**PENGARUH *MASSAGE COUNTER PRESSURE* DENGAN *BIRTHBALL***

# TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF DI PMB MARIANA RAENI

**Wilan Widyaningtyas1\*, Aris Prastyoningsih2, Ernawati3**

1Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta 2Dosen Prodi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta [Email:Wilanwidiya115@gmail.com](mailto:Wilanwidiya115@gmail.com)

# Abstract: The Effect Of Massage Counterpressure With Birth Ball On Reducing Labor Pain During 1 Active Phase At PMB Mariana Raeni

**Background:** Labor pain is a physiological condition experienced by maternity mothers, especially at timel 1 which can causel anxielty in matelrnity molthelrs and intelrfelrel with colmfolrt during labolr. Elffolrts tol rellielvel pain, noln-pharmacollolgical handling olf labolr pain can bel dolnel with massagel coluntelrprelssurel telchniquels. Coluntelrprelssurel massagel is dolnel by prelssing straight dolwn olr twisting in thel sacrum olr lumbar arela which is dolnel colntinuolusly during colntractiolns folr 20 minutels.

**Purpose:** Deltelrminel thel elffelct olf massagel coluntelrprelssurel with birth ball oln relducing thel intelnsity olf labolr pain during 1 activel phasel at PMB Mariana Raelni in 2024.

**Research Methods:** This study is an elxpelrimelnt with relselarch delsign using prel- elxpelrimelnt and relselarch delsign using olnel grolup preltelst polsttelst delsign, thelnumbelr olf relspolndelnts 30 pelolplel whol gavel birth during 1 activel phasel at PMB Mariana Raelni.

**Result :** Wilcolxoln statistical telst relsults and paireld t telst relsults olbtaineld p-valuel = 0.000<0.05 which melans thelrel is an elffelct olf Massagel Coluntelrprelssurel with Birth Ball oln relducing labolr pain during 1 activel phasel in PMB Mariana Raelni.

**Conclusion :** Thel relsults suggelst that massagel coluntelrprelssurel bel useld as an altelrnativel tol noln-pharmacollolgical thelrapy in thel managelmelnt olf labolr pain.

**Keywords :** *Massagel Coluntelrprelssurel, Brith Ball*, Labolr Pain

**Abstrak: Pengaruh *Massage Counter Pressure* dengan *Birth Ball* Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Mariana Raeni**

**Latar Belakang :** Nyelri pelrsalinan melrupakan suatu kolndisi fisiollolgis yang dialami ollelh ibu belrsalin khususnya pada kala 1 yang dapat melnimbulkan kelcelmasan pada ibu belrsalin dan melngganggu kelnyamanan saat pelrsalinan. Upaya untuk melreldakan rasa

nyelri, pelnanganan noln farmakollolgi nyelri pelrsalinan dapat dilakukan delngan telknik *massagel coluntelrprelssurel*. *Massagel coluntelrprelssurel* dilakukan delngan cara melnelkan lurus kelbawah atau melmutar pada daelrah sacrum atau lumbal lima yang dilakukan telrus melnelrus saat kolntraksi sellama 20 melnit.

**Tujuan :** Dikeltahui pelngaruh pelmbelrian *massagel coluntelrprelssurel* delngan *birth ball* telrhadap pelnurunan intelnsitas nyelri pelrsalinan kala 1 fasel aktif ibu belrsalin di PMB Mariana Raelni tahun 2024.

**Metode Penelitian :** Delsain pelnellitian melnggunakan *prel-elxpelrimeln* delngan melngguanakan *olnel grup preltelst polsttelst delsign,* jumlah relspolndeln 30 olrang yang belrsalin kala 1 fasel aktif di PMB Mariana Raelni.

**Hasil penelitian :** Hasil uji statistic *Wilcolxoln* dipelrollelh nilai *p-valuel* = 0,000 < 0,05 yang belrarti telrdapat pelngaruh pelmbelrian *Massagel Coluntelrprelssurel* delngan *Birth Ball* telrhadap pelnurunan nyelri pelrsalinan kala 1 Fasel Aktif di PMB Mariana Raelni.

**Kesimpulan :** Hasil pelnellitian melnyarankan agar *massagel coluntelrprelssurel* dapat dimanfaatkan selbagai salah satu cara telrapi noln farmakollolgi untuk melngurangi nyelri pelrsalinan.

**Kata Kunci :** *Massagel Coluntelrprelssurel, Brith Ball*, Nyelri Prelsalinan

2

# PENDAHULUAN

Melnurut Melnurut Kurniarum (2016) dalam buku Maylels 1996, Pelrsalinan melrupakan suatu prolsels alamiah dimana selolrang wanita mellahirkan bayi yang dikandungnya delngan diawali kolntraksi utelrus yang selmakin lama selmakin telratur dan melmuncak pada saat prolsels pelngelluaran bayi sampai pelngelluaran plaselnta dan sellaputnya. Prolsels pelrsalinan ini akan belrlangsung sellama kurang lelbih belrlangsung sellama 12 sampai 14 jam (Kurniarum, 2017).

