

## **PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PADA IBU BERSALIN KALA I FASE AKTIF SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN MASSAGE COUNTER PRESSURE**

**Ni Luh Putu Silvi Madalena Gomes<sup>1\*</sup>, Regina Tedjasulaksana<sup>2</sup>, Komang Erny Astiti<sup>3)</sup>**

<sup>1-3</sup>Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia

\*Korespondensi: [silvigomes684@gmail.com](mailto:silvigomes684@gmail.com)

### **ABSTRACT**

**Background:** Normal delivery is a significant moment in a mother's life, marked by the expulsion of the fetus after a full-term pregnancy, typically between 37 to 40 weeks, accompanied by intense uterine contractions. During the active phase of labor, mothers often experience peak pain due to increased frequency and strength of these contractions. One effective method to alleviate this pain is through counter pressure massage. This study aims to explore the differences in pain intensity among mothers in the active phase of labor before and after the application of counter pressure massage at RSU Permata Hati Klungkung. **Method:** This study used a pre-experimental design and purposive sampling technique. The population in this study were all mothers who underwent normal delivery in September to November 2024 with a total of 80 people, until a sample of 39 participants was determined. Data were collected through observations using a rating scale based on the Numerical Rating Score. **Result:** Data analysis was performed using the Wilcoxon test, revealing that the average pain score before the massage was 6.92, which decreased to 3.20 afterward. The Wilcoxon test yielded a p-value of 0.001, indicating a significant difference in labor pain intensity. **Conclusion:** This study shows that there is a difference in pain intensity before and after counter pressure massage is performed on mothers giving birth in the first active phase at Permata Hati Hospital, Klungkung with a p-value of 0.001.

Keywords: Maternity Mother, Labor Pains, Massage Counter Pressure.

### **ABSTRAK**

**Latar belakang:** Persalinan normal merupakan momen penting dalam kehidupan seorang ibu, ditandai dengan keluarnya janin setelah usia kehamilan cukup bulan, biasanya antara 37 sampai 40 minggu, disertai kontraksi rahim yang hebat. Pada fase aktif persalinan, ibu sering mengalami nyeri puncak akibat meningkatnya frekuensi dan kekuatan kontraksi tersebut. Salah satu cara yang efektif untuk meredakan nyeri tersebut adalah dengan pemberian counter pressure massage. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri pada ibu fase aktif persalinan sebelum dan sesudah penerapan counter pressure massage di RSU Permata Hati Klungkung. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dan teknik purposive sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang menjalani persalinan normal pada

bulan September sampai November 2024 dengan jumlah 80 orang, hingga ditentukan sampel sebanyak 39 partisipan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dengan menggunakan skala penilaian berdasarkan Numerical Rating Score. **Hasil:** Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon, didapatkan rata-rata skor nyeri sebelum dilakukan pemijatan sebesar 6,92 dan setelah dilakukan pemijatan sebesar 3,20. Uji Wilcoxon menghasilkan nilai  $p$  sebesar 0,001, yang menunjukkan perbedaan signifikan dalam intensitas nyeri persalinan. **Simpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan massage counter pressure pada ibu bersalin kala I fase aktif di RSU Permata Hati Klungkung dengan nilai  $p$ -value 0,001.

Kata kunci: Ibu Bersalin, Nyeri Persalinan, Massage Counter Pressure.

