

Pengaruh Teknik *Massage Counterpressure* Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo

Nurjia Pambi¹, Harismayanti², Ani Retni³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Email: nurjiapambi9@gmail.com¹, harismayanti@umgo.ac.id², aniretni@umgo.ac.id³

Abstrak

Nyeri persalinan paling dominan dirasakan adalah pada kala I yang dapat berdampak [ada persalinan lama, kelelahan, hingga trauma psikologis seperti *postpartum blues*. Salah satu metode non-farmakologi untuk meredakan nyeri tersebut adalah teknik *massage counterpressure*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh teknik *massage counterpressure* terhadap penurunan intensitas nyeri kala I fase aktif. Penelitian ini menggunakan desain *quasi-experiment* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test with control group*. Populasi penelitian adalah ibu bersalin di ruang VK RSIA Sitti Khadijah pada bulan Juni-Agustus 2025 sebanyak 80 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling* sehingga diperoleh 30 responden yang dibagi menjadi kelompok intervensi (15 orang) dan kelompok kontrol (15 orang). Analisis data dilakukan dengan uji statistik parametrik *paired t-test*. Hasil penelitian menunjukkan kelompok intervensi mengalami penurunan rata-rata nyeri dari 5,60 (nyeri sedang) menjadi 2,73 (nyeri ringan) dengan *p-value* 0,000 ($< 0,05$). Sebaliknya, kelompok kontrol mengalami peningkatan nyeri dari 6,00 menjadi 6,60 (*p-value* 0,067), yang menunjukkan tidak adanya penurunan nyeri tanpa intervensi. Teknik *massage counterpressure* secara signifikan efektif dalam menurunkan intensitas nyeri kala I fase aktif pada ibu bersalin di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo. Disarankan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dan perawat untuk mengoptimalkan penerapan teknik ini sebagai intervensi mandiri untuk meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan.

Kata Kunci: *Massage Counterpressure*, Nyeri Persalinan, Kala I Fase Aktif.

Absract

Labor pain is most intensely felt during the first stage of labor, potentially leading to prolonged labor, exhaustion, and psychological trauma such as postpartum blues. One non-pharmacological method to alleviate this pain is the counterpressure massage technique. This study aimed to analyze the effect of the counterpressure massage technique on reducing pain intensity during the active phase of the first stage of labor. A quasi-experimental design with a pre-test and post-test control group approach was employed. The study population consisted of 80 women giving birth in the delivery ward (VK) of RSIA Sitti Khadijah between June and August 2025. Accidental sampling was used to select 30 respondents, who were divided into an intervention group (15 participants) and a control group (15 participants). Data analysis was performed using the paired t-test (a parametric statistical test). The results showed that the intervention group experienced a decrease in mean pain intensity from 5.60 (moderate pain) to 2.73 (mild pain), with a p-value of 0.000 (< 0.05). Conversely, the control group experienced an increase in pain from 6.00 to 6.60 (p-value 0.067), indicating no pain reduction in the absence of the intervention. The counterpressure massage technique was significantly effective in reducing pain intensity during the active phase of the first stage of labor among women at RSIA Sitti Khadijah, Gorontalo City. It is recommended that healthcare professionals—particularly midwives and nurses—optimize the application of this technique as an independent intervention to enhance maternal comfort during the labor process.

Keywords: *Counterpressure Massage, Labor Pain, First Stage of Labor (Active Phase).*

1. PENDAHULUAN

Nyeri pada persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin. Rasa nyeri pada persalinan diakibatkan karena didalam tubuh melakukan aktifitas yang besar sebagai upaya untuk mengeluarkan janin. Nyeri persalinan mempunyai kategori sifat kuat dan panas, dimana nyeri yang paling dominan dirasakan pada

persalinan adalah nyeri kala I. Nyeri dalam persalinan bisa menjadi salah satu faktor yang menjadikan ibu menganggap bahwa melahirkan adalah suatu peristiwa yang menakutkan.

World Health Organization (WHO, 2024) tidak merilis data terkait prevalensi persalinan di dunia, namun hanya berfokus pada angka kematian ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB), tetapi berdasarkan data rata – rata ibu bersalin hanya 15% persalinan yang berlangsung dengan nyeri ringan, sebanyak 35 % dengan nyeri sedang, sebanyak 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat.

