



Tersedia online di <https://akbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id/JKDH/index>

## Kombinasi Pemberian Kompres dan Relaksasi Genggam Jari Pada Nyeri Persalinan

### *Combination Of Provision Of Compresses And Relaxation Of Fingers In Labor Pain*

Tuning Sugianti<sup>1</sup>, Joeliatin<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Akademi Kebidanan Wiyata Mitra Husada Nganjuk

E-mail:<sup>1</sup>[tuningsugi21@gmail.com](mailto:tuningsugi21@gmail.com),<sup>2</sup>[julisuyitno77@gmail.com](mailto:julisuyitno77@gmail.com)

#### INFO ARTIKEL

*Sejarah artikel:*

Menerima 8 November 2019

Revisi 14 November 2019

Diterima 24 Februari 2020

Online 10 April 2020

**KataKunci :**

Nyeri persalinan,  
Kompres,  
Relaksasi genggam jari.

#### ABSTRAK

**Abstrak:**Nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang luar biasa danintensitas nyeri yang dirasakan sangat berbeda – beda.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode penelitian *quasy-experimental* (experimen semu) rancangan *Non-Equivalen Group Desain*. Desain ini hampir mirip dengan pretest-posttest control group desain. Populasi adalah seluruh ibu bersalin. Cara pengambilan sampel dengan *consecutif sampling* sejumlah 30 responden yang terdiri dari kelompok kontrol, kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II. Analisis data dengan menggunakan uji wilcoxon signed rank test.

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan intensitas skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Intensitas skala nyeri pada kelompok kontrol, kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II sebelum dan sesudah intervensi dengan uji statistik *kruskal wallis test* diperoleh nilai  $p = 0,034$  lebih kecil dari 0,05.Pemberian kompres hangat, kompres dingin dan relaksasi genggam jari terbukti lebih efektif terhadap penurunan intensitas nyeri saat persalinan kala I fase aktif dibandingkan yang hanya diberikan kompres saja

#### ABSTRACT

**Abstract :***Labor pain is an extraordinary physiological process and the intensity of pain felt is very different. This type of research is quantitative with quasy-experimental research methods (quasi-experimental) design of Non-Equivalent Group Design. This design is almost similar to the pretest-posttest control group design. The population is all maternity mothers. The sampling method was consumptive sampling of 30 respondents consisting of a control group, treatment group I and treatment group II. Data analysis using Wilcoxon signed rank test. The results showed there were differences in the intensity of the pain scale before and after the intervention was given. The intensity of the pain scale in the control group, treatment group I and treatment group II before and after the intervention with the kruskal wallis test statistical test obtained  $p$  value = 0.034 smaller than 0.05. Giving warm compresses, cold compresses and finger grip relaxation proved to be more effective against decreasing the intensity of pain during labor in the first phase of active than those only given compresses only*

**Keyword:**

*laborpain,  
compress,  
fingerhandrelaxation*

## 1. PENDAHULUAN

Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan yang nyata atau yang berpotensi untuk menimbulkan kerusakan jaringan (Dharmady, 2004).

Nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang luar biasa dan intensitas nyeri yang dirasakan sangat berbeda – beda. Bahkan pada ibu yang sama pun derajat nyeri yang dirasakan pada setiap persalinan atau kala persalinan tidak serupa. Nyeri pada proses persalinan diakibatkan karena peregangan dan robekan selama kontraksi serviks (Susilo, 2001). Penanganan nyeri secara non farmakologis dalam kehamilan dan persalinan merupakan suatu metode relaksasi yang lebih murah, efektif, sederhana dan tanpa efek samping (Potter & Perry, 2006). Firdayanti, tahun 2009 menyatakan bahwa metode non farmakologis tidak

## 2. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini peneliti menggunakan penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif yang digunakan adalah kuasi eksperimen. Peneliti menggunakan metode kuasi eksperimen karena penelitian yang hendak dilakukan pada dasarnya ingin mengetahui sampai seberapa jauh pemberian terapi kompres hangat dan kompres dingin serta relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif.

Instrument yang digunakan untuk mengukur skala nyeri menggunakan skala 0-10, dan hasil pengukuran dicatat dalam lembar observasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di wilayah kerja Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk Tahun 2019 sejumlah 40 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian ibu bersalin di wilayah kerja Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk Tahun 2019 sejumlah 30 responden. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*. *Consecutive sampling*

membahayakan bagi ibu maupun fetus, tidak memperlambat persalinan jika diberikan kontrol nyeri yang adekuat, dan tidak mempunyai efek alergi maupun efek negatif. Tindakan tersebut mempunyai tujuan untuk distraksi yang dapat menghambat otak untuk mengeluarkan sensasi nyeri (Hidayat, 2006).

