

## PENGARUH PIJAT *COUNTER PRESSURE* TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA IBU BERSALIN KALA 1 FASE AKTIF DI PUSKESMAS JUMPANDANG BARU MAKASSAR

Muldaniyah<sup>1</sup>, Arniati Ardi<sup>2</sup>

Stikes Graha Edukasi, Indonesia

[Niamilda33@gmail.com](mailto:Niamilda33@gmail.com)

---

### Keywords

*Counter Pressure Massage, labor pain*

---

### Abstract

*Pain during labor is the pain that is felt in laboring mothers due to uterine contractions which is a physiological process of the human body when facing labor. Giving interventions in the labor process to reduce maternal pain that takes place during the first stage of the active phase of labor is needed, a very effective method in dealing with pain is to provide counter pressure massage action. The purpose of this study was to determine the effect of counter pressure massage on the intensity of pain in pregnant women during the first active phase at the Jumpandang Baru Public Health Center Makassar. This type of research uses quantitative research with a quasi-experimental research design. The research design is one group pretest and posttest design. The sampling technique used is purposive sampling. The number of samples is 32 respondents. The analysis in this study used the Mc Nemarc test statistical test with a significance level of 95% ( $\alpha 0.05$ ). The results obtained before the Counter pressure massage was 21.8% who experienced mild pain, after being given Counter pressure there was an increase of 71.8% who experienced mild pain. Based on the Mc Nemarc test, the value of  $= 0.000 < 0.05$ , then  $H_a$  is accepted and  $H_o$  is rejected. Which means that there is an effect of countepressure massage on decreasing pain intensity in maternity mothers during the first active phase. Conclusion of this researchnamely counter pressure massage is effective for reducing the intensity of pain in the first stage of the active phase in maternitybecause it's so focused at the point of pain, Thenexpected midwifein providing caremidwifery can apply counter pressure massage to reduce pain intensity in*

---

*maternity mothers.*

---



---

**Kata kunci**

---

Pijat Counter Pressure, nyeri persalinan

---

**Abstrak**

---

Nyeri saat persalinan adalah nyeri yang dirasakan pada ibu bersalin karena adanya kontraksi uterus yang merupakan proses fisiologis tubuh manusia ketika menghadapi persalinan. Pemberian intervensi pada proses persalinan untuk mengurangi nyeri ibu bersalin yang berlangsung selama kala I fase aktif persalinan sangat dibutuhkan, Metode yang sangat efektif dalam menanggulangi nyeri adalah dengan memberikan tindakan *massage counter pressure*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat *counter pressure* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di puskesmas Jumpang Baru Makassar. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasi eksperimen*. Rancangan penelitian yaitu *one group pretest dan posttest design*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan *purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 32 responden. Analisis dalam penelitian ini menggunakan uji statistic *Mc Nemarc test* dengan tingkat kemaknaan 95% ( $\alpha$  0,05). Hasil penelitian diperoleh sebelum dilakukan *massage Counter pressure* sebesar 21,8% yang mengalami nyeri ringan, Setelah diberikan Counter pressure terjadi peningkatan sebesar 71,8% yang mengalami nyeri ringan. Berdasarkan uji *Mc Nemarc test* diperoleh nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Yang berarti ada pengaruh pijat *countepressure* terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif. Kesimpulan penelitian ini yaitu pijat *counter prssure* efektif untuk menurunkan intensitas nyeri kala I fase aktif pada ibu bersalin karena sangat berfokus pada titik nyeri, Maka diharapkan bidan dalam memberikan asuhan kebidanan dapat menerapkan pemberian pijat *counter pressure* untuk mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin.

---

**PENDAHULUAN**

Kesehatan ibu dan anak merupakan salah satu perhatian dari *world health organization* (WHO) memperkirakan bahwa setiap tahun sejumlah 500.000 orang meninggal akibat kehamilan dan persalinan, 99 % kematian tersebut terjadi di Negara berkembang 50 % nya terjadi di Indonesia dan mesir (WHO, 2017). Dari data yang diperoleh dari survey demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) September 2017, diperoleh fakta mengejutkan mengetahui angka kematian ibu dan anak (SDKI) memberikan hasil angka kematian ibu (AKI) sebanyak 1712 saat proses persalinan. Angka kematian ibu (AKI) di Sulawesi selatan 2017 sebesar 114 kasus. Dan di kota makassar yaitu sebesar

38,91 kelahiran hidup. Salah satu penyebab tingginya (AKI) adalah trauma pada ibu dan janin akibat nyeri persalinan (Depkes RI, 2017).

