

**PENGARUH MASSAGE COUNTERPRESSURE TERHADAP PENURUNAN NYERI IBU
POST SECTIO CAESAREA DI RSU KABUPATEN MANOKWARI****Sestu Iriami Mintaningtyas^{1*}, Yuni Subhi Isnaini²**¹⁻²Politeknik Kesehatan Sorong Jurusan Kebidanan

Email Korespondensi: sestutyas85@gmail.com

Disubmit: 24 Agustus 2023

Diterima: 07 Oktober 2023

Diterbitkan: 01 November 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i11.11785>**ABSTRACT**

Delivery by sectio caesarea (SC) is the act of dividing the mother's abdomen with an incision to remove the baby. SC surgery causes pain in the incision area which occurs due to changes in tissue continuity and will gradually recover over 6 weeks, while recovery from numbness, soreness or itching around the wound can last up to 6 months. Non-pharmacological methods in pain management aim to shorten the intensity of pain, one of the methods in reducing post sectio caesarea pain is by means of Counterpressure Massage. The purpose of this study was to evaluate the effect of Counterpressure Massage on reducing post-sectio caesarea maternal pain at the Manokwari District Public Hospital. This study analyzes the intensity of pain after being given a Counterpressure Massage. This type of research is a quasy experiment with a research design of One group Pre-post test with control group. The sample in this study was Mrs. Post Sectio Caesarea in the working area of the Manokwari Regency Public Hospital with 32 respondents using Acidental Sampling. This study conducted an analysis before and after being given a Counterpressure Massage intervention with a duration of 15-20 minutes carried out for 3-4 days according to the SOP for Massage Counterpressure. The research instrument used was the Numeric Rating Scale (NRS) questionnaire. The data taken is primary data and data analysis using parametric and non-parametric tests. The results showed that there were differences in pain intensity scores before and after treatment in the intervention group with a p value <a value (0.05). The conclusion is that Counterpressure Massage has an effect on reducing pain intensity in post sectio caesarea mothers after being given intervention.

Keywords: *Mother Post Sectio Caesarea, Pain Intensity, Counterpressure Massage*

ABSTRAK

Persalinan secara sectio caesarea (SC) merupakan Tindakan pembelahan abdomen ibu dengan irisan untuk mengeluarkan bayinya. Tindakan operasi SC menimbulkan nyeri di daerah luka insisi yang terjadi karena perubahan kontinuitas jaringan dan akan berangsur pulih selama 6 minggu, sedangkan pemulihan masalah kebas, pegal atau gatal disekitar luka dapat berlangsung sampai 6 bulan. Metode non farmakologi dalam penanganan nyeri bertujuan untuk mempersingkat intensitas nyeri, salah satu metode dalam pengurangan nyeri post sectio caesarea yaitu dengan cara *Massage Counterpressure*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi pengaruh *Massage Counterpressure*

terhadap penurunan nyeri Ibu post sectio caesarea di RSUD Kabupaten Manokwari. Penelitian ini melakukan analisis intensitas nyeri setelah diberikan *Massage Counterpressure*. Jenis penelitian ini adalah *quasy experiment* dengan rancangan penelitian *One group Pre-post test with control group*. sampel dalam penelitian ini adalah Ibu Post Sectio Caesarea yang berada di wilayah kerja RSUD Kabupaten Manokwari sebanyak 32 responden dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan *Acidental Sampling*. Penelitian ini melakukan analisis sebelum dan setelah diberikan intervensi *Massage Counterpressure* durasi 15-20 menit dilakukan selama 3-4 hari sesuai SOP *Massage Counterpressure*. Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner *Numeric Rating Scale (NRS)*. Data yang diambil merupakan data primer dan Analisa data menggunakan uji parametrik dan non parametrik test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dengan nilai p value < nilai α (0,05). Kesimpulan yaitu *Massage Counterpressure* berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea setelah diberikan intervensi.

