

EFEKTIFITAS TEKNIK COUNTERPRESSURE DALAM MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA I DI PMB S KOTA BEKASI TAHUN 2023

Restu Khoiriah,¹

Politeknik Tiara Bunda

ABSTRACT

Introduction: Labor is the process of opening and thinning the cervix, as well as uterine contractions, and the fetus descending into the birth canal, causing pain in labor. Labor pain is a physiological process as many as 12%-67% of women feel worried about the pain that will be experienced during labor. Efforts to reduce labor pain are counterpressure techniques.

Objectives: to determine the effectiveness of counterpressure techniques to reduce pain in the first stage of labor in the Independent Practice of the Sutra Midwife Des Kelissa Kel. West Bekasi District Officer in 2022.

Methods: This study used a quasi-experimental (quasi-experimental) method with a two-Group posttest only design which was divided into two groups, namely the control group and the intervention group. The sampling technique in this study used a total sampling of 30 mothers giving birth in the first stage of the active phase and each 15 people in the control group and 15 people in the intervention group. Data were collected using observation sheets and analyzed using the Mann Withney U test.

Results: The study showed that the counterpressure technique was more effective in reducing the level of pain in active phase maternity mothers as indicated by the p-value = (0.005) <0.05, meaning that there was a difference in pain scale between the intervention group and the control group.

Conclusion: The counterpressure technique is a good alternative that needs to be recommended to reduce pain intensity in active phase I birth mothers.

Keywords: labor pain, counterpressure technique

Reference :2017-2020

Pendahuluan

Nyeri Persalinan merupakan proses fisiologis dan alami selama persalinan normal yang meninggalkan pengalaman stres dan ketakutan bagi sebagian wanita (Gibson, 2014). Menurut WHO (2012) berdasarkan penelitian di Amerika Serikat 70% sampai 80% wanita yang melahirkan mengharapkan persalinan berlangsung tanpa rasa nyeri. Juga dilaporkan bahwa 63% ibu tidak mendapatkan informasi tentang persiapan diri bagaimana melalui nyeri dalam persalinan (Ternstrom et al, 2016)

Menurut survei Alodokter, 75% ibu hamil di Indonesia berencana untuk melahirkan normal. Hanya 4% saja yang memilih operasi caesar dan 21% sisanya belum memutuskan. Dari hasil survei tersebut dapat disimpulkan jika melahirkan normal masih menjadi metode persalinan nomor satu pilihan ibu hamil di Indonesia. Walaupun beresiko akan melalui proses nyeri akibat kontraksi namun jika dibandingkan dengan operasi caesar, proses melahirkan secara normal memang lebih sederhana, lebih murah, dan tidak membutuhkan alat yang rumit untuk membantu bayi keluar dari rahim. Oleh karena itu, selain menjadi pilihan populer ibu hamil, para ahli kesehatan juga sangat merekomendasikan persalinan normal dengan mengupayakan cara terbaik dalam menanggulangi rasa nyeri. Penanganan dan pengawasan nyeri persalinan terutama pada kala I fase aktif sangat penting, karena ini dapat menjadi penentu apakah ibu dapat bersalin normal atau diakhiri dengan suatu tindakan dikarenakan adanya penyulit yang diakibatkan karena nyeri yang sangat hebat. Beberapa analgesik untuk mengurangi rasa sakit dapat digunakan, tetapi efek samping dan faktor non-medis pada wanita menunjukkan bahwa analgesia saja tidak dapat mengatasi rasa sakit secara komprehensif (Sai et al., 2019).

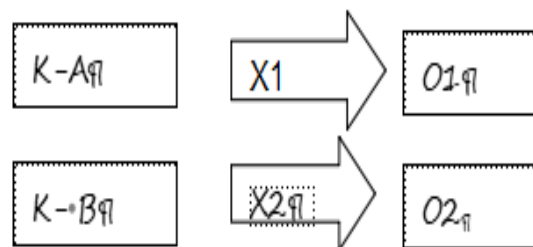
Dengan demikian, beberapa tindakan non farmakologis untuk mengurangi nyeri persalinan yang dapat dimulai salah satunya dengan tehnik yaitu counter pressure. Penerapan terapi non farmakologis counter pressure selain mengatasi nyeri persalinan juga dapat membantu menurunkan angka kejadian persalinan dengan cara cesarea yang membutuhkan biaya yang tidak sedikit.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan diatas maka peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian tentang “Efektifitas teknik counterpressure untuk mengurangi rasa nyeri persalinan kala I di Praktek Mandiri Bidan Sutrades Kelissa Kelurahan Bintara.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian semu atau *quasy eksperimen* dengan rancangan *Two-Group Posttest Only*. Bertujuan untuk mengetahui efektifitas teknik *counterperessure* dalam menurunkan rasa nyeri persalinan kala I di Praktek Mandiri Bidan Sutrades Kelissa Kelurahan Bintara Kec. Bekasi Barat, Kota Bekasi.



