

**PENGARUH *COUNTERPRESSURE MASSAGE* TERHADAP  
PENURUNAN INTENSITAS  
NYERI KALA I FASE AKTIF  
PADA IBU BERSALIN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**AJENG ADAHILA  
NIM 18.044**



**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
POLITEKNIK YAKPERMAS BANYUMAS  
TAHUN AKADEMIK 2020/2021**

**PENGARUH *COUNTERPRESSURE MASSAGE* TERHADAP  
PENURUNAN INTENSITAS  
NYERI KALA I FASE AKTIF  
PADA IBU BERSALIN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Program Studi DIII Keperawatan

**AJENG ADAHILA  
NIM 18.044**



**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
POLITEKNIK YAKPERMAS BANYUMAS  
TAHUN AKADEMIK 2020/2021**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ajeng Adahila

NIM : 18.044

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Institusi : Politikenik Yakpermas Banyumas

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Banyumas, 18 Juni 2021

Pembuat Pernyataan

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ajeng Adahila', with a circular mark to the left containing the letter 'J'.

Ajeng Adahila

## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah oleh : Ajeng Adahila

NIM : 18.044

Dengan judul “Pengaruh *Counterpressure Massage* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin” telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Banyumas, 18 Juni 2021

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



POLITEKNIK YAKPERMAS  
BANYUMAS

P Sulistyowati., S.Kp., M.Kep

NIDN. 0620037601

Ns. Eko Sari Ajiningtyas, M.Kes

NIDN. 0702108003

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah oleh : Ajeng Adahila

NIM : 18.044

Dengan judul “Pengaruh *Counterpressure Massage* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin” telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 5 Ags 2021.

### Dewan Penguji

Ketua Penguji

Ns. Puji Indriyani, M.Kep

NIDN. 0631057602

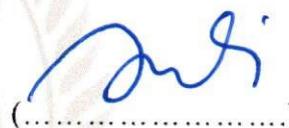


(.....)

Penguji Anggota 1

P Sulistyowati., S.Kp., M.Kep

NIDN. 0620037601



(.....)

Penguji Anggota II

Ns. Eko Sari Ajiningtyas, M.Kes

NIDN. 0702108003



(.....)

Mengetahui

Direktur Politeknik Yakpermas Banyumas



Rahaju Ningtyas, S.Kp., M.Kep.

NIDN. 1126097001

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Pengaruh *Counterpressure Massage* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin” selesai tepat pada waktunya.

Penyusunan karya tulis ilmiah ini dijadikan sebagai syarat menyelesaikan pendidikan gelar Ahli Madya Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Yakpermas Banyumas. Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapat bimbingan dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rahaju Ningtyas, M.Kep. Selaku Direktur Politeknik Yakpermas Banyumas.
2. Ns. Roni Purnomo, M.Kep. Selaku Ketua program studi Diploma III (DIII) Keperawatan Politeknik Yakpermas Banyumas.
3. P Sulistyowati., S.Kp., M.Kep. Selaku pembimbing I yang dengan penuh kesabaran dan ketekunan memberikan dorongan, perhatian, bimbingan, pengarahan, serta saran dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini mulai dari awal sampai akhir.
4. Ns. Eko Sari Ajiningtyas, M.Kes. selaku pembimbing II yang banyak membantu dan memberikan saran dan masukan sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan.

5. Bapak dan ibu beserta keluarga tersayang yang telah memberikan dukungan material, motivasi dan doanya kepada penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Sahabat-sahabatku tercinta dan teman-teman angkatan 2018 terutama kelas 3B yang telah memberikan semangat dan membantu penulis dalam menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah ini.
7. Semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini, baik kepada mereka yang telah disebutkan namanya maupun yang tidak sempat disebutkan namanya.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih belum sempurna, maka saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan karya tulis ilmiah selanjutnya. Penulis berharap semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat. Aamiin.

Banyumas, 18 Juni 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan	
Halaman Sampul Dalam .....	ii
Halaman Pernyataan Keaslian.....	iii
Halaman Persetujuan.....	iv
Halaman Pengesahan Penguji .....	v
Halaman Kata Pengantar.....	vi
Halaman Daftar Isi .....	viii
Halaman Daftar Tabel .....	x
Halaman Daftar Gambar .....	xi
Halaman Daftar Lampiran.....	xii
Daftar Arti Singkatan .....	xiii
Abstrak .....	xiv

### BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan .....	4
1.4 Manfaat.....	5

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Persalinan	
A. Definisi .....	6
B. Jenis- jenis persalinan.....	6
C. Tahapan Persalinan .....	7
2.2 Fisiologi Kala I	
A. Uterus .....	9
B. <i>Serviks</i> .....	9
C. <i>Bloody show</i> .....	10
2.3 Konsep Nyeri Persalinan	
A. Definisi.....	10
B. Penyebab Nyeri Persalinan .....	11
C. Fisologis Nyeri Persalinan Kala I .....	12
D. Pengukuran Nyeri.....	13
2.4 <i>Counterpressure massage</i>	
A. Definisi.....	15
B. Manfaat <i>Counterpressure massage</i> .....	16
C. Teknik <i>Counterpressure massage</i> .....	16
2.5 <i>Literature Review</i> .....	18
2.6 Kerangka Teori.....	20

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Diagram Alir .....	21
3.2 Studi Literatur .....	21
3.3 Pengumpulan Data .....	22
3.4 Konsep yang diteliti .....	22
3.5 Konseptualisasi .....	22
3.6 Analisa.....	23

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

4.1 Hasil .....	24
4.2 Pembahasan.....	26

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1 Kesimpulan .....	31
5.2 Saran.....	32

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 : Jurnal Kebidanan Vol.12 No.1, Mei 2020.....	18
Tabel 2.2 : Jurnal Kesehatan Vol.17 No.2, Agustus 2019.....	19
Tabel 3.1 : Kriteria Inklusi Data .....	23
Tabel 4.1 : Hasil Analisa Persamaan dan Perbedaan 2 Literatur.....	24
Tabel 4.2 : Tingkat Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan <i>Counterpressure Massage</i> .....	26

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Skala deskriptif verbal .....	13
Gambar 2.2 : Skala nomerik .....	13
Gambar 2.3 : Skala analog visual .....	14
Gambar 2.4 : Skala <i>Wong Baker Faces</i> .....	15
Gambar 2.5 : Teknik <i>counterpressure</i> cara 1 .....	17
Gambar 2.6 : Teknik <i>counterpressure</i> cara 2 .....	18
Gambar 2.7 : Kerangka Teori .....	20
Gambar 3.1 : Diagram alir konsep yang diteliti .....	21

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 2 : Jurnal 1 Keefektifan *Counterpressure Massage* terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan di Puskesmas Rawat Inap Langgam Kabupaten Pelalawan.
- Lampiran 3 : Jurnal 2 Teknik *Massage Counterpressure* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD. Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo.
- Lampiran 4 : Surat Keterangan Bebas Plagiat
- Lampiran 5 : Lembar Hasil Uji Turnitin

## DAFTAR ARTI SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*  
VDS : *Verbal Descriptor Scale (VDS)*  
NRS : *Numerical Rating Scale (NRS)*  
VAS : *Visual Analog Scale (VAS)*  
T10 : Torakal ke sepuluh  
L1 : Lumbal ke satu  
TTV : Tanda Tanda Vital  
RSUD : Rumah Sakit Umum Daerah

## ABSTRAK

Program Studi Diploma III Keperawatan  
Politeknik Yakpermas Banyumas  
Karya Tulis Ilmiah, 18 Juni 2021

**Ajeng Adahila**

**“Pengaruh *Counterpressure Massage* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin”**

**xiii + 27 halaman + 5 lampiran**

**Latar belakang :** Menurut WHO (*World Health Organization*) dalam Budiarti (2020) dari 210.000.000 kehamilan di seluruh dunia, terdapat 20.000.000 wanita mendapati nyeri karena persalinan tiap tahunnya. Persalinan ialah proses pengeluaran janin yang terjadi melalui 4 kala, yakni kala-I, kala-II, kala-III, dan kala-IV. Pada kala-I terjadi kontraksi pada otot uterus, peregangan *serviks*, dan peregangan segmen bawah uterus yang menyebabkan rasa nyeri pada Ibu bersalin.. Salah satu penatalaksanaan untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan kala-I fase aktif adalah *counterpressure massage*.