Kata Kunci : Ibu Post Sectio Caesarea, Intensitas Nyeri, *Massage Counterpressure*

PENDAHULUAN

Persalinan secara *Sectio Caesarea (SC)* merupakan Tindakan pembelahan abdomen ibu dengan irisan untuk mengeluarkan bayinya. Tindakan operasi SC menimbulkan nyeri di daerah luka insisi yang terjadi karena perubahan kontinuitas jaringan dan akan berangsur pulih selama 6 minggu, sedangkan pemulihan masalah sara kebas, pegal atau gatal disekitar luka dapat berlangsung sampai 6 bulan. (Mansour Lamadah, 2016)

Akibat rasa nyeri dari tindakan insisi akan mengganggu ibu dalam memberikan *Bounding attachment* dan *Inisiasi Menyusu dini (IMD)* kepada bayinya. Cara mempercepat penyembuhan luka pada Pasien Post SC yaitu dengan cara merawat bekas luka operasi, pemenuhan cairan dan pemasangan kateter serta pemberian obat-obatan. (Ma'rifah & -, 2020)

Penanganan nyeri yang sering digunakan untuk menurunkan nyeri luka post sectio caesarea biasanya menggunakan analgesik yaitu pemberian farmakologi bertujuan untuk meningkatkan kemampuan ibu untuk mengontrol nyerinya. (Siswi Utami et al., 2020) Sehingga

dibutuhkan kombinasi non farmakologi untuk mengontrol sensasi nyeri agar berkurang serta masa pemulihan tidak memanjang. Metode non farmakologi tersebut bertujuan untuk mempersingkat intensitas nyeri. (Maryunani, 2010) Metode komplementer dan herbal banyak digunakan salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri post SC adalah dengan cara Teknik *Massage Counterpressure* dimana rangsangan yang diberikan berupa pemijatan dengan tekanan yang menetap, diberikan kepada seseorang dengan menekankan kepalan atau bagian bawah telapak tangan ke daerah sacral secara lembut sehingga akan membantu ibu merasa lebih nyaman, segar dan rileks ke seluruh tubuh serta melancarkan peredaran darah dan meningkatkan metabolisme tubuh. Teknik ini juga bertujuan memberi rasa nyaman dengan rangsangan pada punggung, mengompres dengan air dingin serta memberikan perhatian dan Teknik pernafasan. (Hall et al., 2020)

Pemberian *Massage counterpressure* akan menutup

gerbang pesan nyeri sehingga transmisi pesan nyeri tidak akan tersampaikan ke medulla spinalis dan otak yang disebabkan karena pemijatan yang dilakukan dengan tekanan yang kuat akan menimbulkan efek *block* dan transmisi nyeri sehingga hormone endorpin meningkat dan memberikan dampak relaksasi otot sehingga nyeri akan berkurang. (Nayak et al., 2014)

World Health Organization (WHO) memperkirakan persalinan dengan Tindakan *sectio caesarea* berjumlah 10-15 % dari semua proses persalinan. Di negara maju seperti Inggris angka kejadian *sectio caesarea* sebesar 20% dan di Amerika Serikat sebesar 23%, Kanada sebesar 21%. (WHO, 2020)

Hasil penelitian Ratna, 2012 yang berkaitan dengan penurunan intensitas nyeri akibat luka post *sectio caesarea* mengatakan bahwa ada pengaruh setelah dilakukan Latihan Teknik relaksasi pernafasan menggunakan aromaterapi lavender di rumah sakit Al Islam Bandung. (Ratna, 2012)

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 14 April 2022 di RSU Manokwari diketahui jumlah angka kejadian persalinan dengan *sectio caesarea* pada tahun 2021 berkisar 155 kelahiran diantaranya persalinan dengan metode *sectio caesarea*. Jumlah ini lebih banyak dibandingkan pada tahun 2020 dikarenakan komplikasi dan atas permintaan sendiri tanpa ada indikasi medis. Luka persalinan tersebut menyebabkan nyeri hebat pada ibu sehingga memperlambat involusi uteri. Informasi dari dokter dan bidan, ibu nifas dengan nyeri postpartum, penanganannya adalah dengan pemberian analgesik peroral dan intervensi *Massage Counterpressure* belum diterapkan. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh *Massage Counterpressure* terhadap penurunan

nyeri ibu *post sectio caesarea* di RSU Kabupaten Manokwari.

KAJIAN PUSTAKA

Persalinan normal atau spontan merupakan masa peralihan dimulai secara spontan atau kekuatan ibu sendiri melalui jalan lahir, berisiko rendah pada tahap awal persalinan pada usia kehamilan antara 37-42 minggu dengan posisi presentasi belakang kepala persalinan ibu maupun bayi berada dalam kondisi baik, persalinan normal juga bisa disebut persalinan spontan. (WHO, 2020)

Sectio caesarea merupakan Tindakan operatif melalui tindakan pembedahan dengan membuka dinding perut dan dinding rahim. Perawatan pasca operasi SC memerlukan waktu yang lebih lama untuk mengembalikan organ-organ tubuh seperti sebelum hamil dan proses perawatan juga lebih lama, dibandingkan dengan persalinan secara alami yaitu sekitar 4-6 minggu. Penyebab ketidaknyamanan berupa rasa nyeri dan sakit karena luka operatif yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis berupa kecemasan, kekecewaan, rasa takut, frustrasi karena kehilangan control. . (Henniwati et al., 2021)

