

EFFLEURAGE MASSAGE UNTUK MENURUNKAN NYERI PERSALINAN DENGAN MEDIA VIDEO

Ayu Sagita Farham¹, Siska Ningtyas Prabasari²
Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta
Email: ayusagitafarham.students@aiska-university.ac.id

RINGKASAN

Latar Belakang : Nyeri persalinan merupakan hal fisiologis yang dialami oleh sebagian besar ibu bersalin, terutama pada kala 1 fase aktif, dan dapat menimbulkan ketegangan, kecemasan, serta kelelahan jika tidak ditangani secara tepat. Salah satu metode nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam mengurangi nyeri persalinan adalah teknik *effleurage massage*, yaitu pijatan ringan dan ritmis pada daerah punggung atau perut yang dapat merangsang system saraf untuk mengurangi persepsi nyeri. Namun, pengetahuan ibu dan tenaga kesehatan terhadap teknik ini masih terbatas, sehingga diperlukan media edukasi yang menarik dan mudah dipahami untuk meningkatkan pemahaman dalam menerapkan teknik ini. **Tujuan :** Menyusun media berupa video untuk menambah pengetahuan mengenai *Effleurage* massage untuk mengurangi nyeri persalinan **Metode:** metode luaran berupa media komunikasi informasi dan edukasi (KIE) berbasis Video animasi yang dibuat menggunakan aplikasi *canva* dan alat editing pendukung, dengan narasi perempuan berbahasa Indonesia, dilengkapi ilustrasi animasi gerak serta disesuaikan dengan prinsip edukasi visual yang komunikatif dan inofatif. **Hasil:** Media video berisi file 5 menit 23 detik dengan file berukuran 104 mb berjudul “*Effleurage massage* untuk menurunkan nyeri persalinan dengan media video” yang berisi informasi mengenai manfaat *effleurage massage* dalam mengurangi nyeri persalina. Isi video memuat judul video, isi materi yang dibahas dan referensi yang digunakan. **Kesimpulan :** Media edukasi video tentang *effleurage massage* efektif digunakan sebagai alat bantu edukatif dalam menurunkan nyeri persalinan secara non-farmakologis. Melalui penggunaan video ini, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan keterampilan tenaga kesehatan dalam menerapkan teknik *effleurage massage* secara tepat, sehingga menciptakan pengalaman persalinan yang lebih nyaman, aman, dan minim trauma.

Kata Kunci : Nyeri persalinan, *Effleurage massage*, Media video