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, 70% ibu melahirkan secara normal dengan 4.62 juta kelahiran setiap tahunnya. Secara umum, angka kelahiran kasar (*Crude Birth Rate/CBR*) di Indonesia juga menunjukkan tren penurunan, dengan perkiraan angka 16,40 per 1.000 penduduk pada tahun 2025, turun dari 16,61 pada tahun 2024 (Survey Kesehatan Indonesia, 2023)

Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2025 menunjukknn bahwa jumlah ibu bersalin di Gorontalo pada tahun 2024 sejumlah 17.895 persalinan dan terjadi peningkatan signifikan pada tahun 2025 sejumlah 24.027 persalinan dengan persalinan tertinggi adalah Kabupaten Gorontalo sejumlah 7.992 persalinan, Kota Gorontalo sejumlah 3.779 persalinan, Kabupaten Bone Bolango sejumlah 3.383 persalinan, Kabupaten Pohuwato sejumlah 3.014 persalinan, Kabupaten Boalemo sejumlah 3.006 persalinan, dan paling rendah adalah Kabupaten Gorontalo Utara sejumlah 2.853 persalinan.

Massage counterpressure menurunkan nyeri dengan beberapa mekanisme yaitu tekanan yang diberikan dapat menutup "gerbang pesan nyeri" pada sumsum tulang belakang dan otak, sehingga rangsangan nyeri terhambat, sehingga teknik ini merangsang pelepasan hormon endorfin, yaitu pereda nyeri alami tubuh dan dapat mengurangi ketegangan pada otot dan ligamen di area punggung bawah dan mengurangi ketegangan pada struktur tulang panggul, yang berkontribusi pada penurunan rasa sakit pada kala I fase aktif persalinan (Gomes et al., 2021).

Dampak dari rasa nyeri persalinan yang tidak ditangani dengan baik, akan mengakibatkan persalinan lama sehingga menyebabkan terjadinya infeksi, dehidrasi, kelelahan, perdarahan postpartum, laserasi dan shock pada ibu dan mengakibatkan asfiksia, gawat janin (fetal distress) dan trauma kepalapada janin. Jika nyeri persalinan tidak diatasi maka persalinan akan diakhiri dengan persalinan tindakan seperti vakum, forcep dan *sectio caesaria* (Huda et al., 2024).

Berdasarkan data terkait jumlah persalinan di RSIA Sitti Khadijah pada tahun 2024 terdapat sejumlah 405 persalinan normal, dan pada bulan Januari – Juni 2025 terdapat sejumlah 182 persalinan normal. Dari data studi pendahuluan yang dilakukan di ruangan VK RSIA Sitti Khadijah didapatkan 5 orang pada ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan di temukan 2 ibu bersalin mengatakan merasakan nyeri berat dengan skala 8 - 10 dalam proses persalinan dan ibu bersalin yang merasakan nyeri sedang skala 6 di temukan sebanyak 2 orang.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *quasi eksperimen*. Penelitian dengan desain ini ditandai oleh pengukuran yang dilakukan berulang terhadap variabel dependen. Pengukuran berulang dapat dilakukan pada *pre-test* maupun *post-test*. Bentuk *pre test – post test design with control group design*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Pengaruh Teknik *Massage counterpressure* Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Respoden

Karakteristik Responden	Klasifikasi	Intervensi		Kontrol	
		(n)	(%)	(n)	(%)
Usia Ibu	< 20 Tahun	0	0	2	13.3
	20 – 35 Tahun	13	86.7	9	60.0
	> 35 Tahun	2	13.3	4	26.7
Tingkat Pendidikan Terakhir	SD	6	40.0	2	13.3
	SMP	3	20.0	5	33.3
	SMA	5	33.3	8	53.3
	PT	1	6.7	0	0
Paritas	Primipara	7	46.7	10	66.7
	Multipara	8	53.3	5	33.3
Total		15	100.0	15	100.0

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan karakteristik usia ibu pada kelompok intervensi dan kontrol, mayoritas berada pada rentang usia (20 – 35 Tahun) sejumlah 13 orang (86.7%) pada kelompok intervensi dan sejumlah 9 orang (60%) pada kelompok kontrol, dengan tingkat pendidikan terakhir mayoritas adalah SMA sejumlah 5 orang (33.3%) dan sejumlah 8 orang (53.3) pada kelompok kontrol, pada status paritas, mayoritas kelompok intervensi memiliki ibu dengan status paritas multiparas sejumlah 8 orang (53.3%), dan pada kelompok kontrol rata – rata ibu berstatus primipara sejumlah 10 orang (66.7%).

