

PENGARUH MASSAGE COUNTERPRESSURE TERHADAP PENURUNAN NYERI IBU BERSALIN KALA I: SYSTEMATIC LITERATUR REVIEW

Pebri Fitri Lestiawati¹, Diah Warastuti², Lisa Trina Arlym¹

1. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, STIKes Mitra RIA Husada, Jakarta Timur
2. Program Studi Profesi Bidan, STIKes Mitra RIA Husada, Jakarta Timur

Email : pebrifitrilestiawati@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri persalinan dapat memunculkan kecemasan pada ibu bersalin dan mengganggu kenyamanan pada saat persalinan. Manajemen Nyeri kontraksi persalinan yang dapat dilakukan antara lain dengan metode *massage counterpressure*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh *Massage Counterpressure* terhadap tingkat nyeri ibu bersalin kala I. Metode yang digunakan penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* dengan menggunakan *database* pencarian *Google Scholer*, *Research Gate*, *Science Direct* dan *PubMed* dari tahun 2016 sampai 2021 dan proses seleksi *literatur* menggunakan diagram PRISMA. Terdapat tiga *Research Question* (RQ) yang ditetapkan pada penelitian ini. Hasil akhir yang diperoleh penelitian didapatkan 6 artikel, dari 6 artikel tersebut ada penurunan rata-rata skor nyeri yang paling rendah setelah pemberian *Massage counterpressure* sebesar 3,2. Kesimpulan pemberian *Massage counterpressure* mempunyai efek yang baik terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin sehingga dapat membantu memperlancar proses persalinan dan mengurangi angka kejadian persalinan lama serta komplikasi lain pada saat bersalin. Saran penelitian ini *Massage Counterpressure* dapat di rekomendasikan sebagai terapi komplementer dan diterapkan untuk meredakan rasa nyeri selama persalinan.

Kata Kunci : *Massage Counterpressure*, Nyeri Persalinan/*Pain Labor*

The Effects of Counterpressure Massage in Reducing Labor Pain in Mother Maternity Firs Stage Systematic Literature Review

ABSTRACT

Labor pain can cause anxiety in laboring mothers and interfere with comfort during childbirth. Pain management of labor contractions that can be done, among others, is the method counterpressure massage. The purpose of this study was to determine the effect of Massage Counterpressure on the level of pain during the first stage of labor. The method used in this study was a Systematic Literature Review using database asearch Google Scholer, Research Gate, Science Direct and PubMed from 2016 to 2021 and theselection process literature using PRISMA diagrams. There are three Research Questions (RQ) set in this study. The final results obtained by the study were 6 articles, from these 6 articles there was a decrease in the lowest average pain score after giving massage counterpressure by 3.2. The conclusion is that giving counterpressure massage has a good effect on pain levels in maternity so that it can help facilitate the delivery process and reduce the incidence of prolonged labor and other complications during childbirth. The suggestion of this research is Massage Counterpressure can be recommended as a complementary therapy and applied to relieve pain during labor.

Keywords : *Massage Counterpresure*, *Pain Labor*

PENDAHULUAN

Nyeri persalinan dapat memunculkan kecemasan pada ibu bersalin. Nyeri dapat mengganggu kenyamanan pada saat terjadinya kontraksi, serta dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan menimbulkan komplikasi saat proses persalinan ⁽¹⁾. Persalinan dengan Nyeri antara 85 – 90% persen dan hanya 10 – 15% persen persalinan yang berlangsung tanpa rasa nyeri. Nyeri persalinan yang tidak diatasi dengan manajemen nyeri yang benar akan menimbulkan masalah lainnya. Salah satunya timbulnya kecemasan, kelelahan serta stress perasaan khawatir. Akibat dari faktor stress ini dapat terjadi ketegangan pada otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Kemudian kontraksi uterus akan menurun yang mengakibatkan persalinan lama ⁽²⁾, mempengaruhi kesejahteraan janin sehingga dapat menyebabkan ibu bersalin dengan tindakan *Sectio Caesarea* ⁽³⁾.