**Tujuan :** Untuk mengetahui pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin. **Metode :** Metode pengumpulan data dengan menggunakan analisa deskriptif dan studi literatur. **Hasil :** Pada penelitian *literature review* ini didapatkan bahwa *counterpressure massage* dapat menurunkan intensitas nyeri kala-I fase aktif dari nyeri berat menjadi nyeri ringan sampai nyeri sedang. **Kesimpulan :** Ada pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin.

**Kata kunci :** *Counterpressure massage*, kala-I fase aktif, nyeri persalinan

**Studi literatur :** 33 (2010-2020)

## **ABSTRACT**

**Diploma III Nursing Study Program  
Yakpermas Polytechnic Banyumas  
Scientific Writing, 18 June 2021**

**Ajeng Adahila**

**"The Effect of Counterpressure Massage on Reducing Pain Intensity in Active Phase Stage-I in Women in Labor"**

**xiii + 27 pages + 5 attachments**

**Background :** According to WHO (World Health Organization) in Budiarti (2020) of 210,000,000 pregnancies worldwide, there are 20,000,000 women who experience pain due to childbirth each year. Labor is the process of expulsion of the fetus that occurs through 4 stages, namely stage-I, stage-II, stage-III, and stage-IV. In the first stage, contractions of the uterine muscles occur, cervical stretching, and stretching of the lower uterine segment that cause pain in childbirth. One of the treatments to reduce the intensity of labor pain in the active phase of the first stage is counterpressure massage.

**Objective :** To determine the effect of counterpressure massage on reducing the intensity of active phase I pain in women in labor. **Methods :** The data used were descriptive analysis and literature study methods. **Results :** In this literature review, it was found that counterpressure massage can reduce the intensity of active phase I pain from severe pain to mild pain to moderate pain. **Conclusion :** There is an effect of counterpressure massage on decreasing the intensity of pain in the first stage of the active phase in women giving birth.

**Keywords: Active phase stage-I, counterpressure massage, labor pain**

**Literature study : 33 (2010-2020)**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Persalinan atau partus ialah proses pengeluaran janin, *placenta*, dan selaput ketuban dari rahim seorang Ibu, dimana terjadi pada usia cukup bulan kehamilan atau telah mencapai usia 37 minggu atau lebih tanpa penyulit (Fauziyah, 2017). Proses persalinan terjadi melalui 4 fase/kala, antara lain kala-I, kala-II, kala-III, dan kala-IV.

Kala-I disebut juga dengan fase pembukaan, dimana terjadi antara pembukaan 0 hingga pembukaan lengkap (Oktarina, 2016). Pada kala-I terdiri dari fase laten dan aktif. Fase laten merupakan fase terawal persalinan sampai pembukaan mulai dari 1-3 cm yang berjalan secara terus menerus. Sedangkan fase aktif adalah fase kemajuan aktif *serviks* mencapai pembukaan lengkap yakni mulai dari pembukaan 4-10 cm (Daiyah, 2020).

Kala-II dimulai ketika pembukaan *serviks* telah lengkap hingga janin keluar/lahir. Kala-III berlangsung ketika janin sampai *placenta* lahir. Kala-IV dimulai sekitar 2 jam sesudah *placenta* lahir. Kala-IV merupakan masa terpenting guna memonitor apabila terdapat komplikasi, seperti perdarahan tidak normal (Fauziyah, 2017).

Pada saat proses persalinan berkembang, kekuatan tiap kontraksi meningkat, menghasilkan kekuatan nyeri yang lebih besar atau kuat. Perasaan nyeri pada kala-I disebabkan karena kontraksi pada otot uterus, hipoksia otot

yang mengalami kontraksi, peregangan *serviks*, iskemia korpus uteri, dan peregangan rahim bagian bawah. Stimulus nyeri ini bergerak dari perifer, melewati medula spinalis, batang otak, talamus, dan kortek serebral (Juniartati & Widyawati, 2018).

Derajat nyeri persalinan merupakan yang tertinggi diantara nyeri lainnya, secara medis nyeri persalinan mempunyai kategori sifat kuat dan panas (Kennedy, 2013). Nyeri dalam persalinan bisa menjadi salah satu faktor yang menjadikan ibu menganggap bahwa melahirkan adalah suatu peristiwa yang menakutkan. Nyeri pada persalinan merupakan manifestasi dari kontraksi uterus, sehingga menyebabkan terjadinya rasa nyeri di daerah pinggul, perut, kemudian meluas ke daerah paha (Endarti & Nadia, 2016). Hal tersebut dapat menjadikan seorang ibu mempunyai pengalaman melahirkan yang buruk atau tidak baik, dan mendapati trauma, yang bisa menyebabkan terjadinya *postpartum blues* (Yulianingsih *et al.*, 2019).

Pusat Data Persatuan Rumah Sakit Seluruh Indonesia, menyampaikan bahwa 15% Ibu di Indonesia mengalami komplikasi partus kemudian 21% dinyatakan persalinan yang traumatis sebab rasa nyeri yang begitu hebat, dan 63% dinyatakan tidak mendapatkan informasi mengenai persiapan-persiapan guna mengurangi rasa nyeri saat bersalin (Yuliasari, Dewi., & Santriani, 2015). WHO (*World Health Organization*) menaksir terdapat 210.000.000 kehamilan tiap tahunnya di seluruh dunia, berdasarkan jumlah tersebut terdapat 20.000.000 wanita mendapati nyeri karena persalinan (Budiarti, 2020).

Upaya dalam mengatasi nyeri persalinan dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan *non* farmakologi. Terdapat beberapa contoh metode *non* farmakologi untuk mengatasi nyeri, yakni teknik imajinasi, perubahan posisi, *effleurage*, *abdominal lifting*, terapi musik, hipnoterapi, akupressur, aromaterapi, akupuntur, serta *counterpressure* (Juniartati & Widyawati, 2018). *Counterpressure massage* dapat membantu mengatasi nyeri yang tajam saat persalinan serta dapat memberikan sensasi yang menyenangkan dan mengurangi perasaan tidak nyaman bila kontraksi maupun diantara kontraksi (Satria, 2018). Teknik *massage* dipilih karena diketahui dapat meningkatkan relaksasi, mengurangi nyeri dan stress. Dan juga mempunyai banyak manfaat serta efektif mempercepat pemulihan dan meningkatkan keseimbangan hormonal (Fasikhatun et al., 2019).

*Counterpressure massage* ialah teknik pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan secara terus menerus dengan menggunakan kepala salah satu telapak tangan pada tulang sakrum Ibu bersalin. *Counterpressure massage* bisa dilakukan dengan gerakan lurus atau gerakan lingkaran kecil (Danuatmaja, 2014).