Analisis Univariat

Gambaran Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum diberikan *Massage Counterpressure* di Ruangn VK RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo

Tabel 2 Gambaran Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum diberikan *Massage Counterpressure* di Ruangn VK RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo

No	Nyeri Persalinan	Intervensi		Kontrol	
		n	%	n	%
1.	Ringan (1 – 3)	3	20.0	1	6.7
2.	Sedang (4 – 6)	6	40.0	7	46.7
3.	Berat (7 – 10)	6	40.0	7	46.7
Total		15	100.0	15	100.0

(Sumber : Data primer, 2025)

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, sebelum dilakukan intervensi *massage counterpressure* baik pada kelompok intervensi rata – rata memiliki tingkat nyeri sedang dan berat sejumlah 6 orang (40%) pada kelompok kelompok kontrol mayoritas kategori sedang dan berat sejumlah masing – masing 7 orang (46.7%).

Gambaran Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sesudah diberikan *Massage Counterpressure* di Ruangank VK RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo

Tabel 3 Gambaran Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sesudah diberikan *Massage Counterpressure* di Ruangank VK RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo

No	Nyeri Persalinan	Intervensi		Kontrol	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
1.	Ringan (1 – 3)	11	73.3	1	6.7
2.	Sedang (4 – 6)	4	26.7	3	20.0
No	Nyeri Persalinan	Intervensi		Kontrol	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
3.	Berat (7 – 10)	0	0	11	73.3
Total		15	100.0	15	100.0

(Sumber : Data primer, 2025)

Berdasarkan tabel di atas, pada kelompok intervensi mayoritas ibu mengalami penurunan tingkat nyeri setelah dilakukan *massage counterpressure* dengan mayoritas mengalami nyeri ringan sejumlah 11 orang (73.3%), dimana sebelumnya ibu yang merasakanya nyeri berat sejumlah 2 orang menjadi kategori nyeri ringan dan 4 orang menjadi kategori nyeri sedang, dan ibu dengan nyeri sedang 6 orang, keseluruhannya menurun menjadi nyeri ringan sejumlah 6 orang, dan yang paling rendah adalah ibu dengan nyeri persalinan sedang sejumlah 4 orang (26.7%). Sedangkan pada kelompok kontrol, mayoritas ibu masih mengalami nyeri berat sejumlah 11 orang (73.3%), dan yang paling rendah adalah ibu yang mengalami nyeri ringan sejumlah 1 orang (6.7%), dimana ibu dengan kategori nyeri sedang meningkat ke berat sesudah intervensi sejumlah 4 orang karena tidak adanya perlakuan yang diberikan, dan masing – masing ibu yang berada pada kategori ringan dan sedang masih merasakan nyeri yang sama saat sesudah pengukuran *post test*.

Analisis Bivariat

Uji Normalitas

Sebelum dilakukan analisis bivariat maka harus dilakukan uji normalitas data pada kelompok Intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan. Uji normalitas data dilakukan untuk menentukan uji apa yang akan digunakan. Hasil uji normalitas data dengan *Shapiro wilk* ($n = 30 < 50$) sebagai berikut :

Tabel 4 Uji Normalitas Suhu Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Variabel	Kelompok	Pre/Post	<i>p. value</i>
Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif	Intervensi	Pre	0.806
		Post	0.561
	Kontrol	Pre	0.216
		Post	0.051

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa variabel nyeri persalinan kala I fase Aktif pada kelompok intervensi dan kontrol memenuhi asumsi normalitas ($p\ value > 0.05$), sehingga uji yang digunakan pada data kelompok berpasangan (*pre - post test*) adalah uji parametrik *paired t-test*.

Pengaruh Teknik *Massage counterpressure* Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo.

Tabel 5. Pengaruh Teknik *Massage counterpressure* Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di Rsia Sitti Khadijah Kota Gorontalo.