Salah satu metode komplementer dalam penurunan intensitas nyeri adalah *Massage Counterpressure* merupakan tekanan pemijatan yang dapat meredakan nyeri dengan menghambat sinyal nyeri dengan tujuan meningkatkan aliran darah dan oksigenasi keseluruhan jaringan tubuh. Pemijatan ini juga dapat merangsang tubuh untuk melepaskan endorpin yang berfungsi sebagai Pereda rasa nyeri dan menciptakan rasa nyaman. Teknik *Massage Counterpressure* memberi penekanan pada sumber nyeri pinggang pada ibu post *sectio caesarea* yang dirasakan nyeri

berlebihan sehingga dapat melepaskan ketegangan otot, mengatasi kram pada otot, menurunkan intensitas nyeri, rasa cemas serta mempercepat proses penyembuhan luka operasi SC, hampir tidak ada efek samping yang ditimbulkan. (Aprilianti, 2021)

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini telah terlaksana sesuai dengan waktu penelitian yang direncanakan setelah memperoleh surat ijin penelitian dan diterbitkannya *Ethical Clearance* dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Sorong, Penelitian dilakukan di BLUD RSUD Kabupaten Manokwari selama kurang lebih 3 bulan yaitu Bulan Februari - Mei Tahun 2023 yang dimulai dari perijinan ke BLUD RSUD Kabupaten Manokwari, penelitian hingga Analisa data. Tahap pengumpulan data penelitian pemberian intervensi dilakukan di BLUD RSUD Kabupaten Manokwari.

Penelitian ini menggunakan subjek penelitian manusia yaitu sebanyak 32 responden yang diberikan intervensi pemberian *Massage Counterpressure* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol hanya diberikan *Massage* saja, untuk mengetahui intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea selama diberikan perlakuan baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Kelompok intervensi akan diberikan *Massage Counterpressure* selama 3-4 hari durasi 15-20 menit sesuai SOP pemberian *Massage Counterpressure* dengan memberikan penekanan pada

sumber nyeri pinggang pada ibu post sectio caesarea menggunakan tekanan pemijatan yang dapat meredakan nyeri dengan menghambat sinyal nyeri. Penelitian ini menggunakan bantuan enumerator yaitu Bidan Ruang Bersalin BLUD RSUD sebanyak 2 orang yang membantu peneliti melakukan penelitian.

Tahap pengumpulan data atau pemberian intervensi dilakukan selama 3-4 hari setelah responden dapat mobilisasi post sectio caesarea yang terbia menjadi 2 tahap yaitu tahap pengukuran pre test sebelum diberikan intervensi dan tahap kedua yaitu pengukuran post test setelah diberikan.

HASIL PENELITIAN

a. Sajian Analisa Data Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 16 responden, hasil penelitian kemudian di olah dengan cara pengeditan, pengkodean dan pentabulasian yang akan disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dibawah ini :

1. Analisa univariat karakteristik responden

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia baik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Gambaran karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia yang terdiri dari 16 orang kelompok intervensi dan 16 kelompok kontrol dapat ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia baik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Karakteristik Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
Usia				
15 - 20 tahun	4	25	2	12,5
21- 25 tahun	3	18,8	6	37,5
26 - 35 tahun	5	31,2	6	37,5
36-45 tahun	4	25	2	12,5
Jumlah	16	100	16	100

Sumber data primer : 2023

Berdasarkan tabel 1 dapat ditunjukkan bahwa responden pada kelompok intervensi berdasarkan usia yang paling banyak yaitu rentang usia 26 - 35 tahun sebanyak 5 responden (31,2%), dan pada kelompok kontrol rentang usia paling banyak yaitu berusia 21-25 tahun sebanyak 6 responden (37,7%) dan 26 - 35 tahun sebanyak 6 responden (37,5%).

2. Analisa univariat hasil uji normalitas

Uji normalitas data menggunakan metode *Shapiro Wilk* karena jumlah sampel kurang dari 50 responden, pada penelitian ini jumlah responden sebanyak 32 orang atau 16 orang pada masing-masing kelompok. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai *p-value* < 0,05.

