

**APLIKASI COUNTERPRESSURE TERHADAP LAMANYA NYERI KONTRAKSI  
KALA I FASE AKTIF PADA PRIMIPARA DI BPM WILAYAH  
BALONGPANGGANG GRESIK**

Hidayatun Nufus<sup>1</sup>Nurlia Isti Malatuzzulfa<sup>2</sup>

<sup>1</sup>STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

<sup>1</sup>email [hidayatunnufus77@yahoo.com](mailto:hidayatunnufus77@yahoo.com) <sup>2</sup>email [nurliaisti@gmail.com](mailto:nurliaisti@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Pendahuluan** nyeri persalinan menyebabkan aktivitas uterus yang tidak terkoordinasi yang akan mengakibatkan persalinan lama. Nyeri persalinan yang berat dan lama dapat mempengaruhi sirkulasi maupun metabolisme yang harus segera diatasi karena dapat menyebabkan kematian janin. **Tujuan** dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh counterpressure terhadap lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara di BPM Wilayah Balongpanggung Gresik. **Metode** menggunakan *Eksperimen* dengan rancangan *One group pre-test-post-test design*. Populasi penelitian ini semua ibu bersalin primipara yang ada di BPM Wilayah Kec Balongpanggung Gresik. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 30 orang. variabel independen penelitian ini adalah *Counterpressure* dan variabel dependennya adalah lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara. Analisa data menggunakan uji *Paired T – Test*. **Hasil** pengamatan diperoleh data bahwa lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara sebelum diberikan *counterpressure*, hampir setengah merasakan nyeri kontraksi selama 45 detik 12 orang (40 %) dan sesudah diberikan *counterpressure* sebagian kecil merasakan nyeri kontraksi selama 41 sejumlah 6 orang (20 %). Berdasarkan uji *Paired T – test* diketahui nilai koefisien  $P = 0,008$ , berarti  $P < \alpha$  yang bermakna ada pengaruh *counterpressure* terhadap lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara

**Kata kunci:** *counterpressure*, lamanya nyeri kontraksi

**COUNTERPRESSURE APPLICATION TO THE EXTENSION OF ACTIVE PHASE I  
CONTRACTION PAIN IN PRIMIPARA IN BPM REGION, BALONGPANGGANG  
GRESIK**

**ABSTRACT**

*Labor pain leads to uncoordinated uterine activity which will result in prolonged labor. Severe and prolonged labor pain can affect circulation and metabolism that must be addressed because it can cause fetal death. The purpose of this study was to determine the effect of counterpressure on the duration of active phase I pain in primiparous at BPM, Balongpanggung Gresik Region. The method uses Experiments with the design One group pre-test-post-test design. The population of this study were all primiparous mothers who were in BPM, Balongpanggung Gresik District. The sample was taken by purposive sampling technique as many as 30 people. The independent variable of this study is Counterpressure and the dependent variable is the duration of the active phase I pain in primiparous contractions. Data analysis using Paired T-Test. The results of the observation showed that the experience of the first stage of the active phase contraction pain in primiparous before being given counterpressure, almost half felt the pain of contractions for 45 seconds 12 people (40%) and after being given counterpressure a small proportion felt the pain of contractions for 41 for 6 people (20%) . Based on the Paired T-test, it is known that the value of the coefficient  $P = 0.008$ , meaning  $P < \alpha$  which means*

*there is a counterpressure effect on the duration of the active phase I pain in the primiparous phase.*

**Key words:** *counterpressure, duration of contraction pain*

## **PENDAHULUAN**

Nyeri merupakan keadaan yang subyektif di mana seseorang memperlihatkan tidak nyaman secara verbal maupun non verbal atau keduanya. Nyeri merupakan penyebab umum orang mencari perawatan kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian (tazkiah, 2014) tentang pengaruh tehnik massage terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan masase, dari 100% responden merasakan nyeri persalinan, setelah dilakukan masase 77% responden menyatakan adanya penurunan nyeri dan 23% responden tidak mengalami penurunan nyeri.

Nyeri persalinan menyebabkan aktivitas uterus yang tidak terkoordinasi yang akan mengakibatkan persalinan lama. Adapun nyeri persalinan yang berat dan lama dapat mempengaruhi sirkulasi maupun metabolisme yang harus segera diatasi karena dapat menyebabkan kematian janin (Setyowati heni, 2018).

Penanganan nyeri persalinan merupakan hal utama yang harus diperhatikan tenaga kesehatan pada saat memberikan pertolongan persalinan. Berbagai metode penanganan nyeri dapat dilakukan pada ibu bersalin, baik farmakologi maupun nonfarmakologi. Kedua metode tersebut bertujuan menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri persalinan dengan cara memblok saraf nyeri.

Bebagai metode nonfarmakologi dapat diterapkan agar membantu kenyamanan ibu bersalin untuk mencapai koping yang efektif terhadap pengalaman persalinan (Yuliatun, 2008). Masase merupakan salah satu metode nonfarmakologi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan (Luluvikar, 2008).

Selain efektif untuk menurunkan nyeri persalinan, kecemasan, agitasi, dan depresi selama persalinan, Masase juga dapat mempercepat waktu persalinan, mengurangi waktu tinggal di rumah sakit, dan menurunkan depresi persalinan (Yuliatun, 2008).

Keuntungan dari teknik masase ini adalah mudah digunakan, cepat tersedia dan tidak memiliki efek samping. Namun belum tersedia banyak bukti yang mendukung keefektifan metode-metode yang ada (Sunaryo, 2008). Terdapat beberapa teknik masase, salah satunya adalah counterpressure. Teknik masase ini diberikan pada punggung ibu pada saat kontraksi dan sangat membantu menurunkan nyeri pinggang selama kontraksi. Teknik counterpressure sangat cocok dilakukan pada akhir kala I persalinan dengan melakukan penekanan pada daerah sacrum untuk meredakan nyeri saat kontraksi (Yuliatun, 2008).

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Pengaruh counterpressure terhadap lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara".

## **BAHAN DAN METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan Eksperimen dengan rancangan penelitian *One group pre-test - post-test design*. Populasi ,dalam penelitian ini sampelnya adalah Semua ibu bersalin primipara yang ada di BPS Wilayah kec Balongpanggung Gresik.

Sampel, pada penelitian ini adalah ibu bersalin primipara. Ibu bersalin primipara tersebut yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 30 ibu bersalin primipara. Tehnik Sampling : Tehnik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*.

**HASIL PENELITIAN**

Data Umum

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia primipara di BPS wilayah Balongpanggang Gresik

No.	Usia	Frekuensi	(%)
1	< 20 tahun	7	23,33
<b>2</b>	<b>20 – 35 tahun</b>	<b>23</b>	<b>76,67</b>
3	> 35 tahun	0	0
Jumlah		30	100

Sumber : data primer, 2020

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa Sebagian besar responden berusia 20 – 35 tahun yaitu 23 orang (76,67 %).

Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan primipara di BPS wilayah Balongpanggang Gresik

No.	Pendidikan	Frekuensi	(%)
1.	SD	0	0
2.	SMP	7	23,33
<b>3.</b>	<b>SMA</b>	<b>19</b>	<b>63,34</b>
4.	Perguruan Tinggi	4	13,33
Jumlah		30	100

Sumber : data primer, 2020

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa lebih dari 50 % responden adalah berpendidikan SMA yaitu 19 orang (63,34 %).

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan primipara di BPS wilayah Balongpanggang Gresik

No.	Pekerjaan	Frekuensi	(%)
1.	Tidak bekerja	15	50
2.	Bekerja	15	50
Jumlah		30	100

Sumber : data primer, 2020

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa setengah (50 %) responden adalah tidak bekerja yaitu 15 orang (50%).

Data Khusus

Tabel 4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara sebelum *counterpressure* di BPS wilayah Balongpanggang Gresik

No.	Lamanya Nyeri (detik)	Frekuensi	(%)
1.	40	7	23,34
2.	41	1	3,33
3.	42	1	3,33
4.	43	1	3,33
5.	44	1	3,33
6.	45	12	40
7.	46	2	6,67
8.	48	2	6,67
9.	49	2	6,67
10.	50	1	3,33
Jumlah		30	100

Sumber : data primer, 2020

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa sebelum *counterpressure* paling banyak responden merasakan nyeri kontraksi kala I fase aktif selama 45 detik yaitu 12 orang (40 %).

Tabel 5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara sesudah *counterpressure* di BPS wilayah Balongpanggang Gresik

No.	Lamanya Nyeri (detik)	Frekuensi	(%)
1.	35	4	13,34
2.	36	1	3,33
3.	38	1	3,33
4.	40	3	10
<b>5.</b>	<b>41</b>	<b>6</b>	<b>20</b>
6.	42	2	6,67
7.	43	4	13,33
8.	45	3	10
9.	47	1	3,33
10.	48	2	6,67
11.	50	3	10
Jumlah		30	100

Sumber : data primer, 2020

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa sesudah *counterpressure* paling banyak responden merasakan nyeri kontraksi kala

I fase aktif selama 41 detik yaitu 6 orang (20 %)

Tabel 6 Pengaruh *Counterpressure* Terhadap Lamanya Nyeri Kontraksi Kala I Fase Aktif (Sebelum dan Sesudah Intervensi) di BPS wilayah Balongpanggung Gresik

No.	Lamanya Nyeri (detik)	Sebelum		Sesudah	
		Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
1.	35	0	0	4	13,34
2.	36	0	0	1	3,33
3.	38	0	0	1	3,33
4.	40	7	23,34	3	10
<b>5.</b>	<b>41</b>	<b>1</b>	<b>3,33</b>	<b>6</b>	<b>20</b>
6.	42	1	3,33	2	6,67
7.	43	1	3,33	4	13,33
8.	44	1	3,33	0	0
<b>9.</b>	<b>45</b>	<b>12</b>	<b>40</b>	<b>3</b>	<b>10</b>
10.	46	2	6,67	0	0
11.	47	0	0	1	3,33
12.	48	2	6,67	2	6,67
13.	49	2	6,67	0	0
14.	50	1	3,33	3	10
Jumlah		30	100	30	100

Sumber : data primer, 2020

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui bahwa sesudah diberikan counterpressure paling banyak responden merasakan nyeri kontraksi kala I fase aktif selama 41 detik yaitu 6 orang (20 %). Sedangkan sebelum diberikan counterpressure, paling banyak responden merasakan nyeri kontraksi selama 45 detik yaitu 12 orang (40 %).

**PEMBAHASAN**

**Lamanya Nyeri Kontraksi Kala I Fase Aktif pada Primipara Sebelum Dilakukan *Counterpressure***

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan *counterpressure* pada kala I fase aktif paling banyak responden merasakan nyeri kontraksi selama 45 detik, sebanyak 12 orang (40 %).

Intensitas nyeri persalinan pada primipara sering kali lebih berat dan lebih lama daripada nyeri persalinan pada multipara. Hal itu karena multipara mengalami *effacement* (penipisan serviks) bersamaan dengan dilatasi serviks, sedangkan pada primipara proses *effacement* biasanya terjadi lebih dahulu daripada dilatasi serviks (Sherwen, Scoloveno, & Weingarten, 1999 dalam Yuliatun, 2008: 29).

Nyeri yang dirasakan primipara merupakan akibat respon psikis dan reflek fisik. Perbedaan persepsi nyeri yang dirasakan oleh primipara dapat terjadi, hal ini dikarenakan oleh adanya perbedaan kemampuan setiap primipara dalam merespon dan mempersepsikan nyeri yang dialaminya.

**Lamanya Nyeri Kontraksi Kala I Fase Aktif pada Primipara Sesudah Dilakukan *Counterpressure***

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 menunjukkan bahwa sesudah dilakukan *counterpressure* pada kala I fase aktif paling banyak responden merasakan nyeri kontraksi selama 41 detik sebanyak 6 orang (20 %).

Tujuan diberikannya masase adalah untuk mengurangi nyeri yang dirasakan oleh wanita yang bersalin dan menimbulkan efek relaksasi sehingga persalinan tidak menimbulkan trauma (Danuatmaja & Meiliasari, 2004: 61).

Terdapat beberapa teknik masase, salah satunya adalah *counterpressure*. Teknik

*counterpressure* sangat cocok dilakukan pada akhir kala I persalinan dengan melakukan penekanan pada daerah sakrum untuk meredakan nyeri saat kontraksi (Yuliatun, 2008: 72).

Penurunan lama nyeri kontraksi kala I fase aktif terjadi karena *counterpressure* memberikan efek distraksi dan relaksasi. Selain itu, penekanan di daerah sakrum pada aplikasi dari teknik *counterpressure* ini merupakan tindakan yang dapat memblok transmisi impuls nyeri dari sumber nyeri yang bersal dari serviks dan corpus uteri sehingga intensitas nyeri persalinan dapat turun lebih cepat.

### **Pengaruh Counterpressure Terhadap Lamanya Nyeri Kontraksi Kala I Fase Aktif pada Primipara**

Pemberian *counterpressure* yang dilakukan pada kala I fase aktif dapat menghambat transmisi impuls nyeri dari sumber nyeri sehingga intensitas nyeri persalinan berkurang lebih cepat dan pasien merasa lebih nyaman.

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara mengalami penurunan sesudah diberikan *counterpressure*. sebelum diberikan *counterpressure*, paling banyak 12 orang (40 %) dari responden merasakan nyeri kontraksi selama 45 detik. Sedangkan sesudah diberikan *counterpressure* paling banyak 6 orang (20 %) dari responden merasakan nyeri kontraksi selama 41 detik.

Pemberian *counterpressure* dapat menghambat transmisi nyeri tanpa mengurangi frekuensi dari kontraksi uterus sehingga intensitas nyeri kontraksi yang dirasakan ibu bersalin berkurang lebih cepat tanpa memperpanjang waktu persalinan dan bahkan mungkin dapat mempersingkat waktu persalinan karena efek distraksi dan relaksasi dari *counterpressure* itu sendiri. Hal ini sesuai dengan Gate Control Theory yang dikemukakan oleh Potter & Perry (2005) yang mengatakan bahwa rangsangan nyeri

yang melalui serabut saraf yang besar akan dihambat transmisinya menuju ke otak (gate menutup) dan rangsangan nyeri yang melalui serabut saraf kecil akan diteruskan transmisinya menuju ke otak (gate membuka). Sedangkan tindakan *counterpressure* berfungsi untuk menghambat rangsang nyeri pada sistem saraf pusat. (Ferrel-Torry & Glick, 1993 dalam Mander, 2003: 164).

Meskipun demikian, masih terdapat responden yang merasakan nyeri kontraksi dalam waktu yang lama sesudah dilakukan *counterpressure* bahkan mengalami peningkatan seperti yang tertera pada tabel 4.6. Hal ini kemungkinan dikarenakan adanya perbedaan ambang nyeri pada masing – masing responden. Responden yang mempunyai ambang nyeri yang tinggi tidak akan mengeluh nyeri dengan stimulus kecil, sebaliknya responden dengan ambang nyeri rendah akan mudah merasa nyeri dengan stimulus nyeri kecil.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

1. Adanya perbedaan waktu antara sebelum diberikan *counterpressure* dengan sesudah diberikan *counterpressure*
2. Ada pengaruh *counterpressure* terhadap lamanya nyeri kontraksi kala I fase aktif pada primipara di BPM Wilayah Balongpanggang Gresik

### **Saran**

1. Bagi ibu-ibu yang sedang bersalin disarankan untuk dilakukan teknik *counterpressure* untuk mengurangi lamanya nyeri persalinan pada kala I fase aktif
2. Bagi tenaga kesehatan (bidan) diharapkan memberikan teknik *counterpressure* pada ibu bersalin untuk mengurangi nyeri pada proses persalinan.

**KEPUSTAKAAN**

- Alimul, Azis. (2003). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data. Jakarta : Salemba Medika.
- Alimul, Azis. (2003). Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta : Salemba Medika.
- Alimul, Azis. (2008). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data. Jakarta : Salemba Medika.
- Bobak, Lowdermilk & Jensen. (2004). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC.
- Buku Acuan Asuhan Persalinan Normal. (2004). Jakarta: DEPKES RI.
- Cunningham, F.G. (2005). Obstetri Williams Edisi 21 Volume 1. Jakarta: EGC.
- Danuatmaja, B & Meiliasari, M. (2004). Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit. Jakarta: Purwa Swara.
- Dorland, W.A.N. (2002). Kamus Kedokteran Dorland Edisi 29. Jakarta: EGC.
- Harnawati. (2008a). Nyeri. (<http://harnawati.j.wordpress.com/2008/05/05/nyeri/>, diakses 11 Desember 2008).
- Harnawati.(2008b).Persalinan/Partus.(<http://harnawati.j.wordpress.com/2008/04/03/fisiologi-persalinan-normal/>,diakses 14 Maret 2009).
- Henderson, C. & Jones, K. (2005). Buku Ajar Konsep Kebidanan. Jakarta: EGC.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2007). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Luluvikar.(2008).MetodeMassage.([http://luluvikar.wordpress.com/2008/10/27/metode -massage/](http://luluvikar.wordpress.com/2008/10/27/metode-massage/), diakses 26 Pebruari 2009).
- Lusi.(2008).AsuhanPersalinanNormal.(<http://luwzee.blog.friendster.com/2008/12/asuhan-persalinan-normal/>, diakses 11 April 2009).
- Mander, R. (2003). Nyeri Persalinan. Jakarta: EGC.
- Manuaba, Ida B.G. (1999). Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: EGC.
- Notoadmodjo. (2005). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoadmodjo. (2003). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Nugroho, Wahjudi. (2002). Keperawatan Gerontik. edisi 2. Jakarta : EGC
- Nugroho, Wahjudi. (2008). Keperawatan Gerontik & Geriatrik. Jakarta : EGC.
- Nursalam. (2003). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. edisi 1. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam. (2008). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan edisi 2. Jakarta : Salemba Medika.
- Mickey Stanley. (2006). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Jakarta : EGC.
- Stockslager. (2002). Asuhan Keperawatan Geriatrik. Edisi 2. Jakarta : EGC.