

## Efektivitas Kompres Hangat Dalam Menurunkan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di TPMB Hasmah Galesong Utara

### *Effectiveness of Warm Compresses in Lowering the Pain Scale in Labor Stage I Active Phase at TPMB Hasmah Galesong Utara*

Marhaeni<sup>1</sup>, Zulaeha Amdadi<sup>2</sup>, Maria Sonda<sup>3</sup>, A. Ummul Haeria<sup>4</sup>

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar

\*Email: [marhaenisyarifa28@gmail.com](mailto:marhaenisyarifa28@gmail.com)

#### ABSTRACT

The definite signs of labor include pain caused by the contraction of the uterine muscles which causes pain in the waist, abdominal area and radiates in other directions. Management of labor pain using non-pharmacological is considered safer, effective without adverse effects for the mother and fetus, one of the non-pharmacological therapies is warm water compresses. In this study using a form of quasi-experiment research. The type of research used is One group pre-post test design without a comparison group. Using univariate and bivariate tests presented in the form of tables and narratives. The results of the statistical test obtained a p value of 0.000 with a degree of significance ( $\alpha$  0.05), it can be concluded that the results of  $p < \alpha$  mean that  $H_a$  is accepted, namely, there is an effectiveness of warm compresses in reducing the pain scale of labor phase I Active phase at TPMB hasmah North Galesong. After being given a warm compress who experienced mild pain as many as 26 (89.6%), who experienced moderate pain 1 (3.4%), while 2 (6.8%) didn't experience a decrease in severe pain in labor phase I active phase.

Keywords: Labor Pain, Warm Compress, Active Phase Phase I

#### ABSTRAK

Tanda pasti persalinan yaitu meliputi rasa nyeri oleh adanya his yang disebabkan karena kontraksi otot rahim yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah lain. Pengelolaan rasa nyeri persalinan menggunakan non farmakologis dinilai lebih aman, efektif tanpa efek yang merugikan bagi ibu dan janin, salah satu terapi non farmakologi yaitu kompres air hangat. Pada penelitian ini menggunakan bentuk penelitian quasi eksperiment. Jenis penelitian yang digunakan yaitu *One group pre-post test design* tanpa ada kelompok pembandingan. Menggunakan Uji univariat dan bivariat yang disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Hasil dari uji statistik diperoleh nilai p 0,000 dengan derajat kemaknaan ( $\alpha$  0,05), maka dapat disimpulkan bahwa hasil  $p < \alpha$  berarti  $H_a$  diterima yaitu ,ada efektivitas kompres hangat dalam menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase Aktif di TPMB hasmah Galesong Utara. Setelah diberikan kompres hangat yang mengalami nyeri ringan sebanyak 26 (89,6%), yang mengalami nyeri sedang 1 (3,4%), sedangkan 2 (6,8%) tidak mengalami penurunan nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif..

Kata Kunci: Nyeri Persalinan, Kompres Hangat, Kala I Fase Aktif

#### PENDAHULUAN

Nyeri dalam persalinan adalah bagian dari respon fisiologis dimana semua ibu mengalami dan merasakannya, namun respon tersebut memberikan kondisi dengan intensitas yang berbeda-beda, sehingga mempengaruhi psiko-logis ibu dan membutuhkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya selama proses persalinan berlangsung. Saat yang sesungguhnya dirasakan berat dan paling melelahkan, pada kebanyakan ibu bersalin merasakan nyeri persalinan pada saat kala I fase aktif. (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, 2021; RI, 2023)

Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019, di seluruh dunia, tercatat dalam kisaran 70% hingga 80% wanita yang melahirkan mengharapkan proses persalinan berjalan tanpa rasa nyeri. Akibatnya, banyak ibu yang melahirkan berupaya menghindari dari kondisi tersebut dan memilih persalinan secara *sectio* sesarea. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa sebagian besar ibu bersalin tidak mau mengalami rasa nyeri selama proses persalinan. (Dinas Kesehatan, 2021)

Berdasarkan data rutin Kesehatan Masyarakat di Indonesia tentang cakupan persalinan tahun 2022 sebesar 87,18% dari target 91% dengan cakupan indikator 95,80%. Jumlah sasaran ibu bersalin pada tahun 2022 sebanyak 4.675.360 orang, dengan jumlah ibu bersalin di fasilitas pelayanan kesehatan sebanyak 4.081.432 ibu bersalin. Sedangkan, berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2019 pelayanan persalinan sebesar 90,97%, sedangkan pada tahun 2020 cakupan pelayanan persalinan mengalami peningkatan yaitu sebesar 92,44% (Dinas Kesehatan, 2021) .

