded that effleurage massage is effective in reducing afterpains in postpartum mothers at Cimaacan Regional Hospital, Cianjur Regency. Effleurage massage is one of the interventions in managing afterpains in new mothers and can be performed by midwives in services as maternal care.

Keywords: Affterpains, Postpartum, Massage Effleurage.

PENDAHULUAN

Post Partum atau periode pasca melahirkan merupakan masa transisi bagi ibu di mana terjadinya banyak perubahan baik secara fisik, psikologis, emosional, maupun sosial. Periode ini terjadi pada masa enam minggu sejak melahirkan bayi sampai organ-organ reproduksi kembali ke keadaan normal. Proses adaptasi fisiologis meliputi perubahan tanda-tanda vital, hematologi, sistem kardiovaskuler, perkemihan, pencernaan, sistem muskuloskeletal, sistem endokrin dan organ reproduksi (Wulandari, 2022).

Nifas adalah masa setelah melahirkan yang berlangsung hingga tubuh dan organ reproduksi wanita kembali ke kondisi sebelum hamil, umumnya pada masa ini banyak wanita mengalami keluhan. Keluhan tersebut antara lain perubahan hormon, vagina terasa gatal, perubahan emosional dan yang sering muncul yaitu nyeri (Tridiyawati, 2022).

Nyeri merupakan sensasi ketidaknyamanan yang sering dikeluhkan ibu post partum. Nyeri post partum dapat terjadi karena berbagai macam sebab, antara lain: kontraksi uterus selama periode

involusi uterus, pembengkakan payudara karena proses laktasi yang belum adekuat, perlukaan jalan lahir, dan perlukaan insisi bedah pada ibu post sectio caesarea (SC) (Rohmah. N. & Walid, S. 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) Tahun 2021, menyatakan bahwa jumlah ibu post partum sekitar 15 juta pertahun. Data menunjukkan bahwa sekitar 70-80% wanita mengalami nyeri setelah melahirkan normal dan sekitar 80-90% wanita mengalami nyeri postpartum setelah operasi section caesarea. Nyeri pada ibu postpartum biasanya terdapat pada nyeri punggung dibagian bawah (32%), kecemasan (9-24%), depresi (11-17%), dan nyeri perineum (11%). Nyeri ini diakibatkan oleh kontraksi uterus, luka perineum, luka sayatan. WHO juga menyebutkan prevalensi nyeri post partum di negara berkembang sekitar 70-90% (Silvia, 2024).

Data Kemenkes RI tahun 2020, menyebutkan prevalensi nyeri postpartum di Indonesia cukup tinggi yaitu sekitar 86,8%. Nyeri ini termasuk nyeri akut dan dapat berdampak signifikan pada perawatan ibu postpartum jika tidak

ditangani. Sekitar 75% ibu mengalami nyeri luka perineum setelah melahirkan secara pervaginam, dan 50-70% ibu mengalami nyeri *afterpains* setelah melahirkan. Sedangkan di Jawa Barat mencapai nyeri setelah persalinan sesar yaitu 15,5% dan persalinan normal 15,48% (Indriani, 2021).

Nyeri postpartum adalah nyeri yang dirasakan seperti kram menstruasi saat uterus berkontraksi setelah melahirkan. Penyebab nyeri postpartum diantaranya *afterbirth*, episiotomi, laserasi perineum, pembesaran (engorgement) payudara, *afterpains* dan insisi bedah pada pasien post SC. Nyeri bisa dirasakan pada berbagai macam tingkatan mulai dari nyeri ringan, sedang sampai berat (Rahandayani, 2022).

Nyeri pasca persalinan, khususnya *afterpains* (nyeri yang disebabkan oleh kontraksi rahim), dapat berdampak signifikan pada kesehatan fisik dan psikologis ibu, dampak tersebut meliputi terhambatnya mobilisasi dini, laktasi, proses bonding attachment, perasaan lelah dan kecemasan.

Pemerintah Indonesia berupaya mengurangi nyeri

persalinan melalui berbagai cara, seperti edukasi, terapi komplementer, dan pemanfaatan teknologi. Edukasi membantu ibu hamil memahami proses persalinan dan teknik relaksasi, sementara terapi komplementer seperti *massage effleurage* yang dapat mengurangi rasa sakit. Selain itu, pemerintah juga mendorong pemanfaatan teknologi dan layanan kesehatan yang lebih baik untuk meningkatkan kualitas pelayanan (Nova, 2022).

