

COUNTERPRESSURE DAN EFEK TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA IBU PRIMIGRAVIDA (Counterpressure and Its Effect towards Labor Pain during 1st Active Phase in Primigravida Mother)

Ririn Harini

Jurusan Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang
email: webmaster@unix.ummm.ac.id; ri2nharini@gmail.com

Abstract: Counterpressure method is a massage or pressure on the sacrum or spine to suppress or reduce pain. Counterpressure can be done by pressing the back of the body precisely on the sacrum as pressure by hand, by the way the palm exercises deep pressure, strong on the sacrum with the heel of the hand and moving a small circle. This study aimed to determine the effectiveness of pain in the inpartu mother stage I active phase with the counterpressure treatment. This study used pre experimental research design conducted at Kanjuruhan Hospital Malang Regency for 4 months. The observation technique was performed to see the intensity of pain before and after the intervention was determined by the *-t* test formula. The instrument used the scale of Bourbonais pain and counterpressure technique observation sheet. Based on *t*-test analysis with significance level of $p < 0,05$ using SPSS version 17 got value $p = 0,002 < 0,05$ so it could be interpreted that there was difference of decreasing of pain of labor moment stage I active on Primigravida mother before and after being treated with counterpressure. From the results of this study we can conclude that primigravida mothers who perform Counterpressure techniques on a regular basis can reduce labor pain periodically. The counterpressure method can be applied in nursing care to labor pain during the first phase of activation in the mother primigravida.

Keywords: Counterpressure, Labor Pain, Primigravida

Abstrak: Metode Counterpressure merupakan pijatan atau tekanan pada *sacrum* atau tulang belakang untuk menekan atau mengurangi nyeri. Counterpressure dapat dilakukan dengan menekan bagian punggung tepatnya pada *sacrum* seperti tekanan dengan menggunakan tangan, dengan cara telapak tangan melakukan tekanan dalam, kuat pada *sacrum* dengan tumit tangan dan menggerakkan melingkar kecil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas nyeri pada ibu inpartu kala I fase aktif pada kelompok intervensi Counterpressure maupun kelompok kontrol. Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian pra eksperiment yang dilaksanakan di Rumah Sakit Kanjuruhan Kabupaten Malang selama 4 bulan. Teknik observasi dilakukan untuk melihat intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi yang ditentukan dengan rumus uji-t. Instrumen yang digunakan dengan menggunakan skala nyeri Bourbonais dan lembar observasi teknik Counterpressure. Berdasarkan uji analisis *t*-test dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$ menggunakan SPSS versi 17 didapatkan nilai $p = 0,002 < 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa ada perbedaan penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada Ibu Primigravida sebelum dan sesudah dilakukan teknik Counterpressure. Dari hasil penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa ibu primigravida yang melakukan teknik Counterpressure secara teratur dapat menurunkan nyeri persalinan secara berkala. Diharapkan metode counterpressure dapat diaplikasikan dalam asuhan keperawatan pada nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida.

Kata kunci: Counterpressure, Nyeri Persalinan, Primigravida

PENDAHULUAN

Metode dengan menggunakan massage (pemijatan) salah satunya dengan cara *Counterpressure* merupakan pijatan atau tekanan pada sacrum atau tulang belakang untuk menekan atau mengurangi nyeri. Dengan tujuan ibu dapat merasakan manfaat dilakukan *Counterpressure*. Selain mudah dilakukan diharapkan ibu mendapat kenyamanan dan nyeri pun dapat diminimalkan, *Counterpressure* dapat dilakukan dengan menekan bagian punggung tepatnya pada sacrum seperti tekanan dengan menggunakan tangan, dengan cara telapak tangan melakukan tekanan dalam, kuat pada *sacrum* dengan tumit tangan dan menggerakkan melingkar kecil. Cara kerja pijatan ini yaitu menekan tulang sacrum sehingga mengurangi ketegangan pada *sacrum* maka diharapkan dapat melenturkan dan tidak kaku serta tegang, dengan demikian nyeri dapat berkurang (Mander, 2003).

