

Penerapan Counter Pressure untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I di Klinik Rahayu Ungaran

Tya Lestari¹, Ari Andayani²

¹ Universitas Ngudi Waluyo, Program Studi S1 Kebidanan,

² Universitas Ngudi Waluyo, Program Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi,
Email Korespondensi: tyalestari607@gmail.com, arianday83@yahoo.co.id

ABSTRAK

Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang dapat menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti ketokolamin dan steroid. Nyeri dapat dikurangi dengan teknik farmakologi dan teknik nonfarmakologi. Teknik farmakologi dengan menggunakan obat analgesik, sedangkan teknik nonfarmakologik adalah pengendalian nyeri dengan menggunakan teknik counterpressure yang mengurangi sensasi nyeri dengan menghambat rasa sakit dari sumbernya. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas Counter Pressure Massage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Klinik Rahayu Ungaran. Penelitian ini menggunakan metode penelitian preeksperimen dengan rancangan penelitian one group pretest posttest. Sampel diambil menggunakan teknik accidental sampling, yaitu sebanyak 20 ibu bersalin. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar SOP (Standar Operasional Prosedur). Hasil penelitian ini menggunakan uji *Marginal Homogeneity Test* menunjukkan nilai nilai Asymp. Sig. (2-tailed) diperoleh 0.000. Berdasarkan kriteria pengujian statistik: Jika nilai Signifikan > 0.05 maka terdapat perbedaan atau H_0 diterima. Jadi $0.000 > 0.05$ berarti dalam hal ini terdapat perbedaan sebelum dan saat dilakukan teknik counter pressure atau H_0 diterima. Ada pengaruh Counter Pressure Massage terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Rahayu Ungaran. Diharapkan ibu bersalin peneliti yang akan datang untuk melakukan Counter Pressure Massage sehingga dapat dijadikan metode pengurangan rasa nyeri yang efektif.

Kata Kunci : Counter Pressure, Nyeri Persalinan

ABSTRACT

Pain during labor increases maternal anxiety which can increase the risk of prolonged labor and high rates of secsio caesaria because this is the determining point of whether a mother can undergo a vaginal delivery or end with an action due to complications caused by severe pain. It is very important for the delivery helpers to meet the mother's need for their security and comfort. This study was conducted to find out the effectiveness of Counter Pressure Massage Against Decreased Labor Pain During I Active Phase at Rahayu Ungaran Clinic. This research uses preeperiment research method with the design of one group pretest posttest research. Samples were taken using accidental sampling techniques, namely as many as 20 maternity mothers. The instruments used in this study are SOP sheets (Standard Operating Procedures). The results of this study using Marginal Homogeneity Test showed the value of Asymp value. Sig. (2-tailed) acquired 0.000. Based on statistical test criteria: If a Significant value > 0.05

then there is a difference or H_0 is accepted. So $0.000 > 0.05$ means in this case there is a difference before and when counter pressure technique or H_0 is accepted. There is an effect of Counter Pressure Massage on the reduction of labor pain during the I active phase at Rahayu Ungaran Clinic. It is expected that future researchers will carry out a Counter Pressure Massage for mothers so that they can be used as a method of effective pain reduction.

Keywords : Counter Pressure Massage, First Active Phase, Labor Pain

PENDAHULUAN

Melahirkan merupakan proses keluar atau lahirnya janin melalui alat kelamin untuk bertahan hidup di luar kandungan. Prosesnya bisa dikatakan normal saat janin dilahirkan ada pada posisi kepala terletak di belakang saat berada di vagina dan berlangsung tidak menggunakan alat/pertolongan, tidak melukai alat kelamin ibu maupun janin yang keluar. Proses umum normalnya persalinan biasanya kurang dari 24 jam (Jenny, 2013).

Nyeri saat bersalin merupakan kondisi fisiologis. Nyeri persalinan mulai muncul selama masa inkubasi pertama dan berlanjut hingga fase aktif. Pada kehamilan pertama persalinan bisa berjalan selama 20 jam, dan pada kehamilan berulang selama 14 jam. Nyeri saat persalinan di faktori oleh kontraksi rahim dan pengembangan/pelebaranleher rahim. Semakin kuat rasa sakitnya, semakin lama akan mengalami puncak rasa sakit selama fase aktif berlangsung (Wagio dan Putrono, 2016).

Counter pressure merupakan jenis pijatan yang menggunakan kepalan tangan untuk terus memberikan tekanan pada tulang belakang pasien selama proses kontraksi. Message counterpressure juga bisa diberikan dengan gerakan lurus atau melingkar pada punggung

bawah. Teknik counter pressure dapat menghilangkan nyeri pinggang saat kontraksi saat bersalin (Danuatmaja, B.d.M, 2014).