Kelompok	Kelompok	n	Mean	SD	Selisih	P (t)
Intervensi	Pretest	15	5.60	1.844	-2.86	0.000
	Posttest		2.73	0.884		
Kontrol	Pretest	15	6.00	1.464	0.60	0.067
	Posttest		6.60	1.242		

Berdasarkan tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa sebelum dilakukan *massage counterpressure* rata – rata ibu memiliki skor nyeri persalinan pada tingkat sedang dengan skor 5.60, dan setelah dilakukan *massage counterpressure* terjadi penurunan skor nyeri dengan rata – rata skor 2.73 atau pada kategori nyeri ringan, hal ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan selisih skor nyeri antara sebelum dan sesudah perlakuan *massage counterpressure* sebanyak - 2.86 poin. Berdasarkan hasil uji statistik parametrik *paired t - test* menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh Teknik *Massage counterpressure* Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo dibuktikan dengan nilai *p. value* ($0.000 < 0.05$). Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan *massage counterpressure* sebelum dilakukan intervensi rata – rata ibu memiliki skor nyeri sedang 6 dan setelah pengukuran rata – rata nyeri menjadi 6.60, hal ini menunjukkan terdapat peningkatan skor nyeri persalinan pada ibu yang tidak diberikan perlakuan *massage counterpressure* dengan selisih peningkatan skor nyeri sebanyak 0.6. Berdasarkan hasil uji statistik parametrik *paired t - test* menunjukkan bahwa Tidak terdapat Pengaruh Pada Kelompok Kontrol Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo dibuktikan dengan nilai *p. value* ($0.067 > 0.05$).

Pembahasan

Karakteristik Responden

Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik usia ibu pada kelompok intervensi dan kontrol, mayoritas berada pada rentang usia (20 – 35 Tahun) sejumlah 13 orang (86.7%) pada kelompok intervensi dan sejumlah 9 orang (60%) pada kelompok kontrol, berdasarkan temuan peneliti rata – rata ibu bersalin pada usia produktif karena ingin mempersiapkan mental dan psikologisnya yang matang saat memiliki anak.

Ibu yang hamil terlalu muda, keadaan tubuhnya belum siap menghadapi kehamilan seperti panggul yang belum sempurna, komplikasi yang mungkin timbul saat kehamilan, persalinan dan nifas serta merawat bayinya. Sedangkan ibu yang usianya 35 atau lebih akan menghadapi resiko seperti kelainan bawaan, kecenderungan mengalami perdarahan post partum dan penyulit pada waktu persalinan yang disebabkan oleh jaringan otot rahim kurang baik untuk menerima kehamilan dan dapat mempengaruhi jalannya persalinan sehingga akan meningkatkan ambang nyeri pada persalinan terutama pada kontraksi Kala I (Amir and Yulianti 2020).

Pendidikan Terakhir

Pada kelompok pendidikan terakhir menunjukkan bahwa rata – rata tingkat pendidikan terakhir mayoritas adalah SMA sejumlah 5 orang (33.3%) dan sejumlah 8 orang (53.3) pada

kelompok kontrol, Hal ini berkaitan dengan kurang terpaparnya ibu mengenai informasi dalam penanganan nyeri dimana ibu tidak mengetahui hal – hal tentang mengatasi nyeri persalinan kala I, berkaitan dengan tindakan yang harus diambil serta perawatan yang dilakukan. Ibu hanya menganggap nyeri yang dialami adalah proses alamiah yang harus dihadapi saat persalinan.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pendidikan mempengaruhi pengetahuan yang berhubungan langsung dengan pengambilan sikap dan tindakan dalam mengatasi nyeri pada individu. pengetahuan sangat berhubungan dengan pendidikan, sedangkan pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang diperlukan untuk mengembangkan diri, semakin tinggi pendidikan semakin mudah menerima serta mengembangkan pengetahuan dan teknologi. Tingkat pendidikan responden dalam penelitian ini seluruhnya dalam tingkat SMA yang mana bahwa tingkat pengetahuan anak SMP berada pada tingkat pengetahuan yang dasar yaitu tahu (know), yang diartikan bisa mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya (Sholekhah 2023).

Paritas

Pada kelompok paritas, mayoritas kelompok intervensi memiliki ibu dengan status paritas multiparas sejumlah 8 orang (53.3%), dan pada kelompok kontrol rata – rata ibu berstatus primipara sejumlah 10 orang (66.7%), berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan pada ibu multipara rata – rata mengalami nyeri dengan kategori ringan – sedang karena sudah beradaptasi dengan rasa nyeri pada persalinan sebelumnya, sedangkan pada ibu primipara skala nyeri terasa lebih tinggi atau berat karena hal ini merupakan pengalaman pertamanya dalam menjalani persalinan normal.

