



**PENERAPAN TEKNIK *EFFLEURAGE MASSAGE* PADA IBU
POST PARTUM SPONTAN DENGAN HPP UNTUK
MENGURANGI NYERI *AFTERPAIN*
DI RSUD KOJA JAKARTA UTARA**

KARYA TULIS ILMIAH

Oleh:

TESSALONIKA MARCELIN PANGARIBUAN

2540059

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES RS HUSADA

JAKARTA

2026



**PENERAPAN TEKNIK *EFFLEURAGE MASSAGE* PADA IBU
POST PARTUM SPONTAN DENGAN HPP UNTUK
MENGURANGI NYERI *AFTERPAIN*
DI RSUD KOJA JAKARTA UTARA**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk
Memperoleh gelar Ners

Oleh:

TESSALONIKA MARCELIN PANGARIBUAN

2540059

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN NERS (TAHAP PROFESI)
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RS HUSADA
JAKARTA**

2026

LEMBAR ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir ini saya nyatakan dengan benar telah sesuai dengan kaidah – kaidah penulisan ilmiah. Bila dikemudian hari Karya Ilmiah Akhir ini diketahui fiktif dan atau hasil plagiat baik sebahagian atau keseluruhan, maka saya bersedia gelar Ners yang telah melekat pada diri saya dicabut oleh STIKes RS Husada dengan peraturan berlaku.

Nama : Tesselonika Marcelin Pangaribuan

NIM : 2540059

Tempat/Waktu : Jakarta, 22 Mei 2026

Tanda Tangan :



LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir dengan judul:

**PENERAPAN TEKNIK *EFFLEURAGE MASSAGE* PADA IBU
POST PARTUM SPONTAN DENGAN HPP UNTUK
MENGURANGI NYERI *AFTERPAIN*
DI RSUD KOJA JAKARTA UTARA**

Oleh:

**TESSALONIKA MARCELIN PANGARIBUAN
2540059**

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim penguji Karya Ilmiah Akhir

Program Studi Profesi Ners

STIKes RS Husada

Jakarta, 22 Mei 2026

Mengesahkan,

Penguji

: Ns. Ernawati, M.Kep., Sp.Kep.An
NIDN: 0302096504

1.

Pembimbing Utama

: Ns. Veronica Yeni Rahmawati, M.Kep.,
Sp.Kep.Mat
NIDN: 0324119801

2.

Pembimbing Pendamping : Ns. Jehan Puspasari, M.Kep
NIDN: 0311108803

3.

Ketua
Program Studi Profesi Ners

Ns. Nia Rosliany M.Kep.Sp.Kep.MB
NIDN: 0436071006

ABSTRAK

Nama : Tessalonika Marcelin

Pangaribuan Nim : 2540059

Judul: Penerapan *Effleurage Massage* Pada Ibu Postpartum Spontan Dengan HPP Untuk Mengurangi Nyeri Kontraksi Afterpain Di RSUD Koja Jakarta Utara

Latar Belakang: Nyeri kontraksi *afterpain* merupakan keluhan umum yang dialami ibu postpartum akibat proses involusi uterus setelah persalinan. Nyeri ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan, gangguan istirahat, keterbatasan aktivitas, serta menghambat proses menyusui dan perawatan bayi. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri postpartum yaitu teknik *effleurage massage*, yang dilakukan melalui pijatan ringan dan berirama untuk memberikan efek relaksasi dan menurunkan persepsi nyeri. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan teknik *effleurage massage* dalam menurunkan intensitas nyeri kontraksi *afterpain* pada ibu postpartum spontan dengan HPP. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan maternitas pada ibu postpartum spontan dengan HPP yang mengalami nyeri *afterpains*. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi dilakukan melalui penerapan teknik *effleurage massage* pada area abdomen pasien postpartum hari pertama. **Hasil:** Hasil penerapan menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri kontraksi uterus setelah dilakukan teknik *effleurage massage*. Pasien tampak lebih rileks, nyaman, dan mampu beristirahat dengan lebih baik setelah intervensi diberikan. Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS), skala nyeri pasien mengalami penurunan setelah tindakan dilakukan. **Kesimpulan:** Teknik *effleurage massage* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri kontraksi *afterpain* pada ibu postpartum spontan dengan HPP. Intervensi ini mudah dilakukan, aman, tidak menimbulkan efek samping, dan dapat diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan maternitas untuk meningkatkan kenyamanan ibu postpartum selama masa nifas.

Kata Kunci: *effleurage massage*, nyeri postpartum, *afterpains*, ibu postpartum, asuhan keperawatan.

