

## Efektivitas *Massage counterpressure* terhadap Intensitas Rasa Nyeri pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif di PMB Bidan Monika Jakarta Timur

Rina Christiani, Triana Indrayani\*, Retno Widowati

Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

\* **Corresponding author:** Triana Indrayani ([trianaindrayani@civitas.unas.ac.id](mailto:trianaindrayani@civitas.unas.ac.id))

**Received:** Februari 26 2022; **Accepted:** Maret 22 2022; **Published:** Maret 29 2022

### ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan salah satu faktor yang dapat menghambat proses persalinan normal. Penatalaksanaan nyeri persalinan dengan metode non-farmakologis salah satunya yaitu *massage counterpressure*. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian *massage counterpressure* terhadap intensitas rasa nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif pada kelompok non-intervensi dan intervensi. Penelitian *Quasi Eksperimen* yang bersifat *two group pretest – posttest* dengan kelompok intervensi 20 responden dan kelompok non-intervensi 20 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*), instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan checklist. Data dianalisis dengan menggunakan Uji *Paired Sample t-Test* untuk mengetahui perbedaan skor antar kelompok. Hasil menunjukkan ada perbedaan skor sebelum dan sesudah diberikan *massage counterpressure* ( $<0,05$ ) dengan rata-rata pada kelompok intervensi terjadi penurunan (0,95) sedangkan pada kelompok non-intervensi terjadi peningkatan nilai rata-rata nyeri persalinan (1,750) yang artinya ada perbedaan yang signifikan pada kelompok non intervensi dan kelompok intervensi. *Massage counterpressure* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

**Kata kunci:** *massage counterpressure*, nyeri persalinan



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

### PENDAHULUAN

Nyeri persalinan merupakan kontraksi uterus yang disebabkan dilatasi dan penipisan *cervix* serta *iskemia* rahim (penurunan aliran darah sehingga oksigen lokal mengalami defisit) akibat kontraksi *arteri myometrium* (Suharti, 2018).

Penatalaksanaan nyeri persalinan dengan metode non-farmakologis salah satunya yaitu pijatan (*massage*) teknik *counterpressure*, menurut WHO (2019) metode non-farmakologis pijatan (*massage*) memberikan dukungan emosional dan penghilang rasa nyeri, karena pada kala I, ibu bersalin akan mengalami dilatasi serviks dan kontraksi uterus, sehingga ibu merasakan nyeri sedang hingga sangat hebat dengan intensitas skala nyeri 7-10. Adanya intervensi non-farmakologis seperti *massage* untuk menurunkan nyeri persalinan dengan menggunakan teknik *counterpressure*, membuat ibu merasakan menurunnya nyeri hebat tersebut, memberikan sensasi menyenangkan yang melawan rasa tidak nyaman saat persalinan, serta dapat menghilangkan ketegangan pada *sacrum* dan otot pelvis.

*Massage counterpressure* merupakan salah satu intervensi non-farmakologi yang memiliki efektivitas cukup tinggi dalam menurunkan nyeri persalinan skala 7-10 pada persalinan kala I. Cara kerjanya yaitu dengan menggunakan kepalan ataupun tumit tangan dan menekan pada bagian tulang sacrum selama 20 menit saat mengalami nyeri, sehingga ketegangan pada sacrum dan otot pelvis berkurang, serta terjadinya penurunan intensitas nyeri (Harini, 2018).

Tekanan yang diberikan oleh *massage counterpressure* ini dapat memblokir pesan nyeri yang akan ditransmisi ke otak, selain itu tekanan kuat pada teknik ini dapat mengaktifkan senyawa endorpin yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang otak, sehingga transmisi pesan nyeri dapat dihambat dan mengakibatkan penurunan intensitas nyeri (Rejeki et al., 2013).

