

PENATALAKSANAAN KOMPRES HANGAT DAN MASASE EFFLEURAGE UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF

Rina Aryani*, Tatu Septiani, Meti Patimah

Program Studi D3 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Jalan Tamansari KM 2,5 Kota Tasikmalaya Jawa Barat, Indonesia

*Email : aryanistore206@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan. Respon fisiologis terhadap nyeri meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, keringat dan ketegangan otot, dampak nyeri persalinan mengakibatkan iskemia pada plasenta sehingga janin akan kekurangan oksigen selain itu terjadi penurunan efektifitas kontraksi uterus sehingga memperlambat kemajuan persalinan. Salah satu upaya untuk mengurangi nyeri persalinan adalah dengan metode non farmakologis yaitu dengan kompres hangat dan masase effleurage. Intensitas nyeri persalinan dapat berkurang dengan pemberian kompres hangat dan masase effleurage karena dapat menghasilkan hormon endorfin yang membuat rasa nyaman sehingga intensitas nyeri berkurang. Asuhan ini bertujuan untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Metode ini diberikan selama interval waktu 30 menit tiap kontraksi menggunakan buli-buli hangat suhu 34°-37°C sambil dilakukan masase pada perut ibu pengukuran nyeri menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*). Subjek asuhan ini adalah 5 responden pada kala 1 fase aktif. Rata-rata hasil asuhan sebelum dilakukan kompres hangat dan masase effleurage sebesar 7,4 sedangkan rata-rata setelah dilakukan sebesar 3,8. Dapat disimpulkan bahwa dengan penatalaksanaan kompres hangat dan masase effleurage dapat mengurangi nyeri pada saat proses persalinan kala 1 fase aktif

Kata Kunci: Nyeri persalinan, kompres hangat, *massage effleurage*

ABSTRACT

Labor pain is a subjective experience of physical sensations associated with uterine contractions, cervical dilatation and effacement, and fetal descent during labor. Physiological responses to pain include increased blood pressure, pulse, breathing, sweating and muscle tension, the impact of labor pain results in ischemia of the placenta so that the fetus will lack oxygen besides that there is a decrease in the effectiveness of uterine contractions thereby slowing the progress of labor. One effort to reduce labor pain is non-pharmacological methods, namely warm compresses and effleurage massage. The intensity of labor pain can be reduced by giving warm compresses and effleurage massage because it can produce endorphins that make you feel comfortable so that the pain intensity decreases. This care aims to reduce the intensity of labor pain during the first active phase of labor. This method is given during an interval of 30 minutes for each contraction using a warm bladder at 34°- 37° C while doing massage on the mother's abdomen for pain measurement using the NRS (Numeric Rating Scale). The subjects of this care were 5 respondents during the first active phase. The average outcome of care before warm compresses and effleurage massage was 7.4 while the average after it was done was 3.8. It can be concluded that the management of warm compresses and effleurage massage can reduce pain during the active phase of the 1st stage of labor.

Keywords: *Labor Pain, Warm Compress Effleurage massage, Maternity Mother*

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) lahir spontan dengan presentasi belakang kepala berlangsung dalam waktu kurang dari 24 jam. (Andria, Sunarti, et al., 2022)

Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan. Respon fisiologis terhadap nyeri meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, keringat, diameter pupil, dan ketegangan otot (Utami, 2020)

Proses terjadinya nyeri disebabkan Impuls rasa nyeri pada tahap pertama (Kala I) persalinan ditransmisikan melalui segmen saraf spinalis T11-12 dan saraf-saraf asesori torakal bawah serta saraf simpatik lumbar atas. Saraf-saraf ini berasal dari korpus uterus dan serviks. Rasa tidak nyaman akibat perubahan serviks dan iskemia rahim disebut nyeri viseral. Nyeri ini berasal dari bagian bawah abdomen dan menyebar ke daerah lumbar punggung dan menurun ke femur. Impuls nyeri yang berasal dari serviks dan korpus uteri ditransmisikan oleh serabut saraf aferen melalui pleksus uterus, pleksus pelviks, pleksus hipogastrik inferior, midle, posterior dan masuk ke lumbar yang kemudian masuk ke spinal melalui L1, T12, T11 dan T10. Biasanya ibu mengalami rasa nyeri ini hanya selama kontraksi dan bebas

dari rasa nyeri pada interval antar kontraksi (Lowdermilk et al., 2014)

