

**PENERAPAN TEKNIK MASSAGE COUNTER PRESSURE TERHADAP
PENGURANGAN NYERI PERSALINAN KALA I
PALEMBANG 2021**

Oleh

Weni Apriyani¹, Shindy Lianti²

Dosen DIII Program Diploma III Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : weniapriyani@yahoo.co.id

Mahasiswa DIII Program Diploma III Keperawatan Akper Kesdam II/ Sriwijaya

Email : shindyshn@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Persalinan adalah suatu proses alamiah yang akan dihadapi oleh setiap ibu hamil, di mana terjadi pengeluaran hasil konsepsi berupa bayi dan plasenta dari rahim ibu. Tulang pubis menerima tekanan kuat dari rahim, hal inilah yang menyebabkan nyeri pada persalinan. Intervensi non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan diantaranya menggunakan teknik *Massage Counter Pressure* dengan pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan yang terus- menerus pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepala salah satu telapak tangan.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran penerapan dan menganalisis hasil penelitian tentang penerapan teknik *Massage Counter Pressure* terhadap pengurangan nyeri persalinan Kala I.

Metode : Pencarian artikel dilakukan di Google Scholar, dengan katakunci Ibu bersalin dengan Kala I, *Massage Counter Pressure* dan Nyeri Persalinan dengan rentang waktu 5 tahun terakhir yaitu 2016-2021 dan mendapat 5 artikel yang cocok, relevan dan ter-update. **Design Penelitian** ini adalah penelitian naratif dengan menggunakan studi literatur yang menggambarkan penerapan teknik *Massage Counter Pressure* untuk mengurangi nyeri persalinan Kala I.

Hasil Penelitian ini adalah *Massage Counter Pressure* dapat dikategorikan sebagai intervensi yang aman dan efektif karena *massage* merangsang tubuh untuk melepas senyawa endorpin yang membuat perasaan nyaman.

Kesimpulan pada penelitian ini adalah *Massage Counter Pressure* efektif untuk mengurangi nyeri persalinan Kala I.

Kata Kunci : Ibu bersalin dengan Kala I, *Massage Counter Pressure* dan Nyeri Persalinan

ABSTRACT

Background : *Childbirth is a natural process that will be faced by every pregnant woman, where there is expulsion of the products of conception in the form of a baby and placenta from the mother's womb. The pubic bone receives strong pressure from the uterus, this is what causes pain in labor. Non-pharmacological interventions to reduce labor pain include using the Massage Counter Pressure technique with massage carried out by applying continuous pressure on the patient's sacrum bone with the base or fist of one hand.*

The purpose of this study was to obtain an overview of the application and analyze the results of research on the application of the *Massage Counter Pressure* technique to the reduction of labor pain in the first stage.

Methods: *Article search was conducted on Google Scholar, with the keywords Mother giving birth with the first stage, Massage Counter Pressure and labor pain with spanning the last 5 years, namely 2016-2021 and getting 5 articles that are suitable, relevant and updated.*

Design This research is a narrative study using a literature study that describes the application of the *Massage Counter Pressure* technique to reduce labor pain in the first stage.

The results of this study are that *Massage Counter Pressure* can be categorized as a safe and effective intervention because *massage* stimulates the body to release endorphins that make the body feel good. comfortable.

The conclusion in this study is that *massage counter pressure* is effective for reducing labor pain in the first stage.

Keywords: *Mothers giving birth with the first stage, massage counter pressure and labor pain*

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Persalinan adalah suatu proses alamiah yang akan dihadapi oleh setiap ibu hamil, di mana terjadi pengeluaran hasil konsepsi berupa bayi dan plasenta dari rahim ibu. Tulang pubis menerima tekanan kuat dari rahim, hal inilah yang menyebabkan nyeri pada persalinan. Pada saat terjadi kontraksi, maka mulut rahim akan melebar sehingga mendorong bayi keluar. (Detiana dalam Erni Juniartati, 2018).