Berdasarkan pengamatan di PMB Bidan Monika, rata-rata ibu bersalin mengalami kecemasan akibat nyeri persalinan yang dirasakan, hal ini dapat dilihat dari ekspresi ibu dan gestur tubuh ibu yang menunjukkan mimik menahan rasa sakit akibat nyeri persalinan sehingga tampak gelisah dan tidak nyaman. Mereka seperti berusaha mencari posisi nyaman dengan melakukan perpindahan posisi miring kiri dan kanan ataupun membungkuk dengan mata terpejam. Hal inilah yang menjadi alasan peneliti untuk dapat menerapkan metode non-farmakologi bagi ibu bersalin yang mengalami nyeri akibat persalinan dengan menggunakan teknik *massage counterpressure*, oleh sebab itu peneliti melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas *Massage counterpressure* Terhadap Intensitas Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di PMB Bidan Monika Jakarta Timur.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimen* yang bersifat *two group pretest and posttest* terdiri dari kelompok intervensi dan non-intervensi dengan jumlah sampel masing-masing yaitu kelompok intervensi 20 orang dan kelompok non-intervensi 20 orang pada ibu bersalin dengan nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan kuesioner observasi dan checklist. Penelitian ini berlangsung pada bulan Januari sampai dengan Februari tahun 2022 di PMB Bidan Monika Jakarta Timur. Dalam penelitian ini skala ukur yang digunakan skala ukur nyeri *Nurmeric Rating Scale (NRS)*. Analisis data menggunakan Uji *Paired Samplr t-Test* untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah diberikan *massage counterpressure* pada kelompok intervensi dan kelompok non-intervensi. Penelitian ini sudah melalui uji etik dan memiliki surat layak etik.

## HASIL

### 1. Analisis Univariat

Tabel 4.1. Distribusi frekuensi intensitas rasa nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif pada kelompok non-intervensi

Intensitas Rasa Nyeri	Pre-Test <i>Massage counterpressure</i>		Post-Test <i>Massage counterpressure</i>	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Tidak ada nyeri	0	0 %	0	0 %
Sedikit nyeri	0	0 %	0	0%
Nyeri sedang	7	35 %	2	10 %
Nyeri hebat	12	60 %	15	75 %
Nyeri sangat hebat	1	5 %	3	15 %
Total	20	100%	20	100%

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui intensitas rasa nyeri berdasarkan NRS (*Numeric Rating Scale*) pada kelompok non-intervensi pada hasil *pre-test*, paling banyak responden mengalami nyeri sedang sejumlah 7 orang (35%), nyeri hebat 12 orang (60%), dan nyeri sangat hebat 1 orang (5%). Hasil *post test* menyatakan peningkatan intensitas rasa nyeri ditunjukkan dengan menurunnya jumlah responden dengan nyeri sedang menjadi 2 orang (10%), nyeri hebat meningkat menjadi 15 orang (75%) dan nyeri sangat hebat bertambah menjadi 3 orang (15%).

Tabel 4.2. Distribusi frekuensi intensitas rasa nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif pada kelompok intervensi

Intensitas Rasa Nyeri	Pre-Test <i>Massage counterpressure</i>		Post-Test <i>Massage counterpressure</i>	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Tidak ada nyeri	0	0 %	0	0 %
Sedikit nyeri	2	10 %	3	15 %
Nyeri sedang	6	30 %	13	65 %
Nyeri hebat	11	55 %	4	20 %
Nyeri sangat hebat	1	5 %	0	0 %
Total	20	100%	20	100%

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui intensitas tingkat nyeri berdasarkan NRS (*Numeric Rating Scale*) pada kelompok intervensi. Sebelum (*pre-test*) diberikan *massage counterpressure* yang mengalami nyeri sedang 6 orang (30%) dan responden mengalami nyeri hebat dengan jumlah 11 orang (55%). Sedangkan pada *post-test* sebagian besar responden mengalami nyeri sedang meningkat dengan jumlah 13 orang (65%) dan nyeri hebat menurun menjadi 4 orang (20%).

