

DAMPAK COUNTER PRESSURE MASSAGE TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I DI RUMAH SAKIT KASIH IBU TAHUN 2025

Miftahul jannah¹, Izzawati Arlis², Elsie Anggreni³, Guriti⁴

¹ Prodi Kebidanan, Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia

² Prodi Kebidanan, Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia

³ Prodi Kebidanan, Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia

⁴ Prodi Kebidanan, Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, Rengat, Indonesia

* Miftahul Jannah: miftahuljannah08127710@gmail.com

* Izzawati Arlis: izzawaty.arlis@gmail.com

* Elsie Anggreni: elsieanggreni19@gmail.com

Budi Susilawati:

ABSTRAK

Labor pain is an unpleasant physical sensation felt during uterine contractions, cervical dilation, and fetal expulsion. Counter pressure massage is a massage technique that applies strong pressure to the sacrum bone to reduce labor pain. The purpose of the study was to determine the impact of counter pressure massage on reducing labor pain in the first active phase at Kasih Ibu Hospital in 2024. This study used a quantitative method, with primary data. The population is 113 people. The sample in this study was 53 mothers in labor, with an accidental sampling technique. The data collection technique used a questionnaire. Data analysis used simple linear regression analysis. The results of the study were obtained sig value results, namely $0.000 < 0.05$ so that H_a was accepted and H_0 was rejected. With the conclusion that counter pressure massage (X) has a significant effect on reducing labor pain in the first stage (Y).

Keywords: Counter Pressure Massage, Reducing Labor Pain in the First Stage, and Mothers Giving Birth.

1. Pendahuluan

Angka Kematian Ibu (AKI) global pada tahun 2020 adalah 223 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan di Indonesia, Angka Kematian Ibu (AKI) berdasarkan data dari *Maternal Perinatal Death Notification (MPDN)* pada tahun 2023 adalah 4.129 perempuan. Angka ini meningkat dari tahun 2022 yang mencapai 4.005 kematian Ibu (WHO, 2019). Data yang dikeluarkan Oleh Direktorat Bina Kesehatan Ibu pada tahun 2023 menunjukkan bahwa kematian Ibu di Indonesia disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah secara global 80% kematian ibu hamil yang tergolong kematian ibu secara langsung disebabkan oleh perdarahan (25%) biasanya perdarahan pasca persalinan, hipertensi pada ibu hamil (12%), partus macet (8%), aborsi (13%) dan karna sebab lain (7%) (Direktorat Bina Kesehatan Ibu, 2023).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Provinsi Riau tahun 2020 berjumlah 129 kematian data ini di peroleh dari profil kesehatan Provinsi Riau tahun 2021. Untuk di Kabupaten Indragiri Hulu Angka Kematian Ibu (AKI) tahun 2020 mencapai 96 kematian (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2021).

Studi pendahuluan didapatkan bahwa terdapat 20 Ibu bersalin dengan hasil 70% Ibu mengatakan nyeri persalinan berkurang setelah diberikan *counter pressure massage*. Dampak *counter pressure massage* dapat mengurangi nyeri saat persalinan yang menjadi salah satu faktor yang menyebabkan ibu merasa melahirkan adalah peristiwa yang

menyakitkan dan menakutkan. *Counter pressure massage* adalah salah satu metode nonfarmakologis untuk menghilangkan rasa sakit.(Padila, 2017).

Berdasarkan latar belakang tersebut Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang: “**DAMPAK COUNTER PRESSURE MASSAGE TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA 1 PADA RUMAH SAKIT KASIH IBU TAHUN 2024.**”

2. Tinjauan Pustaka

a. Nyeri Persalinan

Nyeri persalinan merupakan sensasi subjektif atau rasa tidak nyaman yang sering berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial. Secara umum nyeri diartikan sebagai suatu keadaan kurang menyenangkan yang terjadi akibat rangsangan fisik ataupun dari serabut-serabut saraf dalam tubuh menuju ke otak, serta diikuti dengan reaksi fisik, fisiologis maupun emosional. Nyeri adalah suatu pengalaman ketidaknyamanan yang setiap individu akan mengalami sensasi berbeda-beda dalam mempersepsikan rasa nyeri (Padila, 2018: 32).

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi penurunan nyeri persalinan yaitu kontraksi otot rahim, renggangan otot dasar panggul, episiotomi, dan *Counter pressure massage* (Andarmoyo dan Suharti, 2014: 56).

Indikator penurunan nyeri persalinan yaitu sebagai berikut: (Andarmoyo dan Suharti, 2014: 58).

1. Aktivitas fisik

Aktifitas fisik yang bisa dilakukan ibu hamil menjelang persalinan adalah berjalan kaki, senam yoga, dan senam kegel.

2. Rasa nyaman

Rasa nyaman ibu hamil dapat dicapai dengan mengonsumsi makanan sehat, istirahat yang cukup, olahraga rutin, dan mengonsumsi asam folat.

3. Istirahat

Istirahat yang cukup 6-8 jam di malam hari sebelum dan sesudah melahirkan dapat membantu meredakan nyeri dan mempercepat proses pemulihan.

b. *Counter Pressure Massage*

Counter pressure massage merupakan salah satu teknik aplikasi gate-control (teori ini menjelaskan adanya pintu gerbang yang dapat memfasilitasi transmisi nyeri), dengan menggunakan teknik tersebut dapat meredakan nyeri dengan menghambat sinyal nyeri, meningkatkan aliran darah dan oksigenasi keseluruhan jaringan (Jurnialtati E, et al, 2018: 7).

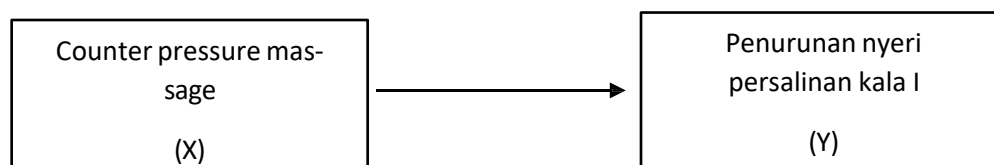
Langkah-langkah melakukan *massage counter pressure* sebagai berikut: (Simkin, 2015)

1. Memberitahukan langkah yang akan dilakukan dan fungsinya.
2. Mengajukan mencari posisi yang nyaman seperti posisi menunduk ataupun duduk.
3. Mencuci tangan.
4. Menekan daerah sakrum secara mantap dengan pangkal atau kepala salah satu telapak tangan, lepaskan dan tekan lagi, begitu seterusnya selama 20 menit.
5. Mengevaluasi teknik *massage counter pressure* tersebut.

Adapun indikator *massage counter pressure* sebagai berikut: Kekuatan pijatan, Posisi, Cara, Durasi, Frekuensi (Padhila, 2016).

3. Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif mempunyai tujuan untuk menunjukkan hubungan antar variable, menguji teori, mencari generalisasi yang mempunyai nilai prediktif (Sugiono, 2016:14). Metode ini diyakini tepat diduga karena data penelitian ini berupa angka-angka. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang ada di Rumah Sakit Kasih Ibu Kecamatan Rengat Kabupaten Indragiri Hulu pada bulan Februari Tahun 2025 dengan jumlah populasi sebanyak 113 orang dan sampel sebanyak 53 orang.



Hipotesis:

Ha: Diduga *Counter pressure massage* berdampak terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I pada Rumah Sakit Kasih Ibu Kecamatan Rengat Kabupaten Indragiri Hulu.

Ho: Diduga *Counter pressure massage* tidak berdampak terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I pada Rumah Sakit Kasih Ibu Kecamatan Rengat Kabupaten Indragiri Hulu.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling*. *Accidental sampling* merupakan pengambilan sampel yang dimana peneliti memilih orang yang kebetulan bertemu sebagai sampel. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner. Metode kuantitatif ini diterapkan dan dianalisis menggunakan uji instrument, uji reabilitas, uji prasyarat analisis, uji hipotesis dengan menggunakan *SPSS Statistics Versi 26*.

4. Hasil dan Pembahasan

a. Analisis Deskripsi Data

Tabel 1. Analisis Deskripsi Data

Descriptive Statistics					
	N	Mini- mum	Maxi- mum	Mean	Std. Devia- tion
Counter_Pressure_Mas- sage	53	15	25	20.15	2.641
Nyeri_Persalinan_Kala_1	53	15	25	20.36	2.305
Valid N (listwise)	53				

Sumber: Data Olahan IBM SPSS Versi 26.00

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa nilai *mean* variabel *counter pressure mas-
sage* yaitu sebesar 20,15 (2,641), sedangkan nilai *mean* variabel nyeri persalinan yaitu sebesar 20,36 (2,305).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel *Counter Pressure Massage*

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Baik	33	62,26
Kurang	20	37,74
Jumlah	53	100

Sumber: Data Olahan IBM SPSS Versi 26.00

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 53 responden mayoritas responden merasakan pijatan dengan baik berjumlah 33 orang atau 62,26%, sedangkan minoritas responden berjumlah 20 orang atau 37,74%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Nyeri Persalinan

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Berkurang	32	60,38
Tidak Berkurang	21	39,62
Jumlah	53	100

Sumber: Data Olahan IBM SPSS Versi 26.00

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa mayoritas berjumlah 32 orang atau 60,38%, sedangkan minoritas responden berjumlah 21 orang atau 39,62%.

Penurunan Nyeri Persalinan Kala 1

Tabel 4. Tanggapan Responden Terhadap Indikator Dari Variabel Penurunan Nyeri Persalinan

No	Pernyataan	STS 1	TS 2	RR 3	S 4	SS 5	Jlh	TC R	Skor
Aktivitas Fisik									
1.	Saya merasakan berjalan dapat meredakan nyeri persalinan	0	0	4	21	28	53	89,06	4,45
	Persentase	0	0	7,55	39,62	52,83	100		
2.	Saya merasakan posisi baring dengan menaikkan bokong ke atas dapat mengurangi nyeri punggung	0	0	13	27	13	53	80,00	4,00
	Persentase	0	0	24,53	50,94	24,53	100		
Rasa Nyaman									
3.	Saya mempersiapkan diri untuk mengendalikan ketegangan dan rasa takut selama persalinan	0	0	6	20	27	53	87,92	4,40
	Persentase	0	0	11,32	37,74	50,94	100		
4.	Saya merasa nyaman dengan mengkonsumsi makanan sehat, istirahat yang cukup dan olahraga rutin	0	0	21	28	4	53	73,58	3,68
	Persentase	0	0	39,62	52,83	7,55	100		
Istirahat									
5.	Saya sebelum melahirkan istirahat yang cukup pada	0	0	16	30	7	53	76,60	3,83

No	Pernyataan	STS	TS	RR	S	SS	Jlh	TC R	Skor
		1	2	3	4	5			
	malam hari selama 6-8 jam								
	Persentase	0	0	30,19	56,60	13,21	100		
Rata-Rata								81,43	4,07

Sumber: Data Primer Yang Diolah, Tahun 2025

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa mayoritas dari 53 responden pada variabel penurunan nyeri persalinan kala I memberikan penilaian baik dengan TCR sebesar 81,43 dengan jumlah rata-rata variabel penurunan nyeri persalinan kala I sebesar 4,07 kategori sangat setuju.

Pernyataan yang dipersepsikan mendapat nilai tertinggi adalah saya merasakan berjalan dapat meredakan nyeri persalinan dengan pencapaian rata-rata 4,45 dengan TCR 89,06 kategori setuju indikator aktivitas fisik.

Pernyataan yang dipersepsikan mendapat nilai terendah adalah saya merasa nyaman dengan mengkonsumsi makanan sehat, istirahat yang cukup dan olahraga rutin dengan pencapaian rata-rata 3,68 dengan TCR 73,58 kategori setuju indikator rasa nyaman.

Tabel 5. Tanggapan Responden Terhadap Indikator Dari Variabel *Counter Pressure Massage*

No	Pernyataan	ST S	TS	RR	S	SS	Jlh	TCR	Skor
		1	2	3	4	5			
Kekuatan Pijat									
1.	Saya mendapatkan pijatan berupa tekanan yang kuat, cara melakukannya yaitu dengan meletakkan tumit tangan, atau dapat juga menggunakan bola tenis	0	0	8	20	25	53	86,42	4,32
	Persentase	0	0	15,09	37,74	47,17	100		
Posisi									
2.	Saya mendapatkan penekanan dilakukan dibagian punggung bawah pada saat nyeri	0	0	9	27	17	53	83,02	4,15
	Persentase	0	0	16,98	50,94	32,08	100		
Cara									
3.	Saya mendapatkan tekanan pada <i>counter pressure massage</i> dapat diberikan dengan berupa gerakan lurus atau gerakan lingkaran kecil	0	0	25	26	2	53	71,32	3,57
	Persentase	0	0	47,17	49,06	3,77	100		
Durasi									

No	Pernyataan	ST S	TS	RR	S	SS	Jlh	TCR	Skor
		1	2	3	4	5			
4.	Saya mendapatkan penekanan dilakukan dalam waktu selama 30-90 detik	0	4	12	35	2	53	73,21	3,66
	Persentase	0	7,55	22,64	66,04	3,77	100		
Frekuensi									
5.	Saya mendapatkan prosedur dilakukan selama 3 kali secara berturut-turut	0	0	6	17	30	53	89,06	4,45
	Persentase	0	0	11,32	32,08	56,60	100		
Rata-Rata								80,60	3,36

Sumber: Data Primer Yang Diolah, Tahun 2025

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa mayoritas dari 53 responden pada variabel *counter pressure massage* memberikan penilaian baik dengan TCR sebesar 80,60 dengan jumlah rata-rata variabel *counter pressure massage* sebesar 3,36 kategori setuju.

Pernyataan yang dipersepsikan mendapat nilai tertinggi adalah saya mendapatkan prosedur dilakukan selama 3 kali secara berturut-turut dengan pencapaian rata-rata 4,45 dengan TCR 89,06 kategori sangat setuju indikator frekuensi.

Pernyataan yang dipersepsikan mendapat nilai terendah adalah saya mendapatkan penekanan dilakukan dalam waktu selama 30-90 detik dengan pencapaian rata-rata 3,66 dengan TCR 73,21 kategori setuju indikator durasi.

Uji Prasyarat Analisis

a. Hasil Uji Normalitas

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Counter_Pres- sure Massage	Penurunan_Nyeri_Per- salinan
N		53	53
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	20.15	20.36
	Std. Deviation	2.641	2.305
Most Extreme Differences	Absolute	.143	.118
	Positive	.131	.118
	Negative	-.143	-.089
Test Statistic		.143	.118
Asymp. Sig. (2-tailed)		.009 ^c	.061 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction

Sumber: Data Olahan IBM SPSS Versi 26.00

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa nilai kolmogorov-smirnov Z dari *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0,061. Karena nilai ini lebih besar dari 0,05, maka

dapat disimpulkan bahwa populasi data *counter pressure massage* dan penurunan nyeri persalinan kala I berdistribusi normal.

b. Hasil Uji Linearitas

Tabel 7. Hasil Uji Linieritas *counter pressure massage* terhadap penurunan nyeri persalinan kala I

ANOVA Table						
			Sum of Squares	df	Mean Square	Sig.
Penurunan Nyeri_Persalinan * Counter_Pressure_Massage	(Combined)		180.458	7	25.780	12.118 .000
	Linearity		161.602	1	161.602	75.964 .000
	Deviation from Linearity		18.856	6	3.143	1.477 .208
	Within Groups		95.731	45	2.127	
	Total		276.189	52		

Sumber: Data Olahan IBM SPSS Versi 26.00

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa nilai sig yaitu 0,208. Karena nilai $0,208 > 0,05$, maka terdapat hubungan yang linieritas antara *counter pressure massage* dengan nyeri persalinan.

c. Analisis Koefisien Determinasi (R^2)

Tabel 8. Analisis Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary ^b					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.765 ^a	.585	.577	1.499	1.558

a. Predictors: (Constant), Counter_Pressure_Massage

b. Dependent Variable: Penurunan_Nyeri_Persalinan

Sumber: Data Olahan IBM SPSS Versi 26.00

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa nilai *R Square* sebesar 0,585 atau 58,5% ini berarti variabel independen *counter pressure massage* dengan penurunan nyeri persalinan kala I sebesar 58,5% dan sisanya 41,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak masuk dalam penelitian ini seperti kompres hangat, mengatur pernapasan, dan bergerak.

d. Analisis Korelasi

Tabel 9. Analisis Korelasi

Model Summary ^b					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.765 ^a	.585	.577	1.499	1.558

a. Predictors: (Constant), Counter_Pressure_Massage

b. Dependent Variable: Penurunan_Nyeri_Persalinan

Sumber: Data Olahan IBM SPSS Versi 26.00

Berdasarkan tabel 9 diketahui bahwa nilai R adalah koefisien korelasi yang mengukur arah dan keeratan hubungan antara *counter pressure massage* dengan nyeri persalinan. Maka nilai koefisien korelasi sebesar 0,765 termasuk dalam kriteria (0,60-0,799) yang berarti tergolong dalam kriteria kuat. Dari hasil perhitungan ini menunjukkan terdapat hubungan yang kuat antara *counter pressure massage* dengan nyeri persalinan.

e. Analisis Regresi Linear Sederhana

Tabel 10. *Modal Summary* Perhitungan Regresi

Coefficients ^a								
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			Collinearity Statistics	
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
1	(Constant)	6.910	1.599		4.321	.000		
	Counter_Pressure_Massage	.667	.079	.765	8.481	.000	1.000	1.000

a. Dependent Variable: Penurunan_Nyeri_Persalinan

Sumber: Data Olahan IBM SPSS Versi 26.00

Berdasarkan tabel 5.15 diketahui bahwa hasil nilai sig < 0,05 yaitu 0,000 < 0,05 sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya *counter pressure massage* (X) berpengaruh signifikan terhadap penurunan nyeri bersalin (Y).

Pembahasan

a. Counter Pressure

Variabel *counter pressure massage* diketahui bahwa dari 53 responden mayoritas responden merasakan pijatan dengan baik berjumlah 33 orang (62,26%), sedangkan minoritas responden berjumlah 20 orang (37,74%). Hal ini dikarenakan dari hasil penelitian dapat diketahui berdasarkan tabel tanggapan responden terhadap indikator dari variabel *counter pressure massage* (variabel X) menunjukkan mayoritas dari 53 responden pada variabel *counter pressure massage* (variabel X) memberikan penilaian baik dengan TCR sebesar 80,60 dengan jumlah rata-rata variabel *counter pressure massage* (variabel X) sebesar 3,36 kategori setuju.

Pernyataan yang dipersepsikan mendapat nilai tertinggi adalah saya mendapatkan prosedur dilakukan selama 3 kali secara berturut-turut dengan pencapaian rata-rata 4,45 dengan TCR 89,06 kategori sangat setuju indikator frekuensi. Pernyataan yang dipersepsikan mendapat nilai terendah adalah saya mendapatkan penekanan dilakukan dalam waktu selama 30-90 detik dengan pencapaian rata-rata 3,66 dengan TCR 73,21 kategori setuju indikator durasi.

Counter pressure massage adalah teknik pijat yang memberikan tekanan pada area tubuh tertentu untuk mengurangi rasa sakit atau ketegangan, terutama digunakan selama persalinan (melahirkan) untuk membantu ibu mengatasi kontraksi. Ini adalah tekanan kuat dan mantap yang diberikan (biasanya dengan tangan, kepala, atau alat

bantu) pada bagian tubuh seperti punggung bawah atau sakrum bagian yang sering terasa nyeri saat kontraksi (Nanda, 2018:25).

b. Penurunan Nyeri Persalinan Kala 1

Variabel nyeri persalinan diketahui bahwa dari 53 responden mayoritas responden merasakan nyeri persalinan berjumlah 32 orang atau 60,38%, sedangkan minoritas responden berjumlah 21 orang (39,62%). Hal ini dikarenakan hasil tanggapan responden terhadap indikator dari variabel penurunan nyeri persalinan kala I menunjukkan mayoritas dari 53 responden pada variabel penurunan nyeri persalinan kala I memberikan penilaian baik dengan TCR sebesar 81,43 dengan jumlah rata-rata variabel penurunan nyeri persalinan kala I sebesar 4,07 kategori sangat setuju.

Pernyataan yang dipersepsikan mendapat nilai tertinggi adalah saya merasakan berjalan dapat meredakan nyeri persalinan dengan pencapaian rata-rata 4,45 dengan TCR 89,06 kategori setuju indikator aktivitas fisik. Pernyataan yang dipersepsikan mendapat nilai terendah adalah saya merasa nyaman dengan mengkonsumsi makanan sehat, istirahat yang cukup dan olahraga rutin dengan pencapaian rata-rata 3,68 dengan TCR 73,58 kategori setuju indikator rasa nyaman.

Nyeri persalinan adalah sensasi fisik yang tidak menyenangkan yang dirasakan saat kontraksi uterus, dilatasi serviks, dan pengeluaran janin. Nyeri ini merupakan respon fisiologis terhadap proses persalinan. Nyeri persalinan paling utama ditimbulkan oleh stimulus yang dihantarkan melalui saraf leher rahim dan rahim atau uterus bagian bawah. Nyeri ini disebut nyeri visceral yang didapat dari kontraksi uterus dan aneksa. Kekuatan kontraksi dan tekanan berhubungan dengan intensitas nyeri yang dirasakan, serta rasa nyeri akan bertambah dengan adanya kontraksi isometrik pada uterus (Padila, 2018:32).

c. Dampak Counter Pressure Massage Terhadap Nyeri Persalinan

Hasil analisis regresi linear sederhana nilai $\text{sig} < 0,05$ yaitu $0,000 < 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya *counter pressure massage* berpengaruh signifikan terhadap penurunan nyeri bersalin. Hal ini dikarenakan teknik pijatan *counter pressure massage* bekerja memberikan rasa nyaman, mengurangi nyeri, membantu relaksasi pada ibu saat persalinan, memperlancar peredaran darah, memulihkan kemampuan berkontraksi, dan memperbaiki sistem kerja organ tubuh, sehingga persalinan lebih efektif. Perawatan diberikan pada tahap pertama yang berfokus pada titik nyeri ibu misalnya di bagian pinggang bersalin daretan maka akan melakukan penekanan tangan dan memutar searah jarum jam di sekitar pinggang. Adanya rangsangan (seperti sebagai getaran, gosokan atau pijatan) menghasilkan lawan yang lebih kuat, lebih cepat, dan lebih kuat pesan di sepanjang serabut saraf kecil. Pesan ini berlawanan menutup gerbang di substansi gelatinosa dan memblokir nyeri pesan sehingga otak tidak merekam pesan nyeri.