Menurut *World Health Organization* (WHO) standar rata-rata *Sectio Caesarea* di suatu Negara adalah 10 sampai dengan 15 % sedangkan di tahun 2015 sekitar 22,5 % proses persalinan di dunia dilakukan dengan tindakan *Sectio Caesarea* terutama di negara berkembang ⁽⁴⁾. Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 tercatat bahwa komplikasi persalinan terbanyak yaitu persalinan lama berjumlah 41%, dan jumlah persalinan melalui bedah *caesarea* secara nasional berjumlah 17% dari jumlah total persalinan ⁽⁵⁾.

Salah satu metode non-farmakologi menurunkan nyeri persalinan yaitu menggunakan *massage counterpressure* (stimulasi kulit) adalah pijatan yang dilakukan dengan memberi tekanan yang terus-menerus pada tulang sacrum pasien dengan pangkal atau kepalan salah telapak tangan. *Massage counterpressure* dapat diberikan lurus dan lingkaran. Metode ini dapat meredakan nyeri dengan menghambat sinyal nyeri, meningkatkan aliran darah dan oksigenasi ke seluruh jaringan. Selama pijatan tersebut dilakukan akan merangsang tubuh untuk melepaskan endorfin yang berperan sebagai pereda rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman. Pijatan secara lembut membantu ibu merasa lebih segar, rileks serta nyaman selama persalinan ⁽⁶⁾.

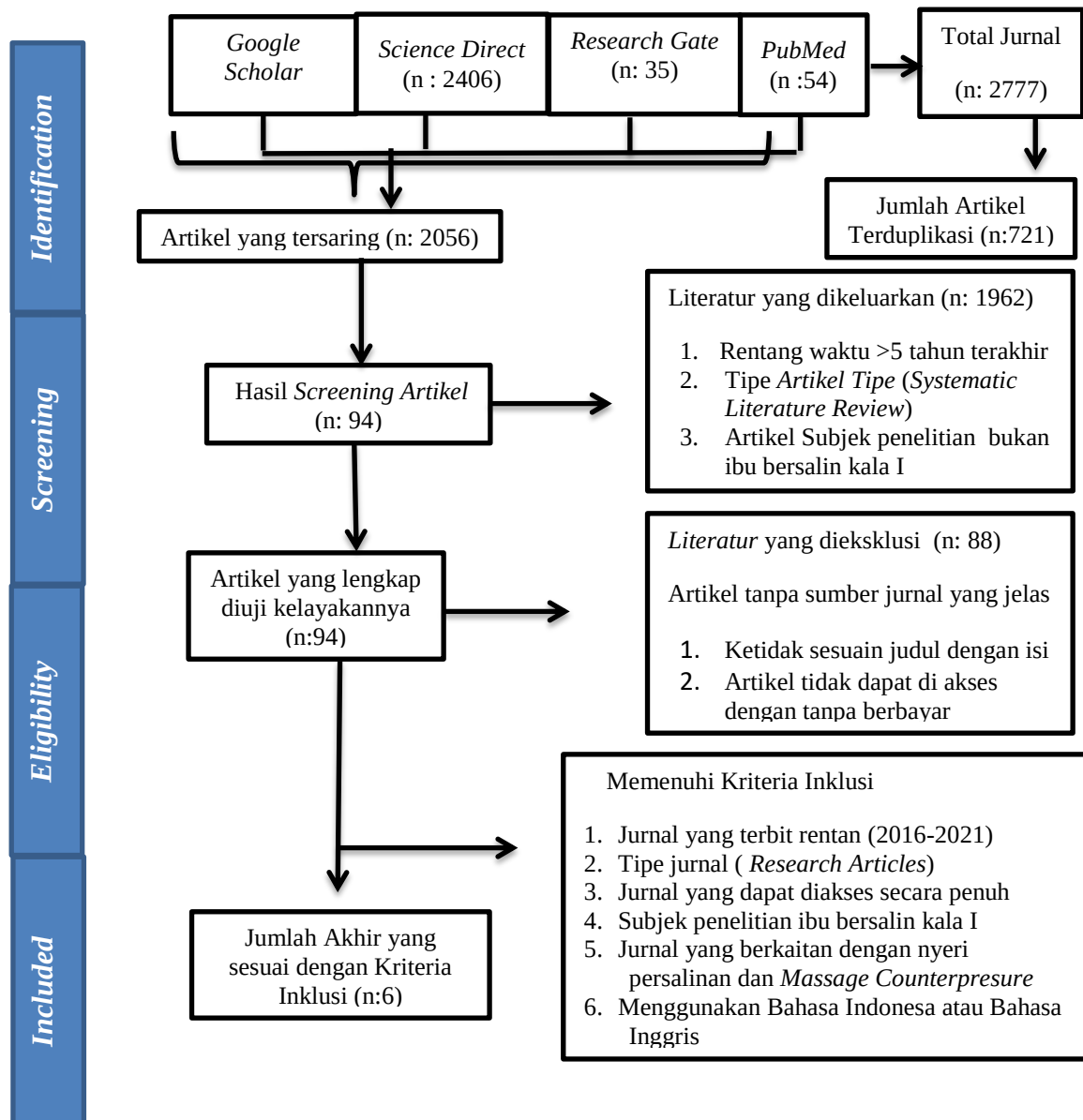
Penelitian yang dilakukan oleh Matilda Paseno, yang didapat dari jumlah sampel 20 responden (10 responden untuk *massage counterpressure* dan 10 responden untuk *massage*