Meningkatkan derajat kesehatan yang adil dan merata diperlukan sikap responsif dan efektif dalam melakukan suatu tindakan untuk memberi kenyamanan dan menghindari risiko yang akan terjadi seperti risiko kehamilan dan persalinan. Persalinan merupakan suatu hal yang fisiologis bagi seluruh wanita di dunia, walaupun sebagian besar calon ibu merasa tegang, takut dan menyakitkan menghadapi proses persalinan.

Persalinan adalah suatu proses membuka dan menipisnya serviks serta terjadi kontraksi uterus sehingga menyebabkan nyeri pada proses persalinan (Mander, 2006). Nyeri merupakan proses alamiah dalam persalinan. Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan (Rompas, dkk, 2015).

Nyeri merupakan proses alamiah dalam persalinan. Apabila tidak diatasi dengan baik akan menimbulkan masalah lain yaitu meningkatnya kecemasan Nyeri pada saat persalinan mulai timbul pada kala I fase laten dan fase aktif. Pada fase laten, nyeri dirasa kuat dan teratur namun berlangsung lama, pembukaan serviks berlangsung selama 8 jam pada fase ini, seiring bertambahnya frekuensi dan intensitas kontraksi uterus, nyeri yang dirasakan semakin bertambah kuat dan memuncak pada fase aktif, dimana pada fase ini pembukaan lengkap berlangsung sekitar 4,6 jam bagi primipara dan 2,5 jam bagi multipara (Reeder, 2012 dalam Pane, 2014).

Banyak upaya yang dilakukan untuk mengurangi nyeri saat persalinan baik dengan farmakologi maupun non farmakologi (Manuaba, 2010). Tindakan farmakologis merupakan tindakan secara medis untuk menghilangkan nyeri pada persalinan misalnya dengan penggunaan obat-obatan, sedangkan tindakan non farmakologis merupakan tindakan secara tradisional untuk menurunkan nyeri antara lain teknik relaksasi, homeopati, Terapi counter pressure, terapi musik, akupresur, akupunktur, dan aromaterapi. Upaya pengurangan nyeri non farmakologi lebih baik dilakukan karena tidak memerlukan biaya yang terlalu mahal, lebih sederhana dan tanpa efek yang berbahaya.. Salah satu metode *massage* yang digunakan yaitu *Counter Pressure*.

Teknik *Massage Counter Pressure* merupakan teknik dengan memberikan penekanan pada sumber/daerah nyeri punggung atau *sacrum*. Penekanan tersebut dapat menggunakan kepalan tangan. Teknik *Massage Counter Pressure* bertujuan untuk melepaskan ketegangan, kaku dan kegelisahan di dalam tubuh terutama pada daerah punggung atau *sacral*. Teknik *Massage Counter Pressure* selama proses persalinan akan membantu mengatasi kram pada otot, menurunkan nyeri, kecemasan, mempercepat proses persalinan, menghilangkan tegangan otot pada paha diikuti ekspansi tulang pelvis karena relaksasi pada otot-otot sekitar pelvis dan memudahkan bayi turun melewati jalan lahir,

---

efektif dalam membantu mengurangi rasa nyeri pinggang persalinan dan relatif aman karena hampir tidak ada efek samping yang ditimbulkan.

#### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *Quasi eksperimen* yaitu suatu penelitian dengan melakukan kegiatan percobaan (*experiment*). Rancangan yang digunakan adalah *one group pretest posttest*. Rancangan ini tidak ada kelompok pembandingan atau kontrol, tetapi dilakukan observasi pertama (*pretest*) untuk mengetahui intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif sebelum dilakukan pijat *counter pressure* selanjutnya diberikan perlakuan atau intervensi pijat *counter pressure* kepada ibu hamil setelah itu observasi akhir (*posttest*) untuk mengetahui sejauh mana pengaruh pijat *counter pressure* terhadap intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada ibu bersalin kala 1 fase aktif. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Sampel pada penelitian ini adalah ibu inpartu kala 1 fase aktif.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis Univariat ini disajikan dalam bentuk tabel dan penjelasan sebagai berikut:

a. Tingkat nyeri sebelum dilakukan pijat *counter pressure*

**Tabel 4.1**  
**Distribusi frekuensi tingkat nyeri sebelum dilakukan pijat *Counter Pressure* di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar**

Tingkat Nyeri	Frekuensi	Persentase
Nyeri Ringan	7	21,9
Nyeri Berat	25	78,1
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

*Sumber : Data Primer*

b. Tingkat nyeri sesudah dilakukan pijat *counter pressure*

**Tabel 4.2**  
**Distribusi frekuensi tingkat nyeri sesudah dilakukan pijat *Counter Pressure* di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar**

Tingkat Nyeri	Frekuensi	Persentase
Nyeri Ringan	28	87,5
Nyeri Berat	4	12,5
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

