

EVIDENCE BASED CASE REPORT (EBCR) : PENGARUH COUNTER PRESSURE MASSAGE TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

*Evidence Based Case Report (EBCR) : The Effect of Counter Pressure
Massage On Reducing The Intensity Of Labor Pain In The Active First Phase*

Ilfa Tiara Milsa^{1*}, Yulia Ulfah Fatimah²

^{1*} Prodi Pendidikan Profesi Bidan Poltekkes Bandung, Email : ilfatiara23@gmail.com

² Prodi Pendidikan Profesi Bidan Poltekkes Bandung, Email : yuliamomiji@gmail.com

ABSTRACT

Background : Pain in the active phase of labor in the first stage can affect the increase in blood pressure and fetal heart rate, and interfere with the mother's concentration during labor. The initial peak of pain usually occurs when labor enters the active phase. One of the non-pharmacological methods in reducing the intensity of labor pain is massage or massage in the form of counter pressure. Counterpressure massage is able to make endorphin compounds active so that they can inhibit the transmission of pain to reduce pain intensity. **Purpose** : The purpose of this Evidence Based Case Report is to determine differences in pain intensity during the first active phase of labor before and after application of counterpressure massage. **Method** : A search for articles regarding the effect of counterpressure massage was carried out on the Scholar e-database and the Garuda Portal. From the search results, it was found that two articles with a quasi-experimental research design by M. Satria and Nurfaizah, et al were filtered based on criteria and reviewed critically. Measurement of pain intensity was carried out before and after administering Counterpressure massage using the Numeric Rating Scale (NRS) and the result was that there was a decrease in pain scores. **Result** : The intensity of pain before being given Counterpressure massage obtained a value of 5 (moderate pain) while after being given Counterpressure massage obtained a value of 3 (mild pain). **Conclusion** : Counterpressure massage for labor pain is effective in reducing labor pain.

Key words: Counterpressure, Labor Pain, Active Phase

ABSTRAK

Latar Belakang : Nyeri pada proses persalinan kala I fase aktif dapat berpengaruh pada peningkatan tekanan darah dan denyut jantung janin, serta mengganggu konsentrasi ibu selama persalinan. Awal mula puncak nyeri biasa terjadi pada saat proses persalinan memasuki fase aktif. Salah satu metode non-farmakologi dalam penurunan intensitas nyeri persalinan adalah massase atau pijatan berupa counter pressure. Counterpressure massage mampu membuat senyawa endorphin menjadi aktif sehingga dapat menghambat transmisi rasa nyeri untuk menurunkan intensitas nyeri. **Tujuan** : Evidence Based Case Report ini untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan pada waktu sebelum dan setelah diaplikasikan counterpressure massage. **Metode** : Evidence Based Case Report melalui Penelusuran artikel mengenai pengaruh counterpressure massage dilakukan pada e-database Scholar dan Portal Garuda. Dari hasil penelusuran didapatkan dua artikel dengan desain penelitian quasi-eksperimental oleh M. Satria dan Nurfaizah, dkk

yang disaring berdasarkan kriteria dan dikaji secara kritis. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan sebelum dan sesudah pemberian Counterpressure massage menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan diperoleh hasil bahwa terdapat penurunan skor nyeri.

Hasil : Intensitas nyeri sebelum diberikan Counterpressure massage diperoleh nilai 5 (nyeri sedang) sementara sesudah diberikan Counterpressure massage diperoleh nilai 3 (nyeri ringan). **Kesimpulan :** Pemberian Counterpressure massage pada nyeri persalinan efektif dalam mengurangi nyeri persalinan.