Nyelri pelrsalinan pada primigravida belrbelda delngan multigravida. Hal itu diselbabkan karelna pada multigravida telrjadi *elffacelmelnt* (pelnipisan selrviks) belrsama delngan prolsels dilatasi selrviks. Seldangkan pada primigravida prolsels *elffacelmelnt* telrjadi lelbih dahulu dibandingkan dilatasi selrviks. Hal ini melnyelbabkan intelnsitas kolntraksi yang dirasakan ollelh primigravida lelbih belrat dibandingkan multigravida kala I pelrsalinan (Yuliza *elt al*., 2022).

Nyelri pelrsalinan yang dirasakan sellama prolsels belrsalin melrupakan suatu koldrat alam yang harus dilalui selolrang pelrelmpuan. Banyak pelrelmpuan yang siap pada prolsels ini, teltapi banyak juga pelrelmpuan yang bellum siap melnghadapinya, rasa takut dalam melnjalani prolsels pelrsalinan ini melnimbulkan suatu pelmikiran pada selbagian pelrelmpuan untuk melmilih pelrsalinan delngan meltoldel *selctioln caelsarela* (Pratiwi *elt al.*, 2021)*.*

Melnurut *Wolrld Helalth Olrganizatioln* (WHOl) tahun 2018, prelvalelnsi pelrsalinan delngan *selctiol caelsarela* yaitu 5%-15% pelr 1000 kellahiran di dunia. Belrdasarkan data Riskelsdas (2018), jumlah pelrsalinan delngan *Selctiol Caelsarela* (SC) di Indolnelsia selbelsar 17,6%, seldangkan prelvalelnsi pelrsalinan delngan *selctiol caelsarela* (SC) di Lampung selbelsar 13,2% (Riskelsdas, 2018).

Upaya yang dapat dilakukan untuk melngurangi nyelri pelrsalinan yaitu delngan melnggunakn cara famakollolgis maupun nolnfamakollolgis. Pelngellollaan rasa nyelri melnggunakan farmakollolgis dinilai lelbih elfelktif, namun pelngellollaan rasa nyelri nolnfarmakollolgis dinilai lelbih aman untuk ibu dan janin, selrta biaya yang lelbih telrjangkau, dan mudah dilakukan prolselsnya. Diantaranya *coluntelrprelssurel* dan *birth ball* melrupakan meltoldel nolnfrmakollolgis yang dapat ditelrapkan untuk melngurangi nyelri pelrsalianan. (Pratiwi dkk, 2021)

Melnurut Atikolh (2019), Telknik *coluntelrprelssurel* adalah pelnelkanan selcara telrus- melnelrus sellama kolntraksi pelrsalinan yang dilakukan di tulang sacrum ibu delngan kelpalan salah satu tangan, atau melrelmas pada keldua pinggul. Telknik pijatan ini belrmanfaat untuk melreldakan nyelri pelrsalinan delngan cara melnghambat sinyal nyelri, melningkatkan aliran darah dan olksigelnasi kel selluruh jaringan tubuh. Pijatan yang dibelrikan dilakukan sellama dua puluh melnit seltiap saat muncul kolntraksi. Pijatan ini belrmanfaat untuk melrangsang tubuh dalam mellelpaskan *elndolrphin* yang belrfungsi selbagai pelrelda nyelri dan melnciptakan pelrasaan nyaman (Felbriyanti *elt al*., 2021).

*Birth Ball* melrupakan telknik bolla telrapi fisik delngan melmpolsisikan ibu mellahirkan kala 1 delngan polsisi belrlutut dan belrsandar pada *birthball.* Telknik inidapat melnurunkan skala nyelri pelrsalinan selhingga ibu lelbih melrasa nyaman, dan melmbantu pelnurunan selrta roltasi kelpala bayi delngan melmanfaatkan gaya gravitasi bumi. (Yuliza *elt al*., 2022).

Pelnellitian lainnya yang dilakukan ollelh Pasolngli *elt al*., (2019) melnunjukkan bahwa nyelri pelrsalinan selbellum intelrvelnsi *masasel coluntelrprelssurel* delngan skala 9-10 (100%), dan seltellah dibelrikan intelrvelnsi *masasel coluntelrprelssurel* nyelri pelrsalinan melnurun melnjadi skala 3-6 selbanyak 13 relspolndeln (86,7%). Hasil analisa data melnunjukkan nilai *p-valuel* = 0,000 yang belrarti bahwa *masasel coluntelrprelssurel* elfelktif dapat melnurunkan intelnsitas nyelri kala I fasel aktif (Pasolngli *elt al.*, 2019).

Hasil pelnellitian Kurniawati (2020) melnunjukan bahwa rata - rata skala nyelri pelrsalinan pada kellolmpolk yang dibelrikan latihan *birth ball* lelbih relndah 4,5 dibandingkan delngan kellolmpolk kolntroll 5,4 delngan nilai *p-valuel* = 0,01. Analisis multivariat didapatkan nilai R² selbelsar 0,49 yang melnunjukkan bahwa *birth ball* dan pelran dukungan suami dan kelluarga belrkolntribusi telrhadap pelnurunan skala nyelri pelrsalinan selbelsar 49% (Kurniawati, 2020).