## 2. Analisa Bivariat

Tabel 4.5. Distribusi frekuensi rata-rata intensitas rasa nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pada kelompok non-intervensi

Variabel	Jumlah	Min	Maks	Mean	SD	P-Value
Pre-Test	20	5	10	7,05	1,395	0,002
Post-Test	20	6	10	8,00	1,214	

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa frekuensi rata-rata nyeri persalinan pada kelompok intervensi terjadi peningkatan dari 7,05 (*pre-test*) menjadi 8,00 (*post-test*) dengan standar deviasi 1,395 (*pre-test*) menjadi 1,214 (*post-test*), nilai frekuensi minimal 3 (*pre-test*) menjadi 6 (*post-test*). Dan didapatkan hasil Uji *Paired Sample t-Test* dengan nilai Sig atau p-value (0,002) < dari nilai alpha (0,05).

Tabel 4.6. Distribusi frekuensi rata-rata intensitas rasa nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pada kelompok intervensi

Variabel	Jumlah	Min	Maks	Mean	SD	P-Value
Pre-Test	20	3	10	6,700	1,8946	0,000
Post-Test	20	1	8	4,950	1,9324	

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa frekuensi rata-rata nyeri persalinan sebelum diberikan *massage counterpressure* kepada responden adalah 6,700 dengan standar deviasi 1,8946, nilai frekuensi minimal 3 dan nilai maksimal 10. Sedangkan rata-rata nyeri persalinan sesudah diberikan *massage counterpressure* didapat nilai mean 4,950 dengan standar deviasi

1,9324 nilai minimal 1 dan nilai maksimal 8. Hal ini menyatakan adanya penurunan intensitas nyeri sesudah (*pre-post*) dilakukan *massage counterpressure* dari nilai mean 6,700 menjadi 4,950. Dan didapatkan hasil Uji *Paired Sample t-Test* dengan nilai Sig atau p-value (0,000) < dari nilai alpha (0,05).

## PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariat

#### 1.1. Mengetahui intensitas rasa nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif pada kelompok non-intervensi

Pada kelompok non-intervensi didapatkan nilai *pre-test* yaitu nyeri hebat sebanyak 60% dan nyeri sangat hebat 5% sedangkan pada *post-test* nyeri hebat 75% dan nyeri sangat hebat 15%, hal ini menunjukkan adanya peningkatan rasa nyeri hebat sebesar 15% dan nyeri sangat hebat 10% pada kelompok non-intervensi ibu bersalin kala I fase aktif.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Hal ini sejalan diperjelas dengan penelitian yang dilakukan oleh Hariyanti (2014) menyatakan bahwa pemberian masase pada punggung dapat menstimulasi reseptor yang dapat menjadikan ibu bersalin lebih nyaman karena terjadi relaksasi otot. Teknik ini efektif menghilangkan sakit punggung pada persalinan (Danuatmaja, 2014).

Analisis pada kelompok non-intervensi menunjukkan meningkatnya intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif akibat tidak adanya intervensi pada kelompok non-intervensi. berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Satria, M. (2018) menyatakan bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan sebelum dilakukan dilakukan pijat *counterpressure* mengalami nyeri berat (8,3) dan menurun setelah dilakukan *massage counterpressure* menjadu nyeri sedang (5,1). Hal ini menyetakan bahwa responden yang tidak diberikan *massage counterpressure* mengalami tingkat nyeri yang lebih tinggi.

#### 1.2. Mengetahui intensitas rasa nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif pada kelompok intervensi

Pada kelompok Intervensi diketahui intensitas tingkat nyeri didapatkan nila *pre-test* yang mengalami nyeri sedang 6 orang (30%), nyeri hebat 11 orang (55%) dan nyeri sangat hebat 1 orang (5%). Sedangkan pada nilai *post-test* nyeri sedang dengan jumlah 13 orang (65%), nyeri hebat 4 orang (20%), dan nyeri sangat hebat tidak ada (0%).