Hasil Analisis Univariat

Gambaran Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum diberikan *Massage Counterpressure* di Ruang VK RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi *massage counterpressure* baik pada kelompok intervensi rata – rata memiliki tingkat nyeri sedang sejumlah 6 orang (40%) dan pada kelompok kontrol mayoritas kategori sedang sejumlah masing – masing 7 orang (46.7%), berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan nyeri hilang timbul dan tidak menetap ketika responden mengubah posisi, tetapi nyeri dapat hilang saat responden beristirahat, ibu juga cenderung mengabaikan nyeri yang muncul karena sudah beradaptasi dengan nyeri walaupun nyeri karena sebelumnya pernah menjalani riwayat persalinan, aktivitas pergerakan ibu menjadi cukup lambat, selain itu skala nyeri rata – rata 5 – 6 dengan karakteristik nyeri seperti ditusuk – tusuk, ibu menganggap nyeri bisa hilang dengan sendiri setelah proses persalinan dan tidak menyebabkan dampak yang berkepanjangan.

Fenomena yang didapatkan peneliti di Ruang VK RSIA Sitti khadijah Kota Gorontalo bahwa terpantau ibu bersalin masih mampu mengontrol respon nyeri mereka melalui teknik pernapasan dan perubahan posisi secara mandiri. Meskipun hasil observasi mencatat ekspresi wajah yang meringis dan tangan yang mengepal saat kontraksi datang, sebagian besar responden melaporkan bahwa nyeri masih dalam batas toleransi. Hal ini didukung oleh data karakteristik responden yang didominasi oleh ibu multipara (pernah melahirkan sebelumnya), yang secara psikologis memiliki kesiapan lebih baik dan ambang nyeri yang lebih tinggi dibandingkan ibu primipara.

Berdasarkan hasil observasi, responden pada tahap ini mulai menunjukkan tanda-tanda nyeri berat, seperti keringat dingin di area dahi, napas yang pendek dan cepat, serta ketidakmampuan untuk berkomunikasi secara verbal dengan lancar karena fokus sepenuhnya pada kontraksi yang datang hampir tanpa jeda. Secara fisik, terlihat pasien sering kali

menggenggam pinggiran tempat tidur dengan sangat erat atau memegang punggung bawah mereka (area sakrum) dengan kuat sebagai reaksi otomatis terhadap penekanan saraf serviks.

Gambaran Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sesudah diberikan *Massage Counterpressure* di Ruangan VK RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo

Berdasarkan tabel diatas, pada kelompok intervensi mayoritas ibu mengalami penurunan tingkat nyeri setelah dilakukan *massage counterpressure* dengan mayoritas mengalami nyeri ringan sejumlah 11 orang (73.3%), berdasarkan temuan peneliti, hal ini dikaitkan dengan mayoritas ibu yang berada pada usia reproduksi sehat dan memiliki paritas multipara. Kondisi fisik yang lebih adaptif serta pengalaman masa lalu yang positif memungkinkan ibu menggunakan strategi koping yang efektif saat diberikan intervensi. Selain itu, pemberian *massage counterpressure* secara konsisten selama ± 5 menit dengan frekuensi 2 kali dengan jeda perlakuan 10 menit, memberikan stimulasi pada serabut saraf besar yang mampu menghambat transmisi nyeri, sehingga mayoritas responden mengalami penurunan intensitas nyeri ke kategori ringan.

Temuan peneliti di lapangan dimana saat pelaksanaan tehnik *massage counterpressure* diberikan, yaitu dengan memberikan tekanan kuat secara melingkar menggunakan pangkal telapak tangan pada area sakrum, responden tampak menunjukkan ekspresi yang lebih relaks. Ibu yang sebelumnya mengerang dan gelisah mencari posisi nyaman, mulai dapat mengatur napas dengan lebih teratur dan tubuhnya tidak lagi tegang (kaku). Beberapa responden secara verbal menyatakan bahwa rasa panas dan tertekan di punggung bawah mereka teralihkan oleh pijatan yang diberikan. Kehadiran peneliti yang memberikan sentuhan fisik secara berkelanjutan juga menciptakan rasa aman secara psikologis bagi ibu, sehingga mereka lebih kooperatif dalam mengikuti instruksi relaksasi selama jeda kontraksi.