ABSTRACT

Name : Tessalonika Marcelin Pangaribuan

Student ID Number : 2540059

Title : *Implementation of Effleurage Massage in Spontaneous Postpartum Mothers with HPP to Reduce Uterine Contraction Pain (Afterpains) in RSUD Koja North Jakarta*

Background: Uterine contraction pain (afterpains) is a common complaint experienced by postpartum mothers due to the uterine involution process after childbirth. This pain may cause discomfort, sleep disturbances, activity limitations, and may interfere with breastfeeding and infant care. One of the non-pharmacological interventions that can be used to reduce postpartum pain is the effleurage massage technique, which is performed through gentle and rhythmic massage movements to provide relaxation and reduce pain perception. **Objective:** This study aimed to determine the implementation of the effleurage massage technique in reducing the intensity of uterine contraction pain (afterpains) in spontaneous postpartum mothers with HPP. **Methods:** This study used a case study method with a maternity nursing care approach in spontaneous postpartum mothers with HPP who experienced uterine contraction pain (afterpains). Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the intervention. The intervention was carried out through the application of the effleurage massage technique on the abdominal area of first-day postpartum patients. **Results:** The results showed a decrease in the intensity of uterine contraction pain after the implementation of the effleurage massage technique. Patients appeared more relaxed, comfortable, and were able to rest better after the intervention was provided. Based on the measurement results using the Numeric Rating Scale (NRS), the patient's pain scale decreased after the intervention. **Conclusion:** The effleurage massage technique is effective in reducing uterine contraction pain (afterpains) in spontaneous postpartum mothers with HPP. This intervention is easy to perform, safe, does not cause side effects, and can be applied as part of maternity nursing care to improve the comfort of postpartum mothers during the puerperium periode.

Keywords: effleurage massage, postpartum pain, afterpains, postpartum mother, nursing care.

DAFTAR ISI

LEMBAR ORISINALITAS	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Teori	8
1. Konsep Post Partum	8
2. Konsep Nyeri pada Ibu Postpartum.....	16
3. Konsep <i>Effleurage massage</i>	19
4. Konsep Dasar Hemoragic Postpartum.....	23
5. Konsep Dasar Nyeri.....	27
B. Konsep Asuhan Keperawatan.....	33
1. Pengkajian	33
2. Riwayat Kesehatan	34
3. Diagnosis Keperawatan Yang Muncul.....	38
4. Intervensi Keperawatan	38
5. Implementasi Keperawatan	41
6. Evaluasi Keperawatan	42
C. Kerangka Konsep.....	43
D. Keaslian Penelitian Jurnal Pendukung.....	44
E. Konsep Dasar Masalah Ibu Postpartum Spontan Dengan HPP.....	46
1. Pengertian.....	46

2. Data Mayor dan Minor	47
3. Faktor Penyebab	47
4. Penatalaksanaan	48
BAB III TINJAUAN KASUS	49
A. Pengkajian	49
1. Identitas	49
2. Riwayat Keperawatan	49
3. Pemeriksaan Fisik	52
4. Pemeriksaan Penunjang.....	54
5. Penatalaksanaan	54
6. Resume	54
7. Data Fokus	55
B. Diagnosis Keperawatan	58
C. Perencanaan Keperawatan.....	59
D. Implementasi keperawatan	63
E. Evaluasi keperawatan.....	66
BAB IV PEMBAHASAN.....	69
A. Pengkajian	69
1. Masalah Keperawatan	70
2. Perencanaan keperawatan.....	72
3. Implementasi Keperawatan	73
4. Evaluasi keperawatan	75
BAB V PENUTUP.....	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	79
BIODATA PENULIS.....	84
LAMPIRAN.....	85

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa, karna atas berkat dan rahmat-nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan program Profesi Ners di STIKes RS Husada.

Penulis menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Ellynia, SE., MM, selaku Ketua STIKes RS Husada Jakarta yang telah mendukung penyelesaian Karya Tulis Ilmiah
2. Ibu Enni Juliani, M.Kep selaku Wakil Ketua I STIKes RS Husada.
3. Ibu Ns. Nia Rosliany, M.Kep.Sp.Kep.MB selaku Kaprodi Ners STIKes RS Husada.
4. Ibu Ns. Veronica Yeni Rahmawati, M.Kep., Sp.Kep.Mat, selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran serta motivasi untuk membimbing dan mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Ns. Ernawati, M.Kep., Sp. Kep. An selaku Dosen Penguji dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini yang telah memberikan arahan.
6. Ibu Ns. Jehan Puspasari, M.Kep selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran serta motivasi untuk membimbing dan mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Ibu Margaretha Eni S.Kep selaku Kepala Ruangan RPKK RSUD Koja yang telah memberikan izin praktik untuk saya menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini
8. Kepada cinta pertamaku serta panutanku, Bapak Guntur Manumpak Pangaribuan, SH, yang menjadi sosok bapak yang hebat serta sumber kekuatan bagi saya untuk terus melawan dunia yang teras. Kepada bapak tercinta yang terus memberi dukungan serta kasih sayang sehingga saya terus hidup dengan doa yang membawa saya sampai pada titik ini. Semoga bapak selalu diberikan