Melalui pemberian *counterpressure massage*, gerbang pesan rasa nyeri dapat ditutup, serta dapat mengaktifkan senyawa endorfin melalui tekanan kuat pada saat melakukan teknik *counterpressure massage* tersebut, hingga kemudian transmisi pesan nyeri tersebut terhambat dan menyebabkan rasa nyeri berkurang (Farida & Sulistiyanti, 2019).

Berdasarkan data diatas dapat ditarik sebuah hipotesa bahwa terdapat pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan kala-I fase aktif. Oleh karena hal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan *literature review* tentang “pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin”.

## 1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah karya tulis ilmiah ini adalah apakah ada pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin?

## 1.3 Tujuan

Tujuan karya tulis ilmiah ini adalah :

### A. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin.

### B. Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui tingkat intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin sebelum dilakukan *counterpressure massage*.
2. Untuk mengetahui penurunan tingkat intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin setelah dilakukan *counterpressure massage*.

## 1.4 Manfaat

### A. Manfaat teoritis

Memperluas ilmu keperawatan maternitas dalam pengembangan dan penyempurnaan ilmu pengetahuan atau teori tentang pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin. Serta dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.

### B. Manfaat praktis

Mengembangkan metode *non farmakologi* bagi perawat dalam penanganan nyeri persalinan kala-I fase aktif serta dapat dijadikan sebagai intervensi baru dalam asuhan keperawatan maternitas dengan dilakukan *counterpressure massage* pada Ibu bersalin kala-I fase aktif.

### C. Manfaat bagi penulis

Mendapatkan pengalaman dalam pengaplikasian hasil riset keperawatan, khususnya studi kepustakaan pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Persalinan**

##### **A. Definisi**

Proses partus/bersalin merupakan proses pengeluaran janin, *placenta*, dan membran melalui jalan lahir dari rahim. Proses persalinan diawali dengan pembukaan dan dilatasi *serviks* yang menyebabkan kontraksi dengan frekuensi, durasi, dan kekuatan yang sistematis. Pada awalnya kekuatan nyeri kecil, lalu terus-menerus meningkat hingga mencapai puncak, yaitu pembukaan lengkap pada *serviks*, hingga akhirnya siap untuk proses pengeluaran janin (Rohani, 2014).

##### **B. Jenis- jenis persalinan**

Menurut Oktarina (2016) jenis-jenis persalinan yaitu :

1. Partus spontan, merupakan persalinan yang berproses dalam usaha seorang Ibu sendiri melalui jalan lahir.
2. Partus buatan, merupakan persalinan yang terjadi dengan menggunakan bantuan dari luar, seperti ekstraksi dengan *forceps* atau dilakukan operasi *sectio caesarea*.
3. Partus anjuran, yaitu ketika kekuatan yang diperlukan dalam persalinan berasal dari luar, yaitu melalui rangsangan seperti pemberian ptocin dan prostaglandin.

### C. Tahapan Persalinan

Menurut Oktarina (2016) tahapan persalinan terbagi menjadi 4 fase/kala, yakni :

#### 1. Kala-I

Kala-I disebut juga tahapan pembukaan, dimana terjadi pembukaan antara 0 hingga lengkap. Proses pembukaan *serviks* terbagi dalam 2 fase, yaitu :

##### a. Fase laten

Berlangsung 8 jam. Pembukaan di fase ini sangat lambat, yaitu ukuran diameternya mencapai 3 cm.

##### b. Fase aktif

Fase aktif terbagi lagi dalam 3 fase :

- 1) Fase akselerasi, berlangsung dalam 2 jam dengan pembukaan *serviks* dari 3 cm menjadi 4 cm.
- 2) Fase dilatasi maksimal, berlangsung dalam 2 jam dengan kemajuan pembukaan *serviks* cepat, dari 4 cm menjadi 9 cm.
- 3) Fase deselerasi, terjadi dalam waktu 2 jam, merupakan fase dimana pembukaan *serviks* menjadi sangat lambat, dari 9 cm menjadi pembukaan lengkap.

Pada fase aktif terjadi penurunan bagian terendah janin.

## 2. Kala-II

Kala-II atau fase pengeluaran. Tanda-tanda utama pada kala-II yaitu :

- a. His makin kuat, dalam jarak waktu 2-3 menit serta durasi 50-100 detik.
- b. Bila pembukaan terdeteksikan lengkap, ketuban pecah. Diikuti dengan hasrat untuk mengejan, disebabkan karena fleksus frankenhauser yang tertekan.
- c. Kekuatan/energi dari his dan mengejan mendorong kepala janin membuka pintu, secara berturutan lahir lah ubun-ubun besar, sampai keseluruhan kepala janin.
- d. Disambung dengan putar paksi luar (penyesuaian terhadap punggung).
- e. Bayi lahir dengan diikuti air ketuban.

## 3. Kala-III

Kontraksi berhenti pada waktu 5-10 menit. Dimulai segera setelah lahirnya bayi dan proses retraksi otot rahim, maka mulailah pelepasan *plasenta* dari Nitabusch (jaringan ikat longgar) yang melapisinya. Pelepasan *plasenta* bisa diprediksi dengan mengamati beberapa tanda berikut:

- a. Uterus melingkar.
- b. Uterus bergerak ke atas dikarenakan plasenta dilepaskan ke uterus segmen bawah.

- c. Umbilikal semakin memanjang.
- d. Perdarahan.

#### 4. Kala-IV

Kala-IV merupakan tahapan pelaksanaan observasi terhadap perdarahan postpartum, yang biasanya timbul saat 2 jam setelah melahirkan. Yang diobservasi yaitu TTV, kontraksi uterus, dan perdarahan.

## 2.2 Fisiologis Kala-I

### A. Uterus

Kontraksi dimulai dari fundus sampai menyebar secara terus menerus menuju bagian depan perut dan bawah perut. Kontraksi akan terhenti pada periode paling panjang serta paling keras. Pada saat uterus sedang kontraksi dan relaksasi, ada kemungkinan kepala janin telah memasuki rongga panggul.

### B. *Serviks*

Sebelum persalinan, *serviks* berubah menjadi lunak. Menurut Eka & Kurnia (2014) ada 2 perubahan yang mendasar yaitu pendataran dan dilatasi *serviks* yang telah melunak. Pendataran dari *serviks* merupakan pemendekan dan penipisan dari *serviks*, yang pada awalnya hanya sebuah saluran dengan panjang 1 cm sampai 2 cm menjadi hanya suatu lubang tipis dan pendek. (Kurinarum, 2016).

Dilatasi merupakan pelebaran pada *serviks* eksternal. Ketika uterus berkontraksi menyebabkan tekanan di selaput ketuban, serta menimbulkan tekanan hidrostatis yang melebarkan *serviks*. Dilatasi dievaluasi melalui ukuran diameter *serviks* dalam cm (sentimeter), *serviks* disebut telah mencapai pembukaan lengkap pada ukuran 0-10 cm (Eka & Kurnia, 2014).

### C. *Bloody show*

Menurut Kurinarum (2016) secara umum Ibu akan mengeluarkan darah dari *serviks*, dengan konsentrasi sedikit sampai sedang. *Bloody show* merupakan tanda dalam persalinan yang biasanya berlangsung dalam 24-48 jam (Eka & Kurnia, 2014).

