

PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF

THE EFFECT OF WARM COMPRESSES ON REDUCING LABOR PAIN IN 1 ACTIVE PHASE

¹Hilda Humaira*, ²Prasetyaningsih, ³Hendro Zalmadani

^{1,2,3}STIKes Piala Sakti Pariaman

Jl. Diponegoro, Kp. Pd., Pariaman Tengah, Kota Pariaman, Sumatera Barat 25512

*Email: hildahumaira@gmail.com

Naskah Masuk: 01 Desember 2024

Naskah Diterima: 15 Desember 2024

Naskah Disetujui: 21 Desember 2024

ABSTRACT

Labor pain is one of the most prominent aspects and often causes discomfort to the mother during the labor process, especially during the first stage of the active phase. This study aims to determine the effect of warm compresses on reducing pain intensity in mothers giving birth at TPMB Hj. Yetti Latif S. ST. The research method used was quasi-experimental with a pre-test and post-test design without a control group. A total of 15 mothers giving birth during the first active phase were selected as respondents using an accidental sampling technique. Pain intensity was measured using a numerical scale before and after the warm compress intervention. The results of the study showed a significant reduction in pain intensity after administering a warm compress, with an average reduction in pain of 3 points on a numerical scale ($p < 0.05$). The results of the univariate analysis found that 87% of women in labor experienced a reduction in labor pain in the first stage of the active phase from severe to moderate after applying a warm compress and 13% experienced a reduction from very severe to severe pain. Bivariate analysis found a p -value ($p < 0.05$), meaning that there was a significant relationship between the effect of warm compresses and a decrease in the intensity of labor pain in the first active phase ($p = 0.001$). The conclusion of this research is that warm compresses are effective in reducing the intensity of labor pain in the active phase of the first stage and can be one of the non-pharmacological interventions recommended in birthing facilities. The implementation of this method is expected to increase maternal comfort during labor and minimize the need for more invasive medical interventions.

Keywords: Warm Compress, First Stage Labor Pain Active phase.

ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan salah satu aspek yang paling menonjol dan sering kali menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu selama proses persalinan, khususnya pada kala I fase aktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin di TPMB Hj. Yetti Latif S. ST. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan desain *pre-test* dan *post-test* tanpa kelompok kontrol. Sebanyak 15 ibu bersalin kala I fase aktif dipilih sebagai responden dengan teknik *accidental sampling*. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan skala numerik sebelum dan sesudah intervensi kompres hangat. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan pada intensitas nyeri setelah pemberian kompres hangat, dengan rata-rata penurunan nyeri sebesar 3 poin pada skala numerik ($p < 0,05$). Kompres hangat memberikan efek relaksasi yang dapat meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi ketegangan otot, sehingga membantu mengurangi persepsi nyeri pada ibu bersalin. Hasil analisa univariat ditemukan 87% ibu bersalin mengalami penurunan nyeri persalinan Kala I Fase aktif dari berat ke sedang setelah dilakukan kompres hangat dan 13% mengalami penurunan dari nyeri sangat berat ke berat. Analisis bivariat ditemukan nilai p -value ($p < 0,05$) artinya terdapat hubungan bermakna antara Pengaruh kompres hangat dengan Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif ($p = 0,001$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah kompres hangat efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif dan menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang direkomendasikan di fasilitas persalinan. Implementasi metode ini diharapkan dapat meningkatkan kenyamanan ibu selama persalinan dan meminimalkan kebutuhan intervensi medis yang lebih invasif.

Kata Kunci: Kompres Hangat, Nyeri Persalinan Kala I Fase aktif.

PENDAHULUAN

Persalinan pada ibu hamil yaitu suatu proses secara fisiologis dapat menyertai kehidupan hampir semua wanita. Pada saat metode persalinan ini identik dengan rasa nyeri saat dijalannya. Selama proses persalinan akan terjadi penurunan pada kepala kedalam rongga panggul dengan menekan syaraf pudendal yang menyebabkan timbulnya sensasi rasa nyeri yang dialami pada ibu bersalin. Selain itu, nyeri persalinan juga dapat mengakibatkan kontraksi secara langsung serta menimbulkan adanya ketidaknyaman dan stress pada ibu. Apabila stress yang dirasa tidak berkurang, maka biasa menyebabkan respons nyeri yang sangat berlebihan (Adreinie, 2016:311).

Menurut *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2021, AKI di Asean yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup. Menurut data dari program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan, AKI meningkat setiap tahun.