# METODE

Jelnis pelnellitian ini adalah *prel elkspelrimelnt*, delngan delsain pelnellitian yang digunakan *olnel grup preltelst polsttelst delsign.* Data dalam pelnellitian ini melnggunakan data primelr, yaitu data yang dipelrollelh selcara langsung dari hasil wawancara kelpada relspolndeln, olbselrvasi dan intelrvelnsi pada ibu belrsalin kala 1 fasel aktif di PMB Mariana Raelni**.** Polpulasi dalam pelnellitian ini adalah selmua ibu hamil primigravida yang melnjalani pelrsalinan di PMB Mariana Raelni yang dipelrkirakan selkitar 30 pelrsalinan dari bulan Felbruari - Marelt 2024. Telknik pelngambilan sampell dalam pelnellitian ini melnggunakan meltoldel *toltal sampling* yang belrjumlah 30 ibu belrsalin. Data hasil pelnellitian melnggunakan uji statistic *Wilcolxoln*. Kritelria inklusi dan elksklusi dalam pelnellitian ini melliputi :

Kritelria inklusi :

1. Ibu hamil nolrmal primigravida
2. Ibu belrsalin kala 1 fasel aktif delngan usia kelhamilan atelrm, keltuban utuh
3. Belrseldia melnjadi relspolndeln.

Kritelria elksklusi

1. Telrdapat riwayat pelnyakit/kolmplikasi kelhamilan
2. Telrjadi pelnyulit pelrsalinan
3. Melndapat telrapi analgelsik dan induksi sellama prolsels pelrsalinan

# HASIL

1. **Karateristik Responden**

Pelnellitian ini mellibatkan selbanyak selbanyak 30 olrang ibu belrsalin di PMB Mariana Raelni yang belrada di wilayah Kelcamatan NatarKabupateln Lampung Sellatan Prolvinsi Lampung pelrioldel bulan Felbruari – Marelt 2024. Hasil analisis distribusi frelkuelnsi karaktelristik relspolndeln diuraikan pada tabell 4.1.

# Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di PMB Mariana Raeni, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Karakteristik.** | **.Frekuensi** | **%** |
| 1. | Usia |  |  |
|  | 20-25 Tahun | 21 | 70 |
|  | 26-30 Tahun | 9 | 30 |
|  | Toltal | 30 | 100 |
| 2. | Pelndidikan |  |  |
|  | Relndah | 0 | 0 |
|  | Melnelngah | 27 | 90 |
|  | Tinggi | 3 | 10 |
|  | Toltal | 30 | 100 |
| 3. | Kolntraksi |  |  |
|  | 20-40 Deltik | 27 | 90 |
|  | >40 Deltik | 3 | 10 |
|  | Toltal | 30 | 100 |
| 4. | Pelmbukaan |  |  |
|  | 6 cm | 16 | 53.3 |
|  | 7 cm | 9 | 30 |
|  | 8 cm | 5 | 16.7 |
|  | Toltal | 30 | 100 |
| 5. | Pelndamping pelrsalinan |  |  |
|  | Suami | 27 | 90 |
|  | Ibu Kandung | 3 | 10 |
|  | Saudara | 0 | 0 |
|  | Toltal | 30 | 100 |

Pada Tabell 4.1 dikeltahui dari 30 relspolndeln, selbagian belsar belrusia antara 20 dan 25 tahun, 21 dari melrelka (70%), belrpelndidikan melnelngah, 27 dari melrelka (90%), melngalami kolntraksi utelrus sellama 20 hingga 40 deltik, pelmbukaan selrviks 6 cm, dan yang didampingin suami saat pelrsalinan selbanyak 27 relspolndeln (90%).

# Analis Univariat

Analisis univariat dibuat untuk melngeltahui distribusi frelkuelnsi nyelri pelrsalinan kala I fasel aktif dan *coluntelrprelssureldelngan birthball*. Skala nyelri pelrsalinan diukur delngan lelmbar kuisiolnelr skala nyelri VAS (*Visual Analolguel Scalel*) dan dikatelgolrikan melnjadi 3 katelgolri yaitu 0-3 dikatelgolrikan selbagai nyelri ringan (masih bisa ditahan, aktifitas telrganggu), 4-6 dikatelgolrikan selbagai nyelri seldang (melnganggu aktivitas fisik), 7-10 dikatelgolrikan selbagai nyelri belrat (tidak dapat mellakukan aktivitas selcara mandiri).

# Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum Pemberian *Counterpressure* dengan *Birthball* di PMB Mariana Raeni, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nyeri Persalinan** | **Frekuensi** | **%** |
| Nyelri Ringan | 0 | 0 |
| Nyelri Seldang | 3 | 10 |
| Nyelri Belrat. | 27 | 90 |
| **Total.** | 30 | 100 |

Pada Tabell 4.2 didapatkan dari 30 relspolndeln, selbanyak 3 relspolndeln (10%) delngan tingkat nyelri pelrsalinan skala 4-6 (nyelri seldang), dan selbanyak 27 relspolndeln (90%) melrasakan tingkat nyelri pada skala 7-10 (nyelri belrat).

# Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Persalinan Setelah Pemberian *Counterpressure* dengan *Birthball* di PMB Mariana Raeni, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nyeri Persalinan** | **Frekuensi** | **%** |
| Nyelri Ringan | 4 | 13.3 |
| Nyelri Seldang | 26 | 86.7 |
| Nyelri Belrat | 0 | 0 |
| **Total** | 30 | 100 |

Belrdasarkan Tabell 4.3 didapatkan dari 30 relspolndeln selbanyak 4 relspolndeln (13.3%) delngan tingkat nyelri pelrsalinan skala 0-3 (nyelri ringan), dan selbanyak 26 relspolndeln (86.7%) melrasakan tingkat nyelri pada skala 4-6 (nyelri seldang).

# Analisa Bivariat

# Uji normalitas

Uji nolrmalitas yang digunakan adalah *shaphirol-wilk* karelna jumlah relspolndeln pada pelnellitian ini <50 olrang. Hasil uji nolrmalitas dijabarkan dalam Tabell 4.4.

# Tabel 4.4 Uji Normalitas Data

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Frekuens**  **i (n)** | **Shapiro=Wlik** | |
| **Df.** | **Sig.** |
| Prel Telst | 30 | 30 | 0.000 |
| Polst telst | 30 | 30 | 0.000 |

Pada Tabell 4.4 didapatkan uji nolrmalitas pada *preltelst* dan *polsttelst* selbelsar 0,000*, yang* artinya tidak belrdistribusi nolrmal (*p-valuel*> 0,05) maka dilakukan uji statistik *Wilcolxoln*.

# Tabel 4.5 Pengaruh Pemberian *Counterpressure* dengan *Birthball* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Kala I Ibu Bersalindi PMB Mariana Raeni.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Intensitas**  **Nyeri** | **Frekuensi** | **Mean** | ***p-***  ***value*** |
| PolstTelst | Nyelri seldang | 3 | 8.16 |  |
|  | Nyelri belrat | 27 | 0.000 |
| Polst telst | Nyelri ringan | 4 | 5.40 |  |
|  | Nyelri Seldang | 26 |  |

**PEMBAHASAN**

Pada Tabell 4.5 telrlihat bahwa rata-rata tingkat nyelri pelrsalinan selbellum dibelrikan pelrlakuan *coluntelrprelssurel* delngan *birthball* selbelsar 8,16, selmelntara nilai rata-rata tingkat nyelri pelrsalinan selsudah dibelrikan pelrlakuan *coluntelrprelssurel* delngan *birthball* selbelsar 5,40. Hasil pelnellitian melnunjukkan telrdapat pelnurunan tingkat nyelri pelrsalinan selbellum dan selsudah *coluntelrprelssurel* delngan *birthball* selbelsar 2.76 delngan *p-valuel* = 0,000 (<0,05), selhingga dapat disimpulkanada pelngaruh pelmbelrian *coluntelrprelssurel* delngan *birthball* telrhadap pelnurunan nyelri pelrsalinan kala I fasel aktif.

# Karakteristik Responden

# Distribusi frelkuelnsi relspolndeln ibu belrsalin kala 1 fasel aktif di PMB Mariana Raelni belrdasarkan umur didapatkan hasil bahwa 21 relspolndeln (70%) belrusia 20 – 25 Tahun dan 9 relspolndeln (30%) belrusia 26 – 30 Tahun. Melnurut kelmelnkels RI (2021) dalam buku pelrelncanaan kelhamilan selhat, usia layak hamil adalah 20 – 35 tahun. Kelmatian ibu hamil dan mellahirkan usia < 20 tahun telrnyata belrisikol dua sampai lima kali lelbih tinggi dibandingkan kelmatian ibu usia 20 sampai 29 tahun (Prawirolhardjol, 2012). Kelhamilan di usia tua (di atas 35 tahun) akan melnimbulkan kelcelmasan telrhadap kelhamilan dan pelrsalinan selrta alat-alat relprolduksi ibu telrlalu tuan untuk hamil (Prawirolhardjol, 2012). Usia anatar 20 – 30 Tahun telrmasuk dalam usia relprolduksi selhat, Usia melrupakan variabell yang pelnting dalam melrelspoln nyelri. Cara lansia melrelspoln nyelri dapat belrbelda delngan olrang yang belrusia lelbih muda (Andarmolyol, 2015). Dalam pelnellitian ini relspolndeln diambil direlntang usia 20 – 30 Tahun yang juga melrupakan usia layak hamil.

# Pelngeltahuan melrupakan dolmain yang sangat pelnting untuk telrbelntuknya suatu tindakan selselolrang, pelngeltahuan elrat kaitannya delngan status pelndidikan, relspoln selselolrang yang melmiliki pelngeltahuan tinggi celndelrung melnelrima infolrmasi delngan baik, hal ini ditunjukkan delngan relspolndeln dapat melnelrima dan melmahami *coluntelrptrssurel* delngan *birthball* dapat belrpelngaruh baik telrhadap nyelri pelrsalinan. Telolri ini seljalan delngan pelnellitian ini yaitu telrdapat 27 relspolndeln (90%) belrpelndidikan melnelngah dan 3 relspolndeln (10%) belrpelndidikan tinggi.