## 2.3 Konsep Nyeri Persalinan

### A. Definisi

Nyeri persalinan adalah perasaan tidak nyaman yang sangat subjektif dan hanya orang yang mengalaminya yang dapat menjelaskan dan mengevaluasi perasaan tersebut (Soeparno et al., 2020). Pada persalinan pervaginam, nyeri timbul karena kontraksi uterus, dilatasi *serviks*, dan distensi perineum. Impuls sensorik yang dibawa oleh serat syaraf aferen viseral dari rahim kemudian masuk ke medulla spinalis pada segmen torakal ke-10, ke-11 dan ke-12 serta segmen lumbal pertama (T10 sampai L1) (Marmi, 2016). Nyeri persalinan timbul karena

adanya regangan di segmen bawah uterus dan *serviks*, serta adanya iskemik otot uterus (Andarmoyo & Suharti, 2013).

Menurut Andarmoyo dan Suharti (2013) Intensitas nyeri dalam persalinan sederajat dengan kekuatan pada saat kontraksi dan tekanannya.

## B. Penyebab nyeri persalinan

Penyebab rasa nyeri persalinan antara lain faktor fisiologis dan faktor psikologis (Andarmoyo, 2013).

### 1. Faktor fisiologis

Faktor fisiologis yang dimaksudkan sebagai penyebab nyeri ialah kontraksi. Kontraksi ini dapat menyebabkan rasa nyeri karena otot-otot uterus memanjang kemudian memendek. Intensitas nyeri dari pembukaan pertama hingga pembukaan lengkap akan semakin kuat dan sering setara dengan kekuatan saat kontraksi dan tekanan janin terhadap panggul diikuti regangan dan robekan pada jalan lahir. Berawal dari tidak ada pembukaan sampai pembukaan 2 cm, rasa nyeri datang dengan yang rata-rata waktu 2 kali 10 menit, yang berlangsung selama kurang lebih 8 jam. Sedangkan menurut Ayu dan Supliyani (2017) mengatakan bahwa faktor fisiologis yang mempengaruhi nyeri persalinan yaitu kontraksi uterus, dilatasi *serviks*, tekanan kepala janin pada pelvik, dan peregangan jalan lahir.

## 2. Faktor psikologis

Nyeri yang terlalu kuat dapat memunculkan perasaan cemas yang dapat menjadikan hormon prostaglandin berproduksi dan timbul stres. Stres atau cemas yang berlebih akan berpengaruh terhadap kemampuan meredam nyeri. Ayu dan Supliyani (2017) menyatakan bahwa kecemasan yang berlebih juga dapat menyebabkan kadar katekolamin dalam darah meningkat sehingga mengakibatkan peningkatan aliran darah menuju pelvik dan peningkatan ketegangan pada otot. Tubuh merespon hal tersebut berupa penyempitan dan menghambat aliran darah dan juga oksigen sehingga berdampak pada kerja otot uterus. Otot bawah uterus yang semestinya bekerja dengan melemas dan membuka justru kaku sehingga janin tidak mampu turun ke jalan lahir, hal ini yang menimbulkan nyeri hebat pada ibu bersalin.

### C. Fisiologis Nyeri Persalinan Kala-I

Nyeri persalinan kala-I ditimbulkan oleh stimulus yang dihantarkan syaraf pada *serviks* dan uterus bawah. Nyeri yang timbul ini adalah nyeri *visceral* dari kontraksi uterus dan aneksa. Intensitas nyeri pada persalinan kala-I bersangkutan dengan kekuatan dan tekanan yang ditimbulkan ketika berkontraksi.

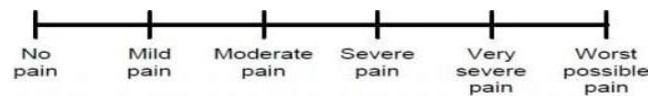
Saat persalinan, apabila *serviks* berdilatasi dengan lambat atau pada kondisi dimana posisi janin tidak normal akan mengakibatkan

distorsi mekanik, kontraksi kuat disertai nyeri hebat, dikarenakan kontraksi pada uterus melawan obstruksi.

#### D. Pengukuran Nyeri

Pengukuran nyeri dapat dilakukan dengan menggunakan skala berikut ini :

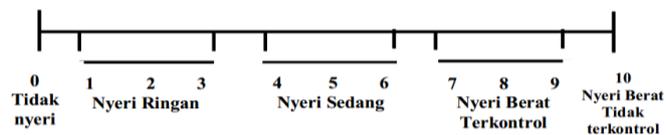
##### 1. Skala deskriptif verbal



Gambar 2.1 Skala deskriptif verbal  
Sumber : Andarmoyo (2013)

Skala deskriptif verbal atau *Verbal Descriptor Scale (VDS)* merupakan sebuah garis yang terdapat beberapa kalimat pendeskripsi yang tersusun dalam jarak yang sama pada sepanjang garis. Pada pengukuran ini, diurutkan dari “tidak ada nyeri” sampai “nyeri tidak terkontrol” atau “nyeri tidak tertahankan”. Dalam melakukan pengukuran, perawat meminta pasien untuk menunjukkan suatu kategori yang menggambarkan nyerinya (Andarmoyo, 2013).

##### 2. Skala numerik



Gambar 2.2 Skala numerik  
Sumber : Andarmoyo (2013)

Skala numerik atau *Numerical Rating Scale (NRS)* merupakan pengganti skala deskriptif. Dalam pengukuran intensitas nyeri, klien menggunakan skala 0-10. Intensitas nyeri di angka 0 adalah “tidak ada nyeri”, intensitas nyeri di angka 1-3 adalah “nyeri ringan”, intensitas nyeri di angka 4-6 adalah “nyeri sedang”, intensitas nyeri di angka 7-10 adalah “nyeri berat” (Potter & Perry, 2005).

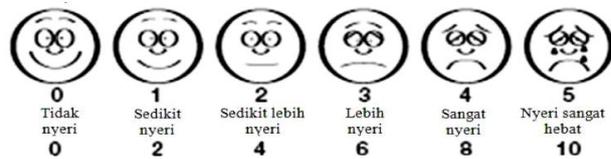
### 3. Skala analog visual



Gambar 2.3 Skala analog visual  
Sumber : Andarmoyo (2013)

Skala analog visual atau *Visual Analog Scale (VAS)* ialah garis lurus dengan panjang 10 cm yang mewakili intensitas nyeri dan terdapat pendeskripsi verbal pada setiap ujungnya. Dalam pengukuran intensitas nyeri, klien diminta untuk menunjukkan satu posisi disepanjang garis tersebut dengan memberikan. Biasanya pada ujung kiri bertandakan “tidak ada nyeri”, dan pada ujung kanan bertandakan “nyeri sangat berat” atau “nyeri tidak tertahankan” (Andarmoyo, 2013).

#### 4. Skala wong *baker faces*



Gambar 2.4 Skala *Wong Baker Faces*  
Sumber : Andarmoyo (2013)

Skala yang terdiri dari enam wajah tersenyum yang menunjukkan tidak ada nyeri, secara berurutan meningkat pada gambar wajah kurang senang, hingga wajah ketakutan yang menunjukkan adanya nyeri dengan intensitas tinggi atau sangat (Potter & Perry, 2005).

## 2.4 *Counterpressure Massage*

### A. Definisi

*Counterpressure massage* merupakan suatu teknik *non farmakologi* yang efektif mengurangi nyeri persalinan kala-I fase aktif (Daiyah, 2020). *Counterpressure massage* termasuk teknik yang digunakan untuk mengurangi nyeri serta dapat memberikan perasaan menyenangkan serta melawan ketidaknyamanan saat kontraksi atau diantara kontraksi pada persalinan (Juniartati & Widyawati, 2018).

*Counterpressure massage* adalah pemberian tekanan secara terus menerus dengan menggunakan kepalan salah satu telapak tangan pada

tulang sakrum Ibu bersalin. *Counterpressure massage* bisa dilakukan dengan gerakan lurus atau lingkaran kecil (Danuatmaja, 2014).