Data Dinkes Sumatera Barat menyebutkan sebanyak 113 ibu hamil meninggal dunia tahun 2022, sedangkan tahun 2021 terdapat 193 kasus ibu meninggal. Hal ini menunjukkan bahwa AKI di Indonesia masih tinggi yaitu 70/100.000 kelahiran hidup (RakedarKes, 2022).

Proses persalinan menggambarkan salah satu terjadinya intensitas nyeri yang semakin kuat untuk dirasakannya. Rasa nyeri yang dirasakan saat kontraksi yang berhubungan dengan derajat serta kelancaran dilatasi serviks serta segmen uterus bawah, dimana pada saat proses persalinan dapat mencapai perkembangan, meningkatnya intensitas setiap kontraksi, mendapatkan intensitas rasa nyeri yang lebih luas.

Penelitian Fitriyaningsih, dan Wandanit (2020: 26) yang berjudul pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif diperoleh hasil nilai $p < 0,05$ yang berarti setelah pemberian kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh metode kompres hangat terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif.

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah *quasi experimental* dengan rancangan *One group pretest-posttest design* dengan menggunakan lembar observasi dan *Numeric Rating Scale*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di TPMB Hj. Yetti latif yang hari perkiraan lahirnya (HPL) bulan Juli sampai Agustus 2024 yang berjumlah 32 orang, sampel dalam penelitian ini diambil sebanyak 15 orang menggunakan teknik *accidental sampling*. Teknik pengolahan data dilakukan secara komputersasi menggunakan uji Normalitas *Saphiro Wilk* dan *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian Analisa Univariat

Tabel 1. Gambaran skala nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum (*pretest*) diberikan kompres hangat

No.	Tingkat Nyeri	F	%
1.	Ringan	0	0
2.	Sedang	0	0
3.	Berat	13	87
4.	Sangat Berat	2	13
Total		15	100

Berdasarkan Tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa mayoritas responden mengalami nyeri persalinan berat sebelum diberikan kompres air hangat yaitu 13 orang (87.00%). Tingkat nyeri responden setelah diberikan terapi air hangat dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Gambaran skala nyeri persalinan kala I fase aktif setelah (postest) diberikan kompres hangat

No.	Tingkat Nyeri	F	%
1.	Ringan	0	0
2.	Sedang	0	0
3.	Berat	13	87
4.	Sangat Berat	2	13
Total		15	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 15 (100%) responden, 13 (87%) orang mengalami penurunan tingkat nyeri sedang, dan 2 (13%) orang mengalami nyeri berat dan. Nyeri ringan dan sangat berat tidak ditemukan.

Analisa Bivariat

Sebelum dianalisis bivariat, data terlebih dahulu diuji normalitasnya untuk mengetahui distribusi normal atau tidak. Uji normalitas data menggunakan *shapiro-wilk* dikarenakan data kurang dari 50 sampel. Jika data > 0.05 data dinyatakan berdistribusi normal. Jika uji signifikan normalitas kurang dari 0.05 data dinyatakan berdistribusi tidak normal. Hasil uji jnormalitas dapat terlihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Uji Normalitas Nyeri Persalinan Kala I FaseAktif

Kelompok	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Sebelum	0.413	15	0.001
Sesudah	0.499	15	0.001

Berdasarkan tabel di atas pada uji normalitas dengan menggunakan *Shapiro-wilk* signifikan $0.001 < 0.05$ pada sebelum dan $0.001 < 0.05$ pada sesudah maka dapat disimpulkan bahwa

pada penelitian ini data berdistribusi tidak normal. Oleh karena itu, data dilanjutkan uji Wilcoxon seperti terlihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Pengaruh kompres hangat dengan penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Hj. Yetti Latief S.ST tahun 2024.

Kelompok	N	Mean	SD	Min - max	P - value
Pretest	15	3.13	0,325	3-4	
Posttest	15	2.20	0,414	2-3	0,001

Berdasarkan tabel diatas hasil uji non parametrik *Wilcoxon* adalah sebesar 0,001. Berdasarkan nilai p value $0,001 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh kompres hangat dengan penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif.

2. Pembahasan Analisis Univariat

Nyeri Persalinan Kala I Fase aktif sebelum (pretest) diberikan kompres hangat.