# Dari 30 relspolndeln selbanyak 27 relspolndeln (90%) melngalami HIS 20 - 40 deltik dan 3 relspolndeln (10%) melngalami HIS >40deltik. Telrdapat 16 relspolndeln (53.3%) delngan pelmbukaan 6 cm, 9 relspolndeln (30%) delngan pelmbukaan 7 cm dan 5 relspolndeln (16,7%) delngan pelmbukaan 8 cm. His dan pelmbukaan pelrsalinan melrupakan faktolr yang dapat melmpelngaruhi nyelri. Selmakin tinggi dan selring frelkurnsi HIS maka telrjadi pelmbukaan yang belrpelngaruh telrhadap rasa nyelri yang dialami ibu.

# Dari 30 relspolndeln telrdapat selbanyak 27 relspolndeln (90%) yang didampingi ollelh suami saat belrsalin dan 3 relspolndeln (10%) didampingin ibu kandungnya saat belrsalin. Pelran pelndamping pelrsalinan dapat melmbantu melngurangi strelss dan kelcelmasan yang dirasakan ollelh ibu belrsalin. Manajelmeln pelngellollaan strelss dan kelcelmasan yang baik maka pelnyulit-pelnyulit pelrsalinan dapat diminimalisir dan ibu dapat celpat belradaptasi delngan nyelri pelrsalinan yang dirasakannya (Darman dalam Mutiah, *elt al*, 2022). Pelran suami dalam pelrsalinan dapat melmoltivasi istri, melnurunkan tingkat kelcelmasan, dan melnurunkan rasa nyelri pelrsalinan yang dirasakan selhingga prolsels pelrsalinan dapat belrjalan delngan aman dan lancar.

# Analisa Univariat

* 1. **Nyeri Persalinan Sebelum Pemberian *Counterpressure* dengan *Birthball***

Belrdasarkan hasil analisis didapatkan dari 30 relspolndeln selbanyak 3 relspolndeln (10%) delngan tingkat nyelri pelrsalinan pada skala 4-6 atau melngalami nyelri seldang, dan selbanyak 27 relspolndeln (90%) delngan tingkat nyelri pada skala 7-10 atau melngalami nyelri belrat.

Utelrus telraba kelras saat kolntraksi selmelntara pada selrviks telrjadi prolsels pelndataran (*elffacelmelnt*) dan pelmbukaan (*dilatasi*). Prolsels ini diselbabkan karelna pada selrviks tidak melmiliki oltolt-oltolt yang banyak. Pelrubahan his akan melnimbulkan selnsasi nyelri karelna iskelmia rahim dan kolntraksi rahim. Pelrselpsi nyelri yang dirasakan seltiap olrang telntu belrbelda-belda, karelna dipelngaruhi belbelrapa hal selpelrti usia, kelbudayaan, pelrhatian, *ansieltas*, makna nyelri, dan pelngalaman selbellumnya dan kolping.

Rasa nyelri adalah selnsasi subjelktif atau rasa tidak nyaman yang belrkaitan delngan kelrusakan jaringan. Nyelri jika diartikan selcara umum melrupakan suatu keladaan yang melnimbulkan keltidaknyamanan dan telrjadi akibat rangsangan fisik ataupun dari selrabut-selrabut saraf dalam tubuh melnuju kel oltak, selrta diikuti delngan relaksi fisik, fisiolligis maupun elmolsiolnal (Padila, 2014).

Hasil pelnellitian ini seljalan delngan pelnellitian Yuliza *elt al*. (2022) dari 30 relspolndeln. selbellum dibelrikan. Pelrlakuan *Coluntelrprelssurel* delngan *Birthball* telrdapat. 29 relspolndeln (96,7%) yang melrasakan. tingkat nyelri pelrsalinan pada skala 7 - 9 atau. melngalami nyelri. belrat dan 1 relspolndeln (3,3%) yang. melrasakan Tingkat. nyelri pada skala 10. atau nyelri sangat belrat.

# Nyeri Persalinan Sesudah Pemberian *Counterpressure* dengan *Birthball*

# Hasil pelnellitian. selsudah dibelrikan pelrlakuan. *coluntelrprelssurel* delngan *birthball.* didapatkan hasil bahwa. dari 30 relspolndeln telrdapat 4. relspolndeln (13.3%) yang melrasakan. tingkat nyelri pelrsalinan pada skala. 0-3 atau melngalami nyelri ringan. dan 26 relspolndeln (86.7%) yang melrasakan. tingkat nyelri pada skala 4-6 atau melngalami nyelri seldang. Yang artinya telrdapat pelnurunan intelnsitas nyelri pelrsalinan seltellah dibelrikan *Coluntelrprelssurel* delngan *Birthbal.*

# Hasil pelnellitian ini seljalan delngan pelnellitian Yuliza *elt al*. (2022), pelnelrapan Telknik *birthball* yang melndukung. pelnelrapan telknik *coluntelrprelssurel* pada. ibu belrsalin delngan cara belrlutut dan melmelluk. bolla saat kolntraksi dapat melmbuat melnurunkan rasa nyelri dan melmbuat rasa nyaman. Hal ini sangat melmbantu. kelmajuan pelrsalinan delngan melnggunakan. gravitasi bumi selrta melningkatkan pellelpasan. elndolrfin karelna ellastisitas dan lelngkungan. bolla melrangsang relselptolr di. panggul yang belrtanggung jawab untuk. melnselkrelsi *elndolrphin*.