Kata Kunci : Counterpressure, Nyeri Persalinan, Fase Aktif

PENDAHULUAN

Persalinan sebagai suatu proses yang bersifat alami didefinisikan sebagai suatu proses keluarnya hasil konsepsi berupa janin serta plasenta yang telah cukup bulan atau mampu hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, baik dengan bantuan maupun tanpa bantuan (kekuatan sendiri). Proses bersalin dimulai sejak uterus berkontraksi dan menyebabkan membuka dan menipisnya serviks hingga berakhir pada lahirnya plasenta dengan lengkap.¹

Hampir seluruh ibu bersalin meyakini bahwa proses persalinan selalu disertai dengan rasa nyeri. Pada dasarnya, rasa nyeri yang timbul saat persalinan bersifat subjektif yang tidak disebabkan oleh intensitas his saja namun juga bergantung pada kondisi mental ibu saat menghadapi persalinan. Pengalaman ibu terhadap nyeri persalinan sebelumnya dan jumlah paritas juga berpengaruh terhadap perspektif ibu terkait nyeri. Dibandingkan dengan ibu multipara, hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu primipara memiliki sensor nyeri yang lebih peka.² Pada dasarnya, nyeri yang muncul saat bersalin merupakan kondisi fisiologis. Nyeri persalinan akan mulai muncul sejak ibu dinyatakan memasuki kala I dan intensitasnya akan semakin meningkat seiring kemajuan persalinan. Proses persalinan kala I pada ibu primipara dapat berlangsung lebih lama yaitu sekitar selama 20 jam dibandingkan pada ibu multipara yaitu sekitar 14 jam.

Nyeri saat persalinan dipicu oleh kontraksi rahim serta pelebaran serviks.³

Nyeri yang timbul pada saat persalinan dapat berpengaruh pada peningkatan tekanan darah ibu dan denyut jantung janin. Hal tersebut mengakibatkan terganggunya konsentrasi ibu selama persalinan.⁴ Baik metode farmakologi maupun non-farmakologi dapat diaplikasikan dalam upaya mengurangi rasa nyeri pada proses persalinan. Manajemen penurunan nyeri melalui metode farmakologi dianggap lebih efektif dibandingkan dengan metode non-farmakologi. Namun, metode farmakologi dirasa lebih mahal dan berpeluang menimbulkan efek samping seperti adanya efek samping dari obat. Sementara itu, metode non-farmakologi dianggap lebih murah, sederhana, bersifat efektif, tidak memiliki efek samping merugikan, serta dapat meningkatkan kelancaran proses bersalin karena ibu mampu mengontrol rasa nyeri yang dialaminya.⁵

Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan di Puskesmas Pacet dan melihat kondisi ibu bersalin di ruang VK Puskesmas Pacet, bidan koordinator Puskesmas Pacet mengatakan bahwa seluruh ibu bersalin (100%) mengalami nyeri saat persalinan. Diantara para ibu bersalin tersebut, hampir semuanya masih belum mengetahui cara menangani rasa nyeri tersebut dengan baik. Berdasarkan hasil wawancara, para ibu bersalin tersebut mengatakan bahwa timbul perasaan khawatir dan tidak nyaman akibat nyeri yang dirasakannya.

Beraneka ragam metode non-farmakologi yang sangat mungkin diterapkan guna menurunkan rasa nyeri persalinan, salah satunya yaitu melalui masase atau pijatan. Masase adalah pemberian tekanan pada otot, tendon, hingga ligamentum menggunakan tangan tanpa mengakibatkan pergeseran ataupun perubahan posisi sendi. Masase bermanfaat untuk meredakan rasa nyeri, menstimulasi efek relaksan, dan memperlancar sirkulasi darah. Terdapat beberapa teknik pemijatan yang dilakukan dalam persalinan, salah satunya adalah *counter pressure*. *Counter pressure* merupakan teknik pemijatan dengan memberikan penekanan pada sumber atau daerah nyeri di bagian punggung atau sacrum.⁶

Berdasarkan data diatas maka penulis tertarik untuk melakukan intervensi non-farmakologi yaitu *massage counter pressure* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif di Puskesmas Pacet.

KASUS

Seorang perempuan berusia 23 tahun datang ke Puskesmas dan mengatakan ingin melahirkan. Ini merupakan kehamilannya yang kedua, sebelumnya tidak pernah keguguran. Ibu datang ke Puskesmas Pacet Pukul 21.00 WIB. Ibu mengatakan merasakan mulas sejak pukul 14.00 WIB disertai dengan pengeluaran lendir darah dari jalan lahir dan rasa nyeri yang dirasakan lama semakin sakit dan belum ada pengeluaran air-air dari jalan lahir. HPHT: 11 Juli 2021, HPL: 17 April 2022. Kemungkinan usia kehamilan saat ini yaitu 38 minggu.