Massage effleurage pada ibu nifas memiliki banyak manfaat, antara lain membantu mengurangi rasa sakit (*afterpains*) akibat kontraksi uterus, meningkatkan relaksasi dan kenyamanan, serta merangsang produksi hormon endorfin yang membantu mengurangi nyeri. Pijat ini juga dapat meningkatkan sirkulasi darah dan menghangatkan otot perut, serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental (Physio, 2025).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri post partum adalah dengan *massage effleurage*. *Massage effleurage* adalah teknik pemijatan dengan gerakan usapan lembut, lambat, dan panjang menggunakan telapak tangan untuk memberikan efek

relaksasi dan membantu mengurangi nyeri pasca persalinan (Physio, 2025).

Massage effleurage adalah massage yang menggunakan telapak tangan yang memberikan tekanan lembut keatas permukaan tubuh dengan arah sirkulasi secara berulang. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah dan menghangatkan otot serta meningkatkan relaksasi fisik (Widayati, 2023).

Data hasil laporan rekam medik di RSUD Cimaan tercatat bahwa 47 ibu yang bersalin secara normal, dan 100 ibu yang bersalin secara sectio caesarea.

Penilaian nyeri merupakan hal yang penting untuk mengetahui intensitas dan menentukan terapi yang efektif. Penilaian intensitas nyeri sebaiknya harus dinilai sedini mungkin dan sangat diperlukan komunikasi yang baik dengan pasien. Penilaian intensitas nyeri dapat diukur menggunakan berbagai cara, salah satunya menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) berupa angka dimulai dari angka 0-10. NRS sangat mudah digunakan dan merupakan skala ukur yang sudah valid (Rachman, 2023).

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Masagge Effleurage Terhadap Afterpains Pada Ibu Nifas Di RSUD Cimaan Kabupaten Cianjur Periode Maret – April Tahun 2025”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian pre eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian “*One group pre test-post test*” hanya memberi perlakuan pada suatu kelompok tanpa ada kelompok pembandingan dan selanjutnya di observasi (Heni dkk, 2021).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum di RSUD Cimaan sebanyak 147 responden pada bulan Maret-April 2025. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu postpartum yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 30 orang. Kriteria yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu postpartum yang memiliki bayi hidup

dan bersedia menjadi responden, ibu yang mengeluh sakit dibagian bawah abdomen atau kram setelah persalinan pervaginam maupun sectio caesarea (SC). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah semua ibu post partum sectio caesarea < 6 jam, dan ibu post partum pervaginam < 2 jam, ibu yang tidak bersedia menjadi responden, ibu postpartum dengan komplikasi, dan status kesadaran dibawah composmentis.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel independent dalam penelitian ini adalah *massage effleurage* dan variabel dependent dalam penelitian ini adalah *afterpains* pada ibu postpartum. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan skala nyeri responden diukur dengan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage*.

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan parameter dari masing masing variabel.

Sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui efektivitas *massage effleurage* terhadap *afterpains* pada ibu post

partum.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel 1 Karakteristik Ibu Nifas

Usia	Pretest	
	F	%
Berisiko	22	73,4
Tidak Berisiko	8	26,6
Paritas	Posttest	
	F	%
Primipara	7	23,3
Multipara	18	60,0
Grande Multipara	5	16,7
Proses Persalinan	Pretest	
	F	%
Normal	20	66,7
SC	10	33,3

Berdasarkan tabel 1, dari 30 responden diketahui usia terbanyak pada kategori usia tidak berisiko (20-35) tahun yakni 22 orang (73,4%) dan usia berisiko (<20 & >35) tahun yakni 8 orang (26,6%).

Berdasarkan paritas terbanyak pada multipara yakni 18 orang (60%), primipara 7 orang (23,3%) dan grandemultipara yaitu 5 orang (16,7%).

Riwayat persalinan terbanyak dengan persalinan normal yakni 20 orang (66,7%) dan ibu dengan persalinan SC yakni 10 orang (33,3%).

Analisis Bivariat

Tabel 2

Skala Afterpains Sebelum dan Sesudah Dilakukan *Massage Effleurage*

Tingkatan Nyeri	Pretest	
	F	%
Nyeri Ringan	0	0
Nyeri Sedang	5	16,7
Nyeri Berat	25	83,3
Tingkatan Nyeri	Posttest	
	F	%
Nyeri Ringan	7	23,3
Nyeri Sedang	18	60,0
Nyeri Berat	5	16,7

Berdasarkan tabel 2, pengukuran skala nyeri dengan numeric rating scale diperoleh hasil dari 30 responden sebelum diberikan terapi *massage effleurage* terdapat 25 orang (83,3%) ibu nifas yang menyatakan nyeri berat, 5 orang (16,7%) yang menyatakan nyeri sedang, dan tidak ada respondeng dengan nyeri ringan 0 (0%).

Skala nyeri sesudah diberikan terapi *massage effleurage* diperoleh hasil 18 orang (60%) ibu nifas yang menyatakan nyeri sedang, 7 orang (23,3%) menyatakan nyeri ringan dan 5 orang (16,7%) yang menyatakan nyeri berat.