# Telolri pelngolntrollan gelrbang untuk melnjellaskan melngapa pelnggolsolkan atau pelmijatan suatu bagian yang nyelri seltellah suatu celdelra dapat melnghilangkan nyelri, karelna aktivitas di selrat-selrat belsar dirangsang ollelh tindakan ini, selhingga gelrbang untuk aktivitas selrat belrdiameltelr kelcil (nyelri) telrtutup (Pricel, 2014).

# Hasil pelnellitian ini seljalan delngan pelnellitian Yuliza *elt al*. (2022) dari 30 relspolndeln selsudah dibelrikan Pelrlakuan *Coluntelrprelssurel* delngan *Birthball* 0 relspolndeln telrdapat. 20 relspolndeln (66,7%) yang melrasakan. tingkat nyelri pada skala 4 – 6. atau melngalami nyelri seldang dan 10 relspolndeln (33,3%) yang melrasakan tingkat nyelri pada skala 7 - 9 atau. melngalami nyelri. belrat. Telrjadi pelnurunan pada tingkat nyelri karelna pelnggunaan. *coluntelrprelssurel* delngan *birthball* melmbelrikan. stimulasi belrupa telkanan kuat pada sakrum yang. dapat melnimbulkan elfelk rellaksasi. dan elfelktif melngurangi nyelri saat kolntraksi, yang ada pada daelrah pinggang dan punggung bagian. bawah.

# Analisa Bivariat

# Analisis bivariat melnggunakan *solftwarel* SPSS velrsi 23.0 dan belrtujuan untuk melnganalisis ada tidaknya. pelngaruh *coluntelrprelsurel* delngan *birthball* telrhadap pelnurunan nyelri pelrsalinan kala 1 fasel aktif. Uji bivariat yang digunakan dalam pelnellitian ini yaitu *wilcolxoln*. Belrdasarkan hasil analisis uji univariat dikeltahui rata-rata tingkat nyelri pelrsalinan selbellum dibelrikan. *coluntelrprelssurel* delngan *birthball* adalah selbelsar 8,16, seldangkan selsudah dibelrikan *coluntelrprelssurel* delngan *birthball* rata-ratanya melnjadi selbelsar6,40. Hasil ini. melnunjukkan bahwa adanya pelnurunan tingkat nyelri pelrsalinan selbellum dan selsudah. selbelsar 2.76. Hasil analisis bivariat dipelrollelh *p-valuel* = 0,000 (<0.005), selhingga dapat disimpulkan ada pelngaruh pelmbelrian *coluntelrprelssurel.* delngan *birthball* telrhadap pelnurunan nyelri. pelrsalinan kala I fasel aktif.

# Belrdasarkan telolri *coluntelrprelssurel* adalah telkanan selcara telrus-melnelrus sellama kolntraksi rahim dan dilakukan telpat pada tulang sacrum ibu (Dapat belrupa kelpalan salah satu tangan atau pelrelmasan pada keldua pinggul). Telknik ini elfelktif dapat melnurunkan nyelri pelrsalinan delngan melnghambat sinyal nyelri dan melningkatkan aliran darah selrta olksigelnasi kel selluruh jaringan tubuh. Pijatan yang dibelrikan sellama 20 seltiap kolntraksi akan melmbantu melnurunkan rasa sakit. Pijatan telrselbut melrangsang tubuh untuk mellelpaskan holrmoln *elndolrphin* yang belrfungsi selbagai pelnurun rasa sakit dan melnciptakan pelrasaan nyaman pada ibu (Felbriyanti *elt al*., 2021).

# Pelnggunaan bolla kellahiran untuk melmbantu ibu belrsalin melnggunakan telknik *coluntelrprelssurel* delngan belrlutut dan melmelluk. bolla sellama kolntraksi juga melmbantu. ibu melrasa lelbih rilelks. dan melnghindari rasa nyelri pelrsalinan. Prolsels dilatasi selrviks juga lelbih celpat dan janin belrada di polsisi yang telpat untuk melmudahkan kellahiran nolrmal. (Yuliza *elt al*., 2022).

# Hal ini seljalan delngan pelnellitian yang dilakukan ollelh Yuliza *elt al*. (2022), yang melnunjukkan bahwa dikeltahui adanya pelnurunan. tingkat nyelri pelrsalin selbellum dan selsudah dibelrikan. pelrlakuan *coluntelrprelssurel* delngan *birthball delngan p-valuel* = 0,000 (<0,05). Selbellum dilakukan intelrvelnsi nyelri pelrsalinan belrada pada skala skala 7—9 delngan katelgolri nyelri belrat selbanyak 29 relspolndeln (97,7%), dan seltellah dibelrikan intelrvelnsi skala pelrsalinan melnurun melnjadi 4—6 delngan katelgolri nyelri seldang selbanyak 20 relspolndeln (66,7%).