Cara penatalaksanaan non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri persalinan antara lain dengan kompres dan relaksasi genggam jari. Kompres merupakan terapi komplementer yang melibatkan penggunaan suhu dan merupakan suatu benda yang dapat memberikan ketenangan saat digunakan. Relaksasi genggam jari merupakan sebuah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh kita. Teknik genggam jari disebut juga *Finger Hold* (Liana, 2008).

adalah pemilihan sampel dengan menetapkan subjek yang memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam kriteria penelitian sampai kurun waktu tertentu (Nursalam, 2003).

Analisis univariate ini digunakan untuk menjelaskan karakteristik responden dan masing-masing variabel yang diteliti secara deskriptif. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan hasil dari uji normalitas data maka akan dapat ditentukan alat uji apa yang paling sesuai digunakan. Apabila data berdistribusi normal maka digunakan uji parametrik *Paired Sample T-Test*. Sementara apabila data berdistribusi tidak normal maka digunakan uji non-parametrik yaitu *Wilcoxon Signed Rank Test*. Kedua model uji beda tersebut digunakan untuk menganalisis model penelitian *pre-post* atau sebelum dan sesudah. Uji beda digunakan untuk mengevaluasi perlakuan (*treatment*) tertentu pada satu sampel yang sama pada dua periode pengamatan yang berbeda (Pramana, 2012).

### 3. HASIL PENELITIAN

#### a. Perubahan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat dan Kompres Dingin

Distribusi Frekuensi sebelum intervensi kelompok Kontrol

No	Skala Interval Nyeri	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
1	0 (tidak ada rasa nyeri)	0	0
2	1 – 3 (nyeri ringan)	0	0
3	4 – 6 (nyeri sedang)	3	30
4	7 – 10 (rasa sakit yang sangat kuat)	7	70

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan intervensi kompres hangat dan kompres dingin sebanyak 7 ibu bersalin (70%) mengalami rasa sakit yang sangat kuat sebelum diberikan

Distribusi Frekuensi sesudah intervensi kelompok Kontrol

No	Skala Interval Nyeri	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
1	0 (tidak ada rasa nyeri)	0	0
2	1 – 3 (nyeri ringan)	0	0
3	4 – 6 (nyeri sedang)	1	10
4	7 – 10 (rasa sakit yang sangat kuat)	9	90

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan intervensi kompres hangat dan kompres dingin sebanyak 9 ibu bersalin (90%) mengalami rasa sakit yang sangat kuat sesudah diberikan

#### b. Perubahan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat dan Relaksasi Genggam Jari

Distribusi Frekuensi sebelum intervensi kelompok Perlakuan I

No	Skala Interval Nyeri	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
1	0 (tidak ada rasa nyeri)	0	0
2	1 – 3 (nyeri ringan)	0	0
3	4 – 6 (nyeri sedang)	2	20
4	7 – 10 (rasa sakit yang sangat kuat)	8	80

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan intervensi kompres hangat dan relaksasi genggam jari sebanyak 8 ibu bersalin (80%) mengalami rasa sakit yang sangat kuat sebelum diberikan

Distribusi Frekuensi sesudah intervensi kelompok Perlakuan I

No	Skala Interval Nyeri	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
1	0 (tidak ada rasa nyeri)	0	0
2	1 – 3 (nyeri ringan)	1	10
3	4 – 6 (nyeri sedang)	6	60
4	7 – 10 (rasa sakit yang sangat kuat)	3	30

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan (10%) mengalami nyeri ringan sesudah diberikan intervensi kompres hangat dan relaksasi genggam jari. 60% mengalami nyeri sedang, 30% mengalami rasa sakit yang sangat kuat dan 1 ibu bersalin

**c. Perubahan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Dingin dan Relaksasi Genggam Jari**

Distribusi Frekuensi sebelum intervensi kelompok Perlakuan II

No	Skala Interval Nyeri	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
1	0 (tidak ada rasa nyeri)	0	0
2	1 – 3 (nyeri ringan)	0	0
3	4 – 6 (nyeri sedang)	0	0
4	7 – 10 (rasa sakit yang sangat kuat)	10	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan intervensi kompres dingin dan relaksasi genggam jari. sebanyak 10 ibu bersalin (100%) mengalami rasa sakit yang sangat kuat sebelum diberikan