Berbagai upaya dilakukan untuk mengatasi nyeri persalinan yaitu penatalaksanaan secara farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi penatalaksanaan nyeri persalinan yang tidak tertahankan mendorong parturient menggunakan obat penawar nyeri seperti analgesic dan anesthesia, sedangkan obat – obatan tersebut memberikan efek samping yang merugikan seperti hipoksia janin, penurunan denyut jantung janin dan peningkatan suhu tubuh ibu yang menyebabkan perubahan kondisi pada janin. Penatalaksanaan non farmakologi dapat dilakukan dengan cara pendampingan keluarga, relaksasi, tarik nafas, pergerakan/perubahan posisi, massage (pemijatan), hidroterapi, terapi panas/dingin, *hypnobirthing*, *birthing ball*, *music*, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, aromaterapi dan akupresur. Keunggulan metode nonfarmakologi adalah sederhana, efektif serta tanpa efek yang membahayakan (Alam, 2022)

Massage effleurage dan kompres hangat adalah salah satu teknik menghilangkan rasa sakit yang efektif dalam membantu mengurangi rasa nyeri persalinan dan relatif aman karena tidak ada efek samping yang ditimbulkan. *Effleurage* adalah pijatan ringan dengan menggunakan kedua tangan pada perut dan secara bersamaan digerakkan melingkar ke arah pusat simpisis

dapat juga menggunakan satu tangan gerakan melingkar atau satu gerakan (Utami, 2020)

Penelitian terkait dengan pengaruh kompres hangat dan masase effleurage dalam penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif sudah banyak dilakukan dan ada perubahan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dilakukan dan sesudah dilakukan sebelum penelitian adalah $6,97 \pm 1,06$. Rata-rata skor nyeri persalinan pada kala I fase aktif adalah $4,73 \pm 1,28$. Didapatkan p value $0,000 < 0,05$. (Fatimah, 2023)

METODE

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya. pada bulan maret-mei 2023 yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan peneliti. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu inpartu fase aktif pembukaan 4-10 cm, ibu bersalin primigravida maupun multigravida, dan tidak dilakukan tindakan lain untuk mengurangi rasa nyeri persalinan. Sedangkan kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu ibu yang mempunyai komplikasi. Pengukuran skala nyerinya menggunakan *Numeric Rating Scale*. Kompres hangat diberikan di bawah punggung ibu tempat kepala janin menekan menggunakan buli-buli hangat dengan suhu 34° - 37° C dilapisi handuk, masing-masing kelompok 15 – 20 menit dibawah punggung yaitu bagian Sacrum dengan kombinasi Massage effleurage berupa sentuhan lembut menggunakan jari tangan di bagian perut seirama dengan pernapasan saat kontraksi dengan gerakan melingkar dimulai

dari abdomen bagian bawah di atas simfisis pubis, mengarah ke samping perut, terus ke fundus uteri kemudian turun ke umbilicus dan kembali ke perut bagian bawah di samping simfisis pubis dilakukan dalam interval waktu setiap 30 menit.

HASIL

Tabel 1.
Presentase responden

No	Variabel	Frekuensi	Presentase %
1	Usia		
	<20 tahun	0	
	20-35 tahun	4	90%
	>35 tahun	1	10%
2	Paritas		
	Primigravida	2	40%
	Multigravida	3	60%
3	Usia Kehamilan		
	37 Minggu	1	20%
	38-40 Minggu	4	40%

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh usia 20-35 tahun, dengan paritas Primigravida 2 orang dan Multigravida 3 orang sedangkan untuk usia kehamilan didapatkan usia kehamilan 37 minggu 1 orang 38-40 minggu 4 orang.