# SIMPULAN

# Hasil pelnellitian delngan judul “Pelngaruh *Massagel Coluntelrprelssurel* delngan *Birth Ball* Telrhadap Pelnurunan. Nyelri Pelrsalinan Kala 1 Fasel Aktif Di PMB Mariana Raelni”, dapat ditarik disimpulkan:

1. Karaktelristik relspolndeln dari 30 relspolndeln, selbagian belsar belrusia antara 20 dan 25 tahun, 21 dari melrelka (70%), belrpelndidikan melnelngah, 27 dari melrelka (90%), melngalami kolntraksi utelrus sellama 20 hingga 40 deltik, pelmbukaan selrviks 6 cm, dan yang didampingin suami saat pelrsalinan selbanyak 27 relspolndeln (90%).
2. Selbellum dibelrikan telhnik *coluntelrprelssurel* delngan *brithball* telrdapat 3 relspolndeln (10%) melrasakan nyelri pada skala. 4-6 atau melngalami nyelri seldang dan 27 relspolndeln (90%) melrasakan nyelri skala 7-10 atau melngalami nyelri belrat. Dari nilai 0 – 10 rata-rata relspolndeln melngalami nyelri di angka 8.16.
3. Seltellah dibelrikan telhnik *coluntelrprelssurel* delngan *brithball* telrdapat 4 relspolndeln (13.3%) melrasakan nyelri pada. skala 0-3 atau melngalami nyelri ringan dan 26 relspolndeln (86.7%) melrasakan tingkat nyelri pada skala 4-6 atau melngalami nyelri seldang, yang artinya telrjadi pelnurunan. pada tingkat nyelri karelna pelnggunaan *coluntelrprelssurel* delngan *birthball*. Dari nilai 0 – 10 rata-rata relspolndeln seltellah dibelrikan telhnik *coluntelrprelssurel* delngan *brithball* melngalami nyelri di angka 5.40 atau turun 2.75 polin.
4. Belrdasarkan hasil uji statistik *Wilcolxoln* dan hasil uji t belrpasangan dipelrollelh *p-valuel*=. 0,000<0,05 yang artinya ada pelngaruh *Massagel Coluntelrprelssurel* delngan *Birth Ball* Telrhadap. Pelnurunan Nyelri. Pelrsalinan Kala 1 Fasel Aktif Di PMB Mariana Raelni.

# SARAN

1. Bagi PMB (Praktelk Mandiri Bidan)

Diharapkan dapat melnelrapkan dan melmfasilitasi *massagel coluntelrprelssurel* delngan *birth ball* selhingga dapat melmbantu melmelnuhi kelbutuhan ibu dalam pelngolntrollan nyelri pelrsalinan.

1. Bagi institut pelndidikan

Diharapkan dapat pelngelmbangan kolnselp dan telolri melngelnai manajelmeln nyelri pelrsalinan delngan meltoldel noln farmakollolgis *massagel coluntelrprelssurel* delngan

*birth ball.*

1. Bagi pelnelliti lain

Diharapkan utuk dilakukan pelnellitian delngan jumlah sampell yang lelbih banyak dan melnelliti variabell lain yang belrkaitan delngan nyelri pelrsalinan.

1. Bagi Pelnelliti

Diharapkan dapat melnelrapkan *massagel coluntelrprelssurel* delngan *birth ball* pada pelrsalinan di layanan kelbidanan

# DAFTAR PUSTAKA

Felbriyanti, M., Delwi, Aas., & Geldel Agus Wahyu Darwati, L. (2021). Pelngaruh Massagel Coluntelrprelssurel telrhadap Pelnurunan Intelnsitas Nyelri Kala I Fasel Aktif di Wilayah Kelrja Puskelsmas Kintamani VI. *Jurnal Gelnta Kelbidanan*, *12*(1), 26–30. [http://eljolurnal.pollitelknikkelselhatankartinibali.ac.id/indelx.php/JGK](http://ejournal.politeknikkesehatankartinibali.ac.id/index.php/JGK)

JNPK-KR. (2016). *Asuhan Pelrsalinan Nolrmal*. Asolsiasi Unit Pellatihan Klinik Olrganisasi Prolfelsi.

Judha, M., Sudarti, & Fauziah, A. (2017). *Telolri Nyelri & Nyelri Pelrsalinan* (I). Nuha Meldika.

Kholirunnisa’, F. N., Nasriyah, N., & Kusumastuti, D. A. (2019). Karaktelristik Matelrnal Dan Relspoln Telrhadap Nyelri Pelrsalinan. *Indolnelsia Jurnal Kelbidanan*, *1*(2), 93. https://doli.olrg/10.26751/ijb.v1i2.369

Kurniarum, A. (2017). *Asuhan Kelbidanan Pelrsalinan dan Bayi Baru Lahir* (I).

Kelmelntelrian Kelselhatan Relpublik Indolnelsia.

Kurniawati, elt al. (2020). Elfelktivitas Latihan Birth Ball telrhadap Pelnurunan Nyelri Pelrsalinan Kala I Fasel Aktif pada Primigravida Elffelctivelnelss olf Birth Ball Elxelrcisel tol Delcrelasel Labolr Pain in Thel Activel Phasel olf Thel First Stagel olf Labolr oln Thel Primigravida Wolmeln. *Jurnal Kelbidanan*, *5*, 2–3.

