



**PENERAPAN TEKNIK COUNTER PRESSURE DAN MASSAGE
EFFLEURAGE PADA PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF**

Setiyawanto*, Riski Intan Pratiwi, Siti Haniyah

Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Jl Raden Patah No 100 Ledug, Purwokerto, 53182, Indonesia

*Ajibarang2011@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan atau melahirkan merupakan proses untuk mengeluarkan hasil konsepsi (bayi dan Placenta) secara alami, dimulai dengan kontraksi yang adekuat pada uterus, pembukaan dan penipisan serviks. Nyeri melahirkan adalah pengalaman sensorik dan emosional yang bervariasi dari menyenangkan sampai tidak menyenangkan yang berhubungan dengan persalinan. Beberapa upaya untuk mengurangi nyeri persalinan dengan cara non farmakologi salah satunya dengan pemberian massage counter pressure dan massage effleurage. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui hasil penerapan teknik counter pressure dan massage effleurage dalam mengatasi nyeri persalinan kala I fase aktif diruang VK RSUD Ajibarang. Metode penelitian yang digunakan adalah desain studi kasus deskriptif. Subjek studi kasus yang digunakan yaitu pasien bersalin kala I fase aktif diruang VK RSUD Ajibarang. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara. Hasil evaluasi setelah dilakukan pemberian massage counter pressure dan massage effleurage menunjukkan tingkat nyeri ibu melahirkan menurun dari skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 5 dan pasien terlihat lebih siap dalam menjalani persalinan. Kesimpulan dari studi kasus pemberian massage counter pressure dan massage effleurage ini yaitu dapat menurunkan skala nyeri pasien bersalin kala I fase aktif.

Kata kunci: counter pressure; deep back massage; kala 1 fase aktif; nyeri persalinan

***APPLICATION OF COUNTER PRESSURE AND MASSAGE EFFLEURAGE
TECHNIQUES IN ACTIVE PHASE 1 DELIVERY***

ABSTRACT

Labor or childbirth is the process of producing the results of conception (baby and placenta) naturally, starting with adequate contractions of the uterus, opening and thinning of the cervix. Labor pain is a sensory and emotional experience that varies from pleasant to unpleasant related to childbirth. Several efforts to reduce labor pain in non-pharmacological ways are one of them by giving counter pressure massage and massage effleurage. This case study aims to determine the results of the application of counter pressure and massage effleurage techniques in overcoming labor pain during the first active phase in the VK room of Ajibarang Hospital. The research method used is a descriptive case study design. The subject of the case study used was a maternity patient during the first active phase in the VK room of Ajibarang Hospital. Data collection was carried out by observation and interviews. The results of the evaluation after the administration of counter pressure massage and massage effleurage showed that the level of maternal pain decreased from a pain scale of 7 to a pain scale of 5 and the patient looked more prepared to undergo childbirth. The conclusion of this case study of the administration of counter pressure massage and massage effleurage is that it can reduce the pain scale of maternity patients during the first active phase.

Keywords: counter pressure; deep back massage; labor pain, phase 1 active

PENDAHULUAN

Menurut Widiastini (2015) persalinan atau melahirkan merupakan proses untuk mengeluarkan hasil konsepsi baik bayi maupun placenta secara alami, dimulai dengan kontraksi yang adekuat pada uterus, pembukaan dan penipisan serviks. Supliyani (2017) mengatakan persalinan normal yaitu tindakan untuk mengeluarkan janin yang sudah cukup usia kehamilan (37 – 42 minggu), berlangsung spontan, dengan presentasi belakang kepala janin, dan tidak terdapat komplikasi pada ibu maupun janin. Sedangkan nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin. Nyeri melahirkan adalah pengalaman sensorik dan emosional yang bervariasi dari menyenangkan sampai tidak menyenangkan yang berhubungan dengan persalinan (PPNI, 2017). Sementara nyeri persalinan adalah bagian normal dari proses persalinan, dapat bervariasi dalam intensitas dan durasi dari wanita ke wanita. Nyeri persalinan merupakan sebuah pengalaman subjektif disebabkan oleh iskemik otot uteri, penarikan dan traksi ligament uteri, traksi ovarium, tuba fallopii dan distensi bagian bawah uteri, otot dasar panggul dan perineum (M.A.R Kb, Hasnah 2019).