Kontraksi rahim akan menimbulkan rasa nyeri bagi ibu yang mengalami proses persalinan. Sensasi nyeri yang dirasakan ibu

hamil akan berbeda kadarnya, ada yang benar benar merasakan sakit yang luar biasa, namun juga banyak merasa nyeri yang tidak terlalu lama. Tentunya hal ini banyak faktor penyebabnya. dimulai dari pengalaman melahirkan, ukuran dan berat bayi, dukungan suami dan keluarga, pengalaman, teknik melahirkan, bahkan dari penolong medis mulai dari dokter atau bidan itu sendiri (Okta Dwienda dalam Erni Juniartati, 2018).

Nyeri merupakan bagian integral dari persalinan dan melahirkan yang normal terjadi disebabkan oleh faktor fisiologis dan psikis. Faktor fisiologis yang dimaksud adalah kontraksi, gerakan otot yang menimbulkan rasa nyeri karena saat kontraksi otot. Otot rahim memanjang dan kemudian memendek, servik juga akan melunak, menipis dan mendatar kemudian tertarik, saat itulah kepala janin menekan mulut rahim dan membukanya, jadi kontraksi merupakan upaya membuka jalan lahir. Faktor psikologis yang dimaksud adalah rasa takut dan cemas berlebihan yang akan mempengaruhi rasa nyeri ini, setiap ibu mempunyai persepsi yang berbeda tentang nyeri persalinan dan melahirkan (Fraser & Copper dalam Suyani, dkk. 2016).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2016, sebanyak 585.000 perempuan meninggal saat hamil atau persalinan. Sebanyak 99% kematian ibu akibat masalah persalinan atau kelahiran terjadi di negara-negara berkembang. Rasio kematian ibu di negara-negara berkembang merupakan tertinggi dengan 450 kematian ibu per 10.000 kelahiran bayi hidup jika

dibandingkan dengan rasio kematian ibu di 9 negara maju dan 51 negara persemakmuran (Kemenkes, 2017).

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu. Secara umum terjadi penurunan kematian ibu selama periode 1991-2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. Angka Kematian Ibu di Indonesia masih tinggi dibandingkan dengan negara negara ASEAN. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2016 sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Jumlah kematian ibu menurut provinsi tahun 2018-2019 terdapat penurunan dari 4.226 menjadi 4.221 kematian ibu di Indonesia. Pada tahun 2019 penyebab kematian ibu terbanyak adalah perdarahan (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus), dan infeksi (207 kasus) (Kemenkes RI, 2019).

Jumlah kematian ibu tahun 2018 di Kota Palembang berdasarkan laporan sebanyak 4 orang dari 26.837 kelahiran hidup (Profil Pelayanan Kesehatan Dasar, 2018). Penyebab Kematian Ibu adalah perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, gangguan sistem peredaran darah dan lain-lain. Sedangkan target RPJMD adalah 100/100.000 kelahiran hidup (Dinkes Kota Palembang, 2019).

Nyeri persalinan merupakan hal yang fisiologis dan timbul sebagai akibat refleksi fisik dan psikis ibu. Ketegangan emosi akibat rasa cemas akan memperburuk persepsi yang dirasakan oleh ibu saat melahirkan. Nyeri yang timbul saat persalinan, memerlukan manajemen pengelolaan nyeri yang tepat. Kejadian nyeri pada ibu bersalin pada 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat (Rejeki, 2014). 67% ibu merasa khawatir terhadap nyeri, saat ini 20% hingga 50% persalinan di rumah sakit swasta di Indonesia dilakukan dengan operasi *sectio caesarea* untuk menghindari rasa nyeri saat melahirkan normal (Halimatussakdiah, 2017).

Penyebab nyeri persalinan pada Kala I berasal dari dilatasi serviks, dimana sumber nyeri yang utama, peregangan segmen uterus bawah, tekanan pada struktur-struktur yang berdekatan, hipoksia pada sel-sel uterus selama kontraksi. Area nyeri meliputi dinding abdomen bawah dan area-area pada bagian lumbal bawah dan sakrum atas (Maryunani dalam Astria Budiarti 2018).

Banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri pada saat persalinan, cara tersebut antara lain tindakan farmakologis dan non farmakologis. Tindakan farmakologis hampir semua mempunyai efek samping pada ibu dan janin. Maka, tindakan non farmakologi menjadi pilihan yang aman bagi ibu dan janin. Intervensi nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan diantaranya dengan cara distraksi, berdoa, relaksasi, imajinasi terpimpin, musik, dan stimulasi kutaneus. Stimulasi kutaneus adalah stimulasi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri dengan menggunakan teknik massage/pijatan yang dilakukan 3-10 menit untuk menghilangkan nyeri, bekerja dengan cara mendorong pelepasan endorphine sehingga memblok transmisi stimulus nyeri (Danuatmaja, 2014).

Pada umumnya teknik pemijatan yang dilakukan dalam persalinan menggunakan metode non farmakologis yaitu *Massage Counter Pressure* yang relatif efektif dalam membantu mengurangi nyeri pada persalinan dan relatif aman karena tidak ada efek samping yang ditimbulkan.

Massage Counter Pressure adalah pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan yang terus-menerus pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepala salah satu telapak tangan. Pijatan *Counter Pressure* dapat diberikan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil. Teknik ini efektif mengurangi nyeri pada persalinan kala I dan akan memberikan rasa nyaman pada ibu. Tekanan yang diberikan tergantung pada intensitas nyeri yang dialami oleh ibu saat persalinan. Dengan pemberian

Massage Counter Pressure dapat mengurangi nyeri yang akan dihantarkan menuju medullaspinalis otak, selain itu tekanan kuat pada teknik ini dapat mengaktifkan senyawa endorphine yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan status penurunan intensitas nyeri (Danuatmaja, 2014).

Berdasarkan uraian tersebut maka penulis tertarik mengadakan penelitian Studi Literatur dengan judul “Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I”.

1.2. Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Memperoleh gambaran Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I.

1.3.2 Tujuan Khusus

Secara khusus tujuan penelitian ini adalah :

1. Mengidentifikasi penelitian atau artikel tentang Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I.
2. Untuk Menganalisis hasil penelitian tentang Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I.
3. Untuk Dirumuskannya rekomendasi hasil penelitian tentang Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1 Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Bagi Rumah Sakit, hasil penelitian ini sebagai dasar pengembangan standar/pedoman Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala 1.
2. Pedoman kerja bagi perawat dalam melaksanakan implementasi Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala 1.

1.3.2 Secara Keilmuan Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Menambah wawasan ilmu dan teknologi terapan di bidang keperawatan untuk meningkatkan pengetahuan perawat mengenai cara mengatasi nyeri dengan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala 1
2. Data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian yang mengembangkan metode Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala 1

1.3.3 Bagi Lembaga Pendidikan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Hasil Studi Literatur ini dapat dipergunakan sebagai bahan bacaan dalam pengembangan penelitian selanjutnya serta menambah wawasan dan pengetahuan yang diharapkan dapat meningkatkan mutu pendidikan

2. METODE PENELITIAN

Studi literatur merupakan design penelitian dengan menggunakan sumber literatur yang berbentuk buku, artikel ilmiah khususnya yang terpublikasi yang merupakan hasil penelitian atau artikel tersebut selanjutnya di gunakan sebagai data untuk menggambarkan suatu masalah atau topik penelitian. Penuangan desain penelitian studi

literatur dapat di tuangkan sebagai penelitian naratif studi literatur atau deskriptif studi literatur dari hasil penerapan teknik *massage counter pressure* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil Penelitian

Hasil penelitian studi literatur ini disajikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel/ hasil penelitian yang relevan dan aktual dengan topik/ masalah mengenai penerapan teknik *Massage Counter Pressure* terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I.