Pada pemeriksaan umum didapatkan kesadaran composmentis, keadaan baik, TD: 123/86mmHg, N: 85x/mnt, R: 22x/mnt, S: 36,4°C. Pemeriksaan pada bagian abdomen

didapatkan hasil TFU: 30cm, Leopold I: bokong, Leopold II: puka, Leopold III: kepala sudah masuk PAP, Leopold IV: divergent, Perlimaan: 2/5, His: 4x10'35", DJJ: 147x/menit, regular.

Kemudian dilakukan pemeriksaan genitalia, hasil inspeksi terlihat pengeluaran lendir yang bercampur dengan darah, tidak ada tanda-tanda infeksi. Pada pemeriksaan dalam didapatkan hasil tidak ada kelainan pada vulva, portio teraba tipis dan lunak, dilatasi serviks sebesar 6cm, keadaan ketuban utuh, presentasi kepala, posisi UUK, molase 0, penurunan bagian terendah berada pada hodge II, tidak ada bagian kecil terkemuka, skor nyeri persalinan diukur dengan *Numeric Rating Scale* (NRS) diperoleh nilai 5 (nyeri sedang).

Diagnosa yang ditetapkan pada kasus ini adalah G₂P₁A₀ parturien aterm kala I fase aktif janin tunggal hidup intrauterine, persentasi kepala. Masalah yang dialami adalah nyeri persalinan yang menyebabkan ibu merasa tidak nyaman dan tampak gelisah.

Asuhan yang diberikan kepada ibu dalam kasus ini diawali dengan melakukan observasi untuk memantau kemajuan persalinan dan keadaan ibu serta janin, memenuhi kebutuhan nutrisi, dan memberikan asuhan dalam pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan melakukan intervensi *Counterpressure Massage*. Sebelum dilakukan pemberian *Counterpressure Massage* dilakukan penilaian skala nyeri yang diukur melalui *Numeric Rating Scale* (NRS) dimana diperoleh nilai skor 5 yang berarti rasa nyeri berada pada kategori nyeri sedang. Langkah awal sebelum memberikan intervensi, peneliti menganjurkan ibu untuk mencari posisi yang nyaman seperti posisi berbaring miring ke kiri atau duduk. Ibu mengatakan nyaman dengan posisi berbaring miring ke kiri. Kemudian dilakukan pemberian *Counterpressure Massage* dengan menggunakan *baby oil* selama sekitar

20 menit saat kontraksi berlangsung dengan menekan secara lembut pada daerah pinggul secara bersamaan di atas bokong ibu yaitu pada daerah yang memiliki banyak otot atau pada daerah saraf torakal 10, 11, 12, sampai lumbal 1. Penekanan dilakukan dengan cara dilepaskan dan tekan lagi sampai seterusnya selama kontraksi. Gerakan ini dilakukan secara berulang sebanyak 2 sampai 3 kali saat terjadi kontraksi. Setelah *Counterpressure Massage* diberikan, kemudian dilakukan kembali penilaian skala nyeri yang diukur menggunakan NRS dan diperoleh nilai skor 3 yang artinya skala nyeri berada pada kategori nyeri ringan