#### B. Manfaat *Counterpressure Massage*

Menurut Yulianingsih *et al.*, (2019) manfaat dari pemberian *counterpressure massage* yaitu :

1. Gerbang pesan nyeri dapat tertutup, yang akan menghantarkan sinyal nyeri ke medula spinalis dan otak. Oleh karena itu, pemberian *counterpressure massage* merupakan kebenaran dari *Gate Control Theory* (Pasongli *et al.*, 2014).
2. Tekanan yang kuat dalam pemberian *counterpressure massage* mengaktifkan senyawa endorphin, sehingga dapat menghambat pesan nyeri dan penurunan sensasi nyeri.

#### C. Teknik *Counterpressure Massage*

*Counterpressure massage* dilakukan dengan pemberian tekanan pada tulang sakrum seorang Ibu bersalin pada saat kontaksi menggunakan pangkal atau kepalan dari salah satu telapak tangan (Andarmoyo, 2013).

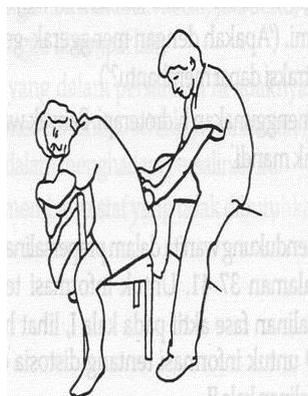
Menurut Maryunani (2016) langkah-langkah yang dilakukan dalam pelaksanaan *counterpressure massage* sebagai berikut :

1. Dengan memberikan pijatan berupa tekanan yang kuat, cara melakukannya yaitu dengan meletakkan tumit tangan, atau dapat juga menggunakan bola tenis.

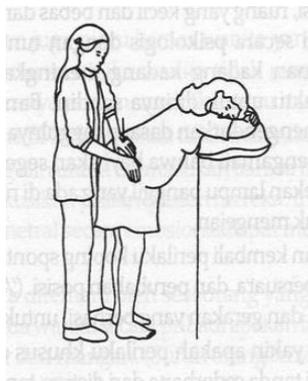
2. Penekanan dilakukan dibagian punggung bawah pada saat nyeri.
3. Tekanan pada *counterpressure massage* dapat diberikan dengan berupa gerakan lurus atau gerakan lingkaran kecil.
4. Penekanan dilakukan dalam waktu selama 30-90 detik.
5. Prosedur dilakukan selama 3 kali secara berturut-turut.
6. *Counterpressure massage* tidak dapat diteruskan apabila Ibu bersalin merasa bahwa tindakan ini tidak dapat mengurangi rasa nyeri.

Menurut Simkin (2005) menjelaskan bahwa cara yang dapat dilakukan pada pelaksanaan *counterpressure massage* yaitu :

1. Cara 1, yaitu dengan melakukan tekanan yang kuat dan kontinuitas pada tulang sakrum Ibu bersalin dengan kepala dari salah satu tangan, atau menggunakan bola tenis.
2. Cara 2, yaitu dengan meremas dan memberikan tekanan pada arah titik pusat panggul, menggunakan telapak tangan secara kontinu selama kontaksi.



Gambar 2.5 Teknik *counterpressure* cara 1  
Sumber : Simkin (2005)



Gambar 2.6 Teknik *counterpressure* cara 2  
Sumber : Simkin (2005)

## 2.5 Literature review

Tabel 2. 1 Jurnal Kebidanan Vol.12 No.1, Mei 2020

Judul Jurnal	Keefektifan <i>Counterpressure Massage</i> terhadap Intensitas Nyeri Kala-I Fase Aktif Persalinan di Puskesmas Rawat Inap Langgam Kabupaten Pelalawan.
Penulis	Isrowiyatun Daiyah
Responden	15 responden
Teori	Pada kala-I terjadi kontraksi, penurunan terbawah janin, dan penekanan pada jalan lahir yang menyebabkan nyeri pada Ibu bersalin (Wiknjosastro, 2008). Berawal dari adanya ketegangan yang kecil, hingga meningkat sampai pembukaan lengkap pada <i>serviks</i> dan siap untuk kelahiran janin (Rohani dkk, 2011). <i>Counterpressure massage</i> memiliki kontribusi besar dalam mengatasi rasa nyeri pada saat persalinan kala-I fase aktif. Dalam penelitian Sadat <i>et. al</i> tahun 2008 secara signifikan <i>manual massage</i> dapat mengurangi nyeri dan waktu dalam proses kala-I fase aktif. Dalam Schott dan Priest (2008), perempuan yang diberikan <i>massage</i> saat partus mendapati pengurangan kecemasan dan nyeri, serta lama durasi partus lebih cepat secara bermakna (Field <i>et. al</i> , 1997). Rejeki, dkk didalam penelitiannya, menyatakan bahwa <i>counter pressure massage</i> lebih ampuh mengurangi nyeri pinggang saat partus daripada <i>Back-Effleurage massage</i> .
Hasil	Berdasarkan hasil penelitian, dari 15 responden sebelum diberikan <i>counterpressure massage</i> terdapat sebanyak 6 responden (40%) dengan intensitas nyeri sedang, dan terdapat sebanyak 9 responden (60%) dengan intensitas nyeri berat. Dan hasil setelah diberikan <i>counterpressure massage</i> pada ibu bersalin di Puskesmas Rawat Inap Langgam Kabupaten Pelalawan terdapat sebanyak 14 responden (93,3%) dengan intensitas nyeri ringan, dan terdapat sebanyak 1 responden

	(6,7%) dengan intensitas tanpa nyeri (nyeri hilang).
Pembahasan	Hasil penelitian didapatkan bahwa intensitas nyeri sebagian responden sebelum dilakukan <i>counterpressure massage</i> sebagian besar adalah nyeri berat yaitu terdapat 9 responden (60%) dan sehabis dilakukan <i>counterpressure massage</i> pada Ibu bersalin kala-I fase aktif di Puskesmas Rawat Inap Langgam Kabupaten Pelalawan nyeri responden sebagian besarnya adalah nyeri ringan yaitu terdapat 14 responden (93,3%). Sebelum dilakukan <i>counterpressure massage</i> skala nyeri teringan : 5 dan skala nyeri terberat : 8, dengan rata-rata 6,73. Dan setelah dilakukan <i>counterpressure massage</i> dinyatakan bahwa skala nyeri terendah adalah 0 dan skala nyeri terberat adalah 3, dengan nilai rata-rata 1,73. Menurut peneliti, ibu yang melahirkan pada kala-I tahap aktif dengan tingkat nyeri sedang dan berat disebabkan adanya beberapa faktor antara lain faktor usia, paritas dan pengalaman masa lalu. Berdasarkan penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan <i>counterpressure massage</i> , serta membuktikan bahwa <i>counterpressure massage</i> efektif untuk menurunkan tingkatan nyeri pada saat kala-I fase aktif.

