



Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di BPM Marsatia Kota Palu

The Effect of Warm Compresses on the Intensity of Labor Pain in the First Stage of the Active Phase at BPM Marsatia, Palu City

Juwita^{1*}

¹Institut Teknologi Kesehatan dan bisnis Graha Ananda
 (*)Email Korespondensi: itajuwi159753@gmail.com

Abstrak

Sekitar 90% ibu bersalin selalu disertai rasa nyeri sedangkan rasa nyeri pada persalinan merupakan hal yang lazim terjadi. Peristiwa fisiologis pada saat persalinan terkadang dapat menimbulkan trauma pada ibu karena nyeri yang dialaminya. Beberapa ibu bahkan ada yang trauma untuk hamil dan melahirkan lagi karena takut akan mengalami nyeri yang sama. Upaya untuk menawarkan peredaan rasa nyeri dan kenyamanan bagi wanita bersalin salah satunya yaitu kompres hangat. Untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Penelitian ini menggunakan rancangan *Pre Eksperiment* dengan desain *One Group Pretest Posttest*. Pengambilan sampel ini dengan teknik *purposive sampel*. Jumlah sampel 30ibu bersalin. Data penelitian ini diambil dengan menggunakan lembar observasi, data dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* nilai $p > 0,05$. Berdasarkan hasil analisis univariat sebelum dilakukan kompres air hangat sebagian besar nyeri berat (skala 7-9) berjumlah 23 responden (76,7%), setelah diberikan kompres hangat sebagian besar nyeri sedang (4-6) berjumlah 22 responden (73,7%). Dari uji yang dilakukan, diperoleh nilai signifikan $p = 0,000$, sehingga nilai $p > 0,05$, yang artinya terdapat pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Diharapkan kepada tenaga kesehatan untuk mengaplikasikan kompres hangat ini sebagai metode untuk mengurangi nyeri pada ibu bersalin karena kompres hangat dapat memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi nyeri, mencegah terjadinya spasme otot, vasodilatasi dan peningkatan aliran darah ke area nyeri serta dan memberikan rasa hangat

Kata kunci : Kompres hangat, nyeri persalinan

Abstract

Around 90% of mothers give birth always accompanied by pain, while pain during labor is a common occurrence. Physiological events during childbirth can sometimes cause trauma to the mother because of the pain she experiences. Some mothers are even traumatized by getting pregnant and giving birth again because they are afraid they will experience the same pain. One of the efforts to provide pain relief and comfort for women in labor is warm compresses. To determine the effect of warm compresses on the intensity of labor pain during the first active phase. This research uses a *Pre-Experimental* design with a *One Group Pretest Posttest* design. This sample was taken using a *purposive sampling* technique. The total sample was 30 mothers giving birth. This research data was taken using an observation sheet, the data was analyzed using the *Wilcoxon* test with a value of $p > 0.05$. Based on the results of univariate analysis, before the warm compress was applied, the majority of the pain was severe (scale 7-9) amounting to 23 respondents (76.7%), after being given the warm compress the majority of the pain was moderate (4-6) amounting to 22 respondents (73.7%). From the tests carried out, a significant value of $p = 0.000$ was obtained, so that the value of $p > 0.05$, which means that there is an influence of warm compresses on the intensity of labor pain during the 1st active phase. It is hoped that health workers will apply this warm compress as a method to reduce pain in mothers giving birth because warm compresses can fulfill the need for comfort, reduce pain, prevent muscle spasms, vasodilation and increase blood flow to the painful area and provide a feeling of warmth.