*Sumber : Data Primer*

Hasil analisis Bivariat ini disajikan dalam bentuk tabel dan penjelasan sebagai berikut:

**Tabel 4.3**  
**Distribusi frekuensi penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan Counter pressure di Puskesmas Biru Bone**

Pretest	Posttest		Value
	Nyeri Ringan	Nyeri Berat	
Nyeri Ringan	5	2	0,000
Nyeri Berat	23	2	

*Sumber : Data Primer*

Tabel 4.3 sebelum dan sesudah diberikan Counter pressure pada persalinan kala 1 fase aktif menjelaskan bahwa sebelum Counter pressure ada 7 orang (21,8%) yang mengalami nyeri ringan dan 25 orang (78,2%) yang mengalami nyeri berat. Setelah diberikan Counter pressure ada 2 orang (6,25%) orang yang berubah dari nyeri ringan menjadi berat dan ada 23 (71,8%) orang yang berubah dari nyeri berat menjadi nyeri ringan.

Berdasarkan Uji *Mc Nemar Test* didapatkan nilai  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan Counter pressure terhadap intensitas nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif.

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan *massage counter Pressure* rentang nyeri yang paling banyak dirasakan adalah pada skala nyeri berat sebanyak 25 responden dengan persentase sebesar (78,1%), dan pada skala nyeri ringan sebanyak 7 responden dengan persentase (21,9%), dan setelah diberikan *massage counter Pressure* rentang nyeri yang paling banyak dirasakan adalah pada skala nyeri ringan sebanyak 28 responden dengan persentase sebesar (87,5%), dan pada skala nyeri berat sebanyak responden dengan persentase (12,5%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anita (2014) mayoritas nyeri pada ibu melahirkan sebelum diberikan teknik counter pressure adalah nyeri berat sebanyak 6 responden (54,5%) dan responden dengan nyeri berat sekali sebanyak 5 responden (45,5%). Sedangkan mayoritas nyeri pada ibu melahirkan setelah diberikan teknik counter pressure adalah nyeri berat sebanyak 7 responden (73,6%) dan responden dengan nyeri sedang sebanyak 4 responden (36,4%). peneliti menyimpulkan bahwa pemberian *massage counter-pressure* dapat mengurangi intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin.

---

Tetapi ada 2 orang (6,25%) orang yang berubah dari nyeri ringan menjadi berat Hal ini disebabkan karena beberapa hal seperti kondisi sakit yang dialami ibu sudah tidak bisa dikendalikan, stress atau cemas, keluarga kurang memberikan dukungan dan faktor pendidikan ibu rendah, ibu primipara, dan pengalaman sebelumnya seperti trauma pada persalinan yang sebelumnya.

Dengan pemberian masase dengan teknik *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 endorphine yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan status penurunan sensasi nyeri.

Dari hasil uji *Mc Nemar* untuk melihat apakah *counterpressure* efektif untuk menurunkan intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan normal di puskesmas Jumpandang Baru didapatkan nilai  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan Counter pressure terhadap intensitas nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif . Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan masase *counterpressure* merupakan tehnik masase yang memiliki kontribusi besar dalam menurunkan / mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif hal ini dapat terjadi dengan beberapa kemungkinan diantaranya adalah kebenaran *Teori Gate Kontrol* yang mengatakan bahwa selama proses persalinaan impuls nyeri berjalan dari uterus sepanjang serat-serat saraf besar kearah uterus ke substansia gelatinosa di dalam spinal kolumna, sel-sel transmisi memproyeksikan pesan nyeri ke otak. Adanya stimulasi (seperti vibrasi, menggosok-gosok atau masase) mengakibatkan pesan yang berlawanan yang lebih kuat, cepat dan berjalan sepanjang serat saraf kecil. Pesan yang berlawanan ini menutup subtansi gelatinosa lalu memblokir pesan nyeri sehingga otak tidak mencatat pesan nyeri tersebut.

Dengan pemberian masase teknik *counterpressure* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla spinalis dan otak, selain itu tekanan kuat pada teknik ini dapat mengaktifkan senyawa endorphine yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan status penurunan sensasi nyeri. Berdasarkan penelitian di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar dengan judul pemberian pijat *counterpressure* untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif yang terdiri dari 32 responden, dapat disimpulkan bahwa pijat *counterpressure* terbukti efektif dalam menurunkan nyeri persalinan dan Menurut asumsi peneliti bahwa teknik pijat *counterpressure* bekerja memberikan kenyamanan, mengurangi rasa sakit dan menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin. Teknik ini bekerja atau berfokus pada tempat dimana titik nyeri berasal yang sedang dirasakan oleh ibu saat melewati kala I persalinan Dengan diberikan masase teknik *Counter-Pressure* impuls nyeri tersebut dapat dihambat dan sensasi nyeri di daerah pinggang pun dapat berkurang.

