

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 1 No. 2	Edition: Januari 2021 – Maret 2021
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh	
Received: 27 Maret 2021	Revised: -----	Accepted: 30 Maret 2021

EDUKASI TENTANG TEKNIK *MESSAGE COUNTER PRESSURE* TERHADAP PENGURANGAN RASA NYERI PERSALINAN KALA I

Education on Massage Counter Pressure Engineering Against the Reduction of 1st-Style Pain

Kristin Natalia¹, Weni Damayanti², Vitrilina Hutabarat³

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : kristin.desember@gmail.com, damayanti@gmail.com, Vitrilina@gmail.com

Abstract

Labor pain is a physiological condition that is generally experienced by almost all women who give birth. Pain comes from uterine contractions and cervical dilation. With the increasing frequency of uterine contractions, the pain felt by the mother in childbirth will be even stronger. This education aims to increase the knowledge and insight of mothers about how to use counter pressure massage techniques to reduce the pain of childbirth during the first stage of labor. This education uses an approach approach to mothers in labor so that they can perform counter pressure massage techniques during the first stage of labor. This massage technique is carried out for 20 minutes during contractions. The targets in this education are 1st stage mothers. This counseling technique starts from identifying the first stage mothers, preparing places and targets, preparing materials, extension tools and implementing teams. This education was carried out at the Kurnia Independent Practice Midwives, Deli Tua District. The results of this counseling indicate that by applying a counter pressure massage technique on the mother's waist can reduce labor pain from mothers who experience moderate pain to mild pain and mothers who experience severe pain to moderate pain p value = 0.007 (p. <0.05). It can be concluded that there is a significant effect of the application of counter pressure massage techniques on reducing pain in stage I labor. It is recommended that mothers who give birth during stage I are able to do this technique of counter pressure massage correctly.

Keywords: First stage of labor, Labor pain, Massage Counter Pressure technique

Abstrak

Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang umumnya dialami oleh hampir semua wanita yang melahirkan. Nyeri berasal dari kontraksi uterus dan pelebaran serviks. Dengan meningkatnya frekuensi kontraksi rahim, rasa sakit yang dirasakan ibu in partu akan semakin kuat. Edukasi ini bertujuan untuk menambah pengetahuan dan wawasan ibu tentang bagaimana teknik massage counter pressure terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan kala I. Edukasi ini menggunakan metode penyuluhan pendekatan kepada ibu bersalin sehingga dapat melakukan teknik massage counter pressure pada kala I persalinan. Teknik Pijat ini dilakukan selama 20 menit selama kontraksi. Sasaran dalam edukasi ini adalah ibu bersalin Kala I. Teknik penyuluhan ini dimulai dari melakukan identifikasi terhadap ibu bersalin Kala I, menyiapkan tempat dan sasaran, menyiapkan materi, alat bantu penyuluhan dan tim pelaksana. Edukasi ini dilaksanakan di Bidan Praktek Mandiri Kurnia Kecamatan Deli Tua. Hasil penyuluhan ini menunjukkan bahwa dengan melakukan teknik massage counter pressure pada bagian pinggang ibu dapat menurunkan nyeri persalinan dari ibu yang mengalami nyeri sedang hingga nyeri ringan dan ibu yang mengalami nyeri berat hingga nyeri sedang p value = 0,007 (p. <0,05). Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan teknik massage counter pressure terhadap penurunan nyeri pada persalinan Kala I. Disarankan kepada ibu bersalin Kala I agar dapat melakukan tehnik massage counter pressure ini dengan benar.

Kata Kunci : Kala I Persalinan, Nyeri Persalinan, Teknik Massage Counter Pressure

1. PENDAHULUAN

Semua ibu bersalin pasti secara umum mengalami nyeri saat ingin melahirkan, hal ini merupakan proses fisiologis dalam persalinan. Semakin mendekati persalinan kontraksi semakin sering, kuat dan teratur (Reeder, 2011).

Menurut WHO Tahun 2015 terdapat 303.000 ibu melahirkan mengalami kematian karena nyeri saat dalam persalinan. Prevelensi terjadinya kematian ibu 99% terjadi (WHO, 2015).

Upaya mengatasi nyeri persalinan telah dilakukan oleh bidan seperti melakukan massage atau pemijatan didaerah pinggang, menganjurkan posisi yang nyaman pada ibu saat inpartu. Hal ini bertujuan agar ibu bersalin tidak kehabisan tenaga dan dapat meneran dengan baik saat proses pengeluaran janin.

Hasil penelitian Satria Tahun 2018 menyebutkan 8,3 skala 7-9 nyeri yang dialami ibu bersalin sebelum dilakukan pemijatan, 7-9 skala 3-7 setelah pemijatan nyeri sedang. Hal ini membuktikan ada pengaruh pemijatan tersebut terhadap pengurangan nyeri dalam persalinan.

Hasil penelitian Pasongli Tahun 2014 menyebutkan sangat efektif dilakukan pemijatan untuk mengurangi nyeri persalinan. 86,7 % pemijatan ini sangat besar pengaruhnya pada ibu bersalin.

Hasil penelitian Sri Rezeki Tahun 2013 menunjukkan 3,63 nilai mean pemijatan dengan tehnik *Counter Pressure* sangat efektif dalam mengurangi nyeri pinggang. Dari hasil ini perlu dilakukan tehnik *Counter Pressure* untuk mengurangi nyeri selama persalinan.