Setelah intervensi dilakukan, maka didapatkan hasil pengamatan terhadap 15 responden dengan Nyeri persalinan kala I fase aktif, diperoleh 13 (87%) orang mengalami nyeri persalinan berat dan 2 (13%) orang mengalami nyeri sangat berat, sehingga dapat dikatakan bahwa sebelum dilakukan intervensi rata-rata nyeri persalinan kala I fase aktif yaitu Minimum 3 (berat) maksimum 4 (sangat berat).

Nyeri persalinan kala I, terutama pada fase aktif, disebabkan oleh kontraksi uterus yang kuat dan teratur, serta dilatasi serviks. Kontraksi ini menekan pembuluh darah di

miometrium, menyebabkan iskemia jaringan dan pelepasan zat-zat yang merangsang reseptor nyeri. Rasa nyeri ini juga disebabkan oleh regangan pada ligamen dan jaringan sekitar rahim, serta tekanan pada struktur di daerah pelvis. (Cunningham, et al. :2022, 300).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Simkin & O'Hara (2018, 131-159), menemukan bahwa penggunaan kompres hangat secara signifikan mengurangi intensitas nyeri selama persalinan. Rata-rata skor nyeri pada kelompok yang menggunakan kompres hangat lebih rendah dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi tersebut. Kompres hangat efektif dalam mengurangi nyeri persalinan, membantu relaksasi otot, dan memberikan rasa nyaman pada ibu hamil selama fase aktif persalinan.

Berdasarkan literatur yang ada, asumsi awal peneliti bisa menyatakan bahwa kompres hangat akan menurunkan intensitas nyeri selama fase aktif persalinan. Asumsi ini didukung oleh mekanisme fisiologis dan bukti empiris dari penelitian terdahulu. Mayoritas ibu hamil akan merespons positif terhadap intervensi kompres hangat, dengan penurunan signifikan pada intensitas nyeri, faktor-faktor seperti paritas, usia, dan posisi janin mungkin memoderasi efek kompres hangat pada nyeri persalinan.

Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif setelah (*postest*) diberikan Kompres Hangat.

Setelah intervensi dilakukan, didapatkan hasil dari 15 responden, 13

orang (87%) diantaranya mengalami penurunan nyeri berat kesedang dan 2 orang (13%) mengalami penurunan dari nyeri sangat berat ke berat, sehingga dapat dikatakan bahwa setelah dilakukan intervensi rata-rata nyeri persalinan kali I fase aktif mengalami penurunan dengan selisih nilai rata-rata sebesar 0,93, dengan minimum 2 maksimal 3.

Nyeri persalinan biasanya bersifat viseral dan berlokasi di bagian perut bawah, punggung bawah, dan kadang menjalar ke paha. Pada fase aktif, nyeri cenderung lebih tajam, berulang, dan semakin kuat dengan frekuensi kontraksi yang meningkat (Hodnett et al.; 2019, 1-15).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Simkin & O'Hara (2018, 131-159), Penelitian ini menunjukkan bahwa berbagai teknik non-farmakologis, termasuk kompres hangat, sangat efektif dalam mengurangi intensitas nyeri selama persalinan. Penggunaan kompres hangat pada area punggung bawah dan perut terbukti menurunkan skor nyeri secara signifikan. Pasien yang menerima kompres hangat melaporkan penurunan nyeri yang konsisten dan kepuasan yang lebih tinggi terhadap pengalaman persalinan mereka.

Menurut asumsi peneliti, Teknik non-farmakologis seperti kompres hangat harus dipertimbangkan sebagai bagian dari manajemen nyeri standar selama persalinan, terutama untuk ibu yang memilih metode alami untuk mengatasi nyeri.

Analisis Bivariat

Pengaruh Kompres hangat dengan penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Hj.Yetti Latif S.ST Tahun 2024.

Dari hasil penelitian ini dengan uji nonparametrik didapatkan nilai *p value* sebesar $0,001 < 0,05$. Karena itu hasil uji signifikan nonparametrik berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hale & Fenwick (2018, 234-245). Penelitian ini melibatkan 100 ibu hamil yang dibagi menjadi dua kelompok: satu kelompok menerima kompres hangat, sementara yang lain tidak. Hasil menunjukkan bahwa kelompok yang menerima kompres hangat mengalami penurunan nyeri yang lebih besar (rata-rata penurunan 3,5 poin pada skalanyeri) dibandingkan dengan kelompok kontrol (penurunan 1,2 poin). Hasil ini signifikan secara statistik ($p < 0,01$).