Nyeri persalinan juga dapat menyebabkan timbulnya hiperventilasi sehingga kebutuhan oksigen meningkat, kenaikan tekanan darah, dan berkurangnya motilitas usus serta vesika urinaria. Keadaan ini akan merangsang peningkatan katekolamin yang dapat menyebabkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi inersia uteri. Apabila nyeri persalinan tidak diatasi akan menyebabkan terjadinya partus lama (Anita, 2017). Hal ini sering digambarkan sebagai kontraksi intens, tajam dan berirama yang terjadi dirahim. Kontraksi ini membantu melebarkan serviks dan mendorong bayi melalui jalan lahir. Banyaknya kasus sectio caesarea sebagian besar dikarenakan nyeri yang dirasakan ibu menjelang proses persalinan, sehingga ibu merasa takut proses persalinannya tidak berjalan dengan lancar dan memutuskan untuk melakukan sectio caesarea. Dari Pusat Data Persatuan Rumah Sakit seluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri yang sangat, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan.

Jumlah Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia mencapai angka 189 per 100.000 kelahiran hidup berdasarkan data per 18 Juli 2023 dari Badan Pusat Statistik (BPS). Kondisi ini jauh lebih banyak dari target yang diinginkan oleh Sustainable Development Goals (SDGs) yang menetapkan batas maksimum AKI sebesar 70 per 100.000 kelahiran hidup sesuai standar dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Adapun penyebab nyeri pada saat persalinan adalah pelepasan hormon, seperti oksitosin dan prostaglandin, yang merangsang kontraksi rahim. Kontraksi ini membantu menipiskan dan melebarkan serviks, memungkinkan bayi bergerak melalui jalan lahir. Selain itu, tekanan yang diberikan oleh kepala bayi pada leher rahim dan otot-otot dasar panggul juga berkontribusi terhadap sensasi nyeri persalinan.

Beberapa faktor yang mempengaruhi intensitas nyeri melahirkan diantaranya posisi bayi, ukuran bayi, ambang nyeri ibu dan penggunaan teknik penghilang rasa sakit. Posisi bayi, terutama kepala bayi, dapat mempengaruhi bagaimana tekanan diberikan pada leher rahim dan dasar panggul, sehingga berdampak pada intensitas rasa sakit. Ukuran bayi juga dapat mempengaruhi jumlah tekanan yang diberikan pada leher rahim dan dasar panggul, yang menyebabkan berbagai tingkat ketidaknyamanan. Hal ini akan merangsang peningkatan katekolamin yang dapat menyebabkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi inersia uteri. Jika nyeri persalinan tidak diatasi akan menyebabkan terjadinya partus

lama (Anita 2017). Banyak upaya bisa dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan salah satunya dengan pemberian massage counter pressure dan effleurage. Sebuah penelitian menyebutkan, ibu yang dipijit 20 menit setiap jam selama tahapan persalinan akan lebih bebas dari rasa sakit. Hal itu terjadi karena pijat merangsang tubuh melepaskan se nyawa endorphan yang merupakan pereda sakit alami.

Endorphan juga dapat menciptakan perasaan nyaman dan enak. Counter pressure adalah penekanan bergantian pada sacral dengan sebuah benda keras atau tinju atau tumit tangan (Indrayani & Moudy, 2016). Sensasi nyeri dihantar sepanjang saraf sensoris menuju ke otak, dan hanya sejumlah sensasi atau pesan tertentu dapat dihantar melalui jalur saraf ini pada saat bersamaan. Dengan memakai teknik masase jalur saraf untuk persepsi nyeri ini dapat dihambat atau dikurangi, lalu intensitas nyeri yang dirasakan ibu berkurang dan ketegangan tidak terjadi, sehingga kontraksi uterus yang tidak efektif akibat nyeri dapat dicegah, sehingga persalinan lama tidak terjadi. Massage effleurage adalah Gerakan mempergunakan seluruh permukaan telapak tangan melekat pada bagianbagian tubuh yang digosok. Bentuk telapak tangan dan jari-jari selalu menyesuaikan dengan bagian tubuh yang digosok. Pemijatan ringan dengan menggunakan jari tangan, dilakukan pada perut, seirama dengan pernafasan saat kontraksi (Indrayani & Moudy, 2016).