Banyak sekali ditemukan metode-metode penanganan nyeri tanpa menggunakan obat yang sekarang berkembang berdasarkan hasil dari sebuah penelitian. Pijatan menjadi salah satunya, dan pijatan juga banyak macamnya salah satunya merupakan terapi counter pressure yaitu metode yang bisa menghilangkan /menurunkan nyeri dalam bersalin. Penelitian ini sama halnya yang dilakukan oleh Pasongli et al tahun 2014. Hasil penelitiannya adalah sebelum dilakukannya terapi counter pressure nyeri ada pada skor 6 di skala (9-10). Saat dilakukan terapi counter pressure nyeri menjadi turun berada di skala 3 – 6 berjumlah 13 orang atau 86,7%. Jadi, teknik counter pressure ini efektif mengurangi tingkatan nyeri persalinan kala I fase aktif ibu bersalin yang normal di rumah sakit advent manado. Counter pressure dapat mengatasi nyeri yang hebat serta dapat meningkatkan hormon bahagia untuk melewati rasa nyeri saat kontraksi berlangsung atau diantara kontraksi. Dengan melakukan tehnik counter pressure ini dapat mengaktifkan hormon bahagia sehingga nyeri akan terhambat dengan tertutupnya pintu nyeri menuju ke medula spinalis dan otak, serta tekanan yang kuat dan

dapat mengurangi tingkat nyeri dalam persalinan (Pasongli, et al, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 31 Oktober 2020 pada 4 orang responden, 2 orang pada ibu yang sudah melahirkan di Klinik Rahayu Ungaran, dari hasil wawancara didapatkan hasil pada ibu primipara mengalami nyeri yang hebat ketika akan melahirkan dan sudah diberikan terapi counter pressure pada saat akan bersalin dengan menggosok-gosokkan tangan ke bagian pinggang yang nyeri namun masih terasa nyeri dan pada ibu yang multipara mengaku tidak terlalu merasa nyeri saat akan bersalin dan saat di berikan terapi dengan menggosok-gosokkan tangan ke bagian pinggang yang nyeri. Hal ini biasanya di pengaruhi oleh faktor yang mempengaruhi respon terhadap nyeri pada pengalamam persalinan yang lalu (Judha, 2019). Dan 2 orang responden belum melahirkan merupakan ibu yang primipara mengaku mengalami nyeri yang luar biasa dari awal pembukaan, karena tidak tahan terhadap nyeri yang di alaminya.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas terapi

Counter Pressure terhadap nyeri saat bersalin di Klinik Rahayu Ungaran tahun 2020.

Metode

Penelitian di dalam skripsi menggunakan metode penelitian pre-eksperimen dengan rancangan penelitian pada grup sebelum dan sesudah. Rancangan penelitian tidak adanya kelompok kontrol, namun penelitian dilakukan penilaian pretest dan postestnya saja.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu yang bersalin di Klinik Rahayu Ungaran sebanyak 28 orang pada bulan November 2020. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik accidental sampling. Teknik pengumpulan datanya menggunakan data primer secara langsung didapat melalui responden dengan sampel 20 orang dan data sekunder dari rekam medik. Instrumen penelitian menggunakan SOP. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi dan *Marginal Homogeneity Test*.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Distribusi Frekuensi terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dilakukan Counter Pressure Massage di klinik Rahayu Ungaran tahun 2020

No	Intensitas Nyeri Persalinan	Frekuensi	
		N	%
1.	0	0	0
2.	1-3	0	0
3.	4-6	4	20.0
4.	7-10	16	80.0
Total		20	100%

Tabel 1 dapat diketahui intensitas nyeri persalinan sebelum dilakukannya teknik Counter Pressure terhadap responden berada

pada skala 7-9 (Nyeri Berat) berjumlah 16 orang dengan persentasi (80.0%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi terhadap Intensitas Nyeri persalinan Sesudah dilakukannya teknik Counter Pressure di Klinik Rahayu Ungaran tahun 2020

No	Intensitas Nyeri Persalinan	Frekuensi	
		N	%
1.	0	0	0
2.	1-3	0	0
3.	4-6	4	20.0
4.	7-10	16	80.0
Total		20	100%

Tabel 2 dapat diketahui tingkat nyeri terhadap persalinan saat di beri terapi counter pressure narasumber berada di skala nyeri 1-3 (Nyeri Ringan) berjumlah 14 narasumber dengan persentasi (70.0%). Dari sebelum dilakukannya counter pressure yang mencapai intensitas nyeri berat hingga mencapai skala 7-9 berjumlah 16 orang dengan persentasi (80.0%). Dalam hal ini terjadi penurunan nyeri

saat dilakukannya counter pressure sebanyak 14 orang dengan persentase (70.0%). Faktor yang mempengaruhinya adalah teknik dari counter pressure. Teknik counter pressure menjadi solusi untuk mengurangi nyeri pada persalinan kala I. Perinsipnya mengurangi ketegangan ibu sehingga merasa nyaman dalam menghadapi persalinan (Judha, dkk 2017).