Gambar 3. 1 Desain Penelitian

Keterangan :

KA : Kelompok intervensi (diberi perlakuan)

KB : Kelompok kontrol (tidak diberi perlakuan)

X1 : Teknik counterpressure

X2 : Relaksasi

O₁ : Post Test pada kelompok intervensi

O₂ : Post Test pada kelompok kontrol

Hasil dan Pembahasan

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk melihat karakteristik responden pada skala nyeri yang dilakukan teknik *counterpressure*.

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
<20 tahun	3	10
20-35 tahun	19	63,33
>35 tahun	8	26,67
Pendidikan		
Tamat SD	1	3,33
Tamat SLTP	9	30
Tamat SLTA	19	63,33
Perguruan tinggi	1	3,33
Pekerjaan		
Pns	1	3,33
Wiraswasta	8	26,67
IRT	18	60
Buruh	3	10

Dari tabel 4. 1 ini, dapat disimpulkan bahwa jumlah responden sebanyak 30 orang dengan mayoritas umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 19 orang (63,33%), dan pendidikan tamat SLTA yaitu sebanyak 19 orang (63,33%), dengan mayoritas bekerja. Serta kelompok nulipara sebanyak 17 orang (56,67%).

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Pada Ibu yang Melahirkan Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Pada Ibu yang Melahirkan Sebelum dan Sesudah Intervensi

Variabel	N	Sebelum	Sesudah	Standar deviasi	Mean	Mean Difference
Kontrol	15	4	4	0,479	3,67	0,77
Intervensi	15	4	2	0,923	2,9	

Dari tabel 4.2 diatas dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri pada kelompok intervensi sesudah dilakukan *counterpressure* dari 3,67 menjadi 2,90, artinya terjadi penurunan sebesar 0,77.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menganalisis beda rerata pada kelompok yang dilakukan *counterpressure* dengan yang tidak dilakukan *counterpressure*. Karena syarat untuk uji t independent tidak terpenuhi, maka uji dilakukan dengan uji *U Mann Withney*.

Tabel 4. 3 Uji Mann Withney U Pada Data Skala Nyeri sebelum dan sesudah Intervensi

Variable	Mean RANK	ρ VALUE
Kontrol	18,17	0,000
Intervensi	6,83	

Dari tabel 4.3 di atas pada kelompok (kontrol) yang tidak dilakukan *counterpressure* dengan nilai mean rank 18,17 lebih besar 6,83 pada kelompok (intervensi) yang dilakukan *counterpressure* artinya rerata nyeri pada kelompok kontrol lebih tinggi dari pada kelompok intervensi dengan nilai p value (0,000) < 0,00 sehingga dapat disimpulkan bahwa *counterpressure* efektif menurunkan intensitas nyeri pada ibu melahirkan.

Pembahasan

Dari hasil penelitian terjadi penurunan intensitas nyeri sesudah dilakukan *counterpressure* dari 3,67 menjadi 2,90, artinya terjadi penurunan sebesar 0,77. Dengan nilai mean rank 18,17 kelompok yang tidak dilakukan *counterpressure* artinya lebih besar 6,83 dengan kelompok yang dilakukan *counterpressure*.

Hal ini sejalan dengan penelitian Wardani dan Herlina, yang menemukan nilai p (0,023) < 0,05 yang berarti bahwa teknik *counterpressure* efektif untuk meredakan nyeri. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa perubahan nyeri sebelum dan sesudah intervensi terjadi penurunan intensitas nyeri sesudah dilakukan teknik *counterpressure* dengan nilai p<0,05. Artinya bahwa *counterpressure* efektif menurunkan intensitas nyeri pada ibu melahirkan. Hal ini sesuai dengan penelitian Pasongli, Rantung, dan Pesak tahun 2014 yang menyatakan bahwa teknik *counterpressure* efektif dilakukan untuk menurunkan intensitas nyeri kala I fase persalinan normal, teknik *counterpressure* merupakan teknik yang memiliki kontribusi besar dalam menurunkan atau mengurangi persalinan kala I fase aktif.

Hasil ini juga didukung oleh penelitian Puspita dan Astuti (2017) yang mengatakan bahwa secara signifikan ada pengaruh masase punggung terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif. Hal ini sesuai dengan penelitian Ma'rifah yang menyatakan bahwa rata-rata penurunan nyeri *counterpressure* adalah 2,364 kali dibandingkan teknik endorphin massage. Hasil ini sejalan dengan penelitian Aryani dkk (2015) bahwa intensitas nyeri pada responden yang dilakukan teknik *counterpressure* lebih rendah dibandingkan dengan kelompok yang tidak dilakukan *counterpressure* dengan perbedaan sebesar 29,62 point. Secara statistik perbedaan tersebut signifikan p = 0,001, maka dapat dinyatakan ada pengaruh teknik

counterpressure terhadap intensitas nyeri kala I fase persalinan normal.