Artikel 1 : Astria Budiarti (2018), yang berjudul Pengaruh Terapi *Massage Counter Pressure* Terhadap Nyeri Kala I Pada Ibu Inpartu, yang dilaksanakan di BPS Desa Durjan pada tahun 2018. Proses persalinan dimulai pada saat terjadi kontraksi uterus yang teratur dan progresif serta akan diakhiri dengan keluarnya janin. *Massage Counter Pressure* adalah salah satu teknik non farmakologis yang dapat menimbulkan efek relaksasi dan mengurangi nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh terapi *Massage Counter Pressure* terhadap nyeri Kala I persalinan. Design penelitian yang digunakan adalah *quasy eksperiment* dengan pendekatan *the static group comparism* dan sample penelitian ini menggunakan 23 responden yang dipilih secara *accidental sampling*. Data analisa dengan uji *Man Whitney U-Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Massage Counter Pressure* berpengaruh terhadap penurunan nyeri Kala I persalinan. Melalui uji statistik *Man Whitney U-Test* menunjukkan ada pengaruh yang signifikan $\rho = 0,000$ ($\alpha < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa terapi *Massage Counter Pressure* sangat berpengaruh terhadap nyeri kala I persalinan pada ibu inpartu.

Artikel 2 : Erni Juniarti (2018), yang berjudul Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I, dengan menggunakan metode *literatur review* yang di publish pada Oktober 2018. Nyeri merupakan hal yang wajar dalam proses persalinan. Namun jika tidak di tangani dengan baik akan menimbulkan masalah lain yaitu meningkatkan kecemasan dalam proses persalinan. Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui bahwa teknik *Counter Pressure* dapat di kategorikan sebagai intervensi yang aman dan efektif untuk mengurangi nyeri persalinan dan juga menjadi acuan skala perbandingan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Design penelitian ini menggunakan rancangan *Quasi Eksprimen* dengan pendekatan *Pretest-Posttest design*. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 20 orang ibu yang di ambil dengan *Consequitif Sampling*. Hasil penelitian menunjukan rata-rata nyeri persalinan sebelum pijatan *Counter Pressure* adalah 8,3 (Nyeri Berat) dengan skala 7-

9. Rata-rata nyeri setelah dilakukan *Counter Pressure* adalah 5,1 (Nyeri Sedang) pada skala 3-7. Analisis data menunjukkan hasil yang signifikan, jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa pijat *Counter Pressure* efektif terhadap pengurangan nyeri ibu ketika fase aktif kala 1 persalinan.

Artikel 3 : Siti Farida & Anik Sulistiyanti (2019), yang berjudul Metode *Counter Pressure* Sebagai Upaya Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I, yang dilaksanakan di Kecamatan Tenganan, Kabupaten Semarang pada tahun 2019. Nyeri persalinan yang tidak cepat teratasi dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi, karena nyeri menyebabkan pernafasan dan denyut jantung ibu akan meningkat yang menyebabkan aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu. Tindakan nonfarmakologis dalam manajemen nyeri merupakan metode alternatif yang digunakan pada ibu untuk mengurangi nyeri persalinan. Metode non farmakologis dapat memberikan efek relaksasi dan dapat membantu meringankan ketegangan otot dan emosi serta dapat mengurangi nyeri persalinan. Salah satu upaya yang diyakini dapat

meringankan nyeri saat persalinan kala I yaitu *Counter Pressure*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas *Counter Pressure* untuk mengurangi nyeri persalinan kala I. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Quasy Eksperimen* dengan *Pre and Post Test Without Control*. Pengambilan sampel yaitu seluruh ibu yang melakukan persalinan spontan dengan menggunakan sampel sebanyak 52 responden. Berdasarkan hasil uji T- test didapatkan hasil Sig (2-tailed) menunjukkan nilai 0,043 (p value $< \alpha$ 0,05) dan T tabel 2,132 sehingga didapatkan hasil bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah dilakukan counterpressure dalam mengatasi nyeri persalinan kala I. Kesimpulan, hal ini menunjukkan bahwa *Massage Counter Pressure* efektif dapat mengurangi nyeri persalinan pada kala I dengan hasil mean sebesar 0,15385.