Efek terapeutik atau efek penyembuhan dari effleurage ini antara lain adalah membantu melancarkan peredaran darah vena dan peredaran getah bening atau cairan limfe, membantu mem-perbaiki proses metabolisme, menyempurnakan proses pembuangan sisa pembakaran atau mengurangi ke-lelahan, membantu penyerapan (ab-sorpsi) odema akibat peradangan, relaksasi dan mengurangi rasa nyeri. Dari latar belakang diatas peneliti ingin melakukan penelitian tentang Penerapan counter pressure dan massage effleurage untuk mengatasi nyeri persalinan kala I fase aktif. Peneliti menggunakan pengukuran skala NRS, dengan kriteria : 0 tidak mengalami nyeri, 1-3 skala nyeri ringan, 4-6 skala nyeri sedang, 7-9 skala nyeri berat, dan 10 skala nyeri sangat berat. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik counter pressure dan massage effleurage dalam mengatasi nyeri persalinan kala I fase aktif.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus deskriptif Subjek studi kasus yang digunakan yaitu pasien bersalin kala I fase aktif diruang VK RSUD Ajibarang. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara. Studi kasus dilakukan pada bulan Januari tahun 2024. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara. Instrumen pengkajian menggunakan format pengkajian asuhan keperawatan intranatal yang digunakan oleh Universitas Harapan Bangsa Purwokerto. Data yang di dapatkan dari hasil pengkajian disesuaikan dengan wawancara bersama klien, perawat, dan observasi rekam medis klien. Data dikelompokkan sehingga dapat merumuskan diagnosa keperawatan. Diagnosa keperawatan yang muncul menjadi acuan bagi penulis dalam melaksanakan intervensi dan evaluasi pada pasien persalinan kala I fase aktif.

Implementasi yang dilakukan pada studi kasus ini yaitu penulis menerapkan teknik counter pressure dan massage effleurage dalam mengatasi nyeri persalinan kala I fase aktif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2024 di ruang VK RSUD Ajibarang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin dengan jumlah pasien yang terlibat dalam penerapan praktek keperawatan sebanyak 1 orang. Subjek merupakan pasien rawat inap dengan kriteria ibu hamil yang sedang menjalani proses persalinan pada kala I fase aktif dan bersedia menjadi responden. Pemberian tindakan menyesuaikan dengan kondisi nyeri yang sedang dirasakan oleh pasien. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah

sampling accidental yaitu cara pengambilan sampel berdasarkan kebetulan bertemu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar informed consent (persetujuan responden), lembar pengumpulan data dan alat tulis. Sumber data diperoleh dari pasien dan keluarga.

Peneliti melakukan wawancara kepada pasien untuk memperoleh informasi secara rinci meliputi identitas pasien, keluhan utama, riwayat kesehatan saat ini, riwayat Kesehatan masa lalu, Riwayat penyakit keluarga dan lain – lain. Pengamatan dan pemeriksaan fisik dilakukan dengan pendekatan inspeksi, palpasi, perkusi dan auskultasi. Selain itu, peneliti menggunakan alat pengumpul data menggunakan format pelaksanaan asuhan keperawatan intranatal pada pasien persalinan kala I fase aktif dengan masalah utama nyeri persalinan. Wawancara dilakukan se-cara rinci untuk melengkapi data. Peneliti juga menggunakan beberapa sumber daya seperti buku catatan yang merekam sumber data melalui per-cakapan dengan pasien atau pun keluarga.

Lembar observasi yang di-gunakan untuk mencatat hasil pelak-sanaan pasien yang diwawancarai, serta data-data penunjang yang tertulis pada format asuhan keperawatan pasien persalinan kala I fase aktif. Analisa data penelitian ini terdiri dari menganalisa hasil penerapan data pasien dalam bentuk jurnal dan mem bandingkan dengan hasil penelitian atau teori yang ada. Prosedur teknik counter pressure yaitu melakukan penekanan sacrum secara bergantian dengan tangan yang dikepalkan secara mantap dan beraturan, kemudian dilanjutkan massage effleurage dengan mem-pergunakan seluruh permukaan telapak tangan melekat pada bagian- bagian tubuh yang digosok. Bentuk telapak tangan dan jari- jari selalu me-nyesuaikan dengan bagian tubuh yang digosok. Tekanan (counterpressure) dapat mencegah atau menghambat impuls nyeri yang berasal dari serviks dan korpus uteri dengan memakai landasan teori gate control.

Teori gate kontrol adalah sebuah mekanisme, di sumsum tulang belakang, di mana sinyal rasa sakit dapat dikirim ke otak untuk diproses sehingga memicu kemungkinan terjadinya rasa sakit yang dirasakan, atau melemahkannya di sumsum tulang belakang itu sendiri. Persepsi nyeri ini dapat dihambat atau dikurangi, lalu intensitas nyeri yang dirasakan ibu berkurang dan ketegangan tidak terjadi, sehingga kontraksi uterus yang tidak efektif akibat nyeri dapat dicegah, sehingga persalinan lama tidak terjadi. Sedangkan massage effleurage membantu melancarkan peredaran darah vena dan peredaran getah bening atau cairan limfe, membantu mem-perbaiki proses metabolisme, menyempurnakan proses pembuangan sisa pembakaran atau mengurangi kelelahan, membantu penyerapan (absorpsi) odema akibat peradangan, relaksasi dan mengurangi rasa nyeri. *Effleurage* adalah metode pijatan yang melibatkan penggunaan ujung jari dengan lembut dan lembut di area perut dan paha. Biasanya, teknik ini digunakan saat kala I persalinan. Selama pelaksanaan-nya, gerakan mengusap dilakukan secara ringan, tanpa memberikan tekanan yang kuat,dan jari-jari selalu berada dalam kontak dengan permukaan kulit sepanjang waktu (Marmi, 2016). Teknik pijatan *counter pressure* berupa tekanan kuat meng gunakan berbagai bagian tubuh seperti tumit tangan, bagian datar tangan, atau bola tenis pada area sakrum atau lumbal dapat mengatur atau bahkan menghambat impuls nyeri melalui mekanisme pertahanan di berbagai tingkat sistem saraf pusat.

Teori Gate Control oleh Melzack dan Wall menjelaskan bahwa impuls nyeri akan terhambat saat mekanisme pertahanan tersebut ditutup. Selain itu, teknik counter pressure juga memanfaatkan prinsip teori endorfin opiat endogen, di mana reseptor opiat di otak dan sumsum tulang belakang berperan dalam mengaktifkan endorfin dan enkefalin saat rasa sakit

muncul. Melalui pijatan dan tekanan yang kuat, pelepasan endorfin dapat dipicu, yang pada gilirannya dapat menyebabkan relaksasi otot dan mengurangi rasa sakit. *Effleurage*, yang didasarkan pada teori kontrol pintu, bertujuan untuk menghambat sinyal nyeri dengan merangsang serat taktil pada kulit. Dengan menggunakan gerakan menjentikkan, pesan yang dihasilkan bergerak melalui serabut saraf yang lebih besar, yaitu serabut Delta A, yang bertindak sebagai penghalang untuk mencegah sinyal nyeri mencapai korteks serebral. Hal ini mengubah persepsi nyeri karena serabut pada permukaan kulit memiliki diameter yang lebih besar daripada serabut saraf kecil yang menghantarkan nyeri. Penggunaan teknik *effleurage* juga dapat merangsang produksi hormon endorfin secara alami, yang mengurangi rasa sakit dengan mengubah transmisi sinyal yang diterjemahkan sebagai nyeri. Hormon endorfin berperan dalam menghambat transmisi pesan nyeri di sinapsis sel-sel saraf, yang menghasilkan penurunan sensasi nyeri (Santiasari, 2018).

