



## IMPLEMENTASI DEEP BACK MASSAGE TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI BPM PERA KOTA MEDAN TAHUN 2024

Basaria Manurung<sup>1</sup>, Isyos Sari Sembiring<sup>2</sup>, Nopalina Suyanti Damanik<sup>3</sup>, Parningotan Simanjuntak<sup>4</sup>, Emma Dosriamaya Noni Br Simanjuntak<sup>5</sup>, Perkasa Ginting<sup>6</sup>, Rismalia Tarigan<sup>7</sup>

<sup>1-6</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: [basariamanurung31@gmail.com](mailto:basariamanurung31@gmail.com) [sari.sembiring9@gmail.com](mailto:sari.sembiring9@gmail.com)  
[nopalinasuyanti@gmail.com](mailto:nopalinasuyanti@gmail.com)

Korespondensi penulis: [basariamanurung31@gmail.com](mailto:basariamanurung31@gmail.com)

**Abstrak** Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri), yang dapat hidup ke dunia luar, dari rahim melalui jalan lahir atau dengan jalan lain. Selama persalinan, rahim berkontraksi dan mendorong bayi ke bawah sampai ke leher rahim. Metode deep back massage memperlakukan pasien berbaring miring, kemudian bidan atau keluarga pasien menekan daerah sacrum secara mantap dengan telapak tangan, lepaskan dan tekan lagi, begitu seterusnya. Kegiatan ini dilaksanakan di Bidan Praktik Mandiri Pera Kota Medan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya pengaruh dalam implementasi Deep Back Massage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. Kesimpulannya, pelatihan ini berkontribusi dalam meningkatkan kualitas asuhan kebidanan dan keselamatan ibu serta bayi.

**Kata Kunci** : Deep Back Massage, Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktive, Ibu Bersalin

**Pendahuluan** Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri), yang dapat hidup ke dunia luar, dari rahim melalui jalan lahir atau dengan jalan lain. Selama persalinan, rahim berkontraksi dan mendorong bayi ke bawah sampai ke leher rahim. Dorongan ini membuka leher rahim. Setelah leher rahim mencapai pembukaan lengkap, kontraksi dan dorongan ibu akan menggerakkan si bayi ke bawah dan keluar beberapa hari. Berat dari kepala bayi ketika bergerak ke bawah saluran lahir juga menyebabkan tekanan. (Danuatmaja, 2019).

Proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari uterus melalui vagina ke dunia luar disebut juga persalinan. Proses ini dibagi menjadi empat kala, yaitu kala I, kala pembukaan

servik atau jalan lahir, dimana Servik membuka sampai terjadi pembukaan 10 cm. Kala II disebut kala Pengeluaran janin. Kala III disebut kala pelepasan dan pengeluaran plasenta. Kala IV observasi dini terhadap perdarahan post partum (Mochtar Rustam, 2020).

Nyeri persalinan mulai timbul pada tahap kala I yang berasal dari kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Dengan makin bertambahnya baik lama maupun frekuensi kontraksi uterus, nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat. Proses persalinan merupakan kejadian alamiah yang menyertai siklus hidup wanita untuk mengeluarkan hasil konsepsi (janin dan plasenta). Akan tetapi proses ini memberi makna yang berbeda-beda pada tiap individu dan menjadikan suatu pengalaman unik. Kondisi ini dikarenakan berbagai factor salah satunya adalah adanya nyeri persalinan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan bidan dalam melakukan Metode deep back massage dalam mengurangi Tingkat nyeri pada saat persalinan.

**Metode** Kegiatan ini dilaksanakan di BPM Pera Kota Medan pada 4 Desember 2024. Metode yang digunakan dalam Pengabdian kepada Masyarakat mengenai pimplementasi deep back massage dalam mengurangi Tingkat nyeri, melakukan simulasi klinis Latihan keterampilan dengan skenario kasus nyata melalui presentasi dan diskusi, lalu melakukan diskusi interaktif terkait evaluasi pemahaman peserta melalui sesi tanya jawab dan analisis kasus.

**Hasil dan Pembahasan** Pelatihan ini diikuti oleh empat orang bidan yang bertugas di BPM Pera Kota Medan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman dan keterampilan bidan dalam memberikan Asuhan khususnya pada ibu bersalin fase aktif dengan metode deep back massage untuk mengurangi Tingkat nyeri.

Selain itu, pelatihan ini memberikan dampak positif terhadap kepercayaan diri bidan dalam menangani persalinan agar berjalan dengan baik. Salah satu tantangan dalam praktik kebidanan adalah keterbatasan pengalaman klinis dalam menangani kasus-kasus kompleks. Dengan adanya simulasi berbasis skenario nyata, bidan dapat mengasah keterampilan mereka secara lebih komprehensif. Simulasi ini juga memungkinkan peserta untuk berlatih dalam lingkungan yang aman sebelum menghadapi situasi darurat sesungguhnya

dilapangan. Evaluasi lebih lanjut menunjukkan bahwa peserta yang awalnya kurang memahami manajemen kasus eklampsia dan distosia bahu mengalami peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan mereka setelah pelatihan. Para bidan melaporkan bahwa teknik komunikasi dalam tim medis juga meningkat setelah mengikuti pelatihan ini, yang menjadi aspek penting dalam keberhasilan manajemen kegawatdaruratan persalinan. Dengan demikian, pelatihan berbasis teori dan simulasi ini memberikan manfaat yang nyata bagi peningkatan kualitas pelayanan kebidanan di fasilitas kesehatan primer.



Gambar 1. Melakukan Pengabdian



implementasi metode deep back massage dalam mengurangi Tingkat nyeri pada ibu bersalin fase aktif di BPM Pera Kota Medan diharapkan bidan dapat menerapkan asuhan kebidanan yang lebih efektif sehingga dapat menurunkan angka komplikasi persalinan dan meningkatkan keselamatan ibu dan bayi. Pelaksanaan pelatihan ini juga menunjukkan bahwa metode berbasis simulasi dan teori mampu meningkatkan pemahaman bidan secara signifikan, serta membangun kepercayaan diri mereka dalam menangani kondisi darurat. Untuk memastikan kesinambungan peningkatan kualitas pelayanan kebidanan, diperlukan pelatihan serupa secara berkala, serta dukungan dari berbagai pihak, termasuk institusi pendidikan dan pemangku kebijakan Kesehatan serta kolaborasi antar tenaga Kesehatan.

**Ucapan Terima Kasih** Kami mengucapkan terima kasih kepada BPM Pera Kota Medan yang telah memberikan dukungan dalam penyelenggaraan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh peserta yang telah berpartisipasi dengan antusias..

## Daftar Pustaka

1. Avilia, Nurmalitasari. 2016. Pemberian teknik deep back massage terhadap penurunan nyeri pada asuhan keperawatan pada persalinan kala I fase 69 aktif di ruang bersalin puskesmas Sibella. Surakarta. STIKES Kusuma Husada
2. Data dan Informasi 2016. Profil Kesehatan Indonesia. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
3. Lestari, Indah & Noer Saudah. 2010. Pengaruh deep back massage terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dan kecepatan pembukaan pada ibu bersalin primigravida. Surabaya. Mander, Rosemary. 2004. Nyeri Persalinan. Jakarta, EGC.
4. Maryunani, Anik. 2010. Nyeri dalam Persalinan Teknik dan Cara Penanggulangannya. Jakarta, TIM.
5. Nursalam. 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis. Jakarta, Salemba Medika.
6. Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. PT RINEKA CIPTA.