Massage merupakan salah satu teknik aplikasi *gate-control*, dengan menggunakan teknik *counterpressure* dapat meredakan nyeri dengan menghambat sinyal nyeri, meningkatkan aliran darah dan oksigenasi ke seluruh jaringan. Ibu yang mendapat pijatan dua puluh menit setiap jam selama persalinan akan lebih terbebas dari rasa sakit. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan endorphine yang berfungsi sebagai pereda rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman. Pijat secara lembut membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman dalam persalinan. *Counterpressure* adalah pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan terus menerus selama masa kontraksi pada tulang sakrum pasien dengan kepala salah satu telapak tangan. Teknik ini efektif menghilangkan sakit punggung akibat persalinan. Namun perlu disadari bahwa ada ibu yang tidak biasa dipijat, bahkan disentuh saat mengalami kontraksi, hal ini disebabkan karena kontraksi sedemikian kuatnya sehingga ibu tidak sanggup lagi menerima rangsangan apapun pada tubuh. Penolong persalinan harus memahami hal ini dan menghormati keinginan ibu.

Nyeri saat persalinan adalah hal yang wajar dialami terutama pada primipara karna merupakan pengalaman pertama dalam menjalani persalinan. Intensitas nyeri persalinan pada primipara seringkali lebih berat daripada nyeri persalinan pada multipara. Primipara juga mengalami proses persalinan lebih lama di bandingkan proses persalinan pada multipara sehingga primipara mengalami kelelahan yang lebih lama. Kondisi nyeri yang hebat pada kala I persalinan memungkinkan para ibu cenderung memilih cara yang paling gampang dan cepat untuk menghilangkan nyeri. Fenomena yang terjadi saat ini ibu memiliki kecenderungan untuk melakukan operasi sesar walau tanpa indikasi yang jelas.

Menurut asumsi peneliti, penerapan metode teknik *counterpressure* pada proses persalinan kala I berpengaruh terhadap intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu. Ibu yang dilakukan teknik *counterpressure* pada proses persalinan mengalami intensitas nyeri persalinan yang lebih rendah dibandingkan ibu yang tidak dilakukan teknik *counterpressure*.

Kesimpulan

Dari hasil dan pembahasan didapatkan kesimpulan :

1. Nilai mean rank 18,7 pada kelompok yang tidak dilakukan *counterpressure* lebih besar 6,83 dibandingkan dengan kelompok yang dilakukan *counterpressure*. Artinya skala nyeri pada kelompok yang tidak dilakukan *counterpressure* lebih tinggi dari pada yang dilakukan *counterpressure*.

Counterpressure efektif menurunkan intensitas nyeri pada kala I persalinan dengan nilai *p value* (0,005) < 0,05

Daftar Pustaka

- Bobak, dkk. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta: EGC
- Capeda MS, Carr, lau J, Alvarez H. (2013). *Music For Pain relief*. Cochrane Databased Systematic Rev, 10
- Cunningham FG. *Obstetri Williams*, Volume 1. Jakarta: EGC, 2013.
- Danuatmadja, B & Meilasari. (2012) *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. 4 jakarta: pupa swara <https://opendata.jabarprov.go.id/id/dataset/jumlah-ibu-hamil-berdasarkan-kabupatenkota-di-jawa-barat>
- Judha, Muhammad. 2012. *Teori pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Marmi. 2016. *Intranatal Care Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Martin, Griffin, *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC 2012
- Mander R. (2017). *Nyeri Persalinan*, Jakarta: EGC Peraturan Menteri Kesehatan RI no 28 Tahun 2017
- Seri, dkk. 2014. *Efektifitas counterpressure Terhadap Penurunan Intesitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal*. Volume 2 Nomor 2.
- Solehati, T, dkk. 2017. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam keperawatan Martenitas*. Bandung: PT Rafika Aditama.
- Suparni. 2014. *Perbedaan Efektifitas Relaksasi dan Kompres Dingin Terhadap Intesitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. Vol. 2. No. 8.
- WHO.2015.maternalmortality.<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs348/en/>:

- Media Centre (diakses 20 Februari 2018)
- Yeni, dkk. 2015. *Pengaruh Masase Pada Punggung Terhadap Intesitas Nyeri Kala I Fase Laten Persalinan Normal Melalui Peningkatan Kadar Endorfin*. Jurnal Kesehatan Anas.
- Yuliatun, L. 2013, *Penanganan Nyeri Persalinan Dengan Metode Nonfarmakologi*. Bayu Media Publishing. Malang