Laporan penelitian Steer (2008) di Amerika Serikat. 19,3% wanita dilaporkan mendapat *massage* untuk meredakan nyeri persalinan, hanya 5% perawat maternitas dilaporkan menggunakan metode ini bagi wanita secara individu. Ketidaksiharian ini berlawanan dengan pemberian obat seperti petidin, yang dilaporkan oleh 37,8% perawat maternitas, dimana masalah tersebut dapat diakibatkan oleh intervensi yang diidentifikasi sebagai *massage* yang dianggap hanya “menggosok punggung” oleh tenaga kesehatan. Dalam hal ini, *massage* (pemijatan) pada punggung atau *sacrum* adalah kegiatan independen perawat maternitas dimana tugas dan tanggung jawab mereka sangat besar dalam pelaksanaannya, guna menurunkan persepsi nyeri ibu inpartu kala I. Keterlibatan keluarga terutama suami dapat sebagai pemberi suport utama bagi ibu inpartu yaitu mengajarkan pada mereka tentang bagaimana menstimulasi kulit dengan langkah-langkah yang tepat pada para istrinya, sekaligus dapat memberikan dukungan moril bagi ibu inpartu terutama primigravida dalam menghadapi persalinannya.

Manajemen nyeri non farmakologi dengan “*Counterpressure*” merupakan suatu cara mengelola rasa nyeri tanpa obat-obatan yang belum pernah dilakukan di RSUD Kanjuruhan Kab. Malang, padahal prinsip tindakan keperawatan harusnya lebih mengutamakan yang lebih alamiah dulu untuk membantu ibu bersalin dalam menghadapi masalah nyeri persalinan. Selain itu dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menjadi suatu protap yang dilakukan secara teratur oleh para perawat mater-

nitias di setiap rumah sakit bersalin atau kamar bersalin. Apalagi berdasarkan informasi yang diperoleh peneliti dari kepala RSUD Kanjuruhan Kab. Malang masih banyak tenaga kesehatan yang belum tahu dan bisa melaksanakan tentang metode “*Counterpressure*” ini.

Sebenarnya banyak keuntungan yang bisa diperoleh pihak Rumah Sakit jika program ini berjalan dengan baik, yaitu meningkatkan kemampuan perawat maternitas sebagai *care giver*, sebagai promosi yang baik pada masyarakat karena telah memberikan pelayanan prima saat ibu dalam situasi kesakitan sehingga jumlah pasien yang datang ke rumah akan sakit semakin meningkat.

Selain itu Tenaga kesehatan baik perawat maupun bidan sebagai pelaksana utama pelakasana kesehatan baik di rumah sakit maupun dirumah, sudah seharusnya memiliki kompetensi yang memadai dalam hal pelayanan kesehatan pada pasien sehingga dapat menjamin terhadap kualitas layanan pelayanan kesehatan di masyarakat secara umum dan ibu hamil dan bersalin khususnya.

Pelaksanaan tindakan *Counterpressure* yang diberikan pada ibu inpartu kala I fase aktif ini diberikan dengan tujuan untuk mengalihkan perhatian serta mengurangi persepsi rasa nyeri yang berlebihan pada ibu-ibu hamil menjelang masa persalinan agar mendapatkan rasa nyaman dan merasa diperhatikan oleh perawat yang mendampingiya saat akan melahirkan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar efektifitas *Counterpressure* terhadap Nyeri Persalinan kala I Fase Aktif pada Ibu Primigravida di Rumah Sakit Kanjuruhan Kabupaten Malang.

BAHAN DAN METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian praeksperimentyangdilaksanakan di Rumah Sakit KanjuruhanKabupaten Malang dan dilaksanakan dalam waktu selama 4 bulan. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil inpartu yang masuk kala I fase aktif di kamar bersalin. Teknik pengumpulan data dengan observasi yang menggunakan instrument lembar observasi tentang skala nyeri yang diberikan pada responden sebelum dan sesudah dilakukan intervensi counterpressure dengan skala nyeri Bourbonais. Analiis data adalah dengan rumus uji-t untuk menguji signifikansi antara kedua group sampel dengan varians yang homogen atau dapat dilakukan dengan syarat $t > T_{tb}$ yang

artinya jika hasil perhitungan $t > T$ tab berarti H_0 ditolak dan hipotesis diterima yaitu ada hubungan antara pelaksanaan teknik *Counterpressure* dengan penurunan nyeri persalinan kala I.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	f	%
Laki - laki	0 orang	0
Perempuan	20 orang	100
Total	20 orang	100

Gambaran distribusi jenis kelamin responden menunjukkan bahwa keseluruhan responden dengan jenis kelamin perempuan.

