

Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Persalinan

R. Siska Ramadhani¹⁾; Nurun Nikmah²⁾

^{1),2)}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudia Husada Madura, Bangkalan 69116, Indonesia

Corresponding Author: Nurun Nikmah

E-mail: nurunnikmah45@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Submit : 18-05-2022

Revisi : 24-05-2022

Diterima : 27-05-2022

Publikasi : 31-05-2022

DOI :

<http://dx.doi.org/10.30587/ijmt.v2i1.3978>

Keywords:

Warm Compress;

Labor Pain;

The First Stage of The Active Phase;

Kata Kunci:

Kompres Hangat;

Nyeri Persalinan;

Kala I Fase Aktif;

ABSTRACT

Pain in labor is a characteristic interaction caused by the shortening of the uterine muscles and these contractions causing pain. Childbirth sometimes makes mothers feel traumatized because of the pain caused during the delivery process. However, it was found that about 80% of mothers felt unbearable pain and 20% felt slight pain. The purpose of this study was to determine the effect of warm compresses on labor pain. The method uses pre-experimental with one group pretest posttest design. The independent variable of this study was warm compresses and the dependent variable was pain reduction. The population is 15 mothers giving birth with a large sample of 14 respondents. The sample in this study were mothers who experienced labor pain in the first stage of the active phase. This study was using accidental sampling technique. This research took place at PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb in May 2021. Statistical test using Paired T-test with 0.05. The results before being given a warm compress, almost half of the respondents felt the level of pain was very disturbing with a score of 8 as many as 6 people (42.86%), after being given a warm compress almost half of the respondents felt the level of pain was a bit disturbing with a score of 4 as many as 6 people (42.86%. Statistical test results obtained p value = 0.000, it means that there is an effect of warm compresses on labor pain.

ABSTRAK

Nyeri pada persalinan adalah interaksi karakteristik yang disebabkan oleh pemendekan otot-otot rahim dan kontraksi ini menyebabkan rasa nyeri. Persalinan terkadang membuat ibu merasa trauma karena nyeri yang ditimbulkan saat proses persalinan. Meskipun demikian, ditemukan bahwa sekitar 80% ibu merasakan nyeri yang tak tertahankan dan 20% merasa sedikit sakit. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan. Metode menggunakan pre-eksperimental dengan *one group pretest posttest design*. Variabel independen penelitian ini adalah kompres hangat dan variabel dependetnya adalah penurunan nyeri. Populasi sebanyak 15 orang ibu bersalin dengan besar sampel 14 responden. Sampel pada penelitian ini adalah ibu bersalin yang merasakan nyeri persalinan kala I fase aktif. Penelitian ini menggunakan tehnik *accidental sampling*. Penelitian ini bertempat di PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb pada bulan Mei 2021. Uji statistik menggunakan Paired T-test dengan α 0,05. Hasil penelitian sebelum diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri sangat mengganggu dengan skor 8 sebanyak 6 orang (42,86%), setelah diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri agak mengganggu dengan skor 4 sebanyak 6 orang (42,86%). Hasil uji statistik diperoleh p value=0,000, maka hal ini berarti ada pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan.

PENDAHULUAN

Nyeri adalah kondisi yang tidak diinginkan karena diakibatkan rangsangan fisik atau dari filamen yang dalam, untaian saraf di tubuh ke otak besar dan diikuti oleh respons fisik, fisiologis, dan emosional (Dyah Permatasari, 2018). Pada dasarnya nyeri persalinan adalah interaksi karakteristik yang disebabkan oleh pemendekan otot rahim dan kontraksi ini menyebabkan nyeri. Persalinan adalah suatu proses atau peristiwa pengeluaran janin pada kehamilan aterm atau cukup bulan yaitu (37-42 minggu) lahir secara spontan dengan presentasi belakang kepala dan berlangsung selama 18 jam tanpa menimbulkan dan tanpa adanya penyulit baik pada ibu dan bayi (Saifuddin, 2013).

Menurut National Pharmaceutical Council (NPC), sekitar 9 dari 10 orang Amerika mengalami nyeri secara konsisten dan merupakan motivasi yang signifikan untuk datang ke rumah sakit. Sampai sekarang, penyebaran penderitaan yang terus-menerus di Eropa meningkat dari 10-30% dari populasi orang dewasa. Informasi penelitian yang dilakukan di Inggris menunjukkan bahwa 93,5% ibu dalam proses persalinan mengalami nyeri yang tak tertahankan. Tingkat nyeri berbeda untuk setiap tahap, yang menunjukkan kemajuan persalinan. Di Indonesia terdapat 6,8% kejadian seksio sesarea (SC) karena takut akan nyeri yang dirasakan. Berdasarkan hasil survei di PMB Eko Wahyuningsih jumlah ibu bersalin sebanyak 15 orang, menyatakan bahwa 80 % ibu bersalin merasakan nyeri yang tak tertahankan dan 20% merasakan sedikit sakit.

Faktor yang mempengaruhi tingkatan nyeri, seperti kekuatan serta lamanya kontraksi uterus, besar dari lebar pembukaan serviks, peregangan jalan lahir, usia, kesetaraan serta jumlah anak pada setiap kehamilan, ukuran rahim, embrio dan kondisi mental ibu. Pemeriksaan yang dilakukan oleh Ye, Jiang, dan Ruan (2011) menunjukkan bahwa dimana ibu yang melahirkan anak pertama akan

merasakan nyeri yang lebih kuat atau lebih ekstrim dibandingkan dengan ibu yang sudah melahirkan anak kedua dan berikutnya, secara umum intensitas kontraksi pada ibu melahirkan yang pertama kali cenderung lebih tinggi di awal persalinan.

Ada beberapa efek yang ditimbulkan oleh nyeri persalinan termasuk psikologis seperti penderitaan, kegelisahan, dan ketakutan, efek kardiovaskular seperti peningkatan hasil jantung, ketegangan peredaran darah, dan detak jantung. Lalu bagaimana cara mengatasi nyeri persalinan dengan memanfaatkan farmakologi dan non farmakologi. Strategi nonfarmakologi yang bisa digunakan untuk dapat mengatasi nyeri persalinan yaitu metode dengan memberikan kompres hangat.

Prosedur dalam pemberian kompres hangat selama bekerja dapat mengimbangi bagian-bagian kerangka pembuluh darah dalam kondisi pembesaran pembuluh darah dalam tubuh sehingga terjadi homeostatis dan dapat mengurangi keawatiran dan ketakutan secara tidak langsung dapat menyesuaikan dengan nyeri tersebut. Persalinan memiliki dua jenis nyeri persalinan yang unik. Prinsipnya berasal dari otot-otot rahim saat berkontraksi. Dalam ulasan ini, untuk menahan nyeri yang ditimbulkan oleh nyeri persalinan dengan menggunakan teknik non farmakologis, khususnya pemberian kompres hangat.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat pada saat inpartu terhadap tingkat nyeri persalinan.

METODE

Jenis yang dipergunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan *pre-eksperimental* dengan *One Group Pretest Posttest Design*. Jumlah populasi sebanyak 14 responden ibu bersalin di PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb yang diambil dengan metode *accidental*

sampling dimana setiap ibu bersalin yang datang ke PMB Eko Wahyuningsih sepanjang bulan Mei 2021 dijadikan sebagai subjek penelitian.

Teknik penelitian dalam pengumpulan data yaitu dengan menggunakan alat lembar observasi. Hasil olah data dianalisis dengan menggunakan uji statistik *paired T-Test* dengan signifikansi 0,05.

HASIL PENELITIAN

Data Umum

Berikut ini adalah data umum responden penelitian yang meliputi usia ibu bersalin, status pekerjaan ibu bersalin, pendidikan ibu bersalin, dan jumlah anak dari ibu bersalin tersebut.

Tabel 1. Usia Ibu Bersalin

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
20-25 th	6	42,86
26-30 th	5	35,71
31-35 th	2	14,29
36-40 th	1	7,14
Jumlah	14	100

Sumber : Data Primer, 2021

Didapatkan bahwa hampir setengah responden berusia 20 - 25 tahun sebanyak 6 orang (42,86%).

Tabel 2. Status Pekerjaan Ibu Bersalin

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
IRT	9	64,28
PNS	1	7,14
Karyawan	2	14,29
Dll	2	14,29
Jumlah	14	100

Sumber : Data Primer, 2021

Didapatkan bahwa sebagian besar dari responden berstatus pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga) berjumlah 9 orang (64,28%).

Tabel 3. Pendidikan Ibu Bersalin

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	3	21,43
SMP	2	14,29
SMA	1	7,14
Perguruan Tinggi	3	21,43
Tidak Sekolah	5	35,71
Jumlah	14	100

Sumber : Data Primer, 2021

Didapatkan bahwa hampir setengah bagian responden berpendidikan Tidak Bersekolah sebanyak 5 orang (35,71%).

Tabel 4. Jumlah Anak Ibu Bersalin

Jumlah Anak	Frekuensi	Persentase (%)
Anak pertama	7	50,0
Anak kedua	5	35,71
Anak ketiga	2	14,29
Jumlah	14	100

Sumber : Data Primer, 2021

Didapatkan bahwa setengah responden memiliki jumlah anak ke - 1 sebanyak 7 orang (50,0%).

Data Khusus

Tabel 5. Nyeri Persalinan Sebelum diberikan Kompres Hangat

	Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Sebelum Pemberian Kompres Hangat	0 (tidak sakit)	0	0
	2 (sedikit sakit)	0	0
	4 (agak mengganggu)	3	21,43
	6 (menggangu aktifitas)	4	28,57
	8 (sangat mengganggu)	6	42,86
	10 (tak tertahankan)	1	7,14
	Jumlah	14	100

Sumber : Data Primer, 2021

Disimpulkan bahwa hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri sangat mengganggu dengan skor 8 sebanyak 6 orang (42,86%).

Tabel 6. Nyeri Persalinan Setelah diberi Kompres Hangat

	Skata Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Setelah Pemberian Kompres Hangat	0 (tidak sakit)	0	0
	2 (sedikit sakit)	4	28,57
	4 (agak mengganggu)	6	42,86
	6 (menggangu aktifitas)	3	21,43
	8 (sangat mengganggu)	1	7,14
	10 (tak tertahankan)	0	0
	Jumlah	14	100

Sumber : Data Primer, 2021

Disimpulkan bahwa hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri agak mengganggu dengan skor 4 sebanyak 6 orang (42,86%).

Hasil Uji Statistik

Tabel 8. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri Persalinan

Pretest	Post test	Keterangan
4	2	menurun
8	4	menurun
6	2	menurun
8	6	menurun
4	2	menurun
10	8	menurun
8	6	menurun
8	4	menurun
6	4	menurun
6	4	menurun
8	4	menurun
4	2	menurun
8	6	menurun
6	4	menurun
tetap	0%	
naik	0%	
menurun	100%	
mean Pretest	6,71	
mean Posttest	4,14	
p-value = 0,000 < α = 0,05		

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan dari hasil kegiatan penelitian di tabel 8 diatas dapat disimpulkan bahwa seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri. Hasil pada uji Sample Paired T-test didapatkan nilai ($p=0,000 < \alpha=0,05$) dengan demikian H_0 ditolak yang diartikan bahwa terdapat adanya beda yang signifikan antara tingkatan nyeri persalinan sebelum dan nyeri persalinan setelah diberi perlakuan pemberian kompres air hangat.

PEMBAHASAN

Gambaran Nyeri Sebelum diberikan Kompres Hangat

Berdasarkan hasil dari penelitian didapatkan nyeri pada persalinan sebelum diberi kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri sangat mengganggu dengan skor 8 sebanyak 6 orang (42,86%). Mayoritas nyeri yang dirasakan ibu tergolong kategori berat yang artinya ketika ibu merasakan rasa nyeri ibu masih mampu

merespon apa yang peneliti lakukan dan dapat menunjukkan dimana letak nyeri yang dirasakan namun ibu tidak mampu menjelaskan secara detail.

Berdasarkan penelitian (Mardana dan Aryasa, 2017), mengatakan bahwa nyeri berat dengan skor 7-9 adalah nyeri yang terus berlangsung tanpa henti, pasien tidak dapat mengkomunikasikan nyerinya secara mendalam.

Menurut teori (Bandiyah, 2012), nyeri dalam proses persalinan mengakibatkan pembesaran rahim, hipoksia otot rahim selama kontraksi, iskemia pada korpus uteri serta perluasan bagian bawah rahim serta tekanan saraf di serviks.

Dari hasil rekapitulasi didapatkan setengah responden memiliki jumlah anak ke- 1 sebanyak 7 orang (50,0%). Hal ini mempengaruhi bagaimana ibu mampu mengontrol nyeri yang dirasakan pada saat kontraksi datang, banyak sekali ibu bersalin yang baru pertama kali merasakan nyeri persalinan tidak mampu mengontrol rasa nyerinya yang berakibat proses persalinan berlangsung lama serta tingkatan nyeri yang dirasakan akan semakin kuat.

Pemeriksaan yang dilakukan oleh Ye, Jiang, dan Ruan (2011) didapatkan bahwa pada ibu yang melahirkan anak pertama akan mengalami rasa nyeri yang lebih kuat atau lebih ekstrim dibandingkan pada ibu bersalin anak ke-dua dan persalinan/ kelahiran berikutnya, secara umum intensitas kontraksi pada ibu melahirkan yang pertama kali cenderung lebih tinggi diawal persalinan.

Gambaran Nyeri Setelah diberikan Kompres Hangat

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan gambaran nyeri persalinan setelah diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri agak mengganggu dengan skor 4 sebanyak 6 orang (42,86%). Mayoritas nyeri yang dirasakan oleh ibu setelah diberikannya suatu perlakuan pemberian dari kompres hangat tergolong pada skala nyeri sedang yang artinya ibu masih bisa

mengikuti perintah yang diberikan serta ibu mampu menunjukkan lokasi nyerinya dan ibu mampu menjelaskan bagaimana nyeri yang dirasakannya saat ini.

Hal ini sejalan dengan teori (Mardana & Aryasa, 2017), yang menyatakan nyeri sedang dengan skor 4-6 yaitu nyeri menerus, aktifitas terganggu yang hanya hilang ketika si penderita tertidur.

Menurut teori (Indrawan, dkk. 2013) mengatakan bahwa metode pemberian kompres hangat selama pada proses persalinan dapat mengimbangi bagian-bagian kerangka pembuluh darah dalam kondisi vasodilatasi sehingga aliran darah yang menuju otot panggul menjadi homeostatik dan dapat mengurangi ketidaknyamanan serta kecemasan dan menyesuaikan diri dengan nyeri selama pada proses persalinan, pemberian perlakuan kompres hangat ini telah dapat dipercaya untuk membangun kemampuan ibu dalam upaya mentoleransi rasa nyeri saat persalinan karena dampak kehangatan.

Dari segi usia ibu bersalin di dapatkan hampir setengah responden berusia 20 - 25 tahun sebanyak 6 orang (42,86%). Hal itu dapat mempengaruhi tingkatan nyeri yang dirasakan ibu saat bersalin karena semakin tua maka tingkatan rasa nyeri yang semakin kuat. Oleh karenanya, usia adalah salah satu dari banyak faktor yang mampu mempengaruhi rasa nyeri pada saat persalinan.

Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Berdasarkan penelitian menggunakan uji *Sample Paired T-test* didapatkan nilai p value sebesar $= 0.000 < \text{nilai } \alpha = 0.05 (p < \alpha)$ dengan demikian H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Dari hasil penelitian didapatkan bahwasanya dari 14 responden seluruhnya mengalami penurunan nyeri. Menurut pendapat peneliti rasa hangat yang dihasilkan dapat membuat rasa nyaman ketika diletakkan pada bagian yang nyeri hal ini dikarenakan pembuluh

darah ke otot menjadi lancar dan kompres hangat tersebut dapat meminimalisir rasa nyeri saat persalinan.

Menurut teori Manurung, 2011 bahwa pemberian kompres hangat diidentikkan dengan mekanisme hangat yang dapat merangsang datangnya endorfin, menimbulkan reaksi perasaan senang dan mengurangi rasa sakit. Pada ibu bersalin, kompres hangat berfungsi untuk mengimbangi bagian-bagian pembuluh darah dalam kondisi pembesaran pembuluh darah dalam tubuh, sehingga aliran darah ke otot panggul bersifat homeostatik, sehingga rasa nyeri akan berkurang dan ibu akan merasa nyaman.

Menurut hasil penelitian Ria Andrianie, 2016 menunjukkan hasil $p\text{-value}=0,002 < \alpha=0,05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat suatu pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri pada persalinan. Obat pereda nyeri atau infus biasanya digunakan untuk mengurangi rasa nyeri ketika proses persalinan, namun obat-obatan ini umumnya memiliki efek insidental bagi ibu dan bayi sehingga tidak disarankan. Sedangkan non farmakologi salah satunya adalah kompres hangat tidak memiliki efek samping bagi keduanya.

Metode kompres hangat selama persalinan dapat mengimbangi bagian-bagian kerangka vaskular dalam kondisi pelebaran pembuluh darah sehingga penyebaran peredaran darah dari otot panggul menjadi homeostatik dan mampu mengurangi ketegangan dan kekakuan serta menyesuaikan diri dengan nyeri yang ditimbulkan saat persalinan akibat pengaruh kehangatan. (Indrawan, et al. 2013).

SIMPULAN

Dari hasil penelitian terdapat penurunan nyeri saat persalinan baik pretest maupun posttest. Didapatkan sebelum pemberian kompres hangat 42,86% mengalami nyeri yang sangat mengganggu sedangkan setelah pemberian 42,86% merasakn nyeri agak mengganggu, *uji paired t test* dengan hasil p -

value=0,000 < dari nilai alpha=0,05 itu berarti terdapat pengaruh penurunan nyeri ketika diberikan kompres hangat di PMB Eko Wahyuningsih.

Tenaga kesehatan khususnya bidan, diharapkan lebih mengoptimalkan penggunaan kompres hangat ini untuk meminimalisir nyeri saat persalinan pada ibu bersalin yang nantinya diharapkan dalam proses persalinan didapatkan persalinan yang nyaman dan minim trauma dan tidak memerlukan obat analgesic dalam menurunkan nyeri persalinan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada STIKes Ngudia Husada Madura yang telah mendukung penuh dalam kegiatan penelitian dosen. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bidan Eko Wahyuningsih, Amd.Keb dan seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dian Puspita Yani¹, U. K (2016) Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat terhadap Rasa Nyaman dalam Proses.
- Jones, L., Othman, M., Dowswell, T., Alfirevic, Z., Gates, S., Newburn, M., ...Neilson, J. P (2012). Pain management for women in labour: An overview of systematic reviews. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (3), CD009234.
- Manurung, s.et al (2011) Pengaruh Teknik Pemberian Kompres Hangat Terhadap Perubahan Skala Nyeri Persalinan pada klien Primigravida. *Jurnal Healthy Quality*. 4(1):1-8.
- Notoatmodjo, S (2010) Metodologi Penelitian Kesehatan. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo (2014) Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam (2014) Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT. Renika Cipta
- Ria Andriani, dkk (2016) Pengaruh Kompres Panas Terhadap Penurunan Nyeri Kala Aktif Persalinan Fisiologis Ibu Primipara. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/file/dokumen/pdf>. Diakses pada tanggal 20 februari 2017.
- Ririn Harini (2018) Counturepressure dan Efek Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida. *Jurnal Ners dan Kebidanan*.
- Saifuddin (2013) Metode Penelitian. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Smehzer, Bare (2012) Buku saku Persalinan. Jakarta : EGC
- Stang Abdul Rahman, A. H (2017) Penurunan Nyeri Persalinan dengan Kompres Hangat. *Jurnal MKMI*, 147-151.
- Yuliatun, Laily. (2016) Penanganan Nyeri Persalinan dengan Metode Non Farmakologi. Malang: Bayumedia Publishing