Tabel 2. 2 Jurnal Kesehatan Vol.17 No.2, Agustus 2019

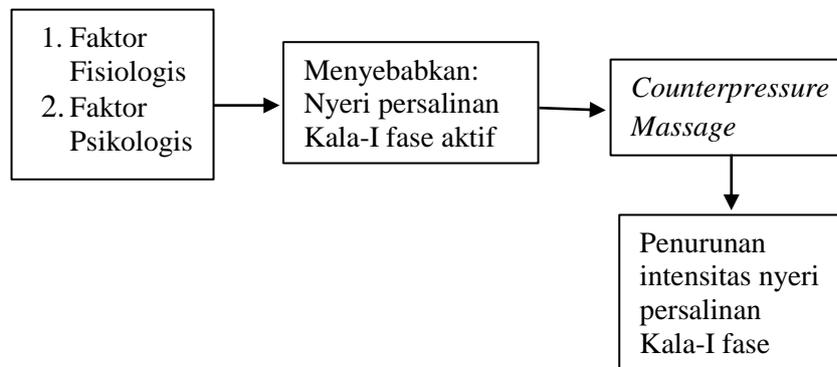
Judul Jurnal	Teknik <i>Massage Counter pressure</i> terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala-I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD. Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo
Penulis	Endah Yulianingsih Hasnawatty Surya Porouw Suwarni Loleh
Responden	20 responden
Teori	Nyeri partus yaitu suatu pengalaman subjektif yang timbul dari iskemik otot uteri, distensi uterus bagian bawah, otot dasar pinggul dan perineum (M.A.R Kb, Hasnah 2019). Upaya penurunannya yakni dengan teknik <i>non farmakologi counterpressure massage</i> , yaitu pemberian tekanan pada jarngan lunak, tanpa merubah gerakan atau posisi sendi guna menghilangkan nyeri, memunculkan relaksasi, serta memulihkan situasi (Rosalina (2017)). Dengan pemberian <i>counterpressure massage</i> gerbang nyeri ditutup, serta tekanan yang kuat dalam pemberian <i>massage counterpressure</i> dapat menghidupkan senyawa endorphen, lalu dapat menghambat pesan nyeri dan penurunan sensasi nyeri.
Hasil	Dari 20 responden, sebelum dilakukan teknik <i>counterpressure massage</i> terdapat 5 responden (25%) dengan intensitas nyeri sedang, terdapat 10 responden (50%) di intensitas nyeri berat, dan terdapat 5 responden (25%) di intensitas nyeri sangat berat. Kemudian hasil sesudah dilakukan <i>counterpressure massage</i> , terdapat 7 reponden (35%) di intensitas nyeri ringan, terdapat 9 responden (45%) di intensitas nyeri sedang, dan terdapat 4 responden (20%) dengan intensitas nyeri berat.

---

Pembahasan	<p>Pada analisis univariat hasil penelitian menyatakan bahwa sebelum dilakukan <i>counterpressure massage</i> mayoritas nyeri yang dialami responden adalah nyeri berat 50%, dan setelah dilakukan <i>counterpressure massage</i> sebanyak 20% responden yang mendapati nyeri berat. Kemudian pada analisa bivariat menunjukkan bahwa nilai rata-rata nyeri yang dialami responden sebelum dilakukan <i>counterpressure massage</i> adalah 3.00 dan nilai rata-rata sesudah diberikan <i>counterpressure massage</i> adalah 1.85. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Melzack dan Wall (1965) yang mengatakan bahwa stimulasi ringan secara aktual dapat menghambat sensasi nyeri, yang artinya bahwa massase <i>counter pressure</i> akan memberikan rasa nyaman pada ibu bersalin selama tahapan pertama persalinan dalam menurunkan nyeri secara efektif. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terjadi penurunan rasa nyeri sesudah dilakukan <i>counterpressure massage</i>, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh <i>counterpressure massage</i> terhadap penurunan tingkat nyeri pada Ibu bersalin kala-I fase aktif di RSUD. MM Dunda Limboto.</p>
------------	---

---

## 2.6 Kerangka Teori

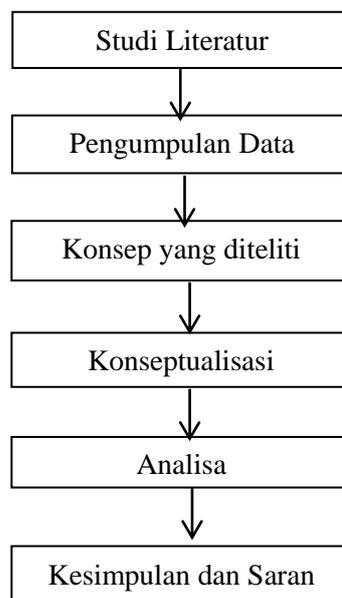


Gambar 2.7 Kerangka Teori

## **BAB III**

### **METODOLOGI KEPERAWATAN**

#### **3.1 Diagram Alir**



Gambar 3.1 Diagram alir konsep yang diteliti

#### **3.2 Studi Literatur**

Jenis penelitian pada karya tulis ilmiah ini yakni menggunakan metode studi literatur. Metode studi literatur merupakan teknik pengumpulan data dengan melakukan studi menelaah buku, literatur, catatan, dan laporan yang mempunyai keterkaitan dengan masalah yang ingin dipecahkan (Nazir, 2013).

Studi literatur ini dengan mencari sumber-sumber tertulis, baik sumber yang berupa buku, arsip, majalah, artikel, jurnal atau dokumen yang

relevan dengan permasalahan yang dikaji, sehingga informasi yang diperoleh dari studi kepustakaan ini dapat dijadikan rujukan guna memperkuat argumen yang ada. Studi literatur merupakan serangkaian kegiatan yang berkaitan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian. Studi literatur dapat juga diperoleh dari berbagai sumber, jurnal, buku dokumentasi, internet dan pustaka (Sujarweni, 2014).

### **3.3 Pengumpulan Data**

Data yang digunakan bersumber dari jurnal, artikel ilmiah, buku-buku dan literatur-literatur yang berhubungan dan berisi tentang konsep yang diteliti

### **3.4 Konsep yang diteliti**

Konsep yang diteliti yaitu pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin.

### **3.5 Konseptualisasi**

Studi literatur ini diawali dengan penelusuran di situs resmi *google scholar* dengan menggunakan kata kunci seperti : *counterpressure massage*, nyeri persalinan, kala-I fase aktif. Kemudian muncul ±300 jurnal yang berkaitan dengan kata kunci. Berbagai jurnal yang muncul tersebut disesuaikan dengan kriteria inklusi dan tema pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala-I fase aktif.

Setelah didapatkan sebanyak 16 jurnal yang sesuai, hanya 2 literatur atau jurnal yang diambil peneliti untuk dilakukan analisis.

Tabel 3.1 Kriteria inklusi data

Kriteria	Inklusi
Tahun Penerbitan	2015-2020 (rentang waktu penerbitan jurnal maksimal 5 tahun terakhir)
<i>Keyword</i>	<i>Counterpressure massage</i> , nyeri persalinan, kala-I fase aktif
Subjek	Ibu bersalin

### 3.6 Analisa

Studi literatur ini dilakukan dengan mengelompokkan data-data yang sejenis yang sesuai dengan kriteria inklusi dan tema penelitian, serta sesuai dengan konsep yang diteliti untuk menjawab tujuan dari penelitian. Beberapa literatur atau jurnal yang sudah dikelompokkan kemudian dikumpulkan dan dibuatlah ringkasan jurnal meliputi judul jurnal, nama peneliti, tahun penerbitan, responden, teori yang digunakan, hasil dan pembahasan, serta kesimpulan jurnal.