Dalam penelitian Widyawati dan Juniartati (2018) yang menyatakan bahwa pemberian *massage counterpressure* efektif untuk mengurangi nyeri persalinan kala I. Hal ini sesuai dengan teori Andarmoyo (2013) yang menyatakan *counterpressure* dapat dikategorikan sebagai intervensi yang aman dan cukup efektif untuk mengurangi nyeri persalinan pada kala I.

Analisis pada pemberian *massage counterpressure* menunjukkan adanya adanya penurunan intensitas nyeri persalinan pada kala I fase aktif yang dialami oleh ibu bersalin. Hal ini sejalan dengan penelitian Dengsangluri et al. (2015), hasil penelitian terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan perlakuan kelompok eksperimen menerima pijatan selama fase aktif persalinan sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan perawatan rutin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor nyeri rata-rata dari kelompok eksperimen dan control, sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat dapat emngurangi persalinan selama tahap pertama persalinan.

### 2. Analisis Bivariat

#### 2.1. Mengetahui frekuensi rata-rata intensitas rasa nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) kelompok non-intervensi

Hasil nilai Uji *Paired Sample t-Test* pada kelompok non-intervensi menunjukkan bahwa nilai rata-rata intensitas nyeri pada kelompok ini terjadi peningkatan yang ditunjukkan dengan nilai mean pada 7,05 (*pre-test*) menjadi 8,00 (*post-test*). Hal ini membuktikan bahwa kelompok

responden yang tidak diberikan *massage counterpressure* akan mengalami peningkatan intensitas rasa nyeri persalinan kala I fase aktif yang dapat mengakibatkan ketidaknyamanan pada ibu bersalin serta membahayakan janin didalamnya.

Menurut Buckley et al. (2018) Bila rasa sakit tidak dapat ditangani sendiri akan mengakibatkan kecemasan dan stress pada ibu bersalin. Kecemasan dapat mengakibatkan proses persalinan berjalan lambat. Selain itu rasa cemas dapat mengakibatkan timbulnya rasa nyeri yang hebat dan terganggu mekanisme hormonal. Stress meningkatkan catecholamine dan mengganggu pelepasan oksitosin dan mengakibatkan menurunnya aliran darah menuju uterus sehingga akan terjadi asidosis dan hipoksia pada fetus. Pada ibu bersalin dapat menurunkan kontraksi uterus, yang dapat mengakibatkan lamanya proses persalinan.

Dan dari uji statistik didapatkan hasil nilai p-value (0,002) < nilai alpha (0,05), yang dapat diartikan adanya perbedaan antara rata-rata intensitas rasa nyeri pada pre-test dan post-test yang tidak diberikan intervensi *massage counterpressure*. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa *massage counterpressure* efektif dalam menurunkan rasa nyeri pada persalinan kala I fase aktif atau dengan kata lain adanya pengaruh pemberian *massage counterpressure* terhadap penurunan intensitas rasa nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB bidan Monika Jakarta Timur.

Analisis peneliti didapatkan bahwa rata-rata intensitas rasa nyeri yang dirasakan kelompok non-intervensi tidak adanya penurunan intensitas rasa nyeri melainkan terjadi mengalami peningkatan karena tidak mendapatkan *massage counterpressure*. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Murniati (2018) menyatakan bahwa adanya penurunan intensitas nyeri pada responden yang sudah dilakukan *counterpressure* sedangkan kelompok yang tidak dilakukan *counterpressure* tidak terjadi penurunan intensitas nyeri. Artinya bahwa *counterpressure* efektif menurunkan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin.

## 2.2. Mengetahui frekuensi rata-rata intensitas rasa nyeri pada persalinan kala I fase aktif sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) kelompok intervensi

Hasil nilai Uji Paired Sample t-Test pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa nilai rata-rata intensitas nyeri pada kelompok post test yang dilakukan *massage counterpressure* lebih rendah (6,700) dibandingkan dengan kelompok pre-test (4,950), yang artinya terjadi penurunan rata-rata nyeri persalinan sebesar (1,750).