Counter pressure massage dapat diaplikasikan dengan posisi berbaring, atau setengah duduk, tergantung kenyamanan ibu bersalin. Tekanan kuat yang ditimbulkan oleh *counter pressure massage* dapat mengaktifkan endorfin dari proses transmisi nyeri yang terhenti dan mengurangi nyeri, sensasi nyeri di sinapsis sumsum tulang belakang dan sel-sel otak. Pada ibu bersalin yang memiliki berat badan yang rendah lebih merasa mengalami pijatan yang kuat dibanding dengan ibu yang memiliki berat badan yang tinggi (Setiawati, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *counter pressure massage* berpengaruh signifikan terhadap penurunan nyeri persalinan kala I. Hal ini disebabkan karena

semakin baik *counter pressure massage*, maka penurunan nyeri persalinan kala I juga akan semakin teratasi. Hasil penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Arniati Muldaniyah (2022) dengan judul pengaruh pijat *counter pressure* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Puskesmas Jumpandang. Hasil penelitiannya ada pengaruh pijat *counter pressure* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di Puskesmas Jumpandang (Muldaniyah, 2022).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil simpulan bahwa: *Counter pressure massage* berpengaruh signifikan terhadap penurunan nyeri persalinan kala I.

Saran

Adapun saran-saran penulis sehubungan dengan hasil penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya. Diharapkan dapat mengembangkan variabel penelitian mengenai pengaruh *counter pressure massage* terhadap penurunan intensitas nyeri kala I pada ibu bersalin.
2. Bagi bidan. Dapat meningkatkan pelayanan dan peran tenaga kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang *counter pressure massage* dalam mengatasi nyeri persalinan.
3. Bagi Instansi Pendidikan. Dapat menambah pengetahuan bagi mahasiswa kebidanan tentang *counter pressure massage* dalam mengatasi nyeri persalinan.

Daftar Pustaka

- Afika, N. Sukma. (2017). Hubungan Pengetahuan dengan Minat Ibu Hamil Trimester III dalam Melakukan Pregnancy Massage (di Wilayah Kerja Puskesmas Plandaan, Kecamatan Plandaan, Kabupaten Jombang). Skripsi. Jombang.
- Astri, W.Y. (2019). Gambaran Keluhan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Karang Tengah Kabupaten Cianjur. Skripsi. Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.
- Fithriyah, dan Haninggar, RD (2020). Pengaruh *Counter pressure massage* Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III (Di Desa Ceweng, Kecamatan Diwek, Kabupaten Jombang). Jurnal Kebidanan, 10(2), 36–43.
- Fitriana, L. B dan Vidayanti, V. (2019) Pengaruh Massage Effleurage Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ).
- Fraser, D.M. & Cooper, M.A. (2015). Buku Saku Praktik Klinik Kebidanan. Jakarta: EGC.
- Ghozali, Imam, 2016, *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23*, Badan Penerbit Universitas Diponegoro, Semarang.
- Iskandar, 2015, *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*, Persada Press, Jakarta.
- Muldaniyah, M., & Ardi, A, 2022, Pengaruh Pijat Counter Pressure Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar. *Journal of Health and Medical Research*, 2(1), 42–50.

- Priyatno, Duwi, 2012, *Belajar Alat Analisis Data Dan Cara Pengolahannya Dengan SPSS Praktis dan Mudah Dipahami untuk Tingkat Pemula dan Menengah*, Gava Media, Yogyakarta.
- Ridwan, 2017, *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*, Alfabeta, Bandung.
- Saifuddin, Azwar, 2014, *Metode Penelitian*, Pustaka Pelajar Offset, Yogyakarta.
- Setiawati, T. C, 2023, *The Utilization of Serratia marcescens to Increase Phosphate-Availability and Production of Cucumber in*.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, Alfabeta, Bandung.
- Sulisttyawati A. 2014. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Jakarta: salemba medika
- VarneyH.2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*, EdisiIV.Jakarta:EGC.
- Yusuf Muri, 2014, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*, Prenadamedia Group, Jakarta.