Tabel 3 T-Test Paired Sample Test

Variabel	Mean	N	SD	SE	P Value
Massage Effleurage (Pre)	7.9000	30	1.32222	.24140	0,001
Massage Effleurage (Post)	4.5000	30	1.63475	.29846	

Berdasarkan tabel 3, nilai mean sebelum dilakukan *Massage Effleurage* (Pre Test) adalah 7.9000 dengan standar deviasi 1.32222. Hasil penelitian dengan menggunakan Uji T-Test Paired Sample Test menghasilkan nilai *P Value* = 0,001 $\alpha < 0.05$ yang artinya ada pengurangan signifikan tingkat afterpains pada ibu nifas sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, dari 30 responden diketahui mayoritas usia ibu nifas pada kategori usia tidak berisiko (20-35) tahun yakni 22 orang (73,4%) dan usia berisiko (<20 & >35) tahun yakni 8 orang (26,6%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada pasien nyeri afterpains oleh (Afnijar, 2020) didapatkan bahwa responden yang berusia 25-30 tahun sebanyak 11 orang (50%) dan pada usia 31-34 tahun sebanyak 11 orang (50%). Rentang umur 20-34 tahun merupakan rentang wanita subur. Semakin bertambahnya usia maka sistem reproduksi akan mengalami penurunan fungsi.

Paritas terbanyak pada penelitian ini yaitu ibu multipara 18 orang (60%), primipara 7 orang (23,3%) dan grandemultipara 5 orang (16,7%). Sejalan dengan penelitian Wulandari (2022), responden paling banyak yaitu paritas multipara 8 responden (44,4%), sedangkan primipara sebanyak 6 responden (33,3%). Semakin tinggi paritas maka semakin tinggi pula tingkat nyeri afterpains yang dirasakan oleh ibu post partum. Ibu yang sering hamil, dan melahirkan dengan ukuran bayi

besar, bayi kembar, polihidramnion menyebabkan uterus teregang penuh, otot rahim menjadi kendur, dan lemah. sehingga membutuhkan usaha yang kuat untuk menimbulkan kontraksi, kontraksi akan semakin kuat untuk mengkompensasi kondisi otot dan pembuluh darah uterus. Nyeri (afterpains) membuat ibu post partum menjadi tidak nyaman, merupakan masalah serius yang harus segera ditangani oleh tenaga kesehatan (Didien Ika Setyarini, 2018).

Riwayat persalinan terbanyak dengan persalinan normal yakni 20 orang (66,7%) dan ibu dengan persalinan SC yakni 10 orang (33,3%). Nyeri (afetrpains) lebih banyak terjadi pada ibu dengan persalinan normal karena rahim berkontraksi sangat kuat untuk mengeluarkan janin dan plasenta sehingga involusi uteri juga menyebabkan nyeri yang lebih intens. Sedangkan ibu dengan persalinan sectio caesarea nyeri terfokus pada luka sayatan.

Hasil pengukuran nyeri (afetrpains) dengan numeric rating scale diperoleh hasil dari 30 responden sebelum diberikan terapi massage effleurage terdapat 25 orang (83,3%) ibu nifas yang

menyatakan nyeri berat, 5 orang (16,7%) yang menyatakan nyeri sedang, dan tidak ada respondeng dengan nyeri ringan 0 (0%). Sejalan dengan penelitian Agnesia tahun 2023. Mayoritas responden mengalami nyeri setelah melahirkan (*afterpains*) atau kram perut pasca persalinan, karena ini adalah hal yang umum dan wajar terjadi, nyeri ini disebabkan oleh kontraksi rahim untuk kembali ke ukuran semula setelah persalinan.

Nyeri sesudah diberikan terapi *massage effleurage* diperoleh hasil 18 orang (60%) ibu nifas yang menyatakan nyeri sedang, 7 orang (23,3%) menyatakan nyeri ringan dan 5 orang (16,7%) yang menyatakan nyeri berat. Menurut Physio (2025), *Massage effleurage* pada ibu nifas memiliki banyak manfaat, antara lain membantu mengurangi rasa sakit (*afterpains*) akibat kontraksi uterus, meningkatkan relaksasi dan kenyamanan, serta merangsang produksi hormon endorfin yang membantu mengurangi nyeri. Pijat ini juga dapat meningkatkan sirkulasi darah dan menghangatkan otot perut, serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental.

Hasil penelitian dengan menggunakan Uji T-Test Paired

Sample Test diperoleh nilai *p value* $0.001 \alpha < 0.05$ yang artinya ada pengurangan signifikan tingkat *affterpains* sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage* pada ibu nifas di RSUD Cimacan Kabupaten Cianjur tahun 2025.

Hal ini sesuai dengan teori Manurung (2022), yaitu *massage effleurage* adalah aplikator menggunakan telapak tangan dengan jari- jari tangan dengan pijatan ringan dan konstan yang menyebabkan keadaan rileks yang dipengaruhi oleh saraf otot, pernafasan, kardiovaskuler, dan kelenjar limfe secara menyeluruh.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat efektivitas *massage effleurage* terhadap *affterpains* pada ibu nifas dengan Uji T-Test Paired Sample Test diperoleh nilai *p value* $0.001 \alpha < 0.05$ dan berdasarkan hasil sesudah dilakukan *massage effleurage* didapatkan hasil Efektif sebanyak 25 responden (83,33%) yang artinya banyak ibu nifas yang nyeri nya berkurang setelah dilakukan *massage effleurage*.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan masukan dalam penelitian selanjutnya yang melakukan penelitian mengenai Gambaran *massage effleurage* terhadap nyeri *afterpains* pada ibu postpartum. Dan dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya dengan kriteria inklusi yang berbeda dan mampu dikembangkan menjadi hasil yang lebih baik lagi dengan metode penelitian yang berbeda.

Massage effleurage diharapkan dapat digunakan sebagai

terapi tambahan dalam melakukan tindakan asuhan kebidanan di pelayanan khususnya bagi ibu post partum yang mengalami nyeri setelah persalinan baik secara pervaginam maupun *sectio caesarea*. Selain itu terapi non-farmakologi ini menjadi salah satu asuhan sayang ibu yang dapat mendorong ibu nifas untuk lebih rileks dan siap menjalankan perannya sebagai ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprijal (2020). hubungan antara status gizi dan paritas dengan afterpains Diunduh pada tanggal 29 Maret 2025 pukul 13.40 WIB dari <http://repjurnagizidanparitasbidan.poltekkes-https://diskes.jabarprov.go.id/aset/unduh/Profil%20Kesehatan%20Jawa%20Barat%20Tahun%202020.pdf>
- Agnesia. (2023). Pengaruh massage effleurage terhadap nyeri afterpains. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(1), 17-22.
- Heni, S. E. A., Indrayani, T., I& Widowati, R. (2022). Pengaruh Pijat Laktasi terhadap Produksi ASI Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(2), 411-418.
- Ika Setyarini Didien. (2018). Pengaruh Candle Therapy Terhadap Tingkat Afterpains Ibu Post Partum, *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*. (Online), No. 7-13. (<https://widyagamahusada.ac.id>)
- Indriani, D. K. (2021). PROFIL KESEHATAN JAWA BARAT TAHUN 2020. Jl. Pasteur No 25 Bandung , Jawa Barat. Retrieved from
- Manurung, (2021). Literature rivew: Penerapan Massage Effleurage Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, <https://doi.org/10.48144/prosidin.g.vli.730>
- Nova. (2022). Definisi oprasional Prinsip-Prinsip Statistik Untuk Teknik Dan Sains. (L. Simarmata, Ed.) Indonesia: Penerbit Erlangga.
- Novia, A., & Jasmi, J. (2020). Faktor Fisik Dan Psikologis Ibu Bersalin Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Primipara. *Jurnal Kesehatan*, 13(3), 437. <https://doi.org/10.26630/jk.v13i3.2945>
- Physio, A. V. (2025). Asuhan Kebidanan Nifas. Demblaksari Baturetno Banguntapan Bantul, yogyakarta, indonesia: Pustaka Baru Press.

- Rohmah, S. W. (2020). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komplementer Pada Ibu Nifas. (T. M. Group, Ed.) Jl.Letjen Soepeno, Kebayoran Lama Jakarta Selatan, Indonesia: Mahakarya Citra Utama.
- Rahandayani, (2022). Buku Jobsheet dan Check List Skill Laboratorium Post Natal Care.Bojong Pekalongan, Jawa Tengah: PT. Nasya Expanding Management.
- Rachman, dkk, (2023). Metodologi Penelitian Kesehatan. Makasar: Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Silvia D. S. (2024). *World Health Organization*. Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia/Indonesian Health Scientific Journal, 4(1), 89-95.
- Tridiyawati, H. (2022). Buku Ajar Metodologi kesehatan. (A. H. Nadana, Ed.) Jl.Ki Agwng Gribig, Gang Kaserin, kota Malang, Indonesia: Ahlimedia press.
- Wulandari, Septi. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di RSUD Ajibarang Kabupaten Banyumas. Jurnal Seminar Nasional Penelitian.
- Widayati, S. (2023). *Pelatihan Mom and Baby Spa Treatment*. Bogor, Jawa Barat, Indonesia: AleankabutHoz.