Gambaran Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Responden

Intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif responden dapat dikelompokkan dalam lima kategori berdasarkan jumlah skor, yaitu tidak nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat dan nyeri sangat berat.

Tabel 2 Data Intensitas nyeri pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah perlakuan

Kategori Intensitas Nyeri	Pengamatan			
	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Tidak nyeri	0	0	0	0
Nyeri ringan	0	0	0	0
Nyeri sedang	3	30	6	60
Nyeri berat	7	70	4	40
Nyeri sangat berat	0	0	0	0
Jumlah	10	100	10	100

Tabel 4 Data skala nyeri Bourbonais pada kelompok kontrol

Subyek penelitian	Skor awal (Pre Counterpressure)	Skor akhir (Post Counterpressure)	Perubahan skor (selisih)
1	7	6	1
2	8	7	1
3	8	6	2
4	6	8	-2
5	9	8	1

Berdasarkan Tabel 2, subyek penelitian pada kelompok kontrol yang memiliki intensitas nyeri sedang sebanyak 3 orang (30%) dan nyeri berat sebanyak 7 orang (70%). Dan setelah pengamatan selanjutnya, ada sedikit perubahan intensitas nyeri pada responden dari nyeri berat ke nyeri sedang lebih signifikan.

Tabel 3 Data Intensitas nyeri pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah perlakuan

Kategori Intensitas Nyeri	Perlakuan			
	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Tidak nyeri	0	0	0	0
Nyeri ringan	0	0	6	60
Nyeri sedang	8	80	4	40
Nyeri berat	2	20	0	0
Nyeri sangat berat	0	0	0	0
Jumlah	10	100	10	100

Berdasarkan Tabel 3, subyek penelitian pada kelompok perlakuan sebelum diberikan perlakuan didapatkan hasil intensitas nyeri sedang sebanyak 8 orang (80%) dan nyeri berat sebanyak 2 orang (20%). Akan tetapi setelah diberi perlakuan, subyek penelitian yang mempunyai intensitas nyeri ringan sebanyak 6 orang (60%) dan yang mempunyai intensitas nyeri sedang sebanyak 4 (40%).

Perbedaan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Sebelum dan Sesudah Perlakuan pada Kelompok Kontrol Dan Perlakuan

Intensitas nyeri persalinan Kala I fase aktif diukur dengan menggunakan skala nyeri Bourbonais. Dari hasil penelitian diperoleh data skor intensitas nyeri pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan sebelum dan sesudah dilakukan teknik *Counterpressure* yaitu sebagai berikut:

Subyek penelitian	Skor awal (Pre Counterpressure)	Skor akhir (Post Counterpressure)	Perubahan skor (selisih)
6	7	7	0
7	8	8	0
8	9	7	2
9	6	8	-2
10	5	6	-1
Rata-rata	7,3	7,1	0,2

Tabel 5 Data skala nyeri Bourbonais pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah perlakuan

Subyek penelitian	Skor awal (Pre Counterpressure)	Skor akhir (Post Counterpressure)	Perubahan skor (selisih)
1	5	3	2
2	6	3	3
3	6	3	3
4	5	4	1
5	7	5	2
6	5	3	2
7	4	3	1
8	5	3	2
9	6	4	2
10	7	5	2
Rata-rata	5,6	3,6	2

Berdasarkan Tabel 4, diketahui rata-rata skor awal skala nyeri Bourbonais pada kelompok kontrol yaitu 7,3 dan menunjukkan penurunan yang sangat sedikit yaitu 0,2 sehingga rata-rata skor akhir menjadi 7,1.

Berdasarkan Tabel 5, diketahui rata-rata skor awal skala nyeri Bourbonais pada kelompok perlakuan yaitu 5,6 dan menunjukkan penurunan yang signifikan yaitu 2 sehingga rata-rata skor akhir menjadi 3,6.

Berdasarkan uji analisis t-test dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$ menggunakan SPSS versi 17 didapatkan nilai $p = 0,002 < 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa ada perbedaan Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Primigravida yang signifikan sesudah dilakukan teknik *Counterpressure*.