Tabel 3 Hasil Marginal Homogeneity Test sebelum dan saat dilakukannya teknik counterpressure di Klinik Rahayu Ungaran tahun 2020

	Sebelum counter pressure & saat counterpressure
Distinct Values	4
Off-Diagonal Cases	20
Observed MH Statistic	76.000
Mean MH Statistic	60.000
Std. Deviation of MH Statistic	3.742
Std. MH Statistic	4.276
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Tabel 3 dapat diketahui bahwa hasil analisis *marginal homogeneity test* nilai **Asymp. Sig. (2-tailed)** diperoleh 0.000. Berdasarkan kriteria pengujian statistik: Jika nilai > 0.05 maka H_0 diterima. Jadi $0.000 > 0.05$ berarti dalam hal ini H_0 diterima. Oleh

karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara teknik counter pressure dengan intensitas nyeri persalinan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan teknik counter pressure ternyata mengalami penurunan nilai nyeri yang dialami

oleh responden. Intervensi saat counter pressure tingkatan nyeri pada responden menurun dari nyeri berat menjadi nyeri ringan. Hal ini disebabkan karena responden merasa cemas dan takut saat terjadinya fase laten hingga fase aktif. Nyeri dan tingkat kecemasan yang dirasakan responden baik sebelum maupun setelah bersalin tentu tidak sama antara responden satu dengan lainnya. Teori ini sama hal dengan teori Judha 2012, nyeri saat persalinan adalah kontraksi yang fisiologis dengan tingkat nyeri yang berbeda-beda pada masing-masing di setiap orangnya. Nyeri saat akan melahirkan adalah nyeri yang fisiologis, nyeri terjadi karena kontraksi rahim, penipisan leher rahim, dilatasi dan penurunan janin menjadikan pengalaman yang subjektif tentang sensasi fisik yang dialami. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Seri Pasongli, et al., yang berjudul penelitian Efektifitas Terapi Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di Rumah Sakit Advent Manado. Nyeri persalinan sebelum dilakukan counter pressure berada pada nyeri yang berat yaitu pada skala 9 hingga 10 (100%). Dan sesudah diberikannya terapi counter pressure nyerinya mengalami penurunan yaitu berada di skala 3 hingga 6 yang berjumlah 13 responden (86,7%). Dan Analisis datanya menunjukkan signifikansi $< 5\%$ ($p = 0,000 < 0,05$).

Nyeri merupakan hal yang sangat tidak nyaman yang artikan dalam berbagai perspektif. Ibu yang mengalami rasa nyeri saat persalinan tentunya berbeda-beda. Setiap ibu yang akan bersalin pasti berusaha semaksimal mungkin untuk

mengatasi nyeri yang dialaminya dengan melakukan bermacam-macam kegiatan dan kebiasaannya. Dengan menggunakan metode nonfarmakolgi bisa menjadi salah satu caranya untuk mengatasi rasa nyeri tersebut (Baston, 2011).

Nyeri merupakan hal lumrah saat proses persalinan. Namun jika tidak cepat teratasi maka dapat menyebabkan masalah yang baru yaitu terjadi peningkatan kecemasan atau khawatir yang berlebihan karena kurangnya pengetahuan ibu saat akan bersalin, yang membuat produksi hormon adrenalinya menjadi meningkat dan menimbulkan vasokonstriksi yang akan menyebabkan aliran darah dari ibu ke janin menjadi menurun (Uliyah dan Azis, 2015, p. 122-123).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian teknik *counter pressure* pada nyeri pada persalinan kala I terhadap ibu yang bersalin di Klinik Rahayu dapat mengurangi nyeri dalam persalinan, hal ini dibuktikan berdasarkan adanya penurunan hasil setelah dilakukannya teknik *counter pressure* atau *posttest*. Artinya pemberian teknik counter pressure adalah metode yang paling efektif untuk menurunkan/mengurangi nyeri pada ibu yang menjalani proses persalinan.