Distribusi Frekuensi sesudah intervensi kelompok Perlakuan II

No	Skala Interval Nyeri	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
1	0 (tidak ada rasa nyeri)	0	0
2	1 – 3 (nyeri ringan)	0	0
3	4 – 6 (nyeri sedang)	2	20
4	7 – 10 (rasa sakit yang sangat kuat)	8	80

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan (20%) mengalami nyeri sedang sesudah diberikan intervensi kompres dingin dan relaksasi genggam jari. sebanyak 8 ibu bersalin (80%) mengalami rasa sakit yang sangat kuat dan 2 ibu bersalin

**d. Perbedaan Antar Kelompok setelah diberikan Perlakuan Terhadap Nyeri Saat Persalinan Kala I Fase Aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk Tahun 2019**

	N	Nilai Z	Sig (2 tailed)	Sig
<b>Perubahan Intensitas Nyeri</b>	30	6,762	0,034	Signifikan

Berdasarkan hasil uji statistik *Kruskal Wallis Test* menunjukkan ada ada perbedaan penurunan skala nyeri setelah dilakukan perlakuan pada kelompok kontrol, kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II ( $p=0,034$ ).

**4. DISKUSI**

**a. Perubahan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat dan Kompres Dingin**

Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan tidak ada pengaruh (penurunan skala nyeri) sebelum dan setelah diberikan perlakuan kompres hangat dan kompres dingin pada ibu

bersalin kala I fase aktif di wilayah kerja Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk ( $p=0,102$ ).

Dilihat dari data diatas dapat dinyatakan setelah dilakukan pengompresan hangat dan dingin pada bagian punggung, ibu bersalin kala I yang mengalami nyeri persalinan mengalami penurunan nyeri tetapi tidak signifikan. Berdasarkan hasil analisa diatas dapat disimpulkan bahwa

tingkatan nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I mengalami penurunan tingkatan nyeri setelah dilakukan kompres, hal ini sesuai dengan teori bahwa kompres hangat merupakan faktor yang mempengaruhi pengurangan rasa nyeri persalinan. Kompres hangat dapat menjadikan tubuh terasa rileks karena kehangatan air yang membantu pembuluh darah yang melebar sehingga aliran darah lancar (Sarwono, 2007). Dalam pemantauan partograf, kompres hangat dan kompres dingin tidaklah berpengaruh pada terhadap kemajuan dan kemunduran persalinan, pada saat fase aktif dan dilakukan intervensi pengompresan pembukaan serviks dan kontraksi uterus berjalan dengan normal. Oleh karena itu kompres hangat dan kompres dingin aman diberikan pada ibu bersalin sehingga asuhan sayang ibu bisa tercapai dengan kesejahteraan dan kenyamanan ibu terjaga.

**b. Perubahan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat dan Relaksasi Genggam Jari**

Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan ada pengaruh (penurunan skala nyeri) sebelum dan setelah diberikan perlakuan kompres hangat dan relaksasi genggam jari pada ibu bersalin kala I fase aktif di wilayah kerja Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk ( $p=0,004$ ).

Perlakuan relaksasi genggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen non-nosiseptor. Serabut saraf non-nosiseptor mengakibatkan "pintu gerbang" tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang. Teori *two gate control* menyatakan bahwa terdapat satu "pintu gerbang" lagi di thalamus yang mengatur impuls nyeri dari nervus trigeminus. Dengan adanya relaksasi, maka impuls nyeri dari nervus trigeminus akan dihambat dan mengakibatkan tertutupnya "pintu gerbang" di thalamus. Tertutupnya pintu gerbang di thalamus mengakibatkan stimulasi yang menuju korteks serebri terhambat sehingga intensitas nyeri berkurang untuk kedua kalinya (Pinandita, 2012).

Berdasarkan asumsi peneliti kompres hangat dan relaksasi genggam jari sangat bermanfaat dalam menurunkan nyeri persalinan karena kompres hangat dan relaksasi genggam jari dapat meningkatkan suhu kulit lokal, melancarkan sirkulasi darah mengurangi spasme otot, menghilangkan sensasi nyeri memberikan ketenangan dan kenyamanan pada ibu inpartu sehingga dapat mengurangi nyeri persalinan.