Tabel 2.
Karakteristik responden sebelum dan sesudah diberikan

Responden	Paritas	Skala Nyeri		Penurunan
		Sebelum	Sesudah	
Ny. D	G1P0A0	9	5	4
Ny. R	G1P0A0	9	4	5
Ny. L	G2P1A0	7	4	3
Ny. R	G2P1A0	6	3	3
Ny. E	G4P3A0	6	3	3
Rata-Rata		7,4	3,8	3,6

Hasil asuhan ke 5 responden asuhan kompres hangat dan masase effleurage pada klien dengan nyeri persalinan terjadi penurunan skala nyeri.

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Nyeri Ibu Bersalin

Variabel	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
1-3 (Nyeri Ringan)	0	0 %	2%	40%
4-6 (Nyeri Sedang)	2	40%	3%	60%
7-9 (Nyeri Berat Terkontrol)	3	60%	0%	0%

Hasil asuhan yang dilakukan pada 5 responden mengalami penurunan nyeri, Hal ini berarti terdapat penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin sebelum dan sesudah diberikan penatalaksanaan kompres hangat dan masase effleurage.

PEMBAHASAN

Berdasarkan karakteristik klien, terdapat 2 klien primigravida dan 3 klien multigravida. Nyeri yang dirasakan primigravida dan multigravida berbeda, nyeri pada primigravida mengalami tingkat nyeri persalinan lebih tinggi dibandingkan dengan multigravida, hal tersebut sesuai dengan teori menurut (Hutahean, 2019) bahwa serviks pada primigravida memerlukan tenaga yang lebih besar untuk meregangkannya, sehingga menyebabkan intensitas kontraksi lebih besar selama kala 1 fase aktif.

Rata – rata usia klien yaitu 20-35 tahun, hal tersebut sesuai dengan teori menurut (Malita Sari & Ramadhani, 2020) yaitu usia yang dianggap aman dan ideal untuk menjalani kehamilan dan persalinan yaitu usia 20-35 tahun karena secara fisik dan psikologis sudah siap dalam menghadapi kehamilan maupun persalinan.

Setelah dilakukan pengkajian skala nyeri, dari ke 5 klien diperoleh hasil yang berbeda, yaitu 4 klien dengan nyeri berat terkontrol dan 1 orang dengan nyeri sedang. Nyeri pada persalinan yang dirasakan pada ibu bersalin primigravida maupun multigravida adalah rasa yang timbul dari adanya kontraksi uterus, hal tersebut sesuai dengan teori menurut (Effendy et al., 2021) bahwa peningkatan aktivitas miometrium secara bermakna menyebabkan kontraksi menjadi teratur dan menimbulkan rasa nyeri.

Kemudian penulis melakukan asuhan kompres hangat dan masase effleurage pada ibu bersalin kala 1 fase aktif, setelah klien menandatangani lembar persetujuan. Yaitu dengan menganjurkan posisi ibu miring kiri dan melakukan kompres hangat menggunakan WWZ (Warm Wate

Zack) dengan suhu 34 °C - 37°C dengan kombinasi masase effleurage pada perut ibu dengan gerakan melingkar dimulai dari abdomen bagian bawah di atas simfisis pubis, mengarah ke samping perut, terus ke fundus uteri kemudian turun ke umbilicus dan kembali ke perut bagian bawah di samping simfisis pubis dalam interval waktu 30 menit . Hal tersebut sesuai dengan teori (Effendy et al, 2021) Pada ibu yang dilakukan kompres hangat dan masase effleurage ibu merasakan rasa nyaman serta rasa hangat sesuai dengan teori (Fatimah, Tania Nanditha Putri dan Putri Zahra, 2023) bahwa efek dari kompres hangat dan masase effleurage yaitu untuk mengurangi rasa nyeri, memberikan rasa hangat dan rasa nyaman pada ibu bersalin.