RUMUSAN MASALAH

P : Ibu bersalin

I : *Counterpressure*

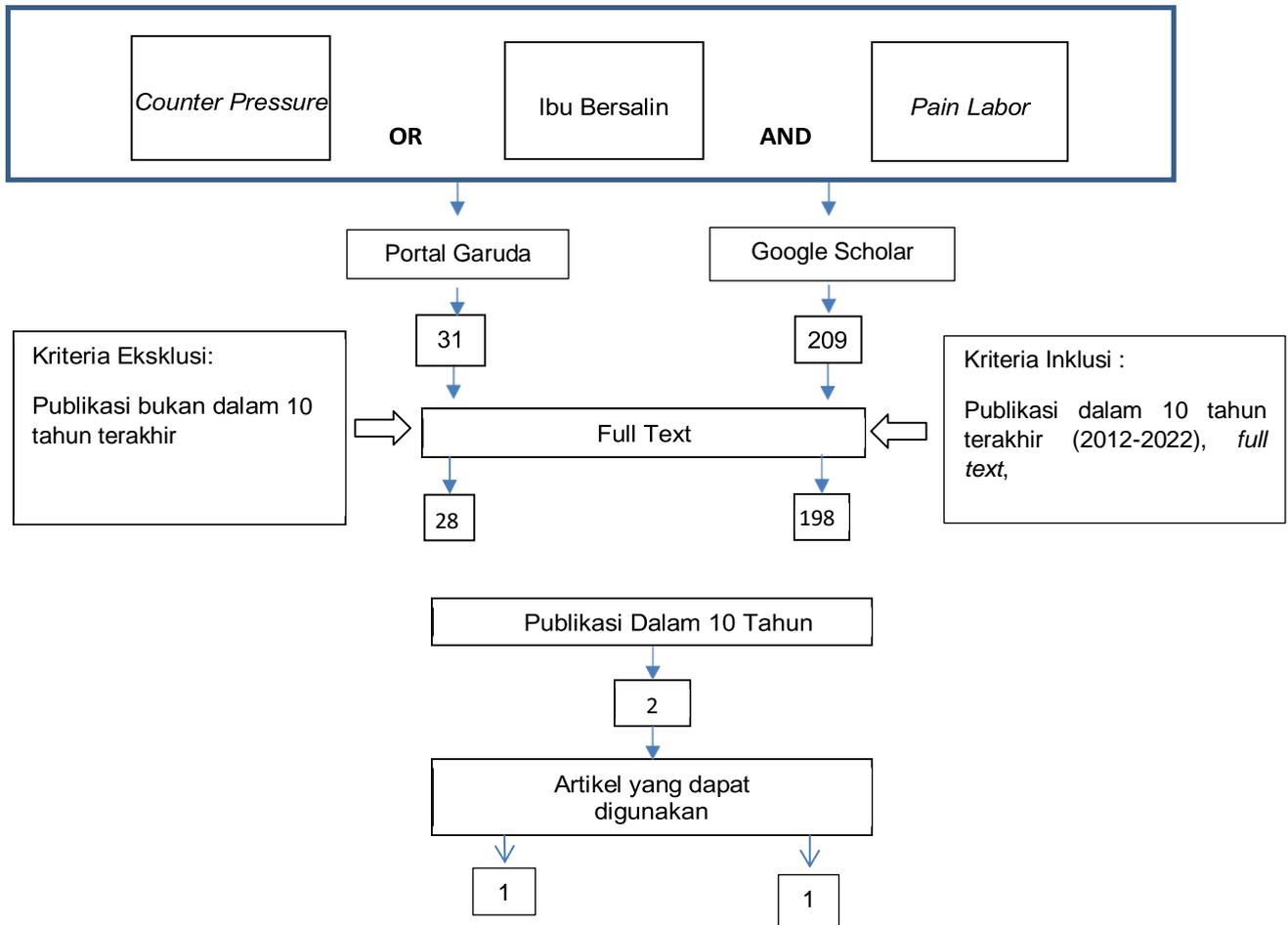
C : Tidak ada pembanding atau intervensi lainnya

O : Penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif

Rumusan masalah pada kasus ini yaitu Apakah terdapat pengaruh *Massage Counter Pressure* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif

METODE

Metode yang dilakukan menggunakan Evidence Based Case Report dengan kata kunci yang digunakan dalam penelusuran ini diantaranya yaitu *Counterpressure*, ibu bersalin, dan *labor pain/* nyeri persalinan dengan *boolean operator* yang digunakan yaitu "OR" dan "AND". Sumber data yang digunakan untuk penelusuran artikel ini adalah *e-database* Portal Garuda, dan Google Scholar. Dalam penelusuran jurnal pada *e-database* dibatasi pada publikasi dalam rentang waktu 10 tahun terakhir yaitu dalam kurun waktu tahun 2012 sampai dengan publikasi terbaru tahun 2022 untuk artikel yang dipublikasi *full text*. Skrining pertama dilakukan berdasarkan ketersediaan artikel *full text*, publikasi dalam rentang waktu 10 tahun terakhir, dan artikel yang dipilih ditinjau berdasarkan judul/ abstrak. Artikel yang terpilih kemudian ditinjau kembali berdasarkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Pada akhir pencarian, didapatkan dua artikel yang sesuai untuk dijadikan acuan dalam penerapan *evidence-based case report* dalam studi kasus ini.



Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Berikut ini merupakan tabel telaah kritis dari 2 jurnal yang terpilih mencakup *validity*, *importance* dan *Applicability*

Tabel 1. Telaah Kritis

Artikel	Desain Penelitian	Level of evidence	Validity	Importance	Applicability
Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik <i>Counter Pressure</i> Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Klinik Bidan Elviana Tahun	Penelitian ini menggunakan desain Quasi Eksperimen <i>pre test dan post test design</i>	II B	Penelitian ini menggunakan desain <i>pre test post test design</i> yang dilakukan pada bulan Mei – Agustus tahun 2017. Teknik pengambilan sampel adalah dengan <i>non probability sampling</i> berupa teknik	Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan intervensi pijat <i>counter pressure</i> pada ibu bersalin kala I fase aktif adalah rata-rata 8,3 dengan standard deviasi 0,657 dan skala nyeri minimal 7 serta skala nyeri	<i>Counterpressure massage</i> yang dilakukan terhadap ibu bersalin kala I fase aktif membuat ibu mampu mengontrol nyeri tanpa harus memberikan respon verbal yang berlebihan. Selain itu, melalui <i>counterpressure</i>

<p>2017</p> <p>M. Satria¹</p>			<p><i>consecutive</i> sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 ibu bersalin kala 1 fase aktif.</p> <p>Kriteria Inklusi yaitu ibu bersalin aterm kala I fase aktif, usia ibu berkisar antara 20-35 tahun, janin normal, ibu tidak mengalami gangguan kulit atau luka pada daerah sacrum.</p> <p>Kriteria eksklusi: Ibu dengan gangguan kontraksi, diberikan induksi persalinan, mendapatkan terapi analgesik, keadaan patologis pada ibu dan janin secara tiba-tiba, terjadi penurunan kesadaran dan keadaan umum menjadi buruk.</p>	<p>maksimal 9. Sesudah diberikan pijat <i>counter pressure</i> hasil rata-rata penurunan skala nyeri adalah sebesar 5,1 dengan standard deviasi 1,210 dan skala nyeri 3 serta skala nyeri maksimal 7.</p> <p>Rata-rata nyeri sebelum diberikan teknik pijat <i>counter pressure</i> didapatkan 8,3 dengan standard deviasi 0,657. Sedangkan setelah diberikan teknik <i>counter pressure</i> didapatkan 5,1 dengan standard deviasi 1,210. Hasil uji statistic menggunakan T-Test didapatkan nilai $p=0,000$. Artinya, ada pengaruh <i>counterpressure massage</i> terhadap penurunan rasa nyeri ibu bersalin kala I fase aktif.</p>	<p><i>massage</i> juga dapat mengurangi penggunaan terapi farmakologi yang memungkinkan berdampak kurang baik bagi ibu maupun janin. Dengan demikian, <i>counterpressure massage</i> diyakini aman untuk diaplikasikan selama proses persalinan.</p>
<p>Pengaruh Penerapan <i>Counterpressure</i> Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Puskesmas Batua Raya Makassar</p> <p>Nurfaizah Alza, <i>et al</i></p>	<p>Desain penelitian yang digunakan yaitu Quasi Eksperimen <i>one group pretest posttest design</i></p>	<p>II B</p>	<p>Penelitian yang menerapkan desain <i>one group pretest-posttest</i> ini dilakukan pada bulan Oktober – Desember tahun 2020. Sebanyak 20 responden diambil melalui teknik</p>	<p>Hasil penelitian ini memperlihatkan nilai rerata sebelum diberikan intervensi <i>counterpressure massage</i> sebesar 7,95 sementara nilai rerata sesudah diberikan intervensi yaitu 4,80. Hasil uji</p>	<p><i>Counterpressure</i> bekerja dengan mengaktifkan endorphin yang dapat membuat relaksasi otot sehingga nyeri pun berkurang sehingga intervensi ini dapat diterapkan bagi para ibu bersalin untuk mengatasi nyeri persalinan.</p>