Artikel 4 : Benny Karuniawati (2019), yang berjudul Efektivitas *Massage Counter Pressure* Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I, yang dilaksanakan di Yogyakarta pada bulan September 2019. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi serviks, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik. *Massage counter pressure* juga dapat membantu menurunkan rasa nyeri dengan pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan yang terus-menerus selama kontraksi pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepala salah satu telapak tangan. Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui efektivitas *massage counter* dalam menurunkan nyeri Kala I Persalinan. Penelitian dilakukan dengan rancangan *the one group pretest-posttest design*. Jumlah sampel sebanyak 34 responden. Dari kegiatan pengumpulan data diperoleh nilai mean intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan *massage counter* mengalami penurunan menjadi 5,4. Hasil uji *one sample T-test* menunjukkan bahwa *Massage Counter Pressure* efektif menurunkan nyeri pada kala I persalinan dengan nilai sig 0,000.

Artikel 5 : Kristin Natalia, dkk (2020), yang berjudul Pengaruh *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I. Penelitian ini dilakukan di Klinik Pratama Kardi Lestari Kecamatan Hamparan, Perak pada bulan Juli 2020. Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang umumnya dialami oleh hampir semua wanita yang melahirkan. Nyeri berasal dari kontraksi uterus dan pelebaran serviks. Dengan meningkatnya frekuensi kontraksi rahim, rasa sakit akan semakin kuat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik *massage counter pressure* terhadap penurunan nyeri padapersalinan Kala I. Penelitian ini menggunakan metode analitik kuantitatif dengan design penelitian *Quasy Eksprimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest*. Teknik pengumpulan data mnggunakan lembar observasi. Teknikpengambilan sampel yang digunakan adalah metode *Purposive Sampling* dengan 8 responden dan analisis data menggunakan *Wilcoxon Test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian teknik *massage counter pressure* pada bagian pinggang dapat menurunkan nyeri persalinan, dari ibu yang mengalami nyeri sedang hingga ibu yang mengalami nyeri berat hingga sedang ρ value = 0,007 (ρ . <0,05). Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan teknik *massage counter pressure* terhadap pengurangan nyeri persalinan Kala I.

3.2. Pembahasan

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada hasil analisis penelitian dari 5 artikel yang didapatkan bahwa terjadi pengurangan nyeri dengan penerapan teknik *Massage Counter Pressure* pada persalinan Kala I.

Dari hasil literatur review yang dipaparkan semua menjelaskan tujuan yang sama tentang teknik *Massage Counter Pressure* untuk mengurangi nyeri persalinan Kala I. Dari 5 jurnal

yang disajikan terdapat persamaan tujuan dan design yaitu menggunakan design *Quasy Experimen*, kemudian terdapat perbedaan pada metode dan pendekatan penelitian dimana 2 artikel diantaranya menggunakan pendekatan *Pretest-Posttest*, 2 artikel menggunakan pendekatan *The One Group Pretest-Posttest* dan 1 artikel menggunakan pendekatan *The Static Group Comparism*.

Pada populasi sampling, sebanyak 2 artikel dipilih secara random yaitu pada penelitian Siti Farida & Anik Sulistiyanti (2019) menggunakan 52 responden, sedangkan pada penelitian Benny Karuniawati (2019) menggunakan 34 responden. Selanjutnya 1 artikel pada penelitian Astrida Budiarti (2018) menggunakan 23 responden yang dipilih secara *Accidental Sampling*. 1 artikel pada penelitian Erni Juniartati (2018) menggunakan 20 responden yang dipilih secara *Consequitif Sampling*. Dan 1 artikel lainnya pada peneletian Kristin Natalia, dkk (2020) menggunakan 8 responden yang dipilih secara *Purpose Sampling*.