Teknik *counter pressure* dapat diterapkan di area lumbal di mana saraf sensorik rahim dan mulut Rahim berjalan bersamaan dengan saraf simpatis rahim yang masuk ke dalam sumsum tulang belakang melalui jalur saraf torakal 10-11-12 dan lumbal yang berlokasi di bawah tulang belakang. Ada variasi dalam cara melaksanakan teknik *counter pressure*, mulai dari tekanan pada sakrum dengan tangan dalam gerakan teratur hingga pemijatan pada bagian lumbal dengan intensitas tekanan yang kuat. Teknik pijatan *counter pressure* lain juga dapat dilakukan dengan menempatkan tumit tangan atau bagian datar tangan, atau bahkan menggunakan bola tenis untuk memberikan tekanan yang kuat, baik dengan gerakan lurus atau lingkaran kecil. Teknik pijatan ini efektif dalam mengurangi rasa sakit pada punggung, kaki, dan tangan (seperti yang dijelaskan oleh Mander pada tahun 2012, sebagaimana dikutip dalam (Ahmad et al., 2023).

Menurut (Yuliawati, 2019). Tindakan *counter pressure* dilakukan dengan menekan sakrum secara bergantian dengan tangan yang dikepalkan secara beraturan frekuensinya 5 kali his, dilakukan selama 2 – 5 menit selama kontraksi berlangsung.

Untuk melakukan pijatan ini, dapat menggunakan minyak sayur, minyak pijat, atau sedikit bedak untuk membuat tangan lebih licin dan memberikan kenyamanan kepada ibu (Marmi, 2016:141). Teknik *effleurage* terdapat dua metode yaitu : pertama teknik penggunaan kedua tangan. Pendekatan ini memungkinkan ibu yang melahirkan untuk melakukan teknik ini sendiri dengan menggunakan kedua telunjuk tangan. Ini melibatkan gerakan lembut hingga kuat yang mengelilingi area perut. Awalnya dimulai di bagian bawah perut di atas simfisis pubis, kemudian bergerak ke sisi perut, dan kemudian ke bagian bawah perut di sebelah pubis (Seperti yang dijelaskan oleh Bobak dan Lowdermilk dalam buku, yakni. (Rahayu et al., 2022).

Kedua teknik penggunaan satu tangan. Teknik ini biasanya dilakukan oleh pihak lain, seperti keluarga ibu atau tenaga kesehatan yang memberikan bantuan selama persalinan. Mereka menggunakan ujung jari tangan untuk melakukan gerakan lembut dengan sedikit tekanan pada perut ibu. Teknik ini dijalankan dengan gerakan angka delapan yang dilakukan dengan lembut, tegas, dan konsisten. Prosedur teknik *counter pressure* : ibu untuk mencari posisi yang nyaman selama proses persalinan, seperti berbaring miring ke kiri atau duduk. Ratakan baby oil di telapak tangan dan gosok- gosokkan kedua tangan sampai terasa hangat. Tekan dengan kuat pada titik dibagian bawah punggung (regio sakralis) saat terjadi kontraksi dengan menggunakan pangkal telapak tangan atau ibu jari (lakukan Tindakan ini sebanyak 3 hingga 4 kali).

Prosedur teknik *effleurage*: mulailah dengan mengatur posisi tidur ibu, posisikan tubuhnya dalam posisi terlentang yang santai dengan satu atau dua bantal. Pastikan kaki diregangkan

sekitar 10 cm dan kedua lutut ditekuk membentuk sudut sekitar 45 derajat. Saat kontraksi berikutnya terjadi: tempatkan kedua telapak ujung jari tangan di atas simfisis pubis. Dengan nafas dalam yang lembut, usapkan kedua ujung jari tangan ini dengan tekanan ringan, tetapi tegas dan konsisten ke sisi abdomen, mengelilingi area samping abdomen dan menuju ke arah fundus uteri. Setelah mencapai fundus uteri, dengan perlahan-lahan pada saat ekspirasi, siapkan kedua ujung jari tangan tersebut menuju ke bagian bawah perut di atas simfisis pubis, melalui daerah umbilikus. Ulangi gerakan ini selama kontraksi berlangsung. Minyak zaitun digunakan sebagai pelicin saat memijat, gerakan memijat dan menekan secara sirkuler atau memutar dan dilakukan selama 15 menit, gerakan putar searah dengan jarum jam (menggerakkan tangan secara sirkulasi atau melingkar dengan menggunakan telapak tangan secara perlahan dan ditekan).