**KESIMPULAN**

Setelah penulis melakukan penelitian terhadap penurunan intensitas nyeri kala 1 fase aktif pada ibu bersalin dengan pijat *counter pressure* maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Tingkat nyeri sebelum dilakukan massage pada ibu inpartu kala I fase aktif mayoritas mengalami nyeri berat dan Tingkat nyeri sesudah dilakukan massage pada ibu inpartu kala I fase aktif mayoritas mengalami nyeri ringan. Sehingga Ada perbedaan pengaruh pijat *counter pressure* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif dengan Value  $0,000 < 0,05$ .

**SARAN****Bagi Masyarakat**

Diharapkan dapat memberikan kemudahan bagi masyarakat untuk sarana dan prasarana dalam pengembangan ilmu kebidanan dan diharapkan setelah masyarakat membaca skripsi ini dapat mengetahui tentang nyeri Persalinan kala I fase aktif.

**Bagi Puskesmas**

Puskesmas dapat memberikan pelayanan kesehatan dengan baik dan mempertahankan hubungan kerjasama baik antara tim kesehatan maupun dengan pasien, sehingga dapat meningkatkan mutu pelayanan asuhan kebidanan yang optimal dan Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai intervensi pada asuhan kebidanan untuk manajemen nyeri pada persalinan.

**Bagi Bidan**

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan bidan dapat lebih memperhatikan kebutuhan ibu bersalin akan rasa nyaman dalam pengontrolan nyeri persalinan. dan diharapkan Dapat meningkatkan mutu pelayanan dalam memberikan asuhan pelayanan kebidanan serta pada masalah-masalah yang dialami ibu hamil.

**Bagi peneliti Selanjutnya**

Penulis menyarankan perlunya dilakukan penelitian sejenis dengan meneliti variabel-variabel lain yang diduga berhubungan dengan nyeri persalinan kala I fase aktif yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

---

---

**DAFTAR PUSTAKA**

- Andarmoyo & Sulistyono. 2013. *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Ar-Ruzz Media. Jogjakarta.
- Arifin, A., Kundre, R., & Rompas, S. 2015. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan di Puskesmas Budilatama Kecamatan Gadung Kabupaten Buol Propinsi Sulawesi Tengah*.
- Alimul, A. 2007. *Metode Penelitian Kebidanan & Teknik Analisa Data*, Jakarta: Salemba Medika.
- Brunner & Suddarth. 2008. *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Bobak, I. et al. 2005. *Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Cunningham, F. 2005. *Obstetric Williams Jilid I*. Edisi 21. Jakarta: EGC, 2005
- Danuatmaja, B., & Meiliasari, M. 2008. *Persalinan normal tanpa rasa sakit tidak harus sakit untuk menjadi seorang ibu. (cetakan 4)*, jakarta: Puspa Swara.
- Danuatmaja, B., Meiliasari, M. 2004. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hidayat, M. 2008. *Keterampilan Dasar Praktek Klinik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kozier, B. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Klinis*. Ed 5. Jakarta : EGC.
- Kuswanti, dkk. 2013. *Askeb II Persalinan*. Penerbit Pustaka Pelajar (Anggota IKAPI). Yogyakarta.
- Mander, R. 2006. *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Manuaba, I. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC
- Monsdragon.. 2004. *Pregnancy Information (Effleurage dan massage)*. <http://www.monsdragon.org/pregnancy/effleurage.html> diperoleh tanggal 5 februari 2018
- Nastiti Raras. 2012. *Perbedaan efektifitas teknik back-effleurage dan teknik counter pressure terhadap tingkat nyeri pinggang kala I fase aktif*. <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/download/98/125>. diakses 5 februari 2018
- Notoadmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, Dr. Taufan. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas, Anak, Bedah, Penyakit Dalam*. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Potter & P. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo & Sarwono. 2002. *Ilmu kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sondakh, J. 2013. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Erlangga.
- Stang. 2014. *Cara Praktis Uji Statistik Dalam Penelitian Kesehatan dan Kedokteran*. Mitra Wacana Media, Jakarta
- Sugyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung : Alfabeta
- Yanti, Damai., & Sundawati, Dian. 2011. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Refika Aditama. Bandung.
- Yuliatun, L. 2008. *Penanganan Nyeri Persalinan Dengan Metode Nonfarmakologi*. Bayu Media Publishing. Malang.
- Wiknjastro. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo.

Wilkinson, Judith m., & Ahern Nancy R. 2013. *Buku Saku Diagnosis Keperawatan*. Penerbit EGC Medical Publisher. Jakarta.

---