PEMBAHASAN

Dari Tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa setelah dilakukan pengamatan pada kelompok kontrol diperoleh jumlah orang dengan intensitas nyeri sedang dan berat hampir tidak ada perbedaan jumlah orang dengan intensitas nyeri sedang dan berat pada

kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan tidak ada adanya perbedaan yang signifikan pada kelompok kontrol selama pengamatan tanpa adanya perlakuan teknik *Counterpressure*. Hal ini terjadi kemungkinan disebabkan oleh suatu keadaan bahwa pada kala I persalinan, nyeri terjadikarena adanya kontraksi uterus yang mengakibatkan dilatasi dan penipisan serviks dan iskemia pada uterus. Nyeri akibat dilatasi serviks dan iskemia pada uterus ini adalah nyeri viseral yang dirasakan oleh ibu pada bagian bawah abdomen dan menyebar ke daerah lumbal, punggung dan paha. Nyeri tersebut dirasakan ibu saat kontraksi dan menurun atau menghilang pada interval kontraksi. Pada akhir kala I dan kala II persalinan, nyeri yang dirasakan ibu adalah nyeri somatik yang dirasakan pada daerah perineum akibat peregangan pada jaringan perineum, tarikan peritoneum, dan daerah uteroservikal saat kontraksi, atau penekanan kandung kemih, usus, dan struktur sensitif panggul oleh bagian terendah janin (Bobak,2008).

Gambaran Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Responden didapatkan Intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif responden dapat dikelompokkan dalam lima kategori berdasarkan jumlah

skor, yaitu tidak nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat dan nyeri sangat berat. Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu, pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual, kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda. Pengukuran nyeri dengan pendekatan objektif yang paling mungkin adalah menggunakan respon fisiologis tubuh terhadap nyeri itu sendiri. Skor skala nyeri dapat dicatat pada lembar agar bisa membuat pengkajian yang berkesinambungan mengenai kemajuan nyeri. Skala yang dapat digunakan, salah satunya adalah skala 0-10. (Bourbonais,2008).

Sedangkan setelah dilakukan perlakuan dengan teknik *Counterpressure* terdapat hubungan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hal tersebut dapat dibuktikan pada uji analisis t-test dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$ menggunakan SPSS versi 17 didapatkan nilai $p = 0,002 < 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa ada perbedaan Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Primigravida yang signifikan sesudah dilakukan teknik *Counterpressure*.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa dengan teknik *Counterpressure* efektif dapat menurunkan nyeri persalinan secara berkala.

Saran

Bagi dosen keperawatan pengampu mata kuliah hendaknya juga menekankan pada kemampuan mahasiswa dalam berpikir kritis dan menganalisis

rasional-rasional tindakan prosedural terutama dalam departemen maternitas dan mensosialisasikan metode *Counterpressure* dalam mengurangi nyeri persalinan pada ibu yang akan melahirkan. Diharapkan metode *counterpressure* dapat diaplikasikan dalam asuhan keperawatan pada nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida.

DAFTAR RUJUKAN

- Hidayat, A.A. 2012. *Metode Penelitian Kebidanan & Teknik Analisa Data*, Jakarta: Salemba Medika.
- Bobak, L.J. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4 (Terjemahan)*. Jakarta: EGC.
- Danuatmaja, B. 2008. *Persalinan Normal Tanpa Rasa sakit*. Jakarta: Puspa Swara.
- Farer, H. 2008. *Perawatan Maternitas*. Jakarta. EGC.
- Fitri. 2009. *Kebutuhan Fisik Ibu Bersalin*. <http://www.infobidanfitri.blogspot.com/2009/03/kebutuhanfisikibubersalin.htm>, 23 April 2011.
- Hendarson, C. 2006. *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta. EGC.
- Mandar, R. 2009. *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Nursalam, 2006. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu*. Jakarta: Salemba Medika.
- Qittun, 2008. *Konsep Dasar Nyeri*. <http://www.Blogspot.com>, 25 April 2011
- Retnoval. 2009. *Nyeri Persalinan*. <http://www.Blogspot.com>, 25 April 2011.
- Simkin, P. Dan Ancheta, R. 2005. *Buku Saku Persalinan*. Jakarta : EGC.
- Smeltzer, SC & Bare, BG. 2008. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Ujiningtyas, S. 2009. *Asuhan Keperawatan Persalinan Normal*. Jakarta : Salemba Medika.
- Wiknjastro, H. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: YBP-SP.
- Yuliatun, L. 2008. *Penanganan Nyeri Persalinan Dengan Metode Non farmakologi*. Malang: Bayu Media.