effleurage). Menunjukkan bahwa *massage counterpressure* lebih efektif dari pada *massage effleurage* untuk menurunkan nyeri persalinan kala I ⁽⁷⁾. Sedangkan penelitian Gall, di Australia ditemukan saat persalinan ibu yang mengalami nyeri sangat tak tertahannya kemudian diberikannya metode non-farmakologi *massage counterpressure*, yang dilakukan dibagian *sacrum* bisa membantu menurunkan skala nyeri persalinan yang dirasakan ibu pada kala I, memberikan rasa rileks serta mampu mengurangi ketegangan karena dilepaskannya *hormone endhoprin* yang mampu mengurangi nyeri ⁽⁸⁾. Sesuai dengan Semra Akküz Çevik, di Turki metode non-farmakologis dengan cara *massage* sangat efektif untuk menghilangkan nyeri dan kecemasan pada ibu kala I saat persalinan ⁽⁹⁾. Tujuan penelitian ini pengaruh *massage counterpressure* terhadap penurunan nyeri ibu bersalin kala I.

METODE

Dalam penelitian ini dilakukan pencarian *literarture* melalui data base pencarian *Google Scholer*, *Research Gate*, *Science Direct* dan *PubMed* dan memenuhi PICOS Kata kunci yang digunakan untuk penelusuran *literature* adalah *Massage Counterpresure*, Nyeri Persalinan/*Pain Labor*, dengan rentang waktu 5 tahun terakhir yaitu 2016-2021. Kriteria inklusi yang ditetapkan adalah: subjek penelitian ibu bersalin, berisi *Massage Counterpresur*, jurnal dalam bentuk full teks. Dalam penelusuran total *literature* yang didapat yaitu 6 artikel. Pencarian dan proses seleksi *literature* dalam penelitian ini digambarkan dalam bentuk *Flow diagram Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses* (PRISMA) sebagai berikut

Bagan Diagram PRISMA



Pada tahap awal artikel yang dikumpulkan berjumlah 27.77 artikel yang diperoleh dari 4 data base yaitu *Google Scholer*, *Research Gate*, dan *PubMed*, kemudian diseleksi berdasarkan revalensi judul, tahun, dan kelengkapan artikel menghasilkan 94 artikel seleksi berdasarkan kesesuaian judul dengan isi menghasilkan 88 artikel, sehingga hasil akhir yang didapatkan sebanyak 6 artikel yang layak dianalisis

.HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Identifikasi Artikel

No	Penulis, Tahun	Lokasi	Metode	Teknik Sampel	Sampel
1	Endah Y et.al (2018)	Gorontalo	<i>Quasy Eksperimental</i>	Accidental Sampling	20 ibu bersalin kala I fase aktif
2	Benny Karuniawati (2019)	Yogyakarta	<i>Quasy Eksperimental</i>	Purposive Sampling	34 ibu bersalin kala I
3	Rilyani et.al (2017)	Lampung	<i>Quasy Eksperimental</i>	Accidental Sampling	30 ibu bersalin kala I fase aktif
4	Novita Sari (2018)	Semarang	<i>Quasy Eksperimental</i>	Consecutive Sampling	40 ibu bersalin kala I fase aktif
5	Semra Akküz et.al (2018)	Turki	<i>Quasy Eksperimental</i>	Purposive Sampling	60 ibu bersalin kala I
6	Hashemi Sadat et.al (2016)	Iran	<i>Quasy Eksperimental</i>	Purposive Sampling	60 ibu bersalin kala I

Hasil Identifikasi 6 Artikel penelitian berdasarkan *Systematic Literature Review*, di ketahui bahwa terdapat pembaharuan penelitian dari tahun 2016 sampai tahun 2019, penelitian rata-rata dilakukan di Negara Indonesia dan dengan metode *Quasy Eksperimental*

Tabel 2. Analisis Data

No.	Penulis /Tahun	Pengaruh <i>Massage Counterpressure</i>	Durasi <i>Massage Counterpressure</i>	Instru ment	Hasil	Kesimpulan
1	Endah Y et.al (2018)	sebelum intervensi sebagian besar mengalami nyeri berat (50.0%). sedangkan setelah menjadi n (45%) sehingga mengalami penurunan menjadi 5%.	4 kali selama kontraksi dengan durasi 30 menit dilakukan pada pembukaan 5	NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>)	Hasil uji statistic menunjukkan P value =0,000 < α (0,05)	Ada pengaruh dan perbedaan tingkat nyeri antara dilakukan <i>counterpressure</i> dengan tidak dilakukan <i>counterpressure</i> terhadap penurunan intensitas nyeri kala I fase aktif pada ibu bersalin
2	Benny Karuniawati (2019)	Sebelum intervensi rata-rata nyeri 8,6 sedangkan setelah intervensi rata-rata 5,4 sehingga mengalami penurunan 3,2.	3 kali selama kontraksi dengan durasi 20 menit dilakukan pada pembukaan 3	Wong-Baker Faces Pain Rating Scale	Hasil uji <i>one sample T-test</i> menunjukkan sig (-2 tailed)= 0,000 sehingga <0,05	Massage counterpressure efektif menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif
3	Rilyani	Rata-rata sebelum	3 kali selama	NRS	Hasil uji	<i>Massage Counterpressure</i>

	et.al (2017)	intervensi 7,00 sedangkan setelah intervensi 5,77 mengalami penurunan 1,23	kontraksi dengan durasi 20 menit dilakukan pada pembukaan 4	(Numeric Rating Scale)	statistic menunjukkan P value =0,000 < α (0,05)	berpengaruh antara sebelum dan sesudah di lakukan tindakan. Dengan hasil tingkat nyeri ibu bersalin setelah dilakukan <i>counterpressure</i> mengalami penurunan tingkat nyeri.
4	Novita Sari (2018)	Intervensi kelompok eksperimen 9,45 dan kelompok kontrol sebesar 7.88 maka selisih 1.57	4 kali selama kontraksi dengan durasi 20 menit dilakukan pada pembukaan 5	VAS (Analog Visual Scale)	Hasil uji statistic menunjukkan P value =0,000 < α (0,05)	<i>Massage counter pressure</i> efektif mengurangi nyeri persalinan kala I dibandingkan dengan kelompok kontrol
5	Semra Akköz et.al (2018)	Rata-rata intervensi kelompok kontrol 39.57 dan kelompok eksperimen 28,07 maka selisih 11.5	3 kali selama kontraksi dengan durasi 30 menit dilakukan pada pembukaan 5-7	VAS (Analog Visual Scale)	Hasil uji statistic menunjukkan P value =0,000 < α (0,05)	<i>Massage counter pressure</i> pada bagian sakral diterapkan selama persalinan dapat mengurangi nyeri, menurunkan tingkat kecemasan, mempengaruhi persepsi secara positif persalinan dan tidak memiliki sisi janin efek
6	Hashe mi Sadat et.al (2016)	Intervensi kelompok kontrol 19,63 dan kelompok eksprimen 27,18 maka selisih 7.55	4 kali selama kontraksi dengan durasi 20-30 menit dilakukan pada pembukaan 4	VAS (Analog Visual Scale)	Hasil uji statistic menunjukkan P value =0,000 < α (0,05)	<i>Massage</i> secara melingkar di daerah lumbosakral selama kala I persalinan mengurangi nyeri persalinan secara efisien.