Rasa nyeri adalah tanda pasti persalinan oleh adanya his yang disebabkan karena kontraksi otot rahim yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah abdomen dan menjalar kearah lain. Berbagai upaya yang dapat dilakukan dalam mengurangi rasa nyeri selama proses persalinan antara lain secara farmakologis dan non farmakologis. Pengelolaan rasa nyeri persalinan menggunakan non farmakologis dinilai lebih aman, karena efektif tanpa efek yang merugikan bagi ibu dan janin. salah satu terapi non farmakologi untuk

mengurangi nyeri persalinan adalah kompres air hangat. adalah bentuk terapi yang digunakan dalam penelitian ini (Dubey and Lata, 2017).

Menurut hasil penelitian Sari & Ramadhani (2020) kompres air hangat lebih efektif dalam mengurangi rasa nyeri persalinan kala I. Ibu bersalin kala I fase aktif memiliki rasa sakit dengan rerata 3,28 lebih tinggi dibandingkan dengan ibu setelah dilakukan kompres air hangat dengan rerata 1,54. Hasil uji T-test dependen yaitu p-value  $0,0001 < 0,05$ . Sehingga ada perbedaan yang signifikan nyeri pada ibu yang memasuki persalinan kala I fase aktif sebelum diberikan kompres air hangat.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian *quasi* eksperimen, menggunakan *One group pre-post test design*, dimana hanya terdapat satu kelompok penelitian yang diukur sebelum dan sesudah perlakuan tanpa ada kelompok pembanding yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan dari eksperimen tersebut. Penelitian ini dilakukan di TPMB Hasmah Galesong Utara. dan pelaksanaannya dari bulan Maret sampai dengan bulan Mei tahun 2024.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu inpartu di TPMB Hasmah Galesong Utara sebanyak 29 orang, dimana pengambilan sampel yang digunakan dengan teknik *accidental sampling* menggunakan rumus *Slovin* (Dahlan, 2005), yang diambil berdasarkan kondisi subyek yang ada pada saat penelitian ini berlangsung yaitu seluruh ibu inpartu yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebesar 29 ibu inpartu (Chow *et al.*, 2018)..

Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer yang diperoleh langsung dari ibu inpartu kala I fase aktif. Instrumen Penelitian yang digunakan berupa lembar observasi untuk mengukur skala nyeri persalinan menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*) dari *Wong-Baker Faces Pain Rating Scale*, yang selanjutnya diperoleh data primer digunakan di ruang bersalin dengan cara mengobservasi langsung kepada pasien dengan menggunakan lembar observasi yang telah dipersiapkan sebelumnya. (Labor and Maguire, 2008)

Data yang diperoleh kemudian diolah menggunakan perangkat lunak komputerisasi dengan proses mulai dari *editing, coding, entry, data cleaning, data tabulating*, dengan menggunakan SPSS versi 22 yang dianalisis secara univariate untuk melihat karakteristik dari variabel yang diteliti, serta dilakukan analisis bivariat menggunakan Uji *T-Test*. untuk membuktikan adanya pengaruh hasil eksperimen sebagai variabel independen terhadap efek yakni nyeri persalinan sebagai variabel dependen untuk kemudian disajikan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi karakteristik responden dalam Efektivitas Kompres Hangat dalam Menurunkan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di TPMB Hasmah Galesong Utara**

Karakteristik	Frekuensi (N)	Presentase (%)
19 – 25	14	48,1
26 – 32	13	44,6
33 – 39	2	6,8
SD	4	13,8
SMP	9	31,0
SMA	16	55,2
IRT	29	1
Primigravida	6	20,7
Multigravida	23	79,3

**Sumber:** *Data Primer, 2024 (n : 29)*

Berdasarkan data hasil analisis pada tabel 1 didapatkan distribusi frekuensi responden, menurut umur terbanyak 19-25 tahun yakni 14 orang (48,1%), disusul umur 26 – 32 sebanyak 13 orang (44,6) dan minoritas umur 33-39 tahun sebanyak 2 orang (6,8%). Menurut pendidikan mayoritas sebanyak 16 (55,2%) ibu dengan pendidikan SMA, dan minoritas 4 (13,8%) ibu dengan pendidikan SD. Menurut pekerjaan 29 (100%) mayoritas ibu dengan Ibu Rumah Tangga (IRT). Dan menurut paritas diperoleh data bahwa mayoritas 23 (79,3%) ibu dengan multigravida dan minoritas 6 (20,7%) ibu dengan primigravida.