Untuk menentukan hasil penelitian 1 artikel menggunakan uji *Man Whitney U-test* dan instrumen penelitian menggunakan lembar quisioner dan lembar observasi. 1 artikel menggunakan rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan intervensi *massage* yang menunjukkan hasil rata-rata sebelum yaitu 8,3% (Nyeri berat) dengan skala 7-9 dan rata-rata sesudah yaitu 5,1% dengan skala 3-7. Dan 2 artikel diantaranya menggunakan uji T-test. Pada artikel 1, didapatkan hasil Sig (2-tailed) menunjukkan nilai 0,043 (ρ value < α 0,05) dan T tabel 2,132 sehingga didapatkan hasil bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Sedangkan pada artikel 2 berdasarkan dari kegiatan pengumpulan data diperoleh nilai mean intesitas nyeri sebelum dan sesudahperlakuan *Massage Counter Pressure* mengalami penurunan menjadi 5,4% dan hasil uji *One Sample T-test* menunjukkan bahwa *massage* ini efektif menurunkan nyeri pada Kala I persalinan dengan nilai sig 0,000.

Selanjutnya 1 artikel menggunakan uji Wilcoxon dengan hasil nilai Z sebesar -2.714 dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,007 dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < \alpha$), sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan teknik *Massage Counter Pressure* dan terdapat pengaruh yang signifikan penerapan teknik *Massage Counter Pressure* terhadap pengurangan nyeri persalinan Kala I.

Menurut Astrida Budiarti (2018), Nyeri persalinan merupakan proses fisiologis. Nyeri yang timbul dapat mengakibatkan kekhawatiran dan biasanya menimbulkan rasa takut dan stres sehingga perlu intervensi untuk mengurangi nyeri persalinan agar ibu bisa beradaptasi dengan nyeri tersebut. Terdapat banyak metode untuk mengurangi nyeri persalinan, salah satunya dengan metode non farmakologis seperti *Massage Counter Pressure*. *Massage* atau pijatan sangat efektif dalam memberikan relaksasi fisik dan mental, mengurangi nyeri dan meningkatkan keefektifan pengobatan nyeri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Massage Counter Pressure* berpengaruh terhadap penurunan nyeri Kala I pada ibu inpartu.

Menurut Erni Juniartati (2018), Kontraksi rahim akan menimbulkan rasa nyeri bagi ibu yang mengalami proses persalinan. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding non farmakologi karena berpotensi mempunyai efek samping yang kurang baik. Sedangkan metode non farmakologis lebih efektif dan tanpa adanya efek samping yang merugikan dan juga dapat meningkatkan kepuasan dalam persalinan. Metode non farmakologi yang menjadi pilihan efektif yaitu *massage counter pressure*, karena pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan secara terus menerus pada tulang sakrum dengan pangkal atau kepala salah satu telapak tangan dan diberikan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata nyeri persalinan sebelum pijatan *Counter Pressure* adalah 8,3 (Nyeri Berat) dengan skala 7-9. Rata-rata nyeri setelah dilakukan *Counter Pressure*

adalah 5,1 (Nyeri Sedang) pada skala 3-7. Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa pijat *Counter Pressure* efektif terhadap pengurangan nyeri ibu ketika fase aktif Kala I persalinan.