Data yang telah dikumpulkan pada tahap ini sebelumnya akan dianalisis pada tahap ini. Hasil yang telah dianalisa akan menjawab semua Research question yang sebelumnya telah ditentukan

PEMBAHASAN

1. Pengaruh *Massage Counterpressure* dalam Mengurangi Nyeri Ibu Bersalin

Berdasarkan dari enam artikel 5 mengalami nyeri ringan, hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jsudha (2012) Intervensi saat counter pressure tingkatan nyeri pada responden menurun dari nyeri berat menjadi nyeri ringan. Hal ini di sebabkan karena responden merasa cemas dan takut saat terjadinya fase laten hingga fase aktif. Nyeri dan tingkat kecemasan yang dirasakan responden baik sebelum maupun setelah bersalin tentu tidak sama antara responden satu dengan lainnya.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Novita bahwa terdapat perbedaan tingkat nyeri yang dirasakan oleh ibu antara sebelum dan sesudah dilakukan tindakan yaitu sebelum dilakukan *massage counterpressure* nyeri yang dirasakan oleh ibu adalah nyeri

sedang dan setelah dilakukan *massage counterpressure* nyeri yang dirasakan menurun menjadi nyeri ringan⁽¹²⁾.

Kedua Penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mubsiroh dan Darmawati berpendapat bahwa tingkat nyeri yang dirasakan kelompok *massage counterpressure* antara sebelum dan setelah dilakukan tindakan mengalami penurunan nyeri satu tingkat lebih rendah dari sebelum tindakan.

Menurut pendapat peneliti berdasarkan pembahasan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah dilakukan *massage counterpressure* terhadap tingkat nyeri ibu bersalin. Bisa dinilai dari adanya penurunan tingkat skala nyeri yang dirasakan oleh ibu setelah dilakukan *massage counterpressure* yaitu tingkat skala nyeri setelah dilakukan tindakan mengalami penurunan satu tingkat lebih rendah dari pada sebelum dilakukan tindakan.

2. Durasi *Massage Counterpressure* dalam Mengurangi Nyeri pada Ibu bersalin

Berdasarkan hasil analisa diperoleh gambaran nyeri persalinan yang rata-rata penelitian melakukan *massage* selama $\pm 20-30$ menit. Diberikannya intervensi *massase counterpressure* ibu merasakan nyeri berkurang, dan ketegangan otot hilang, lalu ibu merasa lebih nyaman saat persalinan.

Menurut teori Danuatmaja, menyebutkan ibu yang dipijat selama 20 menit setiap jam selama persalinan tidak akan merasakan sakit. Hal ini karena pijat merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorpin yang secara alami dapat meredakan rasa sakit, sehingga lebih nyaman. Dianjurkan untuk melakukan pijatan pada saat melahirkan karena rasa sakit cenderung meningkat ketika pijatan dihentikan. Ini terjadi karena sistem saraf terbiasa dengan rangsangan dan organ indera tidak lagi merespons rasa nyeri⁽¹⁴⁾.

Menurut peneliti, pemijatan dilakukan selama 20-30 menit untuk mendapatkan efek terapeutik dan relaksasi maksimal dengan merelaksasi otot yang tegang sehingga dapat membuka aliran darah yang sempit.