Keywords: Warm compress, labor pain

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui vagina ke dunia luar (Kuswanti, 2020:1). Persalinan normal ditandai dengan adanya kontraksi uterus yang menyebabkan penipisan, dilatasi serviks, dan mendorong janin keluar melalui jalan lahir sehingga menimbulkan sensasi nyeri yang dirasakan ibu. Nyeri menyebabkan penderitaan dan stres yang jika tidak mereda dapat mengakibatkan respons terhadap nyeri berikutnya (Andreine, 2019:312). Sebab mulainya persalinan yaitu karena pada akhir kehamilan kadar progesteron menurun menjadikan otot rahim sensitif dan hormon oksitosin bertambah, otot-otot rahim meregang sehingga menimbulkan his (Nurasiah, Ai dkk, 2020:4)

Faktor-faktor yang mempengaruhi persalinan yaitu *passage* (jalan lahir) terdiri atas bagian keras tulang-tulang panggul (rangka panggul) dan bagian lunak (otot-otot jaringan-jaringan, dan ligamen-ligamen), *power* (kekuatan ibu mendorong janin saat persalinan) yaitu his, kontraksi otot-otot perut, kontraksi diafragma dan aksi dari ligamen, *passanger* (janin) yaitu bagian yang paling besar dan keras dari janin adalah kepala janin, dan psikis (psikologi), yaitu kondisi psikologis ibu bersalin (Kuswanti, 2020:11-24). Peristiwa fisiologis pada saat persalinan terkadang dapat menimbulkan trauma pada ibu karena nyeri yang dialaminya. Beberapa ibu bahkan ada yang trauma untuk hamil dan melahirkan lagi karena takut akan mengalami nyeri yang sama. Bagi ibu yang pernah melahirkan, nyeri persalinan merupakan nyeri yang paling menyakitkan apalagi bagi ibu-ibu yang baru pertama kali merasakannya (Antriana, Inna, 2018:2).

Upaya untuk menawarkan peredaan rasa nyeri dan kenyamanan bagi wanita bersalin salah satunya yaitu kompres hangat. Kompres panas dapat meningkatkan suhu lokal pada kulit sehingga meningkatkan sirkulasi pada jaringan untuk proses metabolisme tubuh. Hal tersebut dapat mengurangi spasme otot dan mengurangi nyeri (Nurasiah, 2020:57). Selain itu penggunaan kompres hangat untuk area yang tegang dan nyeri dianggap meredakan nyeri dengan mengurangi spasme otot yang disebabkan oleh iskemia yang merangsang neuron yang memblokir transmisi lanjut rangsang nyeri dan menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah ke area tersebut (Walsh, 2021:266).

Berdasarkan hasil studi awal di BPM Marsatia Kota Palu bahwa belum pernah dilakukan teknik kompres hangat dalam mengurangi nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Kala I Fase Aktif Di BPM Kota Palu”.

Tujuan : Diketuainya pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di BPM Marsatia Kota Palu.

METODE

Penelitian ini penelitian eksperimen yaitu suatu penelitian dengan melakukan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang timbul (Notoatmojo, 2019, p. 50). Desain penelitian ini yaitu *Pre Eksperimen*, dengan rancangan *One Group Pretest Posttest*, yaitu melakukan *pretest* (01), kemudian dilakukan intervensi (X), setelah itu dilakukan *posttest* (02) pada kelompok tersebut. Penelitian dilaksanakan pada bulan November 2023 - Februari 2024 di laksanakan di BPM.Marsatia Kota Palu.

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmojo, 2019, p. 116) Populasi pada

penelitian ini adalah semua ibu bersalin Kala 1 Fase Aktif primigravida dengan usia kehamilan 37 – 42 minggu di BPM Marsatia Kota Palu berjumlah 30 responden

Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. (Notoatmojo, 2019, p. 116). Ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500 (Sugiyono, 2016). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah non random (*non Probability*) sampling dengan metode *purposive sampling*, dimana pengambilan sampel secara *purposive* didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmojo, 2019, p. 124- 125).