**Tabel 2.** Distribusi intensitas nyeri persalinan sebelum dan setelah 20 menit diberikan kompres hangat

Pre Test	Post Test			Total
	Nyeri Ringan	Nyeri sedang	Nyeri Berat	
Nyeri Sedang	26	0	0	26
Nyeri Berat	0	1	2	3
Total	26	1	2	29

**Sumber :** Data Primer, 2024 (n : 26)

Data pada tabel 2 yang diperoleh sebelum diberikan kompres hangat selama 20 menit mayoritas responden mengalami nyeri sedang sebanyak 26 (89,6%), dan minoritas responden mengalami nyeri berat sebanyak 3 (10,3%). Selanjutnya setelah diberikan kompres hangat selama 20 menit mayoritas responden yang mengalami nyeri sedang menurun menjadi nyeri ringan sebanyak 26 (89,6%), dan minoritas responden yang mengalami nyeri berat menurun menjadi nyeri sedang sebanyak 1(3,4%). Sedangkan 2 (6,8%) responden memiliki skala nyeri yang sama baik sebelum maupun sesudah diberikan kompres hangat.

**Tabel 3:** Efektivitas kompres hangat dalam menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase aktif di TPMB hasmah Galesong Utara Maret-Mei 2024

One-Sample Test	
Test Value = 0	
Sig. (2-tailed)	
Pre	.000
Post	.000

**Sumber :** Data Primer, 2024

Setelah dilakukan intervensi berupa pemberian kompres hangat berdasarkan tabel 3 hasil dari uji statistic diperoleh nilai  $p = 0,000$  dengan derajat kemaknaan ( $\alpha = 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa hasil  $p < \alpha$  berarti  $H_a$  diterima yaitu ,ada efektivitas kompres hangat dalam menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase Aktif di TPMB hasmah Galesong Utara.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di TPMB Hasmah Galesong Utara didapatkan sebanyak 26 (89,6%) responden mengalami nyeri sedang dan sebanyak 3 (10,3%) responden mengalami nyeri berat sebelum diberi kompres hangat. Sedangkan, sesudah diberikan kompres hangat nyeri sedang mengalami penurunan sebanyak 26 (89,6%) menjadi nyeri ringan, sedangkan, nyeri berat mengalami penurunan sebanyak 1 (3,4%) menjadi nyeri sedang, dan 2 (6,8%) tidak mengalami penurunan nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif, sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil nilai sig. nilai  $p = 0,000$  dengan derajat kemaknaan ( $\alpha = 0,05$ ) bahwa  $p < \alpha$  berarti  $H_a$  diterima yaitu ,ada efektivitas kompres hangat dalam menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase Aktif di TPMB hasmah Galesong Utara.

Kompres panas terbukti efektif dalam menurunkan nyeri persalinan. Pada saat penelitian, peneliti juga melakukan komunikasi dengan responden pada saat diberikan kompres hangat selama 20 menit dengan mempertanyakan bagaimana perasaan responden saat ini, apakah ada pengaruh dari pemberian kompres hangat atau tidak. Kompres hangat merupakan tindakan untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan rasa nyeri, dan mencegah terjadinya spasme otot. Rasa hangat yang diberikan pada punggung ibu di area tempat kepala janin menekan tulang belakang kepala akan mengurangi rasa nyeri, panas akan meningkatkan sirkulasi ke area tersebut sehingga memperbaiki anoksia jaringan yang disebabkan oleh tekanan (Mintaningtyas, Isnaini and Lestari, 2023).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh Sari & Ramadhani (2020) kompres air hangat lebih efektif dalam mengurangi rasa nyeri persalinan kala I. Ibu bersalin kala I fase aktif memiliki rasa sakit dengan rata-rata 3,28 lebih tinggi dibandingkan dengan ibu setelah dilakukan kompres air hangat dengan rata-rata 1,54. Hasil analisis t-test dependen yaitu p-value 0,0001 ( $p < 0,05$ ). Sehingga ada perbedaan yang signifikan nyeri pada ibu yang memasuki persalinan kala I fase aktif sebelum diberikan kompres air hangat.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Irawati et al., (2019), pemberian kompres hangat pada daerah *sacrum* ibu dapat mengurangi nyeri persalinan. Pemberian kompres hangat pada daerah punggung akan memberikan signal ke hipotalamus melalui *spinal cord*, Ketika reseptor yang peka terhadap panas dihipotalamus dirangsang system efektor mengeluarkan signal yang ditandai dengan keluar keringat dan vasodilatasi perifer.