## **PENDAHULUAN**

Proses persalinan normal hampir selalu disertai dengan rasa nyeri. Rasa nyeri yang terjadi disebabkan oleh faktor fisiologis, mental, dan emosional. Keluhan nyeri persalinan yang dirasakan oleh ibu bersalin dapat memberikan rasa cemas dan kelelahan ibu dalam menjalani proses persalinan dan memberikan dampak negatif pada kemajuan persalinan serta keadaan janin dalam kandungan (Widiawati dan Legiati, 2017). Metode mengurangi nyeri persalinan yang dapat diusahakan oleh ibu ada berbagai macam cara. Metode seperti *massage*, terapi musik, aromaterapi, kompres air hangat, latihan bernafas (*breath exercise*), dan latihan menggunakan bola persalinan (*birthball*) dapat dilakukan ibu selama proses persalinan. Menurut Judha dan Fauziah (2012) *massage* atau pijatan merupakan salah satu metode mengurangi rasa nyeri yang aman, sederhana dengan biaya yang rendah serta mengacu kepada asuhan sayang ibu. Metode *massage* punggung saat persalinan dapat berfungsi sebagai *analgesic* epidural yang dapat mengurangi nyeri dan stres, serta dapat memberikan kenyamanan pada ibu bersalin. Hasil penelitian Aryani (2015) menyebutkan bahwa kadar endorphin ibu bersalin yang dimassage lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak dimassage. Makin tinggi kadar endorphin maka semakin turun intensitas nyeri yang dirasakan ibu bersalin.

*Massage counter pressure* adalah teknik pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan secara terus menerus dengan menggunakan kepalan salah satu telapak tangan pada tulang belakang ibu bersalin. *Massage counter pressure* memiliki beberapa kelebihan antara lain tidak memerlukan alat, bisa dilakukan di mana saja, praktis, non farmakologis

dan bisa menimbulkan sensasi nyaman. *Massage counter pressure* 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). Hasil penelitian Merry, Y.A., dkk. (2018) terhadap kelompok yang mendapatkan pijatan *counter pressure* dan kelompok kontrol menunjukkan hasil perbedaan rerata lama kala I fase aktif antara kelompok perlakuan dan control dengan *p value* 0,039 ( $p < 0,05$ ), yang berarti bahwa terdapat pengaruh *massage counter pressure* terhadap lama kala 1 fase aktif persalinan normal.

Rumah Sakit Umum Permata Hati merupakan salah satu Rumah Sakit yang memberikan pelayanan persalinan di Kabupaten Klungkung. Trend saat ini yang terjadi adalah meningkatnya persalinan sectio caesarea tanpa indikasi medis, salah satu penyebabnya adalah kecemasan ibu terhadap rasa nyeri yang akan dirasakan selama persalinan normal. Rumah Sakit Permata Hati menerapkan asuhan sayang ibu untuk membuat ibu merasa nyaman dan aman selama proses persalinan. Asuhan yang diberikan yaitu pemberian dukungan emosional, pemberian cairan dan nutrisi, anjuran agar ibu selalu didampingi oleh keluarganya selama proses persalinan dan membantu mengatasi rasa nyeri persalinan.

Bidan dalam prakteknya memberikan asuhan persalinan diharapkan dapat memberikan kenyamanan selama persalinan. *Massage counter pressure* dapat meningkatkan relaksasi tubuh dan mengurangi stres. Disamping itu massage merupakan asuhan yang efektif, aman sederhana dan tidak menimbulkan efek yang merugikan baik pada ibu maupun janin (Aryani, 2015). Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *massage counter pressure* pada ibu bersalin kala I fase aktif di RSU Permata Hati Klungkung.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-experiment* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang menjalani persalinan normal di RSU Permata Hati, dengan jumlah populasi ibu bersalin normal dari bulan September hingga November sebanyak 80 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling*, yaitu *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu yang bersedia menjadi responden dan ibu yang berusia 20-35 tahun. Sementara kriteria eksklusinya adalah ibu bersalin yang mengalami komplikasi seperti Fase aktif memanjang, gawat janin dan oedema jalan lahir, serta ibu bersalin yang menggunakan analgetik. Penentuan ukuran sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus ukuran sampel analitik komparatif numerik berpasangan (Dahlan, 2018), sehingga ditentukan bahwa jumlah sampel yang dicari adalah 39 orang.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar observasi yang berpedoman pada *Numerical Rating Score*. Pengukuran dilakukan pada kelompok sampel sebelum dan setelah intervensi pijat punggung bawah untuk mengetahui intensitas nyeri awal ibu bersalin. *Massage counter pressure* merupakan teknik pijatan yang menggunakan kepalan tangan dengan terus memberikan tekanan pada tulang belakang pasien selama proses kontraksi 30-90 detik dan dilakukan sebanyak 3 kali berturut-turut. Teknik ini dilakukan didaerah lumbal lima atau sakrum pada saraf torakal 10, 11, 12. Pijatan dilakukan oleh peneliti dibantu oleh enumerator. Data yang berhasil dikumpulkan kemudian dilakukan uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dengan bantuan SPSS. Hasil Uji *Shapiro-Wilk* didapatkan sebesar  $p < 0,001$ . Karena nilai  $p$  kurang dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal sehingga uji bivariat yang digunakan adalah Uji *Wilcoxon*.