Analisis uji *Marginal Homogeneity Test* pada nilai **Asymp. Sig. (2-tailed)** diperoleh 0.000. Berdasarkan kriteria pengujian statistik: Jika nilai > 0.05 maka H_0 diterima. Jadi $0.000 > 0.05$ berarti dalam hal ini H_0 diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara teknik counter pressure dengan intensitas nyeri persalinan

Simpulan dan Saran

Intensitas nyeri sebelum dilakukannya Counter Pressure sebagian besar dalam kategori nyeri yang berat berada pada skala (7-9) sebanyak 16 orang. Intensitas nyeri sesudah dilakukan Counter Pressure sebagian besar dalam kategori nyeri ringan berada pada skala (1-3) sebanyak 14 orang. Ada pengaruh dan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan teknik Counter Pressure terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil atau nilai P Value = 0,000 < 0,05 atau H₀ diterima. Diharapkan kepada tenaga kesehatan dapat mengaplikasikan Counter Pressure sebagai metode yang dapat menurunkan dan mengurangi tingkat nyeri dalam persalinan kala I, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sebuah referensi kepustakaan untuk menambah wawasan dan bisa menunjang penelitian yang akan datang.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada Ketua Yayasan Ngudi Waluyo, yang telah memberikan dukungan kepada kami, Bapak Rektor Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan dukungan kepada kami, Ibu Dekan Fakultas Kesehatan, Kaprodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Program Profesi yang telah memberikan arahan dan dukungan kepada kami.

Daftar Pustaka

Aprilia, Y. d. (2011). *Birth Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: Gramedia.

Danuatmaja, B. d. M. (2014). *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Pustaka Swara.

Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang. 2019. *Profil Kesehatan*. Kabupaten Semarang.

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. 2019. *Profil Kesehatan Jawa Tengah*. Jawa Tengah.

Erni Juniartati dan Melyana Nurul Widyawati. 2018. *Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*. JURNAL KEBIDANAN Vol. 8 No. 2 October 2018 p- ISSN.2089-7669 e-ISSN. 2621-2870.

Hadriani, Eka P.2018. *Pengaruh Masase Counterpressure Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di Bpm Setia*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 9 Nomor 2 (2018) 62-66. ISSN (P) 2088-3536 ISSN (E) 2528-3375.

Hidayat, Asri dan Sujiyatini. 2010. *Asuhan Kebidanan Persalinan*. Nuha Medika. Yogyakarta.

Jenny J.S. Sondakh, M.Clin.Mid.2013. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Malang : Erlangga.

Kemenkes, RI. (2015). *Kesehatan Dalam Kerangka Sustainable Development Goals (Sdgs)*. Indonesia: Jakarta.

- (<http://infid.org> diakses pada 22 april 2017 pukul 16.00 WIB).
- Kemenkes, RI. 2015. *Pelayanan Kesehatan Keluarga*. Indonesia: Jakarta. (<http://profilkesehatanindonesia.go.id> diakses pada 22 april 2017 pukul 14.00 WIB).
- Kemenkes, RI. 2015. *Profil Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. Indonesia: Jakarta. (<http://profilkesehatanindonesia.go.id> diakses pada 22 april 2017 pukul 15.00 WIB).
- Mohamad Judha, dkk. 2017. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Mutmainnah, Annisa Ui dkk. 2017. *Asuhan Persalinan Normal Dan Bayi Baru Lahir*. Ed.I. ANDI : Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____ (2013). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Pasongli, S., dkk. (2014). Efektivitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di Rumah Sakit Advent Manado. *Jurnal Ilmiah Bidan* Volume 2, No. 2 ISSN: 2339-173
- Rahayu widaryanti dan Herlina Riska. 2019. *Terapi Komplementer Pelayanan Kebidanan Berdasarkan Bukti Scientific dan Empiris*. Deepublish: Yogyakarta.
- Rukiah, dkk, 2013. *Asuhan Kebidanan Kehamilan dan Persalinan*. Nutha Medika: Yogyakarta.
- Rukiyah, Ai Yeyeh dkk. 2011. *Asuhan Kebidanan II (Persalinaan)*. Trans Info Media : Jakarta Timur.
- Seri Pasongli , Maria Rantung , dkk. 2014. *Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado*. *Jurnal Ilmiah Bidan* ISSN : 2339-1731.
- Sukarni K, Icesmi dan Margareth ZH. 2013. *Kehamilan, Persalinan, dan Nifas*. Nuha Medika : Yogyakarta.
- _____ 2013. *Persalinan, dan nifas dilengkapi dengan patologi*. Nutha Medika: Yogyakarta.
- Sulistyswati, Ari. 2010. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Salemba Medika: Jakarta.
- _____ 2015. *Asuhan kebidanan Persalinan*. Salemba Medika: Jakarta.
- Wagio dan Pranoto.2016. *Asuhan Keperawatan Antenatal, Intranatal dan Bayi Baru Lahir Fisiologid dan Patologis*. Ed,I.Yogyakarta: ANDI OFFSET.

Walyani dan purwoastuti. 2015.
*Asuhan Kebidanan
Persalinan Dan Bayi Baru
Lahir*. Pustaka Baru:
Yogyakarta.

World Health Statistics, 2017.
*Monitoring health for the
SDG's*. (<http://who.int>,
diakses 01 maret 2017 pukul
13.00 WIB).

Yulizawati, dkk. 2019. *Asuhan
Kebidanan Pada Persalinan*.
Indomedia Pustaka: Sidoarjo.