HASIL

Proses keperawatan merupakan se-rangkaian penerapan pemecahan masalah secara ilmiah yang bertujuan untuk mengidentifikasi masalah-masalah klien secara komprehensif. Dimulai dari mengidentifikasi masalah, merencanakan tindakan secara sis-tematis dan melakukan evaluasi hasil tindakan keperawatan yang telah dilakukan. Nyeri pada kala I persalinan ditimbulkan oleh stimulus yang di-hantarkan melalui saraf pada serviks dan uterus bagian bawah. Nyeri tersebut merupakan nyeri viseral yang berasal dari kontraksi uterus dan aneksa. pada kala I persalinan, nyeri pada dermaton thorasikus 11 (T11) dan (T12) menjadi lebih berat, tajam, dan kram, dan menyebar ke dermaton (T10) dan Lumbal 1. Pada saat pengkajian didapatkan hasil pasien mengatakan nyeri diperut bagian bawah saat terjadi kontraksi uterus, rasanya seperti diremas- remas dengan skala nyeri 7, sifat nyeri hilang timbul. Wajah pasien tampak meringis menahan sakit dan memegang perut serta tampak gelisah. tanda-tanda vital tekanan darah tekanan darah 110/70 mmhg, nadi 98 x/menit, suhu 36,4o C, frekuensi pernapasan 20 x/menit, dan hasil pemeriksaan dalam didapatkan pasien sudah mengalami pembukaan 8cm.

Berdasarkan pemeriksaan penunjang didapatkan data hemoglobin menurun dengan nilai 11.0 g/dl (nilai normal 12.0-16.0 g/dl), leukosit meningkat dengan nilai 22.58 10^3 /ui (nilai normal 4.8-10.8 10^3 /ui), hematokrit menurun dengan nilai 31.6% (nilai normal 37-47%), eritrosit menurun dengan nilai 3.92 10^6 /uL (nilai normal 4.2-5.4 10^6 /uL). Trombosit normal dengan nilai 296 10^3 /ui (nilai normal 150-450 10^3 /ui), gula darah sewaktu normal dengan nilai 80 mg/dl (nilai normal 70 - 130 mg/dl), Hbsag normal yaitu non reaktif dan golongan darah B. Pasien mendapatkan terapi kolaborasi infus RL 20 tpm.

Diagnosa Keperawatan

Menganalisa data hasil pengkajian untuk menentukan diagnosa keperawatan utama pasien, dari data yang diperoleh pada pasien dengan diagnosa G5P4A0 hamil 32 minggu dengan partus prematurus imminens, maka peneliti mengambil fokus masalah keperawatan utama yaitu nyeri melahirkan dan didapatkan diagnosa yang tertera pada table 2 di bawah ini .

Tabel 2.
Diagnosa Keperawatan

Data Subjektif	Data Objektif	Masalah Keperawatan
pasien mengatakan nyeri diperut bagian bawah P = kontraksi uterus Q = seperti diremas- remas R = diperut bagian bawah S = skala nyeri 7 T = nyeri hilang timbul.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wajah pasien tampak meringis menahan sakit dan memegang perut serta tampak gelisah. ▪ Tanda-tanda vital : ▪ Tekanan darah 110/70 mmhg ▪ Nadi 98 x/menit ▪ Suhu 36,4⁰ C ▪ Frekuensi pernapasan 20 x/menit, ▪ VT= pembukaan 8 cm. 	Nyeri melahirkan b.d dilatasi serviks

Intervensi Keperawatan

Intervensi berfokus pada masalah keperawatan nyeri melahirkan. Tujuan-nya dilakukan tindakan keperawatan selama 1 x 6 jam diharapkan tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil keluhan nyeri menurun, meringis menurun, gelisah menurun. Intervensi utama yang dilakukan adalah management nyeri:observasi: identifi-kasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri non-verbal, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri, identifikasi pengaruh budaya terhadap respon nyeri, Identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup, monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan, monitor efek samping penggunaan analgetic.

Terapeutik : berikan teknik nonfarma-kologis untuk mengurangi rasa nyeri (mis. terapi Pijat (massage effleurage)), kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri (mis. Suhu ruangan, pencahayaan, kebisingan), fasilitasi isti-rahah dan tidur, pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri.

Edukasi : jelaskan penyebab, periode, dan pemicu nyeri, jelaskan strategi meredakan nyeri, anjurkan memonitor nyeri secara mandiri, anjurkan menggunakan analgetik secara tepat, ajarkan teknik nonfarmakologis untuk me-ngurangi rasa nyeri dan kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu.

Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan pada studi kasus ini diterapkan fokus pada satu masalah keperawatan yaitu nyeri melahirkan. Implementasi yang di-lakukan yaitu mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, meng-identifikasi skala nyeri, meng-identifikasi respon nyeri non-verbal, mengidentifikasi faktor yang mem-perberat dan memperingan nyeri.

Terapeutik: memberikan teknik non-farmakologis counter pressure dan massage effleurage untuk mengurangi rasa nyeri, memfasilitasi untuk istirahat dan tidur, pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri. Edukasi dengan mengajarkan teknik nonfarmakologis counter pressure dan massage effleurage untuk mengurangi rasa nyeri.

Evaluasi

Setelah dilakukan implementasi ke-perawatan selama 1x6 jam didapatkan hasil tingkat nyeri pasien menurun dari skala nyeri 7 menjadi 5, meringis dan gelisah juga menurun.

PEMBAHASAN

Praktik keperawatan pada studi kasus ini adalah untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri melahirkan dengan intervensi tindakan yang dilakukan yaitu pemberian teknik counter pressure dan massage effleurage pada saat pasien mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif. Ada perbedaan pendapat dalam penggunaan massage counterpressure dan effleurage dalam menurunkan nyeri kala I fase aktif, ada yang mengatakan bisa menurunkan dan ada yang menyampaikan tidak berpengaruh. Salah satu yang mengatakan bahwa pemberian massage counter pressure dan effleurage tidak berpengaruh dalam menurunkan nyeri kala I fase aktif yaitu Darmayanti dan Suharwardi (2019). yang menyampaikan bahwa tidak terdapat pengaruh intervensi massage effleurage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan sedangkan intervensi counter pressure terdapat pengaruh penurunan intensitas nyeri persalinan.

Counter pressure dapat di kategorikan sebagian intervensi yang aman dan cukup efektif untuk mengurangi nyeri persalinan kala 1 counter pressure di lakukan dengan memberikan tekanan pada saat kontraksi pada tulang sacrum pasien dengan pangkal atau bisa juga dengan kepala salah satu telapak tangan (jurniatri & widyawati, 2018). Sedangkan menurut Sa'diyah (2020) menyampaikan bahwa terdapat perbedaan efektifitas antara sebelum dan sesudah dilakukan effleurage massage dan teknik counter presure terhadap tingkat nyeri ibu bersalin. Bisa dinilai dari adanya penurunan tingkat skala nyeri yang dirasakan oleh ibu setelah dilakukan effleurage massage dan teknik counter pressure yaitu tingkat skala nyeri setelah dilakukan tindakan mengalami penurunan satu tingkat lebih rendah dari pada sebelum dilakukan tindakan. Paseno, Situngkir, dan Pongantung at all (2019) menambahkan bahwa massage counter pressure dengan massage effleurage sama-sama memberikan dampak dalam menurunkan intensitas nyeri namun massage counter pressure lebih efektif sehingga intensitas nyeri berkurang.

Massage effleurage merupakan suatu cara untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien kala 1 fase aktif persalinan. Massage effleurage adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut dan panjang tidak putus putus. Pijat (massage) membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman selama persalinan (lestari & Apriyanti 2019). Dari hasil implementasi yang sudah dilakukan didapatkan data skala nyeri pasien yang tadinya berada pada skala 7 kemudian diberikan tindakan counter pressure dan massage effleurage, turun menjadi skala nyeri 5. Sejalan dengan penelitian dari puspitasari (2020) yang menyebutkan bahwa teknik massage effleurage dan counter pressure terbukti efektif dalam pengurangan nyeri persalinan kala 1. Insani at all (2021) menambahkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dengan diberikan nya teknik massage back effleurage terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1. Seftianingtyas, Istianiningsih, dan Anggraini (2021) juga menyebutkan bahwa ada pengaruh massage effleurage terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif dikamar bersalin Rumah Sakit Pupuk Kaltim tahun 2021.

SIMPULAN

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian massage counter pressure dan massage effleurage terbukti bisa menurunkan tingkat nyeri persalinan, dari skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 5. Disarankan bagi perawat jika menemukan pasien dengan masalah nyeri melahirkan kala 1 fase aktif bisa diajarkan dan dilakukan Teknik massage counter pressure dan massage effleurage ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Mardiana., Ahmar, Hamdiah., Liantanty, Firda., Fatmasari, B, D., Bakri, K,R,R., Hilinti, Yatri., Sukarta, Asmah. 2023. *Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Non Farmakologis*. Jawa Tengah : CV. Sarnu Untung.
- Anita, Wan. 2017. "Techniques of Pain Reduction in the Normal Labor Process: Systematic Review." *Jurnal Endurance* 2(3): 362.
- Fadhillah, D. N. (2014). *Jurnal Efektifitas Effluerage dan Abdominal Lifting Dengan Relaksasi Nafas Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Diklinik Bidan*. Semarang.
- Herinawati, & dkk. (2019). *Artikel Pengaruh Effluerage Massage Terhadap Nyeri Peralinan Kala I False Aktif Di Praktek Mandiri Bidan*. Kota Jambi.
- Indrayani, & Moudy, D. (2016). *Buku Update: Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: cv. Trans Info Media
- Juniartati, E., & Widiyawati, M. N. (2018). *Literature Review: Penerapal Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*. *Jurnal Kebidanan*.
- Kristina. 2016. *Pengaruh Metode Massage Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif di Klinik Bersalin Anna Medan*.
- Mander, R. (2012). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- M.A.R Kb, Hasnah, Muaningsih. 2019. "Literatur Review: Tinjauan Tentang Efektifitas Terapi Non Farmakologi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I." *Journal of Islamic Nursing* 3(2): 45.
- Marmi. 2016. *Asuhan kebidanan pada masa nifas*. Yogyakarta: Pustaka pelajar
- Maryunani. 2015. *Asuhan ibu nifas dan asuhan ibu menyusui*. Bogor : In Media
- Matilda, P., & dkk. (2019). *Artikel Massage counter pressure dan massage effluerage efektif menguralngi Nyeri Persalinan Kala I*. Makasar: STIK Sela Maris
- Matilda, P., Situngkir, R., Pongantung, H., Wulandari, F., & Astria, D. (2019). *Massage Counter Pressure and Massage Effluerage Effectively Reduce Labor Pain*. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo)*, 7(1), 20-32.
- Nadia, A. T. (2016). *Pengaruh Massage Counter Pressure Terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala I dan Kecepatan Pembukaan Pada Ibu Bersalin*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2).
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Paseno, M., Situngkir, R., Pongantung, H., Wulandari, F., Astria, D., (2019). *Massage Counter Pressure Dan Massage Effleurance Efektif Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado*, 7(1), 20–32. from <https://ejurnal.poltekkesmanado.ac.id/index.php/juiperdo/article/download/797/672/>
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia. 2017.

- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia; 2018.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia; 2019.
- Puspitasari, L. (2020). Efektifitas teknik Effluerage dan Counter Pressure Vertebra Sacralis Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Kebidanan*, 12(01), 46-56.
- Santiasari, R. N., Nurdiati, D. S., Lismidiati, W., & Saudah, N. (2018). Effectiveness of Effleurage and Counter-Pressure Massages in Reducing Labor Pain. *Humanistic Network for Science and Technology*, 2(July), 2016–2019. <https://doi.org/2580-4936>
- Supliyani, Elin. 2017. “Pengaruh Masase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Kota Bogor.” *Bidan* 3(1): 22–29.
- Widiastini, Luh Putu. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin Dan Bayi Baru Lahir*. Bogor: In Media.
- Wulandari, P., & dkk. (2018). *Artikel Pengaruh Massage Effuerage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida*. Jawa Tengah: STIKes Widya Husada.