Dari uji statistik didapatkan hasil p-value (0,000) < nilai alpha (0,05), dengan demikian didapatkan keputusan hipotesis bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan dari pemberian *massage counterpressure* terhadap penurunan intensitas rasa nyeri pada persalinan kala I fase aktif. Maka dapat disimpulkan bahwa pemberian *massage counterpressure* efektif dalam menurunkan intensitas rasa nyeri pada persalinan kala I fase aktif di PMB Bidan Monika Jakarta Timur.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Damayanti (2019) diperoleh responden yang diberikan pada kelompok intervensi dari katagori sedang 69,9%, setelah diberikan *massage counterpressure* menjadi nyeri ringan 47,8% hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intervensi *counterpressure* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan.

Analisis peneliti didapatkan rata-rata nyeri persalinan mengalami penurunan intensitas rasa nyeri setelah diberikan *massage counterpressure* pada kala I fase aktif sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Asiyah et al. (2021) yang menyatakan bahwa teknik counter pressure terbukti dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif, ditandai dengan tingkat nyeri awal sampai kategori berat pada responden sebelum diberikan counter pressure dan setelah diberikan counter pressure tingkat nyeri yang dirasakan responden mengalami perbaikan ke arah yang lebih ringan tingkatannya.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemberian *massage counterpressure* efektif menurunkan intensitas rasa nyeri pada kala I fase aktif.

Etical Clereance : No : 044/PE/KE/FKK-UM/II/2022

## REFERENSI

- Asiyah, Siti., Rossilawati., & Titisari, I. (2021). Efek Pemberian Acupressure Dan Counter Pressure Pada Nyeri Kala I Fase Aktif Ibu Primipara Di RS Aura Syifa Kabupaten Kediri. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(2), 174-182.
- Buckley, S. *et al.* (2018). No.355-Physiologic Basis of Pain in labour and Delivery: An Evidence-Based Approach to its Management. *journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*. Elsevier Inc. 40(2), 227-245.
- Damayanti., & Suhwardi. (2019). Counter Pressure Efektif Mengurangi Nyeri Persalinan. *Jurnal.umbjm.ac.id/index.php/caring-nursing*, 3(1),1-6
- Danuatmaja, B., (2014), *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*, Puspa Swara, Jakarta.
- Dengsangluri, J. A. S. (2015). Effect of breathing exercise in reduction of pain during first stage of labour among primigravidas. *Int J Health Sci Res IJHSR*, 5(6), 390-398.
- Harini, R. (2018). Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida (Counterpressure and Its Effect towards Labor Pain during 1st Active Phase in Primigravida Mother). *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 5(1), 29–33.
- Juniarti, E., & Widyawati, M, N. (2018) Literature Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I, *Jurnal Kebidanan*, vol.8 (2), 112-119.
- Krestani, R., Nurullita, U., & Rejeki, S. (2013). Tingkat Nyeri Pinggang Kala I Persalinan Melalui Teknik Back-effleurage dan Counterpressure, *Jurnal Keperawatan Maternitas*, vol.1, no.2, 124-133.
- Murniati, S., (2018), Efektivitas Teknik *Cunterpressure* Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Persalinan Kala I Di Klinik Pratama Rahma Kec. Wampu Kab. Langkat Tahun 2018, *Skripsi*, Program Studi D-IV Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI, Medan.
- Satria, M. (2018). Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Counterpressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Bidan Elviana Tahun 2017. *Jurnal Menara Ilmu*, 7(5), 85-92.

Suharti. (2018). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Latent Di Bpm Ny. Riens Kediri Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 3(2), 59–67.

World Health Organization., (2019), Why having a companion during labour and childbirth may be better for you, <https://www.who.int/reproductivehealth/companion-during-labour-childbirth/en/>, diakses 1 November 2021.