**c. Perubahan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Dingin dan Relaksasi Genggam Jari**

Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan ada pengaruh (penurunan skala nyeri) sebelum dan setelah diberikan perlakuan kompres dingin dan relaksasi genggam jari pada ibu bersalin kala I fase aktif ( $p=0,011$ ).

Relaksasi dan kompres dingin merupakan suatu usaha menurunkan nyeri atau menjaga agar tidak terjadi nyeri atau menjaga agar tidak terjadi nyeri yang masih berat dengan menurunkan ketegangan otot (Daniati, 2008). Menurut Hill (2011) dengan menggenggam jari dapat membuka aliran energi yang terkunci yang disebut *safety energy locks* sehingga aliran energi menjadi lancar. Dalam pemantauan partograf, kompres dingin dan relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap kemajuan persalinan, pada saat fase aktif dan dilakukan intervensi pengompresan pembukaan serviks dan kontraksi uterus berjalan dengan normal. Oleh karena itu kompres dingin dan relaksasi genggam jari aman diberikan pada ibu bersalin sehingga asuhan sayang ibu bisa tercapai dengan kesejahteraan dan kenyamanan ibu terjaga.

**d. Perbedaan Antar Kelompok setelah diberikan Perlakuan Terhadap Nyeri Saat Persalinan Kala I Fase Aktif**

Berdasarkan hasil uji statistik *Kruskal Wallis Test* menunjukkan ada ada perbedaan penurunan skala nyeri setelah dilakukan perlakuan pada kelompok kontrol, kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II ( $p=0,034$ ).

Relaksasi dan kompres merupakan suatu usaha menurunkan nyeri atau menjaga agar

tidak nyeri yang masih berat dengan menurunkan ketegangan otot (Daniati, 2008). Perlakuan relaksasi genggam jari dan kompres akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen non-nosiseptor. Dengan adanya relaksasi maka implus nyeri dari nervustrigeminus akan dihambat dan mengakibatkan stimulasi yang menuju korteks serebri terhambat sehingga intensitas nyeri berkurang untuk kedua kalinya (Pinandita, 2012).

## 5. SIMPULAN

Skala nyeri yang dirasakan ibu bersalin saat persalinan kala I fase aktif pada kelompok kontrol dengan intervensi kompres hangat dan kompres dingin tidak mengalami penurunan skala nyeri yang berarti.

Skala nyeri yang dirasakan ibu bersalin saat persalinan kala I fase aktif pada kelompok perlakuan I dengan intervensi kompres hangat dan relaksasi genggam jari didapatkan adanya penurunan skala nyeri yang tinggi.

Skala nyeri yang dirasakan ibu bersalin saat persalinan kala I fase aktif pada kelompok kontrol dengan intervensi kompres dingin dan relaksasi genggam jari mengalami penurunan skala nyeri.

Terdapat perbedaan pengaruh pemberian kompres dan relaksasi genggam jari terhadap nyeri saat persalinan kala I fase aktif.

## 6. REFERENSI

1. Dharmady Agus Triyanto. 2004. *Manajemen Nyeri Dalam Suatu Tatanan Tim Medis*

Berdasarkan hasil dan pembahasan tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa masalah nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif dapat diatasi. Tindakan intervensi nonfarmakologi yang merupakan bagian dari *intervensi comfort technical* dapat diberikan untuk menurunkan persepsi nyeri pasien. *Intervensi comfort technical* dengan kombinasi teknik relaksasi genggam jari dan kompres dapat menurunkan persepsi nyeri persalinan kala I fase aktif.

*Multidisiplin*. Majalah Kedokteran Atmajaya, 1(3):1-5.

2. Hidayat. A. (2006) *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Aplikasi dan Konsep Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
3. Liana. 2011. *Teknik Relaksasi Genggam Jari Untuk Keseimbangan Emosi*. <http://www.pembelajaran.com/teknik> relaksasi genggam jari untuk keseimbangan emosi. Diakses 11 Januari 2017 jam 20.00 WIB
4. Nursalam, 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
5. Pinandita, I . Purwanti, E. &Utoyo, B. (2012) Jurusan Keperawatan STIKesMuhammadiyahGombong *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparotomi*, Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, 8 (1)
6. Pramana, Setia. 2012. *Dasar – Dasar Statistika dengan Software R: Teori dan Aplikasi*. Edisi 2. Jakarta : SpringerScience&Bussines Media
7. Prawirohardjo, Sarwono. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka