



ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN POSTPARTUM DENGAN KETIDAKNYAMANAN PASCA PARTUM MELALUI PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE*: STUDI KASUS

Rani Asela Ramadani, Tri Nur Jayanti*, R. Nety Rustikayanti, Ingrid Dirgahayu

Universitas Bhakti Kencana, Jl. Soekarno-Hatta No.754, Cipadung Kidul, Panyileukan, Bandung, Jawa Barat 40614, Indonesi

*tri.nur@bku.ac.id

ABSTRAK

Ketidaknyamanan pasca partum merupakan masalah yang umum dialami ibu setelah persalinan spontan akibat kontraksi uterus selama proses involusi dan trauma jaringan perineum. Kondisi ini dapat mengganggu mobilisasi, istirahat, aktivitas sehari-hari, dan proses menyusui sehingga memerlukan penatalaksanaan yang tepat. Penelitian ini bertujuan menganalisis asuhan keperawatan pada pasien postpartum dengan ketidaknyamanan pasca partum melalui penerapan *effleurage massage* di Ruang Nifas RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat. Penelitian menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan pada satu pasien postpartum spontan. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik menggunakan pendekatan BUBBLE-HE, dan telaah dokumentasi rekam medis untuk mendapatkan informasi mengenai riwayat persalinan, hasil pemeriksaan, terapi yang diberikan, dan catatan perkembangan pasien. Intervensi berupa *effleurage massage* pada area abdomen dan punggung diberikan selama $\pm 15-20$ menit, kemudian skala nyeri dievaluasi menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Sebelum intervensi, pasien mengalami ketidaknyamanan pasca partum yang ditandai dengan keluhan nyeri skala 7 disertai gangguan kenyamanan dan keterbatasan mobilisasi. Setelah intervensi, skala nyeri menurun menjadi 4, pasien tampak lebih rileks, nyaman, serta mampu melakukan mobilisasi dan menyusui dengan lebih baik. Penerapan *effleurage massage* memberikan berbagai dampak positif pada ibu postpartum sehingga diharapkan intervensi keperawatan nonfarmakologis berbasis bukti ini dapat dipertimbangkan dalam penatalaksanaan ketidaknyamanan pasca partum.

Kata kunci: asuhan keperawatan; *effleurage massage*; ketidaknyamanan pasca partum; postpartum; studi kasus

ANALYSIS OF NURSING CARE IN A POSTPARTUM PATIENT WITH POSTPARTUM DISCOMFORT THROUGH THE IMPLEMENTATION OF *EFFLEURAGE MASSAGE*: A CASE STUDY

ABSTRACT

Postpartum discomfort is a common condition experienced by women following spontaneous vaginal delivery, primarily resulting from uterine contractions during the involution process and perineal tissue trauma. This condition may interfere with maternal mobility, rest, daily activities, and breastfeeding, highlighting the need for appropriate management. This study aimed to analyze nursing care for a postpartum patient experiencing postpartum discomfort through the implementation of effleurage massage in the Postpartum Ward of RSUD Welas Asih, West Java Province. A descriptive case study design with a nursing process approach was employed involving one postpartum patient. Data were collected through interviews, observations, physical examinations using the BUBBLE-HE approach, and medical record reviews. Effleurage massage was applied to the abdominal and back areas for 15–20 minutes, and pain intensity was assessed using the Numeric Rating Scale (NRS). Before the intervention, the patient reported a pain score of 7 with impaired comfort and limited mobility. After the intervention, the pain score decreased to 4, accompanied by improved comfort, mobility, and breastfeeding ability. These findings suggest that effleurage massage may serve as an evidence-based non-pharmacological nursing intervention for managing postpartum discomfort.

Keywords: case study; effleurage massage; nursing care; postpartum; postpartum discomfort

LATAR BELAKANG

Masa postpartum atau masa nifas merupakan periode transisi yang dimulai sejak lahirnya plasenta hingga enam minggu setelah persalinan. Periode ini merupakan fase penting dalam kehidupan seorang perempuan karena ditandai dengan proses pemulihan fisiologis, psikologis, dan sosial menuju kondisi sebelum kehamilan. Selama masa postpartum, tubuh ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis yang kompleks, meliputi involusi uterus, perubahan hormonal, penyembuhan jaringan jalan lahir, adaptasi fungsi laktasi, serta penyesuaian terhadap peran baru sebagai seorang ibu (Lopez-Gonzalez & Koppurapu, 2022). Meskipun sebagian besar perubahan tersebut merupakan proses fisiologis yang normal, masa postpartum juga menjadi periode yang rentan terhadap munculnya berbagai ketidaknyamanan dan komplikasi yang dapat memengaruhi kualitas hidup ibu maupun keberhasilan proses adaptasi pada masa nifas.

Salah satu masalah yang paling sering dialami ibu setelah persalinan spontan adalah ketidaknyamanan pasca partum (postpartum discomfort) yang ditandai dengan munculnya nyeri pada daerah abdomen maupun perineum (Brito, et al., 2021; Rs, et al., 2022). Ketidaknyamanan ini umumnya disebabkan oleh kontraksi uterus selama proses involusi, trauma jaringan lunak akibat peregangan jalan lahir, robekan perineum, maupun tindakan episiotomi yang dilakukan selama persalinan. Intensitas ketidaknyamanan biasanya paling tinggi dalam 24–72 jam pertama setelah persalinan dan dapat meningkat saat ibu menyusui akibat pelepasan hormon oksitosin yang merangsang kontraksi uterus (Brito, et al., 2021; Yang & Li, 2023). Selain faktor fisiologis, kelelahan selama proses persalinan, perubahan hormonal, dan respons emosional setelah melahirkan juga berkontribusi terhadap meningkatnya persepsi nyeri dan ketidaknyamanan pada ibu postpartum (Schwartz & Villa 2025).

Ketidaknyamanan pasca partum bukan hanya menjadi keluhan subjektif, tetapi juga merupakan masalah klinis yang memerlukan perhatian karena dapat memengaruhi proses pemulihan ibu secara menyeluruh. Nyeri yang tidak teratasi dengan baik dapat menyebabkan keterlambatan mobilisasi dini, gangguan kualitas tidur, penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, kesulitan dalam merawat bayi, serta menghambat proses menyusui (Brito, et al., 2021). Kondisi tersebut juga berpotensi meningkatkan stres, kecemasan, bahkan memperburuk kondisi psikologis ibu pada masa nifas (Priansiska & Aprina, 2024; Zhou, et al., 2025). Oleh karena itu, pengelolaan ketidaknyamanan pasca partum menjadi salah satu fokus utama dalam pelayanan keperawatan maternitas untuk mendukung proses pemulihan yang optimal.

Penatalaksanaan ketidaknyamanan pasca partum selama ini masih didominasi oleh penggunaan terapi farmakologis berupa analgesik. Meskipun efektif dalam mengurangi nyeri, penggunaan analgesik tidak terlepas dari berbagai keterbatasan, seperti pertimbangan keamanan pada ibu menyusui karena adanya kemungkinan transfer obat melalui air susu ibu (Wibowo & Brata, 2023). Selain itu, terapi farmakologis belum sepenuhnya mampu mengatasi aspek psikologis dan emosional yang turut memengaruhi persepsi nyeri pada ibu postpartum. Oleh karena itu, pendekatan nonfarmakologis semakin direkomendasikan sebagai terapi komplementer karena dinilai lebih aman, mudah diterapkan, ekonomis, serta dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat sebagai bagian dari intervensi keperawatan berbasis bukti.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang banyak diterapkan dalam praktik keperawatan maternitas adalah *effleurage massage*. Teknik ini merupakan metode pijatan menggunakan gerakan mengusap secara lembut, ritmis, dan berkesinambungan pada permukaan tubuh dengan tujuan meningkatkan relaksasi, memperlancar sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta meningkatkan kenyamanan pasien. Secara fisiologis, *effleurage massage* bekerja melalui aktivasi mekanisme gate control pada tingkat medula spinalis sehingga menghambat transmisi impuls nyeri

ke sistem saraf pusat. Selain itu, *effleurage massage* membantu mengurangi spasme otot, meningkatkan sirkulasi dan oksigenasi jaringan, serta merangsang pelepasan opioid endogen, seperti endorfin dan serotonin. Kombinasi mekanisme tersebut meningkatkan ambang nyeri sehingga persepsi nyeri berkurang dan memberikan efek analgetik pada pasien (Tirkaz & Akbaş, 2025). Kemudahan pelaksanaan, risiko yang minimal, serta tidak memerlukan peralatan khusus menjadikan *effleurage massage* sebagai salah satu intervensi mandiri yang berpotensi diterapkan secara luas dalam praktik keperawatan maternitas.

Berbagai penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa *effleurage massage* memberikan manfaat dalam mengurangi nyeri pada ibu postpartum. Jayanti dan Mayasari (2022) dalam literature reviewnya menyebutkan, *effleurage massage* dapat dijadikan intervensi dalam penanganan nyeri pada ibu postpartum. Manurung, dkk (2022) dalam penelitiannya pada 30 ibu postpartum didapatkan, terdapat penurunan skala dari rentang 3-8 sebelum intervensi menjadi 0-5 setelah diberikan *effleurage massage*. Beberapa penelitian eksperimen lainnya juga membuktikan efektivitas penurunan skala nyeri pada ibu postpartum (Wahyuni, dkk, 2025; Zuidah, 2023; Hadiningsih, 2022; Tasya & Indiarti, 2023). Berdasarkan temuan-temuan tersebut, *effleurage massage* berdasarkan *evidence based practice* dapat dimasukkan kedalam intervensi keperawatan sebagai penatalaksanaan ketidaknyamanan pasca partum.

Studi pendahuluan telah dilakukan di Ruang Nifas RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat dan didapatkan bahwa ketidaknyamanan pasca partum merupakan salah satu masalah yang paling sering dikeluhkan oleh ibu setelah persalinan spontan. Berdasarkan hasil observasi, petugas kesehatan di ruang nifas mengatasi masalah tersebut dengan anjuran relaksasi napas dan pemberian analgetik. Namun demikian, beberapa pasien masih melaporkan adanya nyeri dan ketidaknyamanan. Hal tersebut menunjukkan bahwa penatalaksanaan ketidaknyamanan pasca partum masih memerlukan optimalisasi. Salah satu alternatif yang dapat dilakukan adalah dengan menerapkan *effleurage massage* untuk memberikan efek relaksasi yang lebih optimal serta meningkatkan kenyamanan pasien sebagai bagian dari asuhan keperawatan yang komprehensif.

Berdasarkan fenomena klinis, hasil penelitian terdahulu, dan temuan studi pendahuluan tersebut, diperlukan kajian yang lebih mendalam mengenai penerapan *effleurage massage* dalam asuhan keperawatan pada pasien postpartum dengan ketidaknyamanan pasca partum. Analisis ini penting untuk memberikan gambaran mengenai implementasi proses keperawatan secara komprehensif dalam mengatasi ketidaknyamanan postpartum serta memperkaya penerapan intervensi keperawatan nonfarmakologis berbasis bukti di pelayanan maternitas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis asuhan keperawatan pada pasien postpartum dengan ketidaknyamanan pasca partum melalui penerapan *effleurage massage* di Ruang Nifas RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Penelitian dilakukan di Ruang Nifas RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat pada tanggal 6 Januari 2026. Subjek penelitian ini adalah Ny.A, multigravida, postpartum sponta, dan mengalami nyeri postpartum berdasarkan pengukuran Numeric Rating Scale (NRS). Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi langsung, pemeriksaan fisik, serta telaah dokumentasi rekam medis. Pengkajian dilakukan dengan pendekatan BUBBLE-HE, sedangkan intensitas nyeri diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dengan rentang skor 0–10. Pengukuran dilakukan sebelum dan setelah pemberian intervensi untuk mengevaluasi perubahan intensitas nyeri. Intervensi keperawatan diberikan berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) pada diagnosis keperawatan ketidaknyamanan pasca partum, yang dipadukan dengan penerapan *effleurage massage* sebagai terapi nonfarmakologis. Teknik *effleurage massage* dilakukan pada area abdomen dan punggung menggunakan gerakan mengusap secara lembut, ritmis, dan berkesinambungan dengan tekanan ringan selama ± 15 –20 menit sesuai prosedur operasional yang

disusun peneliti berdasarkan tinjauan literatur. Selama pelaksanaan intervensi, dilakukan observasi terhadap respons pasien, meliputi perubahan intensitas nyeri, ekspresi wajah, tingkat kenyamanan, kemampuan mobilisasi, serta respons selama menyusui.

Data dianalisis secara deskriptif dengan menguraikan hasil pengkajian, diagnosis keperawatan, implementasi intervensi, dan evaluasi berdasarkan pendekatan proses keperawatan. Efektivitas intervensi dievaluasi melalui perubahan skor nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) serta pencapaian luaran keperawatan mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Seluruh proses penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etik penelitian yang meliputi menghormati otonomi subjek (*respect for persons*), berbuat baik (*beneficence*), tidak merugikan (*non-maleficence*), dan keadilan (*justice*). Identitas pasien dijaga kerahasiaannya dengan menggunakan inisial pada seluruh proses pelaporan hasil penelitian.

HASIL

Subjek dalam penelitian ini adalah seorang ibu postpartum spontan berinisial Ny. A, berusia 31 tahun, dengan status obstetri P3A0, yang menjalani persalinan spontan aterm disertai augmentasi persalinan pada tanggal 6 Januari pukul 07.00 di ruang bersalin RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat. Pengkajian postpartum dilakukan setelah pasien dipindahkan ke ruang nifas. Pemeriksaan fisik menunjukkan keadaan umum baik dengan kesadaran compos mentis. Tanda-tanda vital berada dalam batas normal, yaitu tekanan darah 110/80 mmHg, frekuensi nadi 82 kali/menit, frekuensi napas 20 kali/menit, dan suhu tubuh 36,8°C. Hasil pemeriksaan fisik menggunakan pendekatan BUBBLE-HE menunjukkan bahwa Breast (B) atau payudara tampak simetris, tegang, puting menonjol, kolostrum mulai keluar, dan tidak ada lecet maupun bendungan, serta pasien sudah dapat menyusui bayinya. Pada pemeriksaan Uterus (U) didapatkan tinggi fundus uteri setinggi pusat dengan kontraksi uterus teraba keras yang menandakan proses involusi uterus berlangsung dengan baik. Pemeriksaan Bowel (B) menunjukkan fungsi gastrointestinal baik ditandai dengan bising usus dalam batas normal, tidak ada keluhan gangguan pencernaan, riwayat konstipasi disangkal. Pemeriksaan Bladder (B), pasien telah BAK sebanyak 6 kali sejak setelah persalinan tanpa keluhan dan tidak ada distensi kandung kemih. Pemeriksaan Lochia (L), pengeluaran lochea rubra berwarna merah segar dalam jumlah fisiologis tanpa bau abnormal, yang mengindikasikan tidak terdapat tanda-tanda infeksi ataupun perdarahan postpartum. Pada pemeriksaan Episiotomy (E), pasien mengalami laserasi perineum derajat I, tampak kondisi jahitan dalam kondisi baik, disertai kemerahan ringan tanpa edema, hematoma, ekimosis, maupun sekret berbau. Pasien mengeluhkan nyeri pada daerah luka jahitan dengan karakteristik nyeri perih, bersifat hilang timbul, meningkat saat beraktivitas, dan berkurang ketika beristirahat. Intensitas nyeri berdasarkan Numeric Rating Scale (NRS) adalah 7/10, yang termasuk kategori nyeri berat. Pada aspek Homan's sign (H) tidak ditemukan tanda-tanda trombosis vena dalam. Kedua ekstremitas tampak simetris, tidak terdapat edema maupun varises, serta hasil pemeriksaan Homan's sign negatif. Selanjutnya, pada aspek Emotional (E), pasien tampak mampu beradaptasi dengan peran barunya sebagai ibu, menunjukkan respons emosional yang baik, dan merasa senang atas kelahiran bayinya. Terapi yang diperoleh pasien terdiri dari Cefadroxil 2x500 mg per oral, Asam Mefenamat 3x500 mg per oral, Ask Vit B Comp 1x1 tab per oral, dan Asam Tranexamat 1x500 mg per IV.

Berdasarkan hasil pengkajian dan mengacu pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan involusi uterus dan trauma perineum ditandai dengan pasien mengeluh nyeri skala 7, tampak wajah meringis saat bergerak, uterus teraba keras, dan tampak luka episiotomi. Intervensi disusun oleh peneliti berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dan disesuaikan dengan kebutuhan pasien meliputi: 1) Observasi dengan mengkaji skala nyeri dan karakteristiknya, 2) Terapeutik dengan melakukan manajemen nyeri seperti relaksasi napas dalam dan menerapkan *effleurage massage*, 3) Edukasi dengan mengajarkan pasien dan keluarganya tentang teknik manajemen nyeri, dan 4) Kolaborasi dengan memberikan analgetik sesuai saran dokter.

Implementasi dilakukan sesuai intervensi yang telah disusun. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dari 7 menjadi 4, tampak pasien lebih rileks, mampu mengubah posisi tubuh dengan lebih nyaman, serta menyatakan nyeri tidak lagi terlalu mengganggu aktivitas menyusui dan mobilisasi ringan. Secara keseluruhan, luaran keperawatan menunjukkan adanya perbaikan pada indikator tingkat nyeri, kenyamanan fisik, dan kemampuan melakukan aktivitas setelah pemberian *effleurage massage* sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis.

PEMBAHASAN

Hasil pengkajian menunjukkan bahwa pasien mengalami nyeri pada daerah perineum dengan intensitas 7 berdasarkan Numeric Rating Scale (NRS). Nyeri dirasakan sejak setelah persalinan, bersifat perih, hilang timbul, meningkat saat bergerak maupun duduk, serta berkurang ketika beristirahat. Selain itu juga didapatkan adanya uterus teraba keras yang menandakan adanya proses pengembalian uterus ke ukuran semula/involusi uterus. Tanda gejala tersebut sesuai dengan indikator masalah ketidaknyamanan pasca partum (SDKI, 2017).

Ketidaknyamanan pasca partum merupakan masalah multidimensional yang tidak hanya disebabkan oleh satu penyebab melainkan kombinasi dari trauma perineum akibat persalinan pervaginam, kontraksi uterus selama involusi, nyeri muskuloskeletal, hingga ketidaknyamanan saat menyusui (Zhou, et al., 2025). Pada penelitian ini, pasien dilakukan episiotomi sehingga terjadi cedera jaringan yang memicu pelepasan mediator inflamasi, seperti prostaglandin, histamin, dan bradikinin. Pelepasan mediator tersebut mengaktifasi nosiseptor perifer yang kemudian menghantarkan impuls nyeri menuju sistem saraf pusat melalui serabut saraf A-delta dan C sehingga menimbulkan persepsi nyeri. Kontraksi uterus pada awal masa nifas turut meningkatkan intensitas nyeri. Ketidaknyamanan postpartum cenderung akan meningkat saat menyusui karena stimulasi puting memicu pelepasan oksitosin yang memperkuat kontraksi uterus selama proses involusi (Yorita, et al., 2023; Namboothiri, 2021). Meskipun secara verbal tidak dikeluhkan oleh pasien, namun respon fisiologis ini secara umum terjadi selama masa postpartum. Kompleksitas penyebab ketidaknyamanan pasca partum ini menunjukkan bahwa penatalaksanaan nyeri postpartum memerlukan pendekatan yang komprehensif.

Manajemen nyeri pada masalah ketidaknyamanan pasca partum memerlukan pendekatan multimodal yang mengkombinasikan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Pada penelitian ini, pasien mendapatkan terapi farmakologi berupa AsamMefenamat yang diberikan setiap 8 jam sesuai program terapi. Namun, ketika keluhan ketidaknyamanan masih muncul di luar jadwal pemberian analgesik, dosis obat tidak dapat ditingkatkan atau diberikan lebih awal karena harus tetap memperhatikan keamanan dan regimen terapi, sehingga intervensi nonfarmakologis seperti *effleurage massage* menjadi terapi komplementer yang berperan dalam membantu mengurangi ketidaknyamanan pasien.

Effleurage massage sebagai bagian dari intervensi keperawatan dalam penelitian ini dilakukan menggunakan gerakan mengusap secara perlahan, ritmis, dan berkesinambungan pada area abdomen dan punggung dengan tekanan ringan selama kurang lebih 15–20 menit. Selama tindakan berlangsung pasien tampak kooperatif, lebih rileks, dan mampu mengikuti prosedur tanpa mengalami ketidaknyamanan. Sebagai salah satu intervensi mandiri perawat, *effleurage massage* relatif mudah dilakukan, tidak memerlukan alat khusus, memiliki risiko yang minimal, dan dapat diterapkan pada pelayanan maternitas sebagai terapi komplementer terhadap terapi farmakologis.

Secara fisiologis, stimulasi sentuhan yang diberikan selama *effleurage massage* mengaktifasi serabut saraf A-beta yang berdiameter besar sehingga menghambat transmisi impuls nyeri yang dibawa oleh serabut A-delta dan C pada tingkat medula spinalis sesuai Gate Control Theory. Selain itu, pijatan ritmis merangsang pelepasan endorfin endogen yang berperan sebagai analgesik alami tubuh sehingga persepsi nyeri berkurang dan pasien merasa lebih nyaman (Tırkaz & Akbaş, 2025).

Setelah dilakukan implementasi *effleurage massage*, pasien melaporkan penurunan intensitas nyeri dari skala 7 menjadi skala 4 berdasarkan Numeric Rating Scale. Selain penurunan skor nyeri, pasien tampak lebih rileks, mampu mengubah posisi tubuh dengan lebih nyaman, serta menyatakan nyeri tidak lagi terlalu mengganggu aktivitas menyusui maupun mobilisasi ringan. Penurunan intensitas nyeri tersebut menunjukkan bahwa *effleurage massage* memberikan respons positif terhadap manajemen nyeri postpartum. Meskipun nyeri belum hilang sepenuhnya, perubahan kategori nyeri dari berat menjadi sedang menunjukkan adanya perbaikan luaran keperawatan pada indikator tingkat nyeri dan kenyamanan fisik.

Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian Sephira, dkk (2024) yang melaporkan bahwa pemberian *effleurage massage* secara signifikan meningkatkan kenyamanan ibu postpartum dan memperbaiki kemampuan melakukan mobilisasi dini. Aria (2025) pada penelitian eksperimennya terhadap 30 ibu postpartum juga menyatakan adanya penurunan afterpain secara signifikan dan merekomendasikan intervensi ini dilakukan sebagai asuhan sayang ibu. Didukung oleh Zuidah (2023) yang melaporkan penurunan tingkat nyeri dari 67% mengalami nyeri sedang menjadi 67% nyeri ringan setelah diberikan *effleurage massage* dan disimpulkan bahwa intervensi ini efektif menurunkan nyeri postpartum dan dapat meningkatkan kenyamanan ibu postpartum.

Penerapan *effleurage massage* pada kasus ini menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis dapat menjadi bagian dari asuhan keperawatan komprehensif pada ibu postpartum dengan nyeri akut. Intervensi ini dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat sebagai terapi pendamping pemberian analgesik sehingga mendukung pendekatan multimodal pain management yang saat ini direkomendasikan dalam pelayanan maternitas. Selain memberikan manfaat terhadap penurunan intensitas nyeri, *effleurage massage* juga berpotensi meningkatkan kenyamanan pasien, memperlancar mobilisasi dini, mendukung keberhasilan menyusui, serta meningkatkan kepuasan pasien terhadap pelayanan keperawatan. Oleh karena itu, teknik ini layak dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi rutin dalam pelayanan keperawatan di ruang nifas.

Namun demikian, hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena menggunakan desain studi kasus dengan satu pasien sehingga tidak dapat digeneralisasikan pada seluruh populasi ibu postpartum. Faktor-faktor lain seperti ambang nyeri individu, kondisi psikologis, dukungan keluarga, penggunaan analgesik, dan karakteristik persalinan juga dapat memengaruhi respons pasien terhadap intervensi. Penelitian selanjutnya dengan desain eksperimental dan jumlah sampel yang lebih besar diperlukan untuk memperkuat bukti mengenai efektivitas *effleurage massage* dalam menurunkan nyeri postpartum.

SIMPULAN

Penerapan asuhan keperawatan pada pasien postpartum spontan dengan masalah keperawatan ketidaknyamanan pasca partum melalui intervensi *effleurage massage* menunjukkan hasil yang positif dalam menurunkan intensitas nyeri postpartum. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa nyeri yang dialami pasien berkaitan dengan trauma jaringan akibat episiotomi dan proses fisiologis involusi uterus. Setelah dilakukan implementasi *effleurage massage* sebagai intervensi nonfarmakologis yang dikombinasikan dengan intervensi keperawatan sesuai Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), terjadi penurunan intensitas nyeri berdasarkan *Numeric Rating Scale (NRS)* dari skala 7 menjadi 4, disertai peningkatan kenyamanan, kemampuan mobilisasi, dan kemampuan pasien dalam melakukan aktivitas menyusui. Hal ini menunjukkan bahwa *effleurage massage* merupakan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan berpotensi menjadi terapi komplementer dalam manajemen nyeri postpartum.