Menurut Siti Farida & Anik Sulistiyanti (2019), Nyeri persalinan yang tidak cepat teratasi dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi, karena nyeri menyebabkan pernapasan dan denyut jantung ibu meningkat yang menyebabkan aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu. Ada beberapa metode untuk mengurangi nyeri persalinan, tindakan non farmakologis salah satunya yaitu *massage*. *Massage* salah satu metode yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan. Implus rasa sakit yang dibawa oleh saraf yang berdiameter kecil menyebabkan *gate control spinal cord* membuka implus diteruskan ke korteks serebral sehingga akan menimbulkan rasa sakit. Tetapi implus ini dapat di blok yaitu dengan memberikan rangsangan pada saraf yang berdiameter besar yang menyebabkan *gate control* akan tertutup dan rangsangan sakit tidak dapat diteruskan ke korteks serebral. *Massage Counter Pressure* lebih efektif mengatasi nyeri persalinan pada Kala I, dengan memberikan *massage* tersebut dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla spinalis otak sehingga nyeri dapat dihambat dan menyebabkan penurunan sensasi nyeri. Berdasarkan hasil uji T-test didapatkan hasil Sig (2-tailed) menunjukkan nilai 0,043 (p value $< \alpha$ 0,05) dan T tabel 2,132 sehingga didapatkan hasil bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah dilakukan *counter pressure* dalam mengatasi nyeri persalinan kala I. Jadi dapat disimpulkan bahwa hal ini menunjukkan *Massage Counter Pressure efektif* dapat mengurangi nyeri persalinan pada kala I dengan hasil mean sebesar 0,15385.

Menurut Benny Karuniawati (2019), Nyeri pada persalinan Kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi serviks, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di serviks. Kecemasan yang

berlebih juga meningkatkan kadar katekolamin dalam darah yang berakibat meningkatkan aliran darah menuju pelviks dan peningkatan ketegangan pada otot. Tubuh akan meresponnya dengan penyempitan dan menghambat aliran darah serta oksigen sehingga berdampak pada kerja ototrahim. Otot bawah rahim yang seharusnya bekerja melemas dan membuka malah kaku sehingga bayi tidak dapat turun ke jalan lahir, hal ini menyebabkan nyeri hebat yang dirasakan ibu. Nyeri saat persalinan tidak perlu dihilangkan secara total, tetapi sangat penting untuk mengelola dengan baik rasa nyeri secara individual. Pada penelitian ini menggunakan 34 responden dengan perlakuan pada responden berupa *Massage Counter Pressure*. Dari kegiatan pengumpulan data diperoleh nilai mean intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan *Massage Counter Pressure* mengalami penurunan nyeri menjadi 5,4.

Menurut Kristin Natalia, dkk (2020), Semua ibu bersalin secara umum mengalami nyeri saat ingin melahirkan, hal ini merupakan proses fisiologis dalam persalinan. Semakin mendekati persalinan kontraksi semakin sering, kuat dan teratur. Hasil penelitian Satria (2018) menyebutkan 8,3% skala 7-9 nyeri yang dialami ibu bersalin sebelum dilakukan pijatan, 7-9% skala 3-7 setelah pijatan dengan nyeri sedang. Hal ini membuktikan ada pengaruh massage tersebut terhadap pengurangan nyeri dalam persalinan. Hasil penelitian Pasongli (2014), menyebutkan bahwa sangat efektif dilakukan massage untuk mengurangi nyeri persalinan 86,7% massage ini sangat besar pengaruhnya terhadap ibu bersalin. Dan Hasil penelitian Kristin Natalia, dkk (2020) ini menunjukkan bahwa pemberian teknik massage counter pressure pada bagian pinggang dapat menurunkan nyeri persalinan, dari ibu yang mengalami nyeri sedang hingga ibu yang mengalami nyeri berat hingga sedang p value = 0,007 (p . <0,05). Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan teknik *Massage Counter Pressure* terhadap pengurangan nyeri persalinan Kala I.

Berdasarkan 5 artikel diatas dapat kita simpulkan bahwa penerapan teknik *Massage Counter Pressure* dapat menjadi pilihan alternatif dan efektif dalam mengurangi nyeri persalinan Kala I, dikarenakan teknik ini menggunakan metode massage yang menekan daerah tulang sakrum secara terus menerus dengan pangkal atau kepalan salah satu telapak tangan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil. Maka dari itu kita dapat menerapkan teknik ini untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami pada ibu Kala I persalinan dan dapat mengikuti apa yang sudah peneliti terapkan dengan responden mereka pada saat melakukan penelitian tersebut.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1. Kesimpulan

Dari hasil pembahasan yang telah dilakukan dan berdasarkan hasil penelitian telah diperoleh sebanyak 5 artikel, maka penulis mengambil kesimpulan :

- 4.1.1. Terdapat 5 artikel yang memiliki relevansi dengan implementasi *Massage Counter Pressure* dalam mengurangi nyeri persalinan Kala I.
- 4.1.2. Penerapan teknik *Massage Counter Pressure* sangat efisien dan berpengaruh terhadap mengurangi nyeri persalinan Kala I.
- 4.1.3. *Massage Counter Pressure* yang di implementasikan dalam artikel dapat dikategorikan sebagai intervensi tindakan non farmakologis yang aman dan efektif untuk mengurangi nyeri persalinan Kala I dan juga dapat menurunkan intensitas skala nyeri.

4.2. Saran

Hasil penelitian artikel tersebut penulis menyarankan :

4.2.1. Bagi Fasilitas Pelayanan Kesehatan

Bagi pelayanan kesehatan, Rumah Sakit, dsb. Hendaknya menerapkan teknik non farmakologis yang efektif seperti *Massage Counter Pressure* untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan Kala I serta meningkatkan sosialisasi tentang teknik ini sesuai dengan SOP yang benar terhadap ibu inpartu.

4.2.2. Bagi Pengembangan Keilmuan

Bagi instansi pendidikan atau komunitas pengembangan keilmuan diharapkan untuk menjadi bahan acuan dan referensi untuk bahan penelitian yang akan dikembangkan nantinya terkait dengan judul yang sama yaitu Penerapan Teknik *Massage Counter Pressure* Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I.

4.2.3. Bagi penelitian Lanjutan

Bagi penelitian selanjutnya adalah sebaiknya database yang digunakan lebih banyak sehingga bisa mendapatkan artikel yang relevan dan batasan tahun mencari artikel dengan kata kunci yang ditetapkan adalah 5 tahun terakhir agar literatur review lebih update. Kemudian untuk penelitian selanjutnya hendaknya mengembangkan metode yang baru atau berbeda dengan penerapan teknik ini dengan baik dan benar untuk mengatasi nyeri dan mengurangi skala nyeri pada persalinan Kala I.

Kesehatan Republik Indonesia.

Dr. drh. Didik Budjianto, M.Kes, dkk. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

dr. Hj. Letizia, M. (2018). *Profil Kesehatan Kota Palembang*. Palembang: Dinkes Kota Palembang.

Erina Eka Hatini, S. M. (2018). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Malang: Wineka Media.

Herry Rosyati, S. M. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan UMJ.

Ika Putri Damayanti, SST., M.Kes. dkk. (2014). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ibu Bersalin dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: CV Budi Utami.

Istri Utami, S. M., & Enny Fitruhadim S.Si.T., M. (2019). *Buku Ajar Asuhan Persalinan & Manajemen Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Universitas Aisyiyah .

Juniarti, E. (2018). *Jurnal Kebidanan . Literatur Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*, Vol. 8 No. 2.

Karuniawati, B. (2019). *Jurnal Kesehatan Madani Medika. Efektivitas Massage Counter Pressure Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I*, Vol 10, NO 2. Hal 69-75.

DAFTAR PUSTAKA

- Ari Kurniarum, S. M. (2016). *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan.
- Aryanti. (2019). *Jurnal Kesehatan abdurrahman Palembang. Hubungan Pemberian Counter Pressure Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Kala I*, Vol. 8No. 2.
- Astuti, D. (2019). *Pengaruh Terapi Nonfarmakologi Terhadap Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Di Rumah Sakit Pusri Palembang*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Adiguna Palembang, Vol 7, No 2.
- Budiarti, A. (2018). *Pengaruh Terapi Massage Counter Pressure Terhadap Nyeri Persalinan Nyeri Kala I Pada Ibu Inpartu*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 6-12.
- Dr. drh. Didik Budjianto, M.Kes, dkk. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta: Kementerian