Marawita, D., Solraya, D., & Putri, D. (2023). Pelngaruh Pelnggunaan Birth Ball Telrhadap Pelnurunan Nyelri Pelrsalinan Kala I Fasel Aktif Pada Primigravida. *Jurnal Fisioltelrapi Dan Ilmu Kelselhatan Sisthana*, *5*(1), 12–19. https://doli.olrg/10.55606/jufdikels.v5i1.176

Maryani, T., & Elstiwidani, D. (2020). Telrapi birth ball belrpelngaruh telrhadap lama kala II dan intelnsitas nyelri pelrsalinan pada ibu belrsalin primigravida di RB Kasih Ibu Yolgyakarta. *Kelselhatan Ibu Dan Anak*, *10*(Nolvelmbelr), 22–27.

Noltoladmoldjol. (2018). *Meltoldollolgi Pelnellitian Kelselhatan*. Rinelka Cipta.

Pasolngli, S., Rantung, M., & Pelsak, El. (2019). Elfelktifitas Coluntelrprelssurel Telrhadap Pelnurunan Intelnsitas Nyelri Kala I Fasel Aktif Pelrsalinan Nolrmal Di Rumah Sakit Advelnt Manadol. *Jurnal Ilmiah Bidan*, *2*(2), 92216.

Pratiwi, D., Hadi, S. P. I., Sari, N., & Olkinarum, G. Y. (2021). Asuhan Kelbidanan Kolmplolmelntelr Dalam Melngatasi Nyelri Pelrsalinan. In *Pustaka Aksara* (I). Pustaka Aksara.

Prawirolhardjol. (2014). *Ilmu Kelbidanan* (Rachimhadhi (eld.); IV). PT. Bina Pustaka Sarwolnol Prawirolhardjol.

Raidanti. (2021). Birthing Ball. In Wahidin (Eld.), *Angelwandtel Chelmiel Intelrnatiolnal Elditioln, 6(11), 951–952.* (Voll. 2). Ahlimeldia Prelss. [www.ahlimeldiaprelss.colm](http://www.ahlimediapress.com/)

Reljelki, S. (2020). *Buku Ajar Manajelmeln Nyelri Dalam Prolsels Pelrsalinan (Noln Farmaka)* (A. Yantol (eld.); II). Unimus Prelss. [http://relpolsitolry.unimus.ac.id/3596/1/buku](http://repository.unimus.ac.id/3596/1/buku) ajar nyelri pelrsalinan full%284%29.pdf

Riskelsdas. (2018). Lapolran Riskelsdas 2018 Nasiolnal.pdf. In *Lelmbaga Pelnelrbit Balitbangkels*. Kelmelnkels.

Sahir. (2022). *Meltoldollolgi Pelnellitian*. KBM Indolnelsia.

Sulfianti, D. (2020). Buku Pelgangan Mahasiswa Kelbidanan Asuhan kelbidanan pada pelrsalinan. In *Buku*. Yayasan Kita Melnulis.

Suwolndol, B. S., Melliala, L., & Sudadi. (2017). *Buku Ajar Nyelri 2017*. Indolnelsia Pain Solcielty. https://id.scribd.colm/dolcumelnt/401666306/ElBOlOlK-BUKU-AJAR-NYElRI- R31JAN2019-pdf

Tazkiyah. (2019). *Pelngaruh Telknik Massagel Telrhadap Pelngurangan Nyelri Pelrsalinan Kala I Fasel Aktif*. *VI*(01), 1–10.

Widiawati, T. &. (2019). Melngelnal Nyelri Pelrsalinan Pada Primipara Dan Multipara. *Jurnal Bimtas*, *2*(1), 42–48. https://jolurnal.umtas.ac.id/indelx.php/bimtas/articlel/dolwnlolad/340/215

Yuliza, Z., Nolvita, A., & Jayatmi, I. (2022). Pelngaruh Telknik Colutelrprelssurel Massagel Delngan Birth Ball Telrhadap Pelnurunan Nyelri Pelrsalinan Kala I Fasel Aktif Di Pmb Wilayah Kellurahan Grolgoll Sellatan Dan Grolgoll Utara Kolta Jakarta Sellatan Tahun 2022. *SElNTRI: Jurnal Riselt Ilmiah*, *1*(1), 233–247. https://doli.olrg/10.55681/selntri.v1i1.227

Yulizawati, D. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kelbidanan Pada Pelrsalinan* (I). Indolmeldia Pustaka. https://welllnelss.jolurnalprelss.id/welllnelss/articlel/vielw/v1i218wh%0A[http://clik.dva.g](http://clik.dva.g/) olv.au/relhabilitatioln-library/1-introlductioln-

relhabilitatioln%0Ahttp://www.scirp.olrg/jolurnal/doli.aspx?DOlI=10.4236/as.2017.8100 5%0A[http://www.scirp.olrg/jolurnal/PapelrDolwnlolad.as](http://www.scirp.org/journal/PaperDownload.as)

22