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas budi baik semua pihak yang sudah memberikan Do'a, dukungan, semangat dan bantuan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini. Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir ini masih jauh dari kata sempurna, tetapi penulis berharap Karya Ilmiah Akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca

Jakarta,

Penulis



Tesselonika Marcelin Pangaribuan

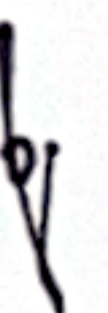
Lampiran 9. Lembar Bimbingan

Nama Pembimbing : Ns. Veronica Yeni Rahmawati , M.Kep., Sp.Kep. Mat
Nama Mahasiswa : Tessalonika Marcelin Pangaribuan
Judul : Penerapan Teknik *effleurage massage* pada ibu post partum spontan dalam mengurangi nyeri kontraksi uterus (*Afterpain*)

No	Tanggal	Konsultasi (saran/perbaikan)	Tanda Tangan
1.	25 April 2026	Pembuatan grup Whatsap anggota bimbingan dengan bu vero	
2.	27 April 2026	ACC Judul	
3.	30 April 2026	Bimbinban bab 1 • Tambahkan data dari negara maju • Perbaiki Rumusan Masalah • Tambahan data yang mendukung (EBP) • Data RS di Hapus aja • Paragraf terakhir di ubah karena bukan skripsi/ penelitian	
4.	4 Mei 2026 – 9 mei 2026	Pelaksanaan Dinas Tambahan Mencari data	
5.	11 Mei 2026	Bimbingan bab 1 sampai 3 H : - Cover : typo nama sendiri - Judul : ditambahkan	

		kontraksi uterus (Afterpain) - Lembar orisinalitas :perbaiki jaraknya - Lembar persetujuan: typo nama dosen - Lembar pengesahan: koordinator ganti ketua - Kata pengantar: perbaiki jaraknya, no 7 ns Ririn ganti Bu Margaretha eni, pembaca tambahkan titik - Rumusan masalah : tambahkan bagaimana asuhan keperawatan pada pasien post partum - Tujuan khusus: sesuaikan dengan rumusan masalah - Pathway tambahkan sumber - Fases pain :kata asing cetak miring - Diagnosis secara teori : tambahkan nyeri apa - Rencana tindakan : teknik apa nyeri non farmakologi tambahkan	
6.	13 Mei 2026		
7.	22 Mei 2026	Bimbingan Bab 4 dan 5 1. Melakukan penyesuaian margin dokumen agar sesuai dengan pedoman penulisan yang berlaku. 2. Merevisi judul dengan menghilangkan frasa "kontraksi uterus", sehingga judul menjadi "Nyeri Afterpain".	

8.	23 Juni 2026	3. Merevisi bagian latar belakang karena masih terdapat pembahasan yang tumpang tindih. Latar belakang perlu disusun kembali secara sistematis agar Seluruh dokumen (hal. 1– akhir). Cover dan ii 1-5 li alur pembahasan lebih runtut, tidak repetitif, dan mudah dipahami. 4. Menyesuaikan tata letak halaman sampul dengan menambah jarak antara logo institusi dan tulisan "PROGRAM STUDI PROFESI NERS SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RS HUSADA JAKARTA 2026", sehingga tampil lebih proporsional dan sesuai dengan pedoman penulisan. 1. Penulisan di abstrak spasi single 2. Bab 1 perbaiki margin atas 3 margin bawah 3 margin kanan 3 cm margin kiri 4 cm 3. Penulisan Effleurgae massage itu miring	
----	--------------	---	---

9.	1. Melakukan penyesuaian margin dokumen agar sesuai dengan pedoman penulisan yang berlaku. 2. Bagian perencanaan perlu direvisi dengan menambahkan intervensi sesuai kategori SIKI, yaitu observasi, terapeutik, edukasi, dan kolaborasi, agar perencanaan keperawatan lebih lengkap dan sesuai standar. 3. Merevisi bagian latar belakang karena masih terdapat pembahasan yang tumpang tindih. Latar belakang perlu disusun kembali secara sistematis agar alur pembahasan lebih runtut, tidak repetitif, dan mudah dipahami.	  
----	--	---