DAFTAR PUSTAKA

- Aria, R. S. P. (2025). Efektivitas Massage Effleurage terhadap Afterpains Pada Ibu Nifas di RSUD Cimaan Kabupaten Cianjur Tahun 2025. *Jurnal Ilmiah Penelitian Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 34-45.
- Brito, A. P. A., Caldeira, C. F., & Salvetti, M. D. G. (2021). Prevalence, characteristics, and impact of pain during the postpartum period. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 55, e03691.
- Hadiningsih, E. F. (2022). The Impact Of Effleurage Massage On Postpartum Women In The Mother's Care Unit At SMC Hospital's Afterpains Pain. *Indonesian Journal of Wiyata Health Administration (IJWHA)*, 2(1), 33-38.
- Jayanti, N. D., & Mayasari, S. I. (2022). Asuhan komplementer tatalaksana afterpain pada ibu postpartum: Literature review. *Jurnal MID-Z (Midwivery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1), 22-28.
- Lopez-Gonzalez, D. M., & Kopparapu, A. K. (2022). Postpartum care of the new mother. In *StatPearls [Internet]*. StatPearls Publishing.
- Manurung, H. R., Sinaga, R., Marliani, M., Munthe, J., & Tobing, B. (2022). Penerapan Teknik Effleurage Massage Dalam Mengatasi Nyeri Afterpains Ibu Postpartum Di Puskesmas Negeri Lama Kecamatan Bilah Hilir Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2022. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 5, 1-10.
- Namboothiri, S. P. (2021). Afterpain: An overview. *Issues and Development in Health Research*, 2, 65-70.
- Priansiska, N., & Aprina, H. (2024). *Psikologi pada ibu nifas*. Penerbit Nem.
- Rs, S., D'lima, S. K., Shahanaz, Mateti, U. V., & Sonkusare, S. (2022). Assessment of pain and maternal complications after normal vaginal delivery. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 42(5), 989-993.
- Schwartz, E., & Villa, J. K. (2025). Navigating the Postpartum Period: Hormonal Changes and Essential. *Postpartum Period for Mother and Newborn*, 1.
- Sephira, A., Julianti, E., & Mareti, S. (2024). Penerapan Effleurage Massage Technique dalam mengatasi nyeri Ibu Post Partum. *OJS Journal of Health Matters (JoHM)*, 1(01), 31-39.
- Tasya, A., & Indarti, I. (2023). Pengaruh Effleurage Massage Terhadap After Pains Pada Ibu Postpartum Di Pmb Mamik Yulaikah Bululawang. *Journal of Nursing Care and Biomolecular*, 8(2).
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar diagnosis keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator diagnostik (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar intervensi keperawatan Indonesia: Definisi dan tindakan keperawatan (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). Standar luaran keperawatan Indonesia: Definisi dan kriteria hasil keperawatan (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tırkaz, E., & Akbaş, M. (2025). The Effect of Effleurage Massage On Labor Pain, Anxiety Level, and Duration of Labor: A Randomized Controlled Trial. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 78-88.
- Wahyuni, D. R., Azis, A., & Hayati, S. N. (2025). The Effect of Effleurage Massage Technique on Afterpains Pain In Multipara Pubber Women at BPM Devi Setiati Bekasi City 2024. *Oshada*, 2(1), 190-198.
- Wibowo, I. M. P., & Brata, C. (2023). Penggunaan Obat Pada Masa Kehamilan Dan Menyusui.
- Yang, J., & Li, X. (2023). A qualitative study on postpartum women experienced various pain throughout the perinatal period based on the Thrive Model. *Patient preference and adherence*, 3577-3587.
- Yorita, E., Anggraini, J. D., Yanniarti, S., Burhan, R., & Rina, R. (2023). Early Initiation of Breastfeeding Can Accelerate Uterine Involution in Postpartum Women. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 5(3), 1017-1025.

- Zhou, L., Li, J., Zhou, Y., Liang, Y., Ma, Q., Yang, L., ... & Guo, Y. (2025). Pain management for postpartum pain: a narrative review. *Journal of Pain Research*, 5617-5626.
- Zuidah, Z. (2023). The Influence Of Effleurage Massage Technique On Afterpains Pain In Multigravida Postpartum Women At Tanjung Selamat Kesmas Kec. Padang Tualang District. Levels in 2022. *Jurnal EduHealth*, 14(02), 788-793.