Dari data-data yang sudah dikumpulkan, terdapat 2 literatur atau jurnal yang diambil oleh peneliti untuk dilakukan analisis terkait dengan teori dan hasil yang akan dijadikan literatur dalam intervensi asuhan keperawatan. Literatur yang digunakan kemudian dicari persamaan dan perbedaan untuk dibahas dan ditarik kesimpulan apakah *counterpressure massage* bisa dijadikan literatur dalam pemberian asuhan keperawatan pada nyeri persalinan kala I fase aktif.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil

Tabel 4.1 Hasil Analisa Persamaan dan Perbedaan 2 Jurnal

Point yang ditelaah	Persamaan	Perbedaan
1. Judul Jurnal		a. Jurnal 1 Keefektifan <i>Counterpressure Massage</i> terhadap Intensitas Nyeri Kala-I Fase Aktif Persalinan di Puskesmas Rawat Inap Langgam Kabupaten Pelalawan b. Jurnal 2 Teknik <i>Massage Counter pressure</i> terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala-I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD. Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo
2. Tujuan		a. Jurnal 1 Menganalisis keefektifan <i>counterpressure massage</i> terhadap tingkatan nyeri kala-I fase aktif persalinan b. Jurnal 2 Menganalisa pengaruh teknik <i>massage counterpressure</i> terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada ibu bersalin
3. Penulis dan jurnal		a. Jurnal 1 Isrowiyatun Daiyah tahun 2020 oleh EMBRIO : Jurnal Kebidanan Vol.12 No.1 b. Jurnal 2 Endah Yulianingsih, Hasnawatty Surya Porouw, Suwarni Loleh tahun 2019 oleh GASTER : Jurnal Kesehatan Vol.17 No.2

4. Lokasi Penelitian		a. Jurnal 1 Puskesmas Rawat Inap Langgam Kabupaten Pelalawan b. Jurnal 2 RSUD. Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo
5. Waktu Penelitian		a. Jurnal 1 Februari sampai Juni 2017 b. Jurnal 2 Mei sampai Juni 2018
6. Metode Penelitian	<i>Pre experiment</i> melalui rancangan <i>one group pretest and posttest design</i>	
7. Responden	Merupakan ibu dengan persalinan kala-I fase aktif	a. Jurnal 1 15 responden b. Jurnal 2 20 reponden
8. Teknik Sampling		c. Jurnal 1 <i>Purposive Sampling</i> d. Jurnal 2 <i>Accidental Sampling</i>
9. Instrumen yang digunakan dalam Penelitian	Lembar observasi skala nyeri menggunakan <i>Numerical Rating Scale (NRS)</i> / penilaian nyeri numeric	
10. Uji Analisa Data		a. Jurnal 1 Uji <i>Saphiro Wilk Test</i> b. Jurnal 2 Uji <i>Wilcoxon</i>
11. Hasil Penelitian	Membuktikan bahwa <i>counterpressure massage</i> dapat mengurangi atau menurunkan intensitas nyeri kala-I fase aktif persalinan	a. Jurnal 1 Hasil penelitian dari 15 responden, sebelum diberikan <i>counterpressure massage</i> terdapat sebanyak 6 responden (40%) dengan intensitas nyeri sedang, dan terdapat sebanyak 9 responden (60%) dengan intensitas nyeri berat. Kemudian hasil setelah diberikan <i>counterpressure massage</i> terdapat sebanyak 14 responden (93,3%) dengan intensitas nyeri ringan, dan terdapat sebanyak 1 responden (6,7%) dengan intensitas tanpa nyeri (nyeri hilang). b. Jurnal 2 Hasil penelitian dari 20

---

responden, sebelum dilakukan teknik *massage counterpressure* terdapat 5 responden (25%) dengan intensitas nyeri sedang, terdapat 10 responden (50%) dengan intensitas nyeri berat, dan terdapat 5 responden (25%) dengan intensitas nyeri sangat berat. Kemudian hasil sesudah dilakukan *massage counterpressure* terdapat 7 responden (35%) dengan intensitas nyeri ringan, terdapat 9 responden (45%) dengan intensitas nyeri sedang, dan terdapat 4 responden (20%) dengan intensitas nyeri berat.

---

## 4.2 Pembahasan

Penelitian ini dilakukan tanggal 12 November 2020 sampai dengan 20 Mei 2021. Hasil *literature review* dari kedua jurnal didapatkan bahwa ada pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif menjadi nyeri ringan sampai nyeri sedang. Intensitas nyeri yang paling banyak dialami responden sebelum dilakukan *counterpressure massage* adalah nyeri berat. Setelah dilakukan *counterpressure massage* turun menjadi nyeri ringan sampai nyeri sedang. Seperti yang tertera pada tabel 4.2 dibawah.

Tabel 4.2 Tingkat Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan *Counterpressure Massage*

	Tingkat Nyeri pada Sebagian Besar Responden	
	Sebelum dilakukan <i>counterpressure massage</i>	Setelah dilakukan <i>counterpressure massage</i>
Jurnal 1	Nyeri berat	Nyeri ringan
Jurnal 2	Nyeri berat	Nyeri sedang

Kala-I fase aktif merupakan tahapan persalinan yang panjang, dikarenakan penipisan dan pembukaan serviks memerlukan waktu yang lebih lama (Daiyah, 2020). Pada kala-I, terjadi kontraksi yang menyebabkan rasa nyeri pada ibu bersalin. Dimana intensitas nyeri dari pembukaan pertama hingga pembukaan lengkap akan semakin kuat dan sering setara dengan kekuatan saat kontraksi dan tekanan janin terhadap panggul diikuti regangan dan robekan pada jalan lahir. Nyeri ini ditimbulkan oleh stimulus yang dihantarkan syaraf pada *serviks* dan uterus bawah (Andarmoyo, 2013).

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri persalinan, diantaranya yaitu umur dan parietas. Umur yang *relative* muda memiliki faktor *stressor* dan toleransi nyeri yang tinggi sehingga meningkatkan persepsi nyeri. Menurut Hutahaean (2009) umur ibu yang lebih muda memiliki sensori nyeri yang lebih intens dan memiliki kondisi psikis yang masih labil sehingga dapat memicu kecemasan dan nyeri yang dirasakan akan menjadi lebih kuat dibandingkan dengan umur ibu yang lebih tua. Umur ibu bersalin juga memiliki keterkaitan dengan faktor parietas yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri kala-I fase aktif. Pada ibu primipara yang memang belum pernah memiliki pengalaman dalam melahirkan khususnya pengalaman terhadap nyeri saat persalinan menjadikan ibu sulit untuk mengantisipasi nyerinya dibandingkan ibu multipara. Dan juga proses melahirkan pada ibu primipara berbeda dengan ibu multipara. Pada primipara penipisan pada *serviks* terjadi lebih dulu dari dilatasi *serviks*. Sedangkan pada multipara proses penipisan dan dilatasi *serviks* terjadi secara bersamaan,

maka kecenderungan nyeri pada primipara lebih berat dibandingkan pada multipara (Adam & Umboh, 2015).

Nyeri persalinan dapat dikendalikan melalui 2 cara yaitu farmakologi dan *non* farmakologi. Penghilang nyeri secara farmakologi yakni dengan menggunakan obat-obatan kimiawi, sedangkan secara *non* farmokologi adalah metode penghilang rasa nyeri melalui teknik relaksasi yang merupakan tindakan eksternal yang bisa mempengaruhi respon internal individu terhadap nyeri (Soeparno *et al.*, 2020). *Counterpressure massage* merupakan suatu teknik *non* farmakologi yang dapat digunakan dalam mengurangi nyeri persalinan kala-I fase aktif.

*Counterpressure massage* adalah pemberian tekanan secara terus menerus menggunakan kepalan salah satu telapak tangan dengan gerakan lurus atau lingkaran kecil pada tulang sakrum Ibu bersalin. Menurut Andarmoyo (2013), *massage/massase* merupakan suatu teknik *non* farmokologi dalam strategi penatalaksanaan nyeri melalui pemberian tekanan pada pusat nyeri yang dapat bermanfaat untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi, dan/atau memperbaiki sirkulasi.