Analisis dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara dua variabel yang sedang diamati, yaitu intensitas nyeri persalinan Kala 1 sebelum dan setelah diberikan intervensi *massage counter pressure*. Pertama-tama peneliti memberikan lembar observasi kepada ibu untuk menilai tingkat nyeri sebelum intervensi dengan skor 0-10. Peneliti lalu menghitung rata-rata skor dari semua responden dan mencari nilai maksimum dan nilai minimumnya. Setelah menghitung rata-rata, nilai maksimum, dan

minimum dari semua responden, peneliti memberikan perlakuan *massage counter pressure* selama kontraksi sebanyak tiga kali berturut-turut, masing-masing selama 30-90 detik. Setelah perlakuan, ibu diminta untuk menilai kembali tingkat nyeri mereka. Skor yang diperoleh dijumlahkan dan dirata-ratakan, yang kemudian digunakan untuk mengkategorikan skala nyeri. Variabel dikatakan memiliki perbedaan jika nilai  $p<0,05$  yaitu terdapat perbedaan antara *massage counter pressure* terhadap intensitas nyeri. Apabila nilai kemaknaan  $p>0,05$  maka dikatakan tidak terdapat perbedaan intensitas nyeri sebelum dan setelah diberikan *massage counter pressure*. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor DP.04.02/F.XXXII.25/0863/2024.

## **HASIL**

### **Hasil Analisis Univariat**

#### **Karakteristik subyek penelitian**

Subyek penelitian dalam penelitian ini yaitu Ibu Bersalin Kala I fase Aktif di RS Permata Hati sesuai kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 39 orang. Karakteristik responden yang diteliti dapat diuraikan berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan dan gravida disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di RSU Permata Hati

	<b>Variabel</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Usia	20-35 Tahun	39	100
Pendidikan	Dasar	0	0
	Menengah	28	71,79
	Tinggi	11	28,21
Total		39	100
Pekerjaan	Bekerja	21	53,85
	Tidak Bekerja	18	46,15
Total		39	100
Jumlah	Primigravida	14	35,90
Paritas	Multigravida	25	64,10
Total		39	100

Berdasarkan tabel 1 diatas, pada karakteristik usia dari 39 responden didapatkan bahwa keseluruhan ibu bersalin berusia 20-35 tahun. Pada karakteristik pendidikan dari 39 responden didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 71,79% berpendidikan menengah. Pada karakteristik pekerjaan dari 39 responden didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 53,85% ibu bekerja. Pada karakteristik paritas dari 39 responden didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 64,10% multigravida.

### **Hasil Analisis Bivariat**

#### **Uji Normalitas Data**

Uji normalitas data dilakukan sebelum melakukan analisis untuk menentukan apakah suatu sampel data berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk*. Hasil uji normalitas nyeri persalinan sebelum diberikan *Massage Counter Pressure* diperoleh nilai *p* yaitu 0,001, sedangkan uji normalitas nyeri persalinan sesudah diberikan *Massage Counter Pressure* diperoleh nilai *p* yaitu 0,001. Karena nilai *p* sebelum dan sesudah massage  $<0,05$  hal ini berarti data tidak berdistribusi normal. Data yang tidak terdistribusi normal maka analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*.