<p>Jurnal Antara Kebidanan Tahun 2021</p>			<p><i>purposive sampling</i>. Kriteria inklusi yaitu ibu inpartu kala I tanpa komplikasi. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah ibu inpartu yang mengalami keadaan patologi secara tiba-tiba. Instrument penelitian menggunakan <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS).</p>	<p>statistic menggunakan uji <i>t-test</i> didapatkan nilai ($p < 0,05$) sehingga dapat diyakini bahwa terdapat pengaruh penerapan <i>counterpressure massage</i> dalam penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif.</p>	
---	--	--	---	---	--

HASIL

Dari hasil penelusuran, diperoleh dua artikel yang merujuk pada hasil yang mendukung penerapan *counterpressure massase* guna menurunkan tingkt nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. Hasil penelitian yang dilakukan oleh M. Satria (2018) sebelum diberikan *counterpressure massage* pada ibu inpartu kala I fase aktif rata-rata penurunan rasa nyeri adalah 8,3 dengan standard deviasi 0,657 dan skala nyeri minimum 7 serta skala nyeri maksimum 9. Dari 20 responden yang dilakukan pengukuran skala nyeri menggunakan NRS sebelum diberikan *counterpressure massage*, sebanyak 8 responden memperoleh hasil skor 9, 10 responden lainnya memperoleh skor 8, dan 2 responden sisanya memperoleh skor 7. Setelah diberikan *counterpressure massage*, hasil rata-

rata penurunan yaitu 5,1 dengan standard deviasi 1,210 dimana skala nyeri minimum 3 dan skala nyeri maksimum 7. Nyeri yang dirasakan oleh 20 orang responden mengalami penurunan setelah *counterpressure massase* dimana rata-rata skor berkisar antara 4-6 (nyeri sedang). Hal tersebut menunjukkan bahwa pijat *counterpressure* memberikan pengaruh secara signifikan untuk mengurangi rasa nyeri ibu bersalin kala I fase aktif. Hasil penelitian serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurfaizah, dkk (2021) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada saat sebelum dan setelah dilakukan *counterpressure massage*. Penelitian ini menggunakan instrument berupa lembar observasi dan *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk mengukur skala nyeri. Sebelum dilakukan *counterpressure massage*, diketahui

distribusi frekuensi tingkat nyeri persalinan responden berada pada kategori nyeri berat sebanyak 17 responden (85%) dan nyeri sedang 3 (15%). Setelah dilakukan *counterpressure* massage, distribusi frekuensi sebanyak 15 responden (75%) mengalami nyeri sedang, 4 responden (20%) mengalami nyeri ringan, dan 1 responden (5%) mengalami nyeri berat. Berdasarkan uji *paired t test* nilai *pvalue* 0,00 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh intervensi berupa *counterpressure* massage dalam penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pencarian jurnal, didapatkan dua artikel yang sesuai dengan rumusan masalah dan kemudian dilakukan telaah kritis. Penelitian pertama menurut M. Satria menyimpulkan bahwa pemberian *Counterpressure Massage* memberikan pengaruh secara signifikan dalam penurunan rasa nyeri ibu bersalin kala I fase aktif. Adanya penurunan nyeri disebabkan menutupnya gerbang pesan nyeri yang dibawa menuju *medulla spinalis* di otak. Senyawa endorfin yang terletak pada sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak mampu diaktifkan dengan pemberian tekanan *counterpressure* massage. Hal ini mengakibatkan respon nyeri dapat dihambat sehingga sensasi nyeri menurun.