Menurut Korompis, (2018) Data primer merupakan data yang secara langsung diambil dari objek atau objek penelitian oleh peneliti perorangan maupun organisasi. Dalam penelitian ini data - data yang langsung didapat dari pengamatan lembar observasi pengukuran *NRS (Numerating Rating Scale)* di BPM Marsatia Kota Palu. Analisis data pada penelitian tahapan, yaitu Editing, Coding, Memasukkan Data (*Data Entry*) atau *Processing, Cleaning, dengan analisis data* Analisis Univariat dan bivariat

HASIL

Analisis Univariat Analisis data ini dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase dari variabel-variabel penelitian. Variabel yang dianalisis adalah skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Dalam penelitian ini menggunakan skala nyeri *NRS (Numeric Rating Scale)* berjumlah 5 kategori, yaitu tidak nyeri (0), nyeri ringan (1-3), nyeri sedang (4-6), nyeri berat (7-9), nyeri hebat (10). Data disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

a. Intensitas nyeri sebelum diberikan kompres hangat

Tingkat nyeri responden sebelum diberikan kompres hangat dapat dilihat tabel 4.1.

Tabel 4.1.

Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Responden Sebelum diberikan Kompres Hangat di BPM Marsatia Kota Palu Tahun 2024

No	Intensitas Nyeri Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Sedang	7	23,3
2	Berat	23	76,7
Jumlah		30	100

Sumber: hasil penelitian

Berdasarkan tabel 4.1. diatas, dapat diletahui intensitas nyeri responden sebelum diberikan kompres hangat sebagian besar mengalami nyeri berat (7-9) berjumlah 23 responden (76,7%).

b. Intensitas nyeri sesudah pemberian kompres hangat

Tabel 4.2.

Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Responden Sesudah diberikan Kompres Hangat di BPM Marsatia Kota Palu Tahun 2024

No	Intensitas Nyeri Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Nyeri ringan	5	16,7
2	Nyeri sedang	22	73,7
3	Nyeri sangat berat	3	10,0
Jumlah		30	100

Sumber: hasil penelitian

Berdasarkan tabel 4.2, hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri responden setelah diberikan kompres hangat, sebagian besar mengalami nyeri sedang (4-6) berjumlah 22 responden (73,7%).

Pengujian selanjutnya adalah analisis bivariat, tujuannya untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri responden sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat dengan menggunakan komputer dengan uji statistik *Wilcoxon*. Adapun hasil analisis bivariat dapat dilihat tabel dibawah ini:

Tabel 4.3.

Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Responden di BPM Kota Palu Tahun 2024

		Sesudah						Total	
		Nyeri Ringan		Nyeri Sedang		Nyeri Berat		n	%
		N	%	N	%	n	%		
Sebelum	Nyeri sedang	5	71,4	2	28,6	0	0	7	100
	Nyeri berat	0	0	20	87	3	13	23	100
Total		5	16,7	22	73,3	3	10	30	100

Tabel 4.4
Hasil Uji Statistik wilcoxon

	Sesudah – Sebelum
Z	-5,000 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

Sumber: hasil penelitian (uji *wilcoxon*)

Tabel 4.3 menggunakan uji statistik *Wilcoxon* untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Dapat diketahui terdapat terdapat 7 responden mengalami nyeri sedang (4-6), setelah di kompres hangat 5 responden menjadi nyeri ringan (1-3), dan 2 responden tetap mengalami nyeri sedang (4-6). Selain itu, terdapat 23 responden mengalami nyeri berat (7-9) sebelum diberikan kompres hangat, setelah diberikan kompres hangat 20 responden menjadi nyeri sedang (4-6), dan 3 responden tetap nyeri berat (7-9). Hasil uji statistik diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$), artinya ada pengaruh yang signifikan kompres hangat terhadap intensitas nyeri sebelum dan sesudah kompres hangat di BPM Marsatia.

PEMBAHASAN

Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke arah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks). Dengan adanya pembukaan serviks ini maka akan terjadi persalinan (Aprillia, 2020). Pengendalian rasa nyeri persalinan penting dilakukan untuk memberi ibu rasa nyaman ketika akan melakukan persalinan, karena hal tersebut merupakan salah satu asuhan sayang ibu yang merupakan peran dan fungsi bidan (Andreinie, 2019).