Hasil penelitian lainnya juga dilakukan oleh Nufra & Azimar (2019) berdasarkan hasil penelitian diperoleh terdapat perbedaan yang signifikan pada rasa nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Setelah di analisis menggunakan *uji wilcoxon* didapat nilai  $p$  value  $(0,000) < \alpha (0,05)$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian dengan tema Efektivitas Kompres Hangat Dalam Menurunkan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di TPMB Hasmah Galesong Utara, terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan kompres air hangat selama 20 menit didapatkan 89,6% yang mengalami nyeri sedang berubah drastis setelah dilakukan kompres air hangat menjadi 89,6% dengan nyeri ringan, sementara ibu dengan nyeri berat 10,3% turun menjadi 3,4%, dan sisanya hanya 6,8% yang tetap mengeluh dengan nyeri berat. Artinya bahwa pemberian kompres air hangat efektif mengurangi nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif dengan hasil uji statistik *signed t-test* yang dilakukan diperoleh angka kritis atau  $p$ -value (nilai  $p = 0,000$ ) yang jauh lebih rendah dari norma umum yaitu 0,05 dan menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif ( $p < \alpha$ ), bahwa ibu pada kala I fase aktif rentan terhadap nyeri namun dapat menurun dengan pemberian kompres air hangat selama 20 menit.

### **Saran**

Berdasar pada hasil dan Kesimpulan penelitian ini, disarankan perlunya dilakukan kompres hangat dalam menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase Aktif mengingat Teknik tersebut non farmakologis yang cukup efektif dengan dampak yang minim baik bagi ibu maupun bayi yang dilahirkan;

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada bpk Dr. Drs. Rusli, Apt., Sp,FRS selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar yang telah memberi izin untuk terlaksananya penelitian ini, juga kepada ibu Hasmah selaku kepala TPMB Galesong Utara yang telah memfasilitasi kami dalam penelitian ini, serta team peneliti, terkhusus kepada segenap ibu bersalin atas kesediaannya ikut berpartisipasi demi terlaksananya penelitian.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Chow, S.-C. *et al.* (2018) *Sample Size Calculations in Clinical Research Third Edition*. 3rd edn, CRC Press Taylor & Francis Group. 3rd edn. New York: CRC Press Taylor & Francis Group.
- Dahlan, S. (2005) *Besar Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Seri Eviden. Jakarta: PT. ARKANS.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan (2021) *Laporan Kinerja Instansi Pemerintah (LKIP) Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, Laporan Kinerja Instansi Pemerintah (LKIP)*.
- Dinas Kesehatan, S.S. (2021) 'Profil Kesehatan 2021 Provinsi Sulawesi Selatan', *Sik*, pp. 1–333.
- Dubey, S. and Lata, S. (2017) 'Self-Comforting Techniques and Non-Pharmacologic Methods to Relieve Pain During Labor', *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 6(1), pp. 1594–1599. Available at: <https://doi.org/10.21275/art20164262>.
- Irawati, Muliani and Asryad, G. (2019) 'Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif', 2 no.1.
- Kesehatan, K.M.K. (2022) 'Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah Tahun 2022'.
- Labor, S. and Maguire, S. (2008) 'The Pain of Labour', 2(2), pp. 15–19.
- Mintaningtyas, S.I., Isnaini, Y.S. and Lestari, L.D.P. (2023) *Buku Ajar Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. pertama. Edited by M. Nasrudin. Pekalongan, Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management.
- Nufra, Y.A. and Azimar (2019) 'Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif di bidan praktek mandiri Yulia Fonna SKM desa lipah rayeuk kecamatan jeumpa kabupaten bireuen tahun 2019', 5 no.2.

Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan (2021) *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan*.

RI, K.K. (2023) *Laporan Kinerja Sekretariat Ditjen Kesehatan Masyarakat Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes R.I.

Sari, M.H.N. and Anis Alina, R. (2020) 'Kompres Air Hangat dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I', *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 7(kala I), pp. 86–87.