

**Karakteristik *counter pressure massage* pada Ibu bersalin kala I fase aktif untuk mengurangi nyeri persalinan di RSUD.Cimacan Kabupaten Cianjur Tahun 2022**

Lena Sri Diniyati  
Akademi Kebidanan Al-Ikhlas Cisarua, Bogor  
[Lenasridiniyati@gmail.com](mailto:Lenasridiniyati@gmail.com)

**ABSTRAK**

Nyeri persalinan dapat memunculkan kecemasan pada ibu bersalin dan mengganggu kenyamanan pada saat persalinan. Manajemen nyeri kontraksi persalinan yang dapat dilakukan antara lain dengan metode Counterpressure massage. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektifitas counter pressure massage terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I. Jenis penelitian ini dengan eksperimental dengan pendekatan kuantitatif. Pelaksanaan penelitian pada periode mei-juni 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin berjumlah 24 orang. Jumlah sampel yang memenuhi inklusi sebanyak 24 orang, dan penelitian ini menggunakan *accidental sampling*. Variable dependent yaitu counterpressure massage dan variable independent yaitu psikologis, usia, paritas, pendamping persalinan dan tingkat pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tehnik counterpressure massage lebih efektif untuk menurunkan tingkat nyeri pada ibu bersalin fase aktif yang ditunjukkan dengan skala penilaian nyeri menggunakan numerik (Numerik Rating Scale atau NRS) hasil 2 responden (8,3%) mengalami nyeri berat dan 7 responden (29,1%) dengan nyeri sedang dan 3 responden (12,5%) mengalami nyeri ringan. Tehnik counterpressure massage suatu alternatif yang baik yang perlu direkomendasikan untuk menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif.

**Kata kunci : Nyeri, psikologis, usia, paritas, pendamping persalinan dan tingkat pendidikan**

## PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) lahir spontan dengan presentasi belakang kepala tanpa komplikasi pada ibu dan janin. Persalinan merupakan Persalinan merupakan kejadian fisiologis yang normal. Kelahiran seorang bayi menjadi peristiwa sosial bagi ibu dan keluarga nantikan selama 9 bulan (Rilyani dkk, 2017). Saat melahirkan, ibu merasakan nyeri yang dapat mengganggu kenyamanan pada saat terjadinya kontraksi, serta dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan menimbulkannya komplikasi saat proses persalinan (Rahayu dkk, 2018).

Rasa nyeri pada persalinan disebabkan karena kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan peningkatan aktifitas system saraf simpatis, perubahan tekanan darah dan denyut jantung, pernafasan dan warna kulit. Apabila hal ini tidak segera tertangani akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut dan stress. Kemajuan persalinan dipengaruhi oleh passanger, passage, position, dan psycology.

Persepsi ibu terhadap rasa nyeri persalinan dapat mempengaruhi kondisi psikologis ibu yang akhirnya dapat berdampak pada persalinan (Sujiyatini, 2016).

Derajat nyeri persalinan merupakan yang tertinggi diantara nyeri lainnya, secara medis nyeri persalinan mempunyai kategori sifat kuat dan panas. Nyeri dalam persalinan bisa menjadi salah satu factor yang menjadikan ibu menganggap bahwa melahirkan adalah suatu peristiwa yang menakutkan. Penyebab nyeri persalinan ada beberapa factor, diantaranya factor eksternal dan internal. Factor eksternal terdiri dari budaya, lingkungan, dan tindakan medis. Factor internal terdiri dari kecemasan, ketakutan, ketegangan, kelelahan, usia, dan Pendidikan. Nyeri pada persalinan merupakan manifestasi dari kontraksi uterus, sehingga menyebabkan terjadinya rasa nyeri di daerah pinggul, perut, kemudian meluas ke daerah paha. Hal tersebut dapat menjadikan seorang ibu mempunyai pengalaman melahirkan yang buruk atau tidak baik, dan mendapati trauma, yang bisa menyebabkan postpartum blues (Yulianingsih, 2019).

Penanganan nyeri dalam persalinan merupakan hal utama yang harus diperhatikan oleh pemberi asuhan. Penanganan nyeri dalam persalinan merupakan hal utama yang harus diperhatikan oleh pemberi asuhan. kesehatan saat memberikan pertolongan persalinan. Penolong persalinan dan ibu bersalin seringkali melupakan untuk menerapkan teknik pengontrolan nyeri pinggang persalinan pada kala I sehingga ibu mengalami kesakitan hebat. Hal ini akan menyebabkan ibu bersalin memiliki pengalaman persalinan yang buruk, mengalami trauma persalinan yang berkepanjangan dan bahkan secara tidak langsung dapat menyebabkan post partum blues. Maka sangat penting bagi seorang penolong persalinan untuk memenuhi kebutuhan ibu akan rasa nyaman saat persalinan. Salah satu dari kebutuhan tersebut adalah pengontrolan nyeri pinggang persalinan yang paling tepat dan efektif baginya dan membutuhkan dukungan untuk menerapkan teknik tersebut pada saat proses persalinan.