#### **Perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan *massage counter pressure* pada ibu bersalin Kala satu fase aktif di RSU Permata Hati.**

Berikut hasil analisis perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah *massage counter pressure* pada ibu bersalin Kala satu fase aktif di RSU Permata Hati

**Tabel 2.** Perbedaan Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah *Massage counter pressure* Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di RSU Permata Hati

	Rata-rata	Nilai Maksimum	Nilai Minimum	<i>p value</i>
Pre	7,00	8	5	0,001
Post	3,00	5	2	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa median nyeri persalinan ibu bersalin kala I fase Aktif sebelum *massage counter pressure* yaitu 7,00 dengan nilai maksimum 8 dan nilai minimum 5, sedangkan nilai median nyeri persalinan pada ibu bersalin sesudah diberikan *massage counter pressure* yaitu 3,00 dengan nilai maksimum 5 dan minimum 2. Besarnya penurunan rata-rata nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan *massage counter pressure* adalah 4,00. Berdasarkan uji statistik dengan *Wilcoxon* diperoleh nilai *p value*

0,001 yang artinya ada perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan *massage counter pressure* pada ibu bersalin Kala I Fase Aktif di RSU Permata Hati.

**Tabel 3.** Peringkat Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Massage Counter Pressure Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di RSU Permata Hati

<b>Nyeri persalinan</b>		<b>N</b>	<b>Mean rank</b>
<i>post massage- pre massage</i>	<i>Negative Ranks</i>	39	20
	<i>Positive Ranks</i>	0	0
Total		39	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa nilai Positive Ranks yaitu 0 artinya tidak ada responden yang mengalami peningkatan nyeri setelah massage. Semua responden menunjukkan pengurangan nyeri. Nilai Negative Ranks yaitu 39 menunjukkan bahwa seluruh perbedaan (selisih sesudah - sebelum) bernilai negative yang artinya nyeri berkurang signifikan setelah massage. Nila mean rank yaitu 20 artinya rata- rata rank (peringkat) dari selisih negatif adalah 20. Ini mengindikasikan bahwa perubahan nyeri sebelum dan sesudah massage cukup besar dan konsisten pada semua responden.

## PEMBAHASAN

### **Karakteristik Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif yang Mengalami Nyeri Persalinan Di RSU Permata Hati.**

Umur ibu keseluruhan dalam rentang 20 sampai 35 tahun (100%). Usia 20-35 tahun merupakan usia reproduksi sehat yang aman untuk seorang wanita mengalami kehamilan dan persalinan. Dilaporkan bahwa perempuan dibawah usia 20 tahun dua hingga lima kali lebih tinggi berisiko untuk mengalami kematian maternal dibandingkan dengan perempuan usia 20 hingga 29 tahun. Sementara kehamilan dengan usia ibu diatas 35 tahun menimbulkan kecemasan bagi ibu tentang kehamilan dan persalinannya serta organ reproduksi yang sudah terlalu tua (Prawirohardjo, 2015). Penelitian lain juga menyebutkan pada rentang usia 20-35 tahun organ reproduksi dan psikologi sudah lebih matang sehingga siap untuk menghadapi persalinan (Sutrisminah *et al.*, 2021). Hasil penelitian Afritayeni (2017), menemukan adanya hubungan yang signifikan antara umur dan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas pendidikan menengah sebanyak 71,79%. Seseorang yang berpendidikan tinggi akan lebih luas pandangannya dan lebih mudah menerima ide dan tata cara kehidupan baru menggunakan pengetahuan tersebut untuk menjaga kesehatan (Perry dan Potter, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas ibu bersalin adalah bekerja sebanyak 53,85%. Ibu yang tidak bekerja memiliki lebih banyak waktu luang sehingga dapat berkonsentrasi hanya pada kehamilan dan persalinannya. Waktu luang yang dimilikinya dapat digunakan untuk mencari informasi tentang kehamilan dan persalinan (Maryuni 2020). Berdasarkan paritas pada penelitian ini didominasi oleh multigravida yaitu sebanyak 64,10%, oleh karena itu responden dalam penelitian ini sudah pernah mempunyai pengalaman dalam proses persalinan dan juga pernah mengetahui dan merasakan nyeri pada persalinan. Berbeda halnya bagi primigravida, persalinan yang dialaminya merupakan pengalaman pertama kali dan ketidaktahuan menjadi faktor penunjang timbulnya rasa tidak nyaman atau nyeri. Berdasarkan hasil penelitian Maryuni (2020) menunjukkan tidak terdapat hubungan antara paritas dan nyeri persalinan ( $p \text{ value} > 0,05$ ). Nyeri persalinan bersifat subyektif dan dipengaruhi oleh banyak faktor. Nyeri merupakan mekanisme fisiologis yang bertujuan untuk melindungi diri. Apabila seseorang merasakan nyeri maka perilakunya pun berubah. Ibu yang akan melahirkan harus mampu beradaptasi dengan nyeri.