Menurut Febriyatie dalam Elin Supliyani, (2017) nyeri saat persalian dipengaruhi oleh faktor fisiologis (kontraksi uterus, dilatasi serviks, tekanan kepala janin pada pelvik, peregangan jalan lahir) dan faktor psikososial (kecemasan, ketakutan, tingkat pendidikan, kemampuan untuk koping ibu, lingkungan fisik, kebudayaan dan etnis serta emosional). Berbagai faktor psikososial menunjukkan pengaruhnya pada persepsi nyeri ibu dan kemampuan untuk mengatasinya. Nyeri bersifat sangat subjektif, hal ini dikarenakan manusia adalah pribadi yang unik, setiap orang mengamati, mengalami, dan menanggapi rasa nyeri dengan caranya sendiri. Ketika ibu mengalami stres, takut atau terkejut, sistem simpatis dan parasimpatis terpicu. Kecemasan yang berlebih juga meningkatkan kadar katekolamin dalam darah yang berakibat meningkatkan aliran darah menuju pelvik dan peningkatan ketegangan pada otot. Tubuh meresponnya dengan penyempitan dan menghambat aliran darah serta oksigen sehingga berdampak pada kerja otot rahim. Otot-otot bawah rahim yang seharusnya bekerja melemas dan membuka malah kaku sehingga bayi tidak dapat turun ke jalan lahir, hal ini menimbulkan nyeri hebat yang dirasakan ibu.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni tahun 2017 yang berjudul Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Bersalin di RB. Ananda Desa Jabon Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden mengalami nyeri sedang (4-6) sebelum dilakukan kompres air hangat yaitu sebanyak 22 responden (73,4%) dan sebagian besar

responden nyeri ringan (1-3) sesudah dilakukan kompres air hangat yaitu sebanyak 20 responden (66,6%). Berdasarkan hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai signifikansi $p = 0,002 < \alpha = 0,05$, artinya ada pengaruh penggunaan kompres hangat terhadap pengurangan nyeri

Saat ini banyak sekali cara yang digunakan dalam menghilangkan nyeri persalinan. Cara untuk menghilangkan nyeri persalinan yang paling efektif dan efisien adalah tindakan non farmakologi. Menurut Simkin dalam Wahyuni (2017) kompres hangat suatu teknik non-farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri luka, bekas, operasi dan nyeri persalinan, kompres hangat ini juga mengurangi respon melawan atau menghindar seperti gemetar. Suatu studi kecil tentang kompres hangat yang diletakkan didaerah pinggang atau fundus dengan suhu 45-50,5°C pada ibu inpartu menemukan bahwa tindakan ini akan memperlancar sirkulasi darah ibu dan dapat memberi kenyamanan pada ibu. Kompres hangat yang digunakan tidak memiliki efek samping yang membahayakan. Penelitian ini dilakukan dengan melakukan intervensi terhadap ibu bersalin kala I fase aktif dengan melakukan pemberian kompres hangat selama 20 menit di bagian punggung bawah ibu bersalin kala I fase aktif di area tempat kepala janin menekan tulang belakang kepala, rasa hangat akan mengurangi rasa nyeri, hangat akan meningkatkan sirkulasi ke area tersebut sehingga memperbaiki anoksia jaringan yang disebabkan oleh tekanan.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Fitrianiingsih, dan Wandani tahun 2020 yang berjudul Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Rasa Nyeri Persalinan Kala I Fase Persalinan Fase Aktif di BPM Marsatia Kota Palu diperoleh hasil nilai koefisien Z sebesar -4.916 dan Asym.Sig (nilai p) sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai Asym.Sig (nilai $p < 0,05$). Artinya, setelah pemberian kompres hangat terdapat pengaruh terhadap rasa nyeri persalinan kala I fase aktif.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori Simkin dalam Rosalinda, (2021) yang menyebutkan bahwa kompres hangat merupakan salah satu metode yang paling efektif dalam pengendalian nyeri bagi ibu yang memiliki kulit sensitif yang tidak dapat ditoleransi dibandingkan dengan penggunaan teknik masase. Jika teknik masase dilakukan terhadap ibu yang memiliki kulit sensitif dapat mengakibatkan rasa tidak nyaman dan dapat meningkatkan ketegangan yang timbul akibat adanya respon melawan atau perasaan menghindar sehingga nyeri yang ibu rasakan tidak akan berkurang melainkan menimbulkan rasa tidak nyaman.