Pada kelompok yang paling rendah adalah ibu dengan nyeri persalinan sedang sejumlah 4 orang (26.7%), berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan dikaitkan dengan faktor paritas primipara dan tingkat kecemasan ibu. Pada primipara, kekakuan jaringan serviks dan kurangnya pengalaman masa lalu (*coping resources*) membuat persepsi nyeri tetap signifikan, ibu dengan nyeri sedang setelah dilakukan *massage counterpressure* dikarenakan hal ini merupakan pengalaman pertamanya sehingga pada saat ibu dilakukan *massage* ibu masih nampak cemas, gelisah dengan kondisinya saat ini, sehingga intervensi yang dilakukan tidak mendapatkan hasil yang efektif serta efisien terhadap penurunan nyeri.

Pada kelompok kontrol, mayoritas ibu masih mengalami nyeri berat sejumlah 11 orang (73.3%), berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan tanpa adanya intervensi non-farmakologi yang memadai, nyeri persalinan cenderung menetap atau bahkan meningkat intensitasnya seiring kemajuan pembukaan serviks. Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Harismayanti, 2023) bahwa Ibu yang tidak diberikan intervensi relaksasi lebih rentan terjebak dalam siklus *Fear-Tension-Pain*.

Hasil Analisis Bivariat

Pengaruh Teknik *Massage counterpressure* Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo.

Pelaksanaan penelitian ini diawali dengan peneliti yang mempelajari perawatan *massage counterpressure* dengan menggunakan beberapa referensi seperti buku, jurnal dan youtube selama ± 3 hari, Selanjutnya peneliti memulai penelitian dengan menemui responden dengan tujuan untuk memberikan penjelasan kepada responden tentang tujuan pelaksanaan menurunkan skala nyeri persalinan kala I Fase aktif. Responden rata – rata bersifat kooperatif

dan mau menandatangani *informed consent* yang menjelaskan pelaksanaan penelitian akan dilakukan selama persalinan kala I Fase aktif.

Pada pelaksanaannya terdapat 30 orang responden, dibagi atas 2 kelompok yaitu kelompok intervensi sejumlah 15 orang dan kelompok kontrol sejumlah 15 orang. Pada kelompok intervensi rata – rata mengalami nyeri sedang dimana berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan nyeri hilang timbul dan tidak menetap ketika responden mengubah posisi, tetapi nyeri dapat hilang saat responden beristirahat, ibu juga cenderung mengabaikan nyeri yang muncul karena sudah beradaptasi dengan nyeri walaupun nyeri karena sebelumnya pernah menjalani riwayat persalinan, aktivitas pergerakan ibu menjadi cukup lambat, selain itu skala nyeri rata – rata 5 – 6 dengan karakteristik nyeri seperti ditusuk – tusuk, ibu menganggap nyeri bisa hilang dengan sendiri setelah proses persalinan dan tidak menyebabkan dampak yang berkepanjangan. Kemudian peneliti menjelaskan tentang pemberian *massage counterpressure* yang akan dilakukan selama ± 5 menit dengan frekuensi 2 kali diberikan jeda setiap perlakuan selama ± 10 menit, untuk menurunkan skala nyeri selama persalinan kala I fase aktif, dimana pada pengukuran pretest) sebelum dilakukan *massage counterpressure* rata – rata ibu memiliki skor nyeri persalinan pada tingkat sedang dengan skor 5.60.

Tahapan selanjutnya, peneliti melakukan *massage counterpressure* pada ibu dengan mulai mengatur posisi ibu dengan nyaman, mulai dengan gerakan mengusap dan bergerak dari bagian bahu menuju sacrum, lakukan tekanan kuat yang terus menerus selama kontraksi pada tulang sacrum wanita dengan kepala salah satu tangan, melakukan pemijatan kedua pinggul kemudian menekan ke dalam arah titik tengah panggul dengan seluruh telapak tangan secara terus menerus sepanjang kontraksi, kemudian membuat gerakan seperti kupu-kupu dengan menggunakan telapak tangan dan melingkar kecil dengan menggunakan ibu jari menuruni area tulang belakang, gerakkan secara perlahan berikan penekanan arahkan penekanan ke bawah sehingga tidak mendorong klien ke depan, selanjutnya mengusap bagian lumbal dan mengulangi gerakan selama ± 5 menit.

Setelah dilakukan *massage counterpressure* terjadi penurunan skor nyeri dengan rata – rata skor 2.73 atau pada kategori nyeri ringan, hal ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan selisih skor nyeri antara sebelum dan sesudah perlakuan *massage counterpressure* sebanyak - 2.86 poin.