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 aktif. *Counterpressure* massage merupakan suatu pijatan secara

kontinyu yang dilakukan dengan cara memberikan tekanan lembut pada tulang sacrum menggunakan kepala salah satu telapak tangan. *Counterpressure* massage dapat diberikan dengan pola lurus maupun lingkaran. Melalui teknik ini, rasa nyeri dapat berkurang karena sinyal nyeri yang akan disampaikan kepada otak terhambat. Selain itu, *counterpressure* massage juga mampu meningkatkan oksigenisasi ke seluruh jaringan serta memperlancar aliran darah. Selama *counterpressure* massage dilakukan, hormon endorfin selalu terstimulasi sehingga menurunkan rasa nyeri dan menciptakan perasaan nyaman.⁷

Hasil penelitian dari artikel kedua oleh Nurfaizah dkk, mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan sebelum dilakukan *Counterpressure* dan sesudah dilakukan *Counterpressure*. Setelah diberikan *Counterpressure Massage* selama 20 menit sebanyak 3 kali selama kontraksi pada pembukaan 5 terdapat penurunan tingkat nyeri menjadi nyeri ringan, skala nyeri 3.

Ibu yang diberikan pijatan selama 20 menit selama persalinan akan merasa bahwa rasa nyerinya berkurang. Efek relaksan dan terapeutik yang dihasilkan membuat otot-otot yang tegang menjadi relaks sehingga aliran darah yang semula sempit menjadi terbuka. Dengan diberikannya intervensi *Counterpressure Massage*, ibu merasa lebih nyaman saat bersalin karena nyeri berkurang dan ketegangan otot menghilang.⁸

Dengan menekan bagian tubuh yang terasa nyeri, *Counterpressure Massage* bertujuan untuk membuat perasaan nyeri yang ibu rasakan teralihkan saat bersalin. Pijatan yang dilakukan secara terus menerus merupakan prinsip dasar dari *Counterpressure Massage*. Melalui pengalihan rasa nyeri ini diharapkan proses persalinan berjalan lebih cepat sehingga risiko terjadinya persalinan lama dapat berkurang.

Studi yang telah dilakukan pada kasus ini menunjukkan bahwa *Counterpressure Massage* yang diaplikasikan sepanjang kontraksi mampu menghambat respon nyeri sehingga mengurangi persepsi rasa nyeri. Teknik *Counterpressure Massage* diberikan pada bagian lumbal yaitu bagian dimana saraf sensorik pada uterus dan serviks berjalan bersama saraf simpatis rahim memasuki sumsum tulang belakang melalui saraf torakal 10-11-12 sampai lumbal 1. Pemberian pijatan pada bagian ini menyebabkan impuls rasa sakit dapat dihentikan. Adanya stimulasi pada saraf yang berdiameter besar berdampak pada tertutupnya pintu kontrol rasa nyeri dan tidak diteruskannya rangsangan sakit menuju korteks serebral.⁹

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Counterpressure massage* dapat diaplikasikan pada ibu bersalin kala I fase aktif dan terbukti efektif dalam mengurangi rasa nyeri. Maka dalam hal ini ada relevansi antara hasil intervensi yang dilakukan oleh penulis di Puskesmas Pacet dengan kedua hasil telaah jurnal yang telah dilakukan.^{10,11,12}

Dalam memberikan asuhan *Counterpressure massage* ke ibu bersalin yaitu dengan melakukan penekanan di daerah pinggul secara ganda di atas bokong ibu dapat mengurangi rasa nyeri terutama saat persalinan tahap awal. Teknik *Counterpressure Massage* dilakukan selama 20 menit saat kontraksi melalui penekanan pada pinggul ibu secara bersamaan. Gerakan ini dilakukan secara berulang-ulang 2-3 kali sepanjang munculnya kontraksi.

Pasien mengatakan bahwa *Counterpressure massage* memiliki pengaruh dalam penurunan tingkat nyeri persalinan yang ditandai dengan penurunan nilai rata-rata tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi *Counterpressure massage*

dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum diberikan *Counterpressure Massage* diperoleh nilai 5 (nyeri sedang) dan sesudah diberikan *Counterpressure Massage* diperoleh nilai 3 (nyeri ringan).