**Nyeri persalinan sebelum diberikan *massage counter pressure* pada ibu bersalin kala I fase aktif.**

Hasil penelitian menunjukkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum diberikan massage counter pressure dengan median 7 dengan nilai maksimum 8 dan nilai minimum 5. Nyeri yang dirasakan ibu saat bersalin amat subyektif bagi setiap ibu. Rasa nyeri persalinan bersifat personal, setiap orang mempersepsikan rasa nyeri yang berbeda terhadap hasil stimulus yang sama tergantung pada ambang nyeri yang dimilikinya. Sejalan dengan penelitian Periani, dkk (2024) hasil penelitian menunjukkan nyeri persalinan sebelum dilakukan *massage counter pressure* berada pada skala 7,43 dengan rentang nyeri 8-6. Penelitian Surtiningsih (2015) juga menyebutkan nilai rata rata nyeri

pada ibu melahirkan sebelum diberikan *massage counter pressure* adalah 9,45 dengan nilai nyeri terendah adalah 9 dan tertinggi adalah 10.

Nyeri persalinan merupakan hal yang fisiologis terjadi pada ibu yang akan bersalin karena akan mengeluarkan hasil konsepsi, namun hal yang fisiologis ini akan menjadi patologis jika ibu bersalin tidak mampu mengantisipasi proses persalinan yang akan berlangsung (Utami dan Fitriahadi, 2019). Metode massage merupakan salah satu intervensi yang relatif mudah dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun keluarganya untuk membantu ibu mengurangi tingkat nyeri persalinan. Metode massage punggung saat persalinan dapat berfungsi sebagai analgesic epidural yang dapat mengurangi nyeri dan stres, serta dapat memberikan kenyamanan pada ibu bersalin. *Massage counter pressure* 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).

### **Nyeri persalinan setelah diberikan *massage counter pressure* pada ibu bersalin kala I fase aktif**

Hasil penelitian menunjukkan nilai median nyeri persalinan ibu bersalin kala I fase Aktif sesudah diberikan *massage counter pressure* yaitu 3,00 dengan nilai maksimum 5 dan minimum 2. Hasil penelitian lain juga menunjukkan penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sesudah diberikan *massage counter pressure* dengan rata-rata skala 5,31 dan nyeri paling rendah yaitu skala 4 dan skala nyeri tertinggi yaitu skala 7 (Periani, dkk., 2024). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Rilyani dkk., (2017) diketahui mean nyeri persalinan setelah pemberian *massage counter pressure* 5,77 dengan nyeri persalinan minimal 4 dan maksimal 7 diyakini benar rata-rata nyeri persalinan setelah pemberian intervensi adalah 5,35 sampai dengan 6,18.

*Massage counter pressure* dapat djadikan alternatif bagi ibu bersalin yang menginginkan metode nonfarmakologis dan meminimalkan efek samping yang ditimbulkan dari tindakan yang dilakukan tenaga kesehatan terutama penolong persalinan dalam mengurangi nyeri persalinan. Pemberian *massage counter pressure* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla spinalis dan otak, selain itu tekanan kuat pada teknik ini dapat mengaktifkan senyawa *endhorpine* yang berada di

sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan status penurunan sensasi nyeri (Merry, Y.A., dkk. 2018). *Massage counter pressure* dapat mengatasi nyeri tajam dan memberikan sensasi menyenangkan yang melawan rasa tidak nyaman pada saat kontraksi ataupun di antara kontraksi adanya penurunan dari skala nyeri persalinan mengungkapkan bahwa teknik *massage counter pressure* baik untuk dilakukan kepada ibu yang sedang bersalin di kala 1 fase aktif, sehingga membantu ibu melewati proses persalinan (Pasongli, 2014).

**Perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan *massage counter pressure* pada ibu bersalin kala I fase aktif**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa median nyeri persalinan sebelum diberikan *massage counter pressure* yaitu 7,00 dan setelah diberikan *massage counter pressure* menjadi 3,00. Besarnya penurunan rata-rata nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan *massage counter pressure* adalah 4,00. Berdasarkan uji statistik dengan *Wilcoxon* diperoleh nilai *p* value 0,001 yang artinya ada perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan *massage counter pressure* pada ibu bersalin Kala I Fase Aktif di RSU Permata Hati. Hasil juga menunjukkan *massage* efektif untuk mengurangi nyeri pada semua responden yang diuji. Tidak ada laporan peningkatan nyeri setelah *massage*. *Mean rank* sebesar 20 menunjukkan rata-rata besar pengurangan nyeri di antara responden. Semakin tinggi *mean rank*, semakin besar perbedaan rata-rata nyeri sebelum dan sesudah *massage*.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusmila dan Indrayani (2022) yang menyebutkan terdapat perbedaan rata-rata intensitas nyeri yang bermakna sebelum dan sesudah dilakukan *massage counter pressure* pada ibu bersalin. Hal tersebut menunjukkan bahwa *massage counter pressure* berpengaruh terhadap intensitas nyeri kala I persalinan, *massage counter pressure* pada ibu bersalin akan menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I. Berdasarkan hasil penelitian Rilyani dkk., (2017) diketahui rata-rata persalinan sebelum diberikan teknik *massage counter pressure* adalah 7,000 dengan standar deviasi 0,743 dan setelah diberikan teknik *massage counter pressure* adalah 5,77 dengan standar deviasi 1,104. *Massage counter pressure* 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).

Hasil penelitian Apriani dan Enderia (2021) juga didapatkan nilai  $p=0,001$  maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata intensitas penurunan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik *massage counter pressure*. Teknik *massage counter pressure* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan diantar menuju medulla spinalis dan otak selain itu senyawa endorphin dapat diaktifkan dengan memberikan tekanan yang kuat pada saat melakukan *massage counter pressure* sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat yang dapat menyebabkan penurunan intensitas nyeri terhadap ibu pasca bersalin (Pasongli, 2014).

Hasil lain juga 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 (Christiani, dkk. 2022). Menurut Buckley (2018) apabila 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 homonal. 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.

Hasil penelitian yang dilakukan Puspitasari (2017) di BPS Tri Handayani Gebog Kudus didapatkan perbedaan yang bermakna sebelum dan setelah dilakukan *massage counter pressure* terhadap nyeri persalinan kala I. Dengan dilakukan *massage counter pressure* akan menekan saraf sensorik uterus dan serviks yang akan memberikan rangsangan yang mengontrol pengendalian nyeri (Christiani dkk. 2022). Faktor-faktor lain yang dapat

mempengaruhi nyeri persalinan seperti dukungan dalam persalinan, penentraman hati, tindakan untuk meningkatkan kenyamanan ibu, kontak fisik, penjelasan tentang yang terjadi selama persalinan dan kelahiran serta sikap ramah dapat mengalihkan perhatian ibu, sepanjang ibu merasa percaya diri bahwa ibu akan menerima pertolongan dan dukungan yang diperlukan dan yakin bahwa persalinan merupakan hal yang normal merupakan faktor lain yang dapat mempengaruhi skala nyeri yang dirasakan.

**SIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *massage counter pressure* pada ibu bersalin kala I fase aktif di RSU Permata Hati Klungkung dengan nilai *p-value* 0,001. Diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan keterampilan dalam memberikan terapi pengurangan rasa nyeri non farmakologi, seperti *massage counter pressure* dengan benar sehingga pasien merasa nyaman. Pasangan suami-istri diharapkan dapat saling mendukung untuk menciptakan pengalaman persalinan yang lebih nyaman dan positif.

**DAFTAR PUSTAKA**

Afritayeni. 2017. Hubungan Umur, Paritas dan Pendamping Persalinan Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. Jurnal Endurance 2 (2): 178. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1852>

Apriani, S., Enderia, S. (2021). Pengaruh Teknik Masase Counter Pressure Terhadap Intensitas Penurunan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di BPM Herasdiana. Jurnal Delima Harapan Volume 8 Nomor 2 September 2021

Aryani,Y., Masrul, Evareny,L., (2015) Pengaruh Masase pada Punggung Terhadap Peningkatan Kadar Endorfin. Jurnal Kesehatan Andalas, 2015, 4(1)

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.

Christiani, R., Indrayani, T., dan Widowati, R., (2022). Efektivitas Massage Counterpressure terhadap Intensitas Rasa Nyeri pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif di PMB Bidan Monika Jakarta Timur. Journal for Quality in Women's Health Vol. 5 No. 1 March 2022 | pp. 107 - 113 p-ISSN: 2615-6660 | e-ISSN: 2615-6644

Dahlan, S. (2018). Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika

Judha, M., dan Fauziah, S.A., (2012). Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan. Naha Medika. Jogjakarta.

Maryuni. 2020. "Hubungan Karakteristik Ibu Bersalin dengan Nyeri Persalinan." Jurnal Stikes Siti Hajar, 116–22.

Merry, Y.A., Mardiani B., dan Olana, R.R., (2018). Pengaruh Massage Counter Pressure Terhadap Lama Kala 1 Fase Aktif Persalinan Normal. Jurnal Ilmiah Kebidanan Vol. 9 No.1.

Pasongli., (2014). Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di Rumah Sakit Advent Manado. Jurnal Ilmiah Bidan Vol. 2 No. 2.

Periani, N.M., Sriasih, N.G.K., dan Darmapartni, M.W.G., (2024). Perbedaan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Sebelum Dan Sesudah Diberikan Masase Punggung (Counterpressure). Jurnal Kebidanan. Volume 12 (1A) Juli, Tahun 2024.

Potter, dan Perry., (2010). Fundamental of Nursing edisi 7. Salemba Medika. Jakarta

Prawirohardjo, S., (2014). Ilmu Kebidanan. PT Bina Pustaka. Jakarta

Puspitasari, I., (2017). Tehnik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. Jurnal Ilmiah Kebidanan. (Online), Vol. 8 No. 2 (2017) 100-106.

Rusmila, D.S.D., dan Indrayani, D., (2022). Counter Pressure untuk Mengurangi Rasa Nyeri Persalinan (Evidence Based Case Report). Jurnal Kesehatan Siliwangi. Volume 3, No. 2, Desember 2022

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.

Surtiningsih. (2015). Efektifitas Tehnik Counter Pressure dan Endorphin Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 pada Ibu Bersalin di RSUD Ajibarang. ejournal.hpt.ac.id/stikes/pdf.php?id=JRL0000092.

Sutrisminah, Emi, Is Susiloningtyas, and Murni Jayanti. 2021. "Hubungan Usia, Paritas, Pendidikan dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Ibu Bersalin Kala I di Klinik Bersalin Esti Husada Semarang." Jurnal Kebidanan Khatulistiwa 7 (1): 15. <https://doi.org/10.30602/jkk.v7i1.718>.

Utami, I. dan Fitriahadi, E., (2019). Buku Ajar Asuhan Persalinan & Managemen Nyeri Persalinan. Universitas Aisyiyah. Yogyakarta.

Widiawati,I., dan Legiatai ,T., (2017) Mengenal Nyeri pada Primipara dan Multipara. Jurnal Bimtas FIKes-Universitas Muhamadiyah Tasikmalaya. Volume : 2, Nomer 1.