Berdasarkan hasil uji statistik parametrik *paired t - test* menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh Teknik Massage counterpressure Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo dibuktikan dengan nilai *p. value* ($0.000 < 0.05$). Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh (Kasis, 2021) menunjukkan bahwa rerata skor nyeri sebelum dilakukan teknik pijat *counter pressure* adalah 8 dengan dan sesudah dilakukan teknik pijat Counter Pressure rerata skor nyeri berkurang menjadi 6,12, sehingga dapat dibuktikan bahwa ada pengaruh teknik pijat *counterpressure* terhadap penurunan rasa nyeri persalinan primipara kala I fase aktif.

Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan *massage counterpressure* sebelum dilakukan intervensi rata – rata ibu memiliki skor nyeri sedang 6 dan setelah pengukuran rata – rata nyeri menjadi 6.60, hal ini menunjukkan terdapat peningkatan skor nyeri persalinan pada ibu yang tidak diberikan perlakuan *massage counterpressure* dengan selisih peningkatan skor nyeri sebanyak 0.6, berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan tanpa adanya intervensi non-farmakologi yang memadai, nyeri persalinan cenderung menetap atau bahkan meningkat intensitasnya seiring kemajuan pembukaan serviks.

Berdasarkan hasil uji statistik parametrik *paired t - test* menunjukkan bahwa Tidak terdapat Pengaruh Pada Kelompok Kontrol Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Pada

Ibu Bersalin Di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo dibuktikan dengan nilai *p. value* (0.067> 0.05).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebelum dilakukan intervensi, sebagian besar ibu bersalin pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol mengalami nyeri persalinan dengan kategori sedang hingga berat. Setelah diberikan teknik *massage counterpressure*, terjadi penurunan intensitas nyeri pada kelompok intervensi, yang ditandai dengan mayoritas ibu mengalami nyeri ringan. Sebaliknya, pada kelompok kontrol sebagian besar ibu masih mengalami nyeri berat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *massage counterpressure* berpengaruh terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif pada ibu bersalin di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian. *Pilar*, 14(1), 15–31.
- Arnita Sari, F., Risa Dewi, N., & Kesuma Dewi, T. (2023). Pengetahuan Ibu Hamil Trimester Iii Tentang Manajemen Nyeri Persalinan Diwilayah Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(3), 2019–2024.
- Assagaf, R. H., Harismayanti, H., & Retni, A. (2023). Pengaruh Terapi Massage Effluerage Terhadap Nyeri Kala I Pada Ibu Inpartu Di Ruangan Ponek Rsud Tani Dan Nelayan Kabupaten Boalemo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, 1(2), 214-224.
- Aviva, A. N., Norhapifah, H., Astutik, W., & Risnawati. (2025). Gambaran Intensitas Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Di Puskesmas Tepian Buah. *Journal Of Social Science Research*, 5(2), 3459–3472. <https://J-Innovative.Org/Index.Php/Innovative>
- Gomes, M., Tedjasulaksana, R., Astiti, K., & Dkk. (2021). Perbedaan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Massage Counter Pressure. 3(2), 1–12.
- Harismayanti Harismayanti, Ani Retni, & Shinta Nuria Kohongia. (2023). Hubungan Paritas Dengan Lama Persalinan Kala Ii Di Ruang Bersalin Rsud Dr.M.M.Dunda Limboto. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2), 37–46. <https://doi.org/10.55606/termometer.V1i2.1295>
- Harismayanti, H., Retni, A., & Kohongia, S. N. (2023). Hubungan Paritas Dengan Lama Persalinan Kala Ii Di Ruang Bersalin Rsud Dr. Mm Dunda Limboto. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2), 37-46.
- Harismayanti, Modjo. D (2024). Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Dingin Untuk Mengurangi Rasa Sakit Pada Ibu Infartuari Pada Fase 1 Persalinan Fisiologis Aktif Di Ruang Vk Rsia Sitti Khadidjah A Isiyah Kota Gorontalo,
- Huda, S., Syahriani, S., Syamson, M. M., Hamdiyah, H., & Hasriani, S. (2024). Teknik Counter Pressure Mengurangi Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 5(2), 86. <https://doi.org/10.33490/B.V5i2.925>
- Iryani, D., & Simanjuntak, M. K. (2025). Optimalisasi Peran Bidan Dalam Manajemen Nyeri Persalinan Melalui Edukasi Terapi Endorphine Massage Dan Pijat Oksitosin. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 241–250. <https://doi.org/10.53770/Amjpm.V4i2.386>
- Kau, M., Harismayanti, H., & Retni, A. (2023). Analisis Faktor Risiko Kejadian Ruptur

