



Pengurangan Nyeri Dengan Teknik Counter Pressure

Lina Listianingsih¹, Surtiningsih¹, Fauziah Hanum¹

¹ Universitas Harapan Bangsa, Banyumas, Indonesia

Email: linalistianingsih66@gmail.com

Article Info

Received: 04 Juli 2022

Accepted: 18 Agustus 2022

Abstrak: Nyeri persalinan merupakan manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut menjalar ke arah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks). Dengan adanya pembukaan ini maka akan terjadi persalinan. Terdapat beberapa manajemen nyeri, yaitu manajemen nyeri farmakologis dan nonfarmakologis. Manajemen nyeri farmakologis yaitu menggunakan obat-obatan, dan anestesi. Sedangkan manajemen nyeri non farmakologis yaitu relaksasi, distraksi, hipnoterapi, dan massage. Salah satu upaya untuk membantu meredakan nyeri pada saat persalinan adalah menggunakan masase caunter pressure. Counter pressure merupakan jenis pijatan yang menggunakan kepalan tangan untuk terus memberikan tekanan pada tulang belakang pasien selama proses kontraksi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus ini dilakukan pada Ibu Bersalin Ny K Umur 22 Tahun G1 P0 A0 Ah0 Usia Kehamilan 39 Minggu 0 Hari Di Puskesmas Rakit 1 Banjarnega. Cara pengumpulan data dilakukan anamnesa, pemeriksaan fisik secara lengkap atau head to toe melalui pendekatan dengan 7 langkah varney. Hasil penelitian berdasarkan studi kasus didapatkan bahwa ada pengaruh terhadap diberikan tektik counter pressure terhadap pengurangan nyeri persalinan. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat menggunakan teknik lain dalam pengurangan nyeri persalinan.

Kata Kunci: Nyeri; Counter Pressure; Persalinan

Citation: Listianingsih, L., Surtiningsih., Hanum, F. (2022). Pengurangan Nyeri Dengan Teknik Counter Pressure. *Medika: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(2), 19-21.

Pendahuluan

Persalinan merupakan suatu proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan normal adalah proses persalinan yang melalui sebuah kejadian secara alami dengan adanya kontraksi rahim ibu dan melalui adanya pembukaaan untuk keluarnya bayi pada usia kehamilan cukup bulan (37 minggu) tanpa adanya penyulit (Rosyati, 2017). Proses persalinan normal ditentukan oleh tiga faktor utama yaitu: *power* (his dan tenaga mengejan), *passanger* (janin, plasenta, dan selaput ketuban) dan *passage* (jalan lahir) Ketiga faktor utama ini sangat menentukan jalanya persalinan (Manuaba, 2015).

Komplikasi pada saat bersalin dapat meningkatkan angka kematian ibu (AKI). Lebih dari sepertiga dari kematian ibu bersalin dan pasca bersalin disebabkan oleh perdarahan, partus lama, dan infeksi berat/sepsis (WHO, 2018). Angka Kematian Ibu (AKI) dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementrian Kesehatan pada tahun 2019 terdapat AKI sebesar 4.221 kasus yang mengalami peningkatan pada tahun 2020 menjadi 4.627 kasus (Kemenkes RI, 2020). Sebanyak 98,71% persalinan di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2020 telah dilakukan pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2020). Sedangkan untuk data kasus persalinan oleh tenaga kesehatan di Kabupaten Banjarnegara pada tahun 2020 sebesar 99.40% mengalami sedikit penurunan dari tahun 2019 sebesar 99,45% (Dinas Kesehatan Kabupaten Banjarnegara, 2020)



Bidan memiliki peran yang penting dalam memberikan asuhan pada saat proses persalinan. Asuhan yang dilakukan oleh bidan berupa asuhan sayang ibu diantaranya adalah APN 60 langkah dalam memberikan pertolongan persalinan yang aman dengan segala ketidaknyaman yang mungkin terjadi pada saat bersalin, salah satu ketidaknyaman dalam persalinan adalah nyeri (JNPK-KR, 2017). Salah satu upaya untuk membantu meredakan nyeri pada saat persalinan adalah menggunakan *masase caunter pressure* (Widaryanti & Riska, 2019). Berdasarkan survey di Puskesmas Rakit 1 Banjarnegara, pada tahun 2021 jumlah persalinan normal yang ditolong oleh tenaga kesehatan sebesar 484 kasus dan yang tidak ditolong oleh tenaga kesehatan yaitu 2 kasus. Terdapat angka kematian ibu (AKI) pada tahun 2021 di Puskesmas Rakit 1 Banjarnegara yaitu 3 kasus, dengan 2 kasus disebabkan terkonfirmasi Covid19, dan 1 kasus disebabkan oleh penyebab lain (Puskesmas Rakit 1 Banjarnegara, 2021).

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Subjek yang diambil dalam studi kasus ini adalah seorang ibu hamil Ny K Umur 22 Tahun G1 P0 A0 Ah0 Umur Kehamilan 39 Minggu 0 datang ke Puskesmas Rakit 1 Banjarnegara. Cara pengumpulan data dilakukan anamnesa, pemeriksaan fisik secara lengkap atau head to toe dengan melalui pendekatan 7 Langkah Varney.

Hasil dan Pembahasan

Langkah ini dimulai dari pengumpulan data dasar dan diakhiri dengan evaluasi. Ketujuh langkah ini sudah mewakili seluruh lingkup kerja yang dapat diaplikasikan dalam seluruh situasi. Tiap langkah dapat dipecah-pecah kedalam tugas-tugas tertentu dalam hal ini bervariasi tergantung dari kondisi pasien. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan pada ibu bersalin Ny K Umur 22 Tahun G1 P0 A0 Ah0 Umur Kehamilan 39 Minggu 0 datang ke Puskesmas Rakit 1 Banjarnegara. Pada persalinan normal ciri – cirinya ditandai dengan kontraksi yang teratur disertai peningkatan frekuensi, durasi, serta mempengaruhi pembukaan servik sampai 10 cm (Marmi, 2012).

Ny K Umur 22 Tahun G1 P0 A0 Ah0 Umur Kehamilan 39 Minggu 0 datang ke Puskesmas Rakit 1 Banjarnegara datang ke puskesmas dengan keluhan merasakan perut mules sejak jam 21.00 WIB dan perut kencang terus menerus. Hasil pemeriksaan umum yaitu keadaan umum baik, kesadaran composmentis, tekanan darah 126/75 mmHg, nadi 76x/menit, pernafasan 21x/menit, suhu 36,70. Hasil pemeriksaan fisik ditemukan pada bagian abdomen ditemukan TFU 30 cm, Leopold 1 bagian bokong, Leopold 2 bagian kanan ekstremitas bagian kiri punggung, Leopold 3 bagian kepala, dan Leopold 4 bagian terendah janin sudah masuk pintu atas panggul. Dalam pemeriksaan khusus yang dilakukan oleh bidan pembukaan serviks 2 cm, konsistensi lunak, presentasi kepala, penurunan bagian terendah janin di hoodge 1.

Nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemdekatan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa nyeri pada pinggang, daerah perut dan mejalar ke daerah paha Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan serviks (Solehati & Kosasih 2015). Nyeri pada kala I terutama ditimbulkan oleh stimulus yang dihantarkan melalui saraf pada leher rahim (serviks) dan rahim/ uterus bagian bawah. Nyeri ini merupakan nyeri viseral yang berasal dari kontraksi uterus dan aneksa. Intensitas nyeri berhubungan dengan kekuatan kontraksi dan tekanan yang ditimbulkan. Nyeri akan bertambah dengan adanya kontraksi isometrik pada uterus yang melawan hambatan oleh leher rahim/ uterus dan perineum. Selama persalinan bilamana serviks uteri/ leher rahim dilatasi sangat lambat atau bilamana posisi fetus (janin) abnormal menimbulkan distorsi mekanik, kontraksi kuat disertai nyeri hebat hal ini karena uterus berkontraksi isometrik melawan obstruksi. Kontraksi uterus yang kuat merupakan sumber nyeri yang kuat (Judha et al., 2012).

Salah satu upaya untuk membantu meredakan nyeri pada saat persalinan kala I adalah menggunakan *masase caunter pressure*. Counter pressure merupakan jenis pijatan yang menggunakan kepalan tangan untuk terus memberikan tekanan pada tulang belakang pasien selama proses kontraksi (Ma'rifah & Surtiningsih, 2014).

Tabel 1 Pemberian Asuhan Counter Pressure Nilai Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan

Pemberian Asuhan Counter Pressure	SKALA NILAI	
	Sebelum	Sesudah
Pemberian Asuhan 1 Selama 20 menit	5	4
Pemberian Asuhan 2 Selama 20 menit	6	4
Pemberian Asuhan 3 Selama 20 menit	7	5
Pemberian Asuhan 4 Selama 20 menit		

Tabel 1 menunjukkan nilai skala nyeri dari pemberian teknik counter pressure yang dilakukan selama 3 kali dengan hasil pemberian asuhan yang ke-1 selama 20 menit dari nilai 5 menjadi 4, pemberian teknik counter pressure ke-2 selama 20 menit dari nilai 6 menjadi 4 dan pemberian teknik counter pressure ke-3 selama 20 menit dari nilai 7 menjadi 5.

Kesimpulan

Berdasarkan yang penulis dapatkan dalam studi kasus dan pembahasan pada Asuhan kebidanan ibu bersalin pada Ny. K. Proses pengkajian yang dilakukan pada Ny. K sudah sesuai dengan standar yang berlaku dan secara keseluruhan sudah sesuai dengan teori sehingga tidak terdapat kesenjangan antara tindakan yang ada di lahan dengan teori yang ada. Terdapat pengaruh pemberian pengurangan nyeri dengan teknik counter pressure.

Daftar Rujukan

- Dinas Kesehatan Banjarnegara. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Banjarnegara 2020*. Banjarnegara: Dinas Kesehatan Kabupaten Banjarnegara.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2020*. Jawa Tengah: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- JNPK-KR. (2017). *Asuhan Persalinan Normal Asuhan Esensial Bagi Ibu Bersalin Dan Bayi Baru Lahir Serta Penatalaksanaan Komplikasi Segera pasca Persalinan Dan Nifas*. Jakarta: Tim JNPK-KR.
- Judha, M., Sudarti, Fauziah, A. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Manuaba, et al. (2015). *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Ma'rifah, A.R. & Surtiningsih. (2014). *Efektifitas Teknik Counter Pressure dan Endorphin Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin*.
- Marmi. (2012). *Intranatal Care Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- WHO. (2018). *Intrapartum Care for a Positive Childbirth Experience*.
- Widaryanti & Riska. (2019). *Terapi komplementer pelayanan kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.