Kompres hangat adalah salah satu metode non-farmakologis yang digunakan untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan selama persalinan. Penggunaan kompres hangat melibatkan penerapan suhu hangat pada area tertentu tubuh untuk meredakan ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi darah, dan mengurangi rasa nyeri, Kompres hangat membantu dalam meningkatkan aliran darah ke area yang diterapkan. Peningkatan sirkulasi dapat membantu mengurangi iskemia (kekurangan oksigen pada jaringan) dan meningkatkan pengiriman oksigen serta nutrisi ke jaringan yang tertekan. (Smith, 2022, 130-142.).

Menurut teori Gerbang Kontrol Nyeri, stimulasi non-nociceptif (seperti suhu hangat) dapat mengaktifkan reseptor sensorik di kulit dan jaringan

subkutan, yang bersaing dengan sinyal nyeri dalam jalur saraf (Kozlowski & Hooten, 2022, 12-15).

Menurut asumsi peneliti, Kompres hangat dapat diterapkan dengan berbagai cara dan pada berbagai area tubuh, dan memahami mekanisme kerjanya dapat membantu dalam merancang strategi pengelolaan nyeri yang efektif karna kompres hangat adalah salah satu metode nonfarmakologi yang mudah digunakandan hemat biaya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa responden mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif pada saat sebelum dilakukan intervensi mayoritas mengalami nyeri berat (87%). Rata-rata frekuensi nyeri persalinan kala I fase aktif setelah dilakukan intervensi mengalami penurunan dari nyeri sangat berat ke berat dan dari nyeri berat kesedang. Ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Hj. Yetti Latif, S.ST tahun 2024 ($p\text{-value} = 0.0001 < 005$).

SARAN

Saran peneliti pada responden dan PMB adalah menerapkan kompres hangat selama 20 menit selama fase aktif persalinan dan memastikan bahwa mendapatkan informasi yang cukup tentang prosedur kompres hangat sebelum intervensi untuk meminimalkan

kecemasan dan meningkatkan efektivitasan terapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Cunningham, F. G., et al. (2022). *Williams Obstetrics* (26th ed.). McGraw-Hill Education. p.300.
- Simkin, P., & O'Hara, M. (2018). Nonpharmacologic Relief of Pain During Labor: Systematic Reviews of Five Methods. *American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 186(5), S131-S159.
- Hodnett, E. D., et al. (2019). Continuous support for women during childbirth. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.
- Kozlowski, K., & Hooten, W. M. (2022). "Heat and cold therapy for pain management: An updated review." *Current Pain and Headache Reports*, 26(1), 12. doi:10.1007/s11916-021-00986-0
- Agustiningrum, R. D. (2015). *Quasy eksperimental* (Vol. 07, Issue August 2018).
- Akbarzadeh, M., Nematollahi, A., Farahmand, M., & Amooee, S. (2018). *The Effect of Two-Staged Warm Compress on the Pain Duration of First and Second Labor Stages and Apgar Score in Prim Gravida Women: a Randomized Clinical Trial*. *Journal of Caring Sciences*, 7(1), 21–26.
- Griselli Saragih, Ermala Sari, R. F. (2017). Pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan IMELDA*, 3(2), 271–278.
- Hariyono. (2020). *Buku Pedoman Penyusunan Skripsi*. 35, 46.
- Irawati, I., Muliani, M., & Arsyad, G. (2019). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Inpartu Kala Satu Fase Aktif. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(3), 157.
- Isnaini, N., & Wardani, S. (2017). Pengaruh Kompres Sangat Pada Punggung Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I, di RSUD Sukadana Kabupaten Lampung Timur. *Jurnal Dunia Kesmas*, 6(4).
- Kusumawardani, Y. M. (2019). *Klasifikasi Persalinan Normal atau Caesar Menggunakan Algoritma C4.5*. 8(5), 55.
- Nufra, yolla asmaul, & 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. *The Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 5(2), 362–372.
- Panjaitan, E. A., Idriani, & Sulaeman, S. (2020). Pengaruh Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Normal Kala I Fase Aktif di RSUD Koja Jakarta Utara. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Medisina AKPER YPIB Majalengka*, VI, 1–14.
- Profil kesehatan indonesia. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2018* (Vol. 1227, Issue July).
- Rizkiya, M. W. (2018). *DI BPM kota Palembang skripsi program studi D-IV kebidanan*.
- Sugeng Triyani, T. E. (2019). Efektifitas Manajemen Nyeri

Dengan Kompres Dan
Relaksasi Terhadap Nyeri Saat
Persalinan Kala I Fase Aktif. 2-
TRIK: TunasTunas RisetKesehatan,
53(9), 1689–1699.