2. METODE

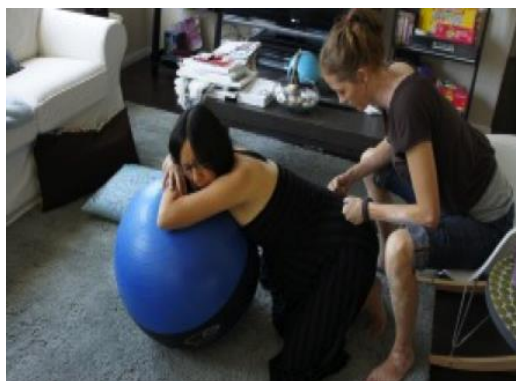
Edukasi ini dilaksanakan di Bidan Praktek Madiri Kurnia Kecamatan Deli Tua pada bulan Januari-Februari 2021 dengan jumlah sampel 8 orang ibu bersalin Kala I.

Dalam memberikan edukasi pada ibu bersalin Kala I dilakukan langkah-langkah dari mulai persiapan sampai pelaksanaan penyuluhan antara lain sebagai berikut :

Gambar1. Tehnik *massage counter pressure*



Gambar2. Tehnik *massage counter pressure* menggunakan jem ball



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Ibu

NO	Umur	F	%
1.	21-23 Tahun	4	50
2.	24-26 Tahun	3	37.5
3.	27-30 Tahun	1	12.5
TOTAL		8	100

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Skala Nyeri

Skala Nyeri	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Nyeri Sedang	3	37.	4	50
Nyeri Berat	4	50	4	50
Nyeri Sangat Berat	1	12.5		
Total	8	100	8	100

Tabel 3. Pengaruh Teknik Massage Counter-Pressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I

Variabel	Negative Rank (N)	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	Asymp Sig. (2-tailed)
Teknik Massage					
Pretest	8	4	3	-	0.00
Eksperimen – Posttest		.50	6.00	2.174	7
Eksperimen					

Berdasarkan Hasil uji Wilcoxon nilai Z sebesar -2.714 dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,007 dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < \alpha$), sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan Teknik Massage Counter-Pressure.

Pemijatan ini dapat dilakukan 20 menit dalam persalinan sehingga dapat membuat ibu bersalin menjadi rileks. Hal ini menimbulkan rasa nyaman selama proses (Pastuty, 2012).

Sri Rejeki tahun 2013 menyatakan bahwa rentang nyeri yang sebelum dilakukannya suatu tindakan adalah 9-10 sebanyak 13 responden (54,2%). Setelah dilakukannya Teknik Massage Counter-Pressure terjadi penurunan nyeri berat menjadi nyeri sedang sebanyak 18 responden (75%) pada skala 3-6. Oleh sebab itu, dapat dilihat langsung oleh penelitian dimana terjadi pengurangan rasa nyeri persalinan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil edukasi ini didapatkan skala nyeri yang dirasakan sebelum dilakukan teknik massage counter-pressure adalah (37.5%) nyeri sedang, (50%) nyeri berat, ini membuktikan ada manfaat pemijatan dalam persalinan.

Skala nyeri yang dirasakan sesudah dilakukan Teknik Massage Counter-Pressure adalah pada skala nyeri ringan sebanyak 4 responden (50%) dan pada skala nyeri sedang sebanyak 4 responden (50%). Hal ini dapat diartikan nyeri yang dialami ibu adalah nyeri ringan dan nyeri sedang.

Berdasarkan Hasil uji Wilcoxon nilai Z sebesar -2.714 dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,007 dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < \alpha$), sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan Teknik Massage Counter-Pressure.

DAFTAR PUSTAKA

- Pastuty, 2012. Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin. Jakarta, TIM. Diambil dari : PDF : <https://ejurnal.akperpantikosala.com>. (27 November 2019).
- Pesak, E. 2014. Efektifitas Counter Pressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri kala I Fase Aktif Persalinan Normal di Rumah Sakit Advent Manado. Diambil dari : PDF : [Http : //ejurnal poltekkesmanado.ac.id](http://ejurnal.poltekkesmanado.ac.id). (Diakses Tanggal 27 November 2019).
- Reeder, S. J., Martin, L.I., & Griffin, D. K. 2011. Maternity nursing : family, newborn, and women's health care. Alih bahasa, Afyanti, Y., et al. Jakarta : EGC. Jurnal Keperawatan Maternitas. Volume : 1, No. 2, November 2013; 124-133. (Diakses pada : 27 November 2019).
- Satria.2018.Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Counter Pressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Klinik Elviana Tahun 2017. Diambil dari : PDF : Menara Ilmu, 12(5). (Diakses tanggal 27 November 2019).
- Sri Rejeki, Hartati T, Khayati N. 2013. Nyeri Persalinan Kala I melalui Praktek Counter-Pressure di RSUD Soewondo Kendal.
- WHO (World Health Organization). 2015. Data Angka Kematian Ibu Hamil. Diambil dari PDF:<http://harian-pelita.pelitaonline.com/cetak/2013/09/30/data-angka-kematian-ibu-hamil-menurut-who>. Diakses tanggal 27 November 2019.