Massage counterpressure terhadap tingkat nyeri ibu bersalin kala I juga dapat dikombinasikan dengan manajemen nyeri non farmakologi yang lain seperti teknik relaksasi, musik, teknik pernafasan, aromaterapi. Sejalan dengan teori dari Indrayani &

Moudy, yang mengatakan bahwa teknik non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan respon dan intensitas nyeri ibu bersalin tanpa menggunakan farmakologi yaitu, relaksasi, Imageri dan visualisasi, teknik pernafasan, aplikasi panas dan dingin, akupresur dan akupunktur, *transcutaneous electrical nerve stimulation* (TENS), *intradermal water block*, aromaterapi, *biofeedback*, terapi air (hidroterapi), *water birth*, hipnosis, *effleurage* dan *counterpressure* ⁽¹⁵⁾.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil review 6 artikel kesimpulan dari beberapa penelitian membuktikan bahwa massage counterpressure penurunan nyeri ibu bersalin dimana sebelum perlakuan rata-rata skala tingkat nyeri adalah antara 5-7 dalam kategori sedang dan setelah dilakukan intervensi skala tingkat nyeri turun menjadi ringan yaitu 1-3 dengan frekuensi dan durasi rata-rata pemberian 2-3 kali selama ± 20 menit pada pembukaan 3-5

DAFTAR PUSTAKA

1. Yunarsi¹ DR. Perbedaan Tingkat Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Dengan Pemberian Massage Counterpressure Dan Aromaterapi Lavender. Nurs Sci J. 2018;1:87–106.
2. Handayani R, Fajarsari D, Retno Trisna Asih D, Naeni Rohmah D. Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan dan Kecemasan dalam Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Tahun 2014. J Ilm Kebidanan [Internet]. 2016;7(1):119–29. Available from: <http://ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/article/viewFile/147/135>
3. Bobak L. Buku Ajar Keperawatan Maternitas, Edisi 4. Jakarta: EGC; 2005.
4. Why having a companion during labour and childbirth may be better for you. World Health Organization [Internet]. 2019; Available from: <https://www.who.int/reproductivehealth/companion-during-labour-childbirth/en/>
5. Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI). Jakarta: BKKBN, BPS, Kementerian

- Kesehatan dan ICF Internasional; 2017.
6. Karuniawati B. Efektivitas Massage Counter Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *J Kesehat Madani Med*. 2019;10(2):69–75.
 7. Paseno M, Situngkir R, Pongantung H, Wulandari F, Astria D, Wulandari F, et al. Massage Counter Pressure Dan Massage Effleurage Efektif Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *J Ilm Perawat Manad*. 2019;7(1):20–32.
 8. Silva Gallo RB, Santana LS, Jorge Ferreira CH, Marcolin AC, PoliNeto OB, Duarte G, et al. Massage reduced severity of pain during labour: A randomised trial. *J Physiother* [Internet]. 2013;59(2):109–16. Available from: [http://dx.doi.org/10.1016/S1836-9553\(13\)70163-2](http://dx.doi.org/10.1016/S1836-9553(13)70163-2)
 9. Akköz Çevik S, Karaduman S. The effect of sacral massage on labor pain and anxiety: A randomized controlled trial. *Japan J Nurs Sci*. 2018 Jan 1;17(1):1–9.
 10. Yulianingsih E, Porouw H, Gaster SL-, 2019 U, Terjadinya Gangguan Keseimbangan Dinamis Endah Yulianingsih R, Surya Porouw H, et al. Teknik Massage Counterpressure terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD. Dr. MM Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. *J GASTER* [Internet]. 2019 [cited 2021 Apr 5];17(2):231–42. Available from: <https://doi.org/>
 11. Karuniawati B. Efektivitas Massage Counter Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *J Kesehat Madani Med* [Internet]. 2019 [cited 2021 Mar 23];10(2):hal : 69-75. Available from: <http://www.jurnalmadanimedika.ac.id/index.php/JMM/article/view/63>
 12. Sari N. The Effectiveness of Practice Counter Pressure Massage to Reducing the Intensity of Labor Pain. *Int J Sci Res*. 2018;8(8):911–3.
 13. Sadat Z, Bonjar H, Sadat HZ, Forugh F, Maryam H, Nosratollah MN, et al. The impact of manual massage on intensity and duration of pain at first phase of labor in primigravid women [Internet]. *International Journal of Medicine Research*. Iran; 2016 [cited 2021 Feb 17]. Available from: www.medicinesjournal.com
 14. Danuatmaja B. Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit. Jakarta: Pusta Swara; 2004.

15. Indrayani, Moudy E. U. Djami. Buku Update: Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. PT Trans Info Media; 2016.