Upaya dalam mengatasi nyeri persalinan dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non

farmakologi. Terdapat beberapa contoh metode non farmakologi untuk mengatasi nyeri, yakni tehnik imajinasi, perubahan posisi, effleurage, abdominal lifting, terapi musik, hipnoterapi, akupresur, aroma terapi, akupuntur, serta counter pressure massage. Pijatan (massase) menjadi salah satu intervensi non-famakologis yang dapat memberikan dukungan emosional dan penghilang rasa nyeri (World Health Organization, 2019).

Counter pressure massage adalah Teknik pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan secara terus menerus dengan menggunakan kepalan salah satu telapak tangan pada tulang sacrum ibu bersalin. Tekanan yang diberikan oleh counterpressure massage ini dapat memblokir pesan nyeri yang akan ditransmisi ke otak, selain itu tekanan kuat pada teknik ini dapat mengaktifkan senyawa endhoprin yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang otak, sehingga transmisi pesan nyeri dapat dihambat dan menimbulkan penurunan intensitas nyeri. Murray et.al dalam Rejeki (2014) melaporkan kejadian nyeri pada 2.700 ibu bersalin, 15%

mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif serta menggunakan desain pendekatan survey dengan cara memberikan kuesioner pada responden. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di RSUD Cimacan. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah ibu bersalin yang ada di RSUD cimacan sebesar 24 responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah Ibu yang tidak mendapat intervensi obstetric seperti induksi persalinan. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah Ibu yang mendapat intervensi obstetric seperti induksi persalinan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik accidental sampling. Variabel dependent dalam penelitian ini adalah Nyeri persalinan pada kala I variabel independent dalam penelitian ini Counter Pressure Massage. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner

dengan uji statistic menggunakan uji T-Test Dependent.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang berjudul tentang “ Efektivitas Counter Pressure Massage pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Di RSUD Cimacan Tahun 2022”. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Cimacan dengan responden pada penelitian berjumlah 24 orang.

**Tabel 1**  
**Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan penurunan nyeri sebelum dilakukan *counterpressure massage***

No	Intensitas Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Nyeri Ringan	0	0
2.	Nyeri Sedang	2	16,6
3.	Nyeri Berat	10	83,3
	Total	12	100

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 12 responden terdapat nyeri sedang 2 responden (16,6%) dan nyeri berat 10 responden (83,3%).

**Tabel 2**  
**Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan penurunan nyeri sesudah dilakukan *counterpressure massage***

No	Intensitas Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Nyeri Ringan	2	16,6
2.	Nyeri Sedang	9	75
3.	Nyeri Berat	1	8,3
	Total	12	100

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 2 menunjukan hasil bahwa dari 12 responden terdapat 2 responden (16,6%) yang merasakan nyeri ringan, 9 responden (75%) merasakan nyeri sedang dan 1 responden (8,3%) merasakan nyeri berat.

Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa penelitian. Salah satunya Endah Yulianingsih pada tahun 2019, menunjukan tingkat nyeri sebelum dilakukan tindakan *counterpressure massage* dengan nyeri berat terdapat 50% dan setelah dilakukan tindakan *counterpressure massage* dengan tingkat nyeri sedang terdapat 45%. Ada pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif dengan  $p$  value  $0,000 < \alpha 0.05$ .

Penelitian yang lain yang sesuai adalah penelitian yang dilakukan oleh M. Satria (2018), dengan hasil didapatkan nilai  $p = 0,000$  dan

diketahui  $= 0,05$ , hal ini menunjukkan nilai  $p$  lebih kecil dari nilai atau  $p < .$  Sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dengan arti ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat punggung teknik *counterpressure* terhadap pengurangan rasa nyeri ibu bersalin kala I fase aktif di Klinik Bidan Elviana.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Atun Raudotul Ma'rifah dan Surtiningsih. Menunjukkan bahwa skala nyeri persalinan yang dialami responden adalah nilai rata-rata nyeri pada ibu melahirkan sebelum diberikan tehnik *counterpressure* adalah 9,45 dengan nilai nyeri terendah adalah 9 dan tertinggi adalah 10. Sedangkan nilai rata-rata nyeri pada ibu melahirkan setelah diberikan tehnik *counterpressure* adalah 7,09 dengan nilai nyeri terendah adalah 6 dan tertinggi adalah 9.