Dengan demikian dapat dikatakan ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di di BPM Marsatia, karena sebagian besar ibu bersalin kala I fase aktif mengalami penurunan skala nyeri setelah diberikan kompres hangat. Tindakan ini sangat bermanfaat dalam menurunkan nyeri persalinan karena kompres hangat dapat meningkatkan suhu kulit lokal, melancarkan sirkulasi darah mengurangi spasme otot, menghilangkan sensasi nyeri memberikan ketenangan dan kenyamanan pada ibu inpartu sehingga nyeri dapat berkurang.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh pemberian kompres hangat terhadap intensitas skala nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di BPM Marsatia Tahun 2024 selama bulan November 2023-Februari 2024, penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Proporsi nyeri ibu bersalin sebelum diberikan kompres hangat pada ibu bersalin kala I fase aktif didapatkan hasil 7 responden (23,3%) mengalami nyeri sedang (4-6), sedangkan 23 responden (76,7%) mengalami nyeri berat (7-9)

sebelum diberikan kompres hangat.

2. Proporsi nyeri ibu bersalin sesudah diberikan kompres hangat pada ibu bersalin kala I fase aktif didapatkan hasil 5 responden (16,7%) mengalami nyeri ringan (1-3), 22 responden (73,7%) mengalami nyeri sedang (4-6), dan 3 responden (10,0%) tetap mengalami nyeri berat (7-9) sesudah diberikan kompres hangat.
3. Berdasarkan uji Wilcoxon diperoleh nilai sig. p value 0,000, artinya, sig. p value $\leq 0,05$ maka ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di BPM Marsatia Kota Palu Tahun 2024.

SARAN

Diharapkan agar dapat dilakukan penelitian lebih lanjut tentang kompres hangat untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif dengan jumlah sampel yang lebih banyak lagi dan menggunakan metode yang lain untuk ditambahkan sebagai variabel independen serta mengkaji lebih dalam hal-hal yang belum di bahas dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Aprillia, Yessie. 2020. *Konsep Nyeri Persalinan..* **Error! Hyperlink reference not valid.** Diakses tanggal 07 Januari 2020.
2. Andreinie, Ria. 2019. *Analisis Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan.* Bandung: STIKes 'Aisyiyah Bandung.
3. Antriana, Inna. 2018. *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan pada Kala I Fase Aktif fi BPS Bidan Kokom Komariah Cijati Majalengka Tahun 2016.* Majalengka: STIKes YPIB Majalengka.
4. Korompis, Grace. 2015. *Biostatistika untuk Keperawatan.* Jakarta: EGC.
5. Kuswanti, Ina dan Fitria Melina. 2020. *Askeb II Persalinan.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
6. Nurasih, Ai. Dkk.2020. *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan.* Bandung: PT. Refika Aditama.
7. Notoatmojo, Soekidjo. 2019. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.
8. Sugiyono, 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta.
9. Rosalinda, Dessy, dkk. 2021. *Perbedaan Teknik Kompres Hangat dan Teknik Masase untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I di BPS Nining Haryuni dan BPS Nurhasanah di Bandar Lampung Tahun 2011.* Lampung: Prodi Kebidanan Metro Poltekkes
10. Walsh, Linda V. 2021. *Buku Ajar Kebidanan Komunitas.* Jakarta: Buku Kedokteran.
11. Wahyuni, Intan Dewi. 2017. *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Bersalin Di Rb. Ananda Desa Jabon Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto.* Mojokerto.