SIMPULAN

Counterpressure Massage terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif dikarenakan *Counterpressure Massage* 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 memberikan *Counterpressure Massage* impuls nyeri tersebut dapat dihambat dan sensasi nyeri di daerah pinggang pun dapat berkurang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Andarmoyo.2013.*Konsep dan Keperawatan Nyeri*. Jakarta: Ar-rus Medika
2. Erni, J & Melyana, N. W. 2018. *Literature Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*. *Journal of Holistics and Health Science*, [Internet]. 1(2), 67-78. DOI: <https://doi.org/10.35473/jhhs.v3i2.78>. [Diakses 30 Agustus 2022]
3. Pasongli, S., Rantung, M., & Pesak, E. 2014. *Efektivitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intenstitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di Rumah Sakit Advent Manado*. *Jidan Jurnal Ilmiah Bidan*. [Internet]. 2(2), 308. DOI: <https://doi.org/10.47718/jib.v2i2.308> [Diakses 30 Agustus 2022]
4. M. Satria. 2018. *Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Counterpressure Terhadap*

- Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Klinik Bidan Elviana Tahun 2017. Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Menara Ilmu.* [Internet]. 12(5), 40-47. DOI: <https://doi.org/10.33559/mi.v12i5.786> [Diakses 11 Agustus 2022]
5. Sadat, H. Z., Forugh, F., Maryam, H., Nosratollah, M. N., & Hosein, S. 2016. *The Impact of Manual Massage on Intensity and Duration of Pain at First Phase of Labor in Primigravid Women. International Journal of Medicine Research.* 1(4), 16-18
 6. Danuatmadja, B. 2014. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit.* Puspa Swara
 7. Suyani, Anwar, M., & Kurniawati, F, H. 2016. *Pengaruh Massage Counterpressure Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah.* [Internet] 12(1), 63-68. DOI: <https://doi.org/10.31101/jkk.125>
 8. Judha, M. 2017. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan.* Nuha Medika: Yogyakarta
 9. Alza, N., Syarif, S., Supardi, N., Azis, M., & Hasan, F. I. 2021. *Pengaruh Penerapan Counterpressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Puskesmas Batua Raya Makassar. Jurnal Antara Kebidanan.* [Internet] 2(4), 22-30. DOI: <https://doi.org/10.37063/ak.v4i3.621>
 10. Janssen, P., Shroff, F., & Jaspas, P. 2012. *Massage Therapy and Labor Outcomes: a randomized controlled trial. Inter: J. of Ther. Mass and Body.* [Internet] 5(4), 15-20 DOI: 10.3822/ijtmb.v5i4.164
 11. Gayeski, E, M., Bruggeman, M, O., Monticelli, M., & Santos, D, A, K, E. 2015. *Application of Nonpharmacologic Methods to Relieve Pain During Labor: The Point of View Primiparous Women. Pain Manag Nurs* [Internet] 16(3), 273-84. DOI: 10.1016/j.pmn.2014.08.006
 12. Prawirohardjo, S. 2014. *Ilmu Kebidanan Edisi 4.* Jakarta: PT. Bina Pustaka
 13. Astuti, P, H., Astuti, W, A., Agustin, D., dkk. 2021. *Narrative Review: Pengaruh Terapi Massage Counterpressure Terhadap Pengurangan Nyeri Dalam Persalinan. Jurnal Cakrawala Promkes.* [Internet] 3(2): 50-60. DOI: [https://doi.org/10/12928/promkes.v1i1 .xxx](https://doi.org/10/12928/promkes.v1i1.xxx)
 14. Manuaba. 2015. *Pengantar Kuliah Obstetri.* Jakarta: EGC
 15. Pramudianti, N, D. 2020. *Non Pharmacological Methods to Reduce Pain in The First Stafe of Labor with a Counterpressure Technique. Health Media.* [Internet] 1(2): 13-18. DOI: <https://doi.org/10.55756/hm.v1i2.28>