Dari hasil analisis data di atas disimpulkan bahwa ada penurunan nyeri setelah dilakukan *Counter Pressure Massage* pada kala I di RSUD Cimacan, Data penelitian menunjukkan dari 12 responden penelitian terdapat 11 responden

yang mengalami penurunan skala nyeri.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa pada penelitian sebelum dilakukan *counter pressure massage* sebanyak 2 responden atau (16,6%) merasakan nyeri sedang dan 10 responden atau (83,3%) merasakan nyeri berat. Dan diketahui hasil pada penelitian sesudah dilakukan *counter pressure massage* terhadap penurunan nyeri kala I persalinan pada ibu bersalin yaitu sebanyak 2 responden atau (16,6%) merasakan nyeri ringan, 9 responden atau (75%) merasakan nyeri sedang dan 1 responden atau (8,3%) merasakan nyeri berat.

## **SARAN**

### **1. Bagi Ibu**

Bagi ibu diharapkan ibu dapat mengatasi nyeri persalinan dengan tenang dan nyaman dengan dilakukan *counter pressure massage* terhadap penurunan nyeri kala I persalinan dan ibu dapat mempersiapkan

persalinan agar nyeri saat persalinan tidak terlalu berat.

### **2. Bagi tenaga kesehatan**

Bagi tenaga kesehatan khususnya yang memberikan metode *counter pressure massage* disarankan untuk melakukan pendekatan tidak hanya dengan ibu melainkan dengan lingkungan sekitar seperti suami dan keluarganya serta pendekatan kepada ibu yang baik agar saat melakukan *counter pressure massage* untuk nyeri kala I persalinan menghasilkan penurunan nyeri dan ibu merasa nyaman.

### **3. Bagi peneliti selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan dengan cara menambah jumlah sampel dan disarankan untuk menambah faktor-faktor yang mempengaruhi penurunan nyeri kala I pada ibu bersalin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo. 2013. *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan: Konsep dan Aplikasi Manajemen Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Aryanti & Ningsih, S. A. 2019. Hubungan Pemberi Counterpressure Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan pada Kala I Fase Aktif di BPM Lismarini Palembang. 8 (2) (2), 33-40.
- Arum Meirany. 2018. *Pengaturan Lingkungan Persalinan Sebagai Upaya Peningkatan Kenyamanan dan Kepuasan Persalinan*. Jawa Tengah: Unissula Press.
- Danuatmaja, B. d. M. 2014. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Puspa Swara.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Cianjur. 2020.
- Farida. S. & Sulistiyani. A. 2019. Metode Counterpressure Sebagai Upaya Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. Smiknas. 217-222.
- Farihah. 2014. Pengaruh Pendamping Persalinan dan Paritas Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Normal.
- Fauziah, S. 2017. *Keperawatan Maternitas Volume 2: Persalinan (Edisi Pertama)*. Jakarta: Prenada Media.
- Isrowiyatun Daiyah. 2020. Keefektifan Counter Pressure Massage terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan di Puskesmas Rawat Inap Langgam Kabupaten Pelalawan. Embrio, 12(1), 1-9.
- Marmi. 2016. *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Masturoh, Imas dan Nauri Anggita T. 2018. *Meteorologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Kemenkes RI.
- M. A. R Kb. Hasnah Muaningsih. 2019. "Literatur review": Tinjauan Tentang Keefektifan Terapi Non Farmakologi terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I "Journal of Islamic Nursiny 3 (2) :45.
- Pasongli, S., Rantung, M., & Pesak, E. 2014. Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado. Jurnal Ilmiah Bidan, 2(2), 92216.

Rahayu. Sri. 2017. Asuhan Kebidanan Fisiologis. Jakarta: Trans Info Media.

Satria. M. 2018. Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Counter Pressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Klinik Bidan Elviana Tahun 2017. Menara Ilmu 12(5).

<http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/786/699>.

Walyani, Elisabeth Siwi. 2015. Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir. Surakarta: Oase.

Yulianingsih,E., Porouw, H. S., & Loleh, S. 2019. Teknik Massage Counterpressure terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD. Dr.M. M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. Gaster, 17(2), 231. <https://jurnal.aiska.university.ac.id/index.php/gaster/article/download/374/231> (Diakses pada 28 April 2022)