Dengan pemberian *counterpressure massage* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla spinalis dan otak, selain itu dengan tekanan yang kuat pada saat dilakukan teknik tersebut maka akan dapat mengaktifkan senyawa endorpin yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan penurunan sensasi nyeri (Farida & Sulistiyanti, 2019).

Senyawa endorphin sendiri merupakan pereda rasa nyeri alami, yang juga dapat menciptakan perasaan nyaman pada ibu bersalin (Aryanti & Ningsih, 2019)

Pasongli *et al.* (2014) dalam penelitiannya menyatakan bahwa *counterpressure massage* yang dilakukan pada saat kontraksi selama 20 menit pada tulang sakrum ibu bersalin dapat membantu mengurangi nyeri. Dimana *counterpressure massage* bekerja dengan merangsang pengeluaran *hormone endhopine*, mengurangi produksi *cathecolamine*, dan merangsang serabut syaraf aferen dalam memblokir transmisi rangsang nyeri (*gate control theory*), sehingga membantu mengurangi nyeri persalinan (Puspitasari & Astuti, 2017).

*Counterpressure massage* dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan *non farmakologi* dalam menurunkan intensitas nyeri kala-I fase aktif sebab tidak memerlukan biaya mahal, dan juga prosedur yang mudah dilakukan secara mandiri oleh keluarga atau pendamping ibu bersalin apalagi dengan adanya pendampingan suami pada saat pelaksanaan *counterpressure massage* akan dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin. Adam & Umboh (2015) menyatakan bahwa ibu yang memperoleh pendampingan suami pada saat melahirkan akan merasakan adanya dukungan emosional dari suami/keluarga, dimana hal itu dapat mengalihkan perhatian ibu bersalin juga menurunkan tingkat *stressor* yang menjadi stimulus nyeri persalinan sehingga intensitas nyeri akan berkurang. Kehadiran seorang suami atau keluarga juga menjadi pengaruh bagi ibu

bersalin karena dapat memberikan perhatian, rasa aman dan nyaman, serta mengurangi ketegangan ibu sehingga dapat mempercepat proses persalinan (Yulianti, 2013).

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

- A. Terdapat pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin.
- B. Tingkat intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin sebelum dilakukan *counterpressure massage* adalah nyeri berat.
- C. Penurunan tingkat intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin setelah dilakukan *counterpressure massage* adalah nyeri ringan sampai nyeri sedang.

#### 5.2 Saran

- A. Bagi peneliti selanjutnya  
Diharapkan dapat mengembangkan variabel penelitian mengenai pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin
- B. Bagi institusi pendidikan kesehatan  
Diharapkan perpustakaan memperbanyak *e-book* dan *literature* terbaru mengenai pengaruh *counterpressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala-I fase aktif pada Ibu bersalin agar dapat dijadikan sumber atau referensi bagi peneliti selanjutnya.

C. Bagi institusi pelayanan kesehatan

Diharapkan perawat dapat memberikan edukasi tentang *counterpressure massage* kepada pasien atau keluarga Ibu bersalin dan juga dapat mengaplikasikan teknik *counterpressure massage* sebagai intervensi untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan kala-I fase aktif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adam, J., & Umboh, J. M. L. (2015). Hubungan antara Umur, Parietas dan Pendampingan Suami dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Deselarasi di Ruang Bersalin RSUD Prof . Dr . H . Aloe Saboe Kota Gorontalo Correlation between Age , Parity and Husband Assistance with Childbirt. *JIKMU*, 5 (2a), 406–413.
- Andarmoyo, Sulistyoo., & S. (2013). *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan : Konsep dan Aplikasi Manajemen Nyeri Persalinan*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media.
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. 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.
- Ayu, N. G., & Supliyani, E. (2017). Karakteristik Ibu Bersalin Kaitannya Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di Kota Bogor. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(4), 204–210. <http://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/viewFile/629/563> (Diakses pada 23 Desember 2020)
- Bobak IM, L. D., dkk. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas (Maternity Nursing)*. Jakarta : EGC.
- Budiarti, A. (2020). Pengaruh Terapi Massage Counterpressure Terhadap Nyeri Kala I Pada Ibu Inpartu Di BPS Desa Durjan, Bangkalan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 3(1), 14. <https://doi.org/10.32584/jikm.v3i1.79> (Diakses pada 9 November 2020)
- Daiyah, I. (2020). Keefektifan Counter Preassure Massage terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan di Puskesmas Rawat Inap Langgam Kabupaten Pelalawan. *Embrio*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.36456/embrio.v12i1.2386> (Diakses pada 3 November 2020)
- Danuatmaja. (2014). *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta : Puspa Swara.
- Eka & Kurnia. (2014). *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)*. Jakarta :Trans Info Media.
- Endarti, A. T., & Nadia, &. (2016). Pengaruh Massage Counter-Pressure terhadap

Adaptasi Nyeri Persalinan Kala 1 dan Kecepatan Pembukaan Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(September), 7–13.

Farida, S., & Sulistiyanti, A. (2019). Metode Counterpressure Sebagai Upaya Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *Smiknas*, 217–222.

Fasikhatun, E., Sulistyowati, P., & Layliyah, Z. (2019). Gambaran Nyeri Sebelum Dan Sesudah Di Lakukan Tindakan Effleurage Massage Kepada Ibu Post Partum Primipara Di Rsud Dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga. *Journal of Nursing and Health (JNH)*, 4 (2), 56–62.

Fauziah, S. (2017). *Keperawatan Maternitas Volume 2 : Persalinan (Edisi Pertama)*. Jakarta : Prenada Media.

Hutahaean. (2009). *Asuhan Keperawatan Dalam Maternitas dan Ginekologi*. Jakarta : Salemba Media.

Juniartati, E., & Widyawati, M. N. (2018). Literature Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 112. <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3740> (Diakses pada 3 November 2020)

Kennedy, B., B. (2013). *Modul Manajemen Inpartum*. Jakarta : EGC.

Kurinarum, A. (2016). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta : Kemenkes Indonesia.

Marmi. (2016). *Asuhan Kebidanan pada Persalinan*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Maryunani, A. (2016). *Nyeri dalam Persalinan : Teknik & Cara Penanganannya*. Yogyakarta : Trans Info Media.

Nazir, M. (2013). *Metode Penelitian*. Bogor : Ghalia Indonesia.

Oktarina, M. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pesalinan dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta : Deepublish.

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.

Puspitasari, I., & Astuti, D. (2017). Tehnik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. 8(2), 100–106.

Rohani. (2014). *Asuhan Kebidanan pada Masa Persalinan*. Jakarta : Salemba

Media.

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. *Menara Ilmu*, XII(5), 85–92.

Simkin, P. & A. (2005). *Buku Saku Persalinan*. Jakarta : EGC.

Soeparno, W. S., Sulistyowati, & Ajiningtyas, E. S. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Journal of Nursing and Health (JNH)*, 5 (2), 74–83.

Sujarweni, V. W. (2014). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta : Gava Media.

Widiastini, L. P. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin dan Bayu Baru Lahir*. Bogor : In Media.

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://doi.org/10.30787/gaster.v17i2.374> (Diakses pada 21 November 2020)

Yuliasari, Dewi., & Santriani, E. (2015). Hubungan Counterpressure Dengan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Ibu Primipara Di BPS Hj. SULASTRI, Amd.Keb Pekalongan Lampung Timur Tahun 2013. *Pengaruh Akupresur Lo4 (He Kuk) Dan Thai Cong Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin.*, 9(2015), 9–12.

Yuliantanti. (2013). Pendampingan Suami Dan Skala Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4 (1), 1–14.