Respon klien setelah diberikan asuhan mengalami penurunan yaitu hasil rata-rata sebelum diberikan asuhan kompres hangat dan masase effleurage sebesar 7,4 sedangkan setelah diberikan asuhan kompres hangat dan masase effleurage rata-rata 3,8 dengan demikian sebelum dan setelah diberikan kompres hangat dan masase effleurage adanya penurunan nyeri yang dirasakan oleh klien.

Hasilnya terjadi penurunan skala nyeri, hal ini sesuai dengan penelitian

yang dilakukan oleh (Fatimah et,al 2023) yang berjudul “ Pengaruh Kompres Hangat dan Masase Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif di PMB Muara Enim” bahwa dengan asuhan kebidanan penatalaksanaan kompres hangat dapat mengatasi atau menurunkan intensitas nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif, baik pada primigravida maupun multigravida, simpulan pemberian kompres hangat dan masase effleurage efektif dilakukan untuk pengurangan nyeri persalinan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil asuhan kepada 5 orang responden yaitu ibu bersalin kala I fase aktif diperoleh bahwa di Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya yang diberikan asuhan kompres hangat dan *massage effluerage* terdapat pengurangan intensitas nyeri persalinan

Bagi ibu bersalin diharapkan dapat menggunakan kompres hangat dan *massage effleurage* sebagai alternatif atau sebagai salah satu jenis terapi non farmakologi dalam penanganan nyeri persalinan

DAFTAR PUSTAKA

Andria, Sunarti, A., Fatimah, M., & Elba, F. (2022). *Asuhan Kebidanan*

- Dian Pratiwi, Isnawati, Selasih Putri Hadi, S.Tr.Keb., M. T. K., Novia Sari, S.St., M. T. K., & Giyawati Yulilania Okinarum, S.ST., M. K. (2021). *Asuhan Kebidanan Komplementer Dalam Mengatasi Nyeri Persalinan* (I. NS&A.Meilinawati(eds.);1sted.).PU STAKAAKSARA.www.pustakaaksa ra.co.id
- Dyah Permata Sari, S.ST, SKM, M., Zulfa Rufaida, S.Keb. Bd, M. S., & Sri Wardini Puji Lestari, S.ST, SKM, M. K. (2018). *NYERI PERSALINAN* (Mk. Eka Diah Kartiningrum, SKM., S. P. Fanny Rosita Dewi, & Am. Widya Puspitasari (eds.); 1st ed.). STIKes Majapahit Mojokerto.
- Fatimah, S., Nand, T. putri, & Za, intan P. zahra. (2023). *Pengaruh Kompres Hangat dan Massage Effleurage Terhadap rasa nyeri Fase aktif Siti Fatimah*. 14(1), 102–111. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*
- Isti Utami, S.ST., M. K., & Fitria, Ennyhadi, S.Si., M. K. (2019). *Buku Ajar Asuhan Persalinan & Managemen Nyeri Persalinan* (U. Y. Aisyiya (ed.); 1st ed.). 2019.
- Paramitha Amelia K, S. S. M. K., & Cholifah, S. S. M. K. (2019). *Buku Ajar konsep dasar persalinan*. In *BUKU AJAR* (1st ed.).
- Rejeki, S. (2020). *Buku Ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan* (M. K. Ns. Arief Yanto (ed.); 2nd ed.). Unimus Press.
- Rohani, 2011; Matermity, 2021. (2021). *Kompres Hangat Berpengaruh Terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Ibu Bersalin*. *Midwifery Journal*.
- Suheimi. (2022). *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Pada Persalinan Kala 1 FAase Aktif*.
- Sukatin, Nurkhalipah, Kurnia, A., Ramadani, D., & Fatimah. (2022). *Pengaruh kompres hangat dan dingin terhadap nyeri persalinan fase aktif*. *Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia*, 1(9), 1278–1285.