- Perineum Pada Ibu Inpartu Kala I Di Rsia Sitti Khadidjah Kota Gorontalo. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2), 20-28.
- Mufidah Alfi, N., Ayu, I., Hasanah, N., & Hadi, A. O. (2025). Pengaruh Penerapan Teknik Akupresur Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Literature Review : The Effect Of Acupressure On Labor Pain In The First Stage Of Labor. *Jurnal Medicare*, 4(2), 91–102. <https://doi.org/10.62354/Jurnalmedicare.V4i2.164>
- Nainggolan, W., Simamora, L., Putri, L., Damanik, U., Jl, A., Air, P., Jl, I. V, Viii, P., Kel, N., Bekala, K., Johor, K. M., & Medan, K. (2025). Efektifitas Self-Healing Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Bersalin Di Pmb Winda Nainggolan Kabupaten Simalungun Sumatera Utara Stikes Mitra Husada Medan , Indonesia. *Inovasi Kesehatan Global*, 2(2), 40–48.
- Rahmawati, Prianti, A. ., & Khatimah, H. (2021). Pengaruh Senam Yoga Kehamilan Terhadap Durasi Kala I Kala Fase Aktif Berdasarkan Kurva Partograf. *Jmswh Journal Of Midwifery Science And Women'S Health*, 2(43), 23–34. <https://doi.org/10.36082/Jmswh.V2i1.363>
- Retni, A., Harismayanti, H., & Umani, R. P. (2023). The Effect Of Giving Effleurage Massage Techniques On Reduction Of Labor Pain In Labor Pain In Women In Labor. *Journal Of Community Health Provision*, 3(2), 39-47. <https://doi.org/10.55885/Jchp.V3i2.267>
- Rizky Hamidah Assagaf, Harismayanti Harismayanti, & Ani Retni. (2023). Pengaruh Terapi Massage Effluerage Terhadap Nyeri Kala I Pada Ibu Inpartu Di Ruang Ponek Rsud Tani Dan Nelayan Kabupaten Boalemo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, 1(2), 214–224. <https://doi.org/10.55606/Jikg.V1i2.984>
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). *Metode Kuantitatif Penulis*.
- Setiyawanto, Pratiwi, R. I., & Haniyah, S. (2020). Penerapan Teknik Counter Pressure Dan Massage Effleurage Pada Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(5474), 1333–1336.
- Setyawan, D. A. (2021). Hipotesis Dan Variabel Penelitian. In *Tahta Media Group*.
- Sinurat, W., Susaldi, S., & Lisa, S. M. (2022). Efektivitas Posisi Miring Dan Posisi Litotomi Terhadap Kejadian Robekan Jalan Lahir Pada Persalinana Kala I Di Klinik Hayana Tahun 2021. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(4), 971–978. <https://doi.org/10.55681/Sentri.V1i4.314>
- Wahyuni, S., & Syamsudi, N. A. (2025). Pengaruh Posisi Persalinan Terhadap Lamanya Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravid. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.29407/Judika.V9i1.25190>
- Yessica Geovany Sianipar, Ariska Fauzianty, Khairunnisa Situmorang, Nova Isabella Napitupulu, Hesti Desmawati Gulo, Erliani Br Ginting, & Esra Maria Tambunan. (2023). Pendidikan Kesehatan Yang Service Excellent Tentang Pain Relief Pada Saat Persalinan Di Desa Bangun Rejo Kecamatan Morawa Deli Serdang Tahun 2023. *Nusantara Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 213–220. <https://doi.org/10.55606/Nusantara.V3i2.1653>
- Yuni, J. S., Septa Rini, A., & Jayatmi, I. (2025). Efektivitas Pijat Endorphen Dan Countour Pressure Terhadap Nyeri Persalinan Di Klinik Annisa. *Involusi: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 15(1), 31–37. <https://doi.org/10.61902/Involusi.V15i1.1419>
- Yusmaharani, Y., Ratih, R. H., & Nurmaliza, N. (2025). Counter Pressure Massage With Pain In The First Stage Of Labor. *Jkm (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 11(2), 91–96. <https://doi.org/10.33024/Jkm.V11i2.19147>