Hasil uji normalitas skor intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 2 Uji normalitas skor intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel/Kelompok	n	Perlakuan	<i>Pvalue</i>
Intervensi	16	Sebelum perlakuan	0,002
		Sesudah perlakuan	0,009
Kontrol	16	Sebelum perlakuan	0,007
		Sesudah perlakuan	0,145

Keterangan : hasil uji normalitas Shapiro-Wilk, significant >0.05

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas pada kelompok intervensi sebelum perlakuan nilai signifikannya <0,05 dan sesudah perlakuan nilai signifikannya <0,05. Hasil uji normalitas pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah perlakuan nilai signifikannya

<0,05 yang berarti data skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol berdistribusi normal, namun di dapatkan hasil uji normalitas pada kelompok kontrol sesudah di berikan perlakuan nilai signifikannya >0,05 yang

- artinya data tidak berdistribusi normal.
3. Analisa univariat hasil uji homogenitas
- Hasil uji homogenitas skor intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 3 Uji homogenitas skor intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Kelompok Perlakuan	P value
Sebelum perlakuan	0,73
Sesudah perlakuan	0,09

Keterangan : hasil uji homogenitas, significant > 0.05

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa nilai signifikan homogenitas sebelum perlakuan > 0,05 yang berarti bahwa varians data skor intensitas nyeri sebelum perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah sama atau homogen sedangkan nilai signifikan homogenitas sesudah perlakuan > 0,05 yang berarti

bahwa varians data skor intensitas nyeri sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah sama atau homogen.

4. Analisa univariat nilai rerata skor intensitas nyeri
Hasil nilai rerata skor intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan kontrol

Tabel 4 Nilai rerata skor intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan control

Perlakuan	n	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Mean±SD	Min-Max	Mean±SD	Min-Max
Skor intensitas nyeri					
Sebelum perlakuan	16	9,0± 1,0	7-10	8,6± 1,3	6-10
Sesudah perlakuan		4,4±1,5	3-8	5,3± 1,0	3-7

Sumber data primer : 2023

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai mean dan standar deviasi skor intensitas nyeri sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi menurun dibandingkan sebelum diberikan perlakuan yaitu sebesar 4,4 ± 1,5 dan nilai mean dan standar deviasi skor intensitas nyeri sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol menurun dibandingkan sebelum

diberikan perlakuan yaitu sebesar 5,3 ± 1,0.

b. Sajian Analisa Data Bivariat

Sajian analisa data bivariat dalam penelitian ini untuk membuktikan Pengaruh *Massage Counterpressure* terhadap penurunan nyeri Ibu *Post Sectio Caesarea* di BLUD RSUD Kabupaten Manokwari Tahun 2023.

1. Perbedaan skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi

Tabel 5 Perbedaan skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi

Variabel/Kelompok	n	Skor intensitas nyeri			p- value
		Mean	SD	Selisih rerata	
Sebelum perlakuan	1	9,0	1,0	4,6	0,000
Sesudah perlakuan	6	4,4	1,5		

Significant P value <0.05 Wilcoxon Signed Ranks Test

Tabel 5 menunjukkan hasil bahwa pada kelompok intervensi rerata skor intensitas nyeri sebelum diberikan perlakuan 9,0 yang merupakan kategori nyeri berat dan setelah diberikan intervensi terjadi penurunan skor intensitas nyeri menjadi 4,4 yang merupakan kategori nyeri sedang

dengan nilai *p-value* yaitu <0,05 yang berarti bahwa terdapat perbedaan skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi.

2. Perbedaan skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol

Tabel 6 Perbedaan skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol

Variabel/Kelompok	n	Skor intensitas nyeri			p- value
		Mean	SD	Selisih rerata	
Sebelum perlakuan	1	8,6	1,3	3,3	0,000
Sesudah perlakuan	6	5,3	1,0		

Significant P value <0.05 Wilcoxon Signed Ranks Test

Tabel 6 menunjukkan hasil bahwa pada kelompok kontrol rerata skor intensitas nyeri sebelum diberikan perlakuan 8,6 yang merupakan kategori nyeri berat dan setelah diberikan intervensi terjadi penurunan skor intensitas nyeri menjadi 5,3 yang merupakan kategori nyeri sedang

dengan nilai *p-value* yaitu <0,05 yang berarti bahwa terdapat perbedaan skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol.

3. Perbedaan skor intensitas nyeri sebelum perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 7 Perbedaan skor intensitas nyeri sebelum perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel	Skor Intensitas nyeri			<i>p-value</i>
	Mean	SD	Mean Difference	
Kelompok Intervensi	9,0	1,0	0,4	0,354
Kelompok Kontrol	8,6	1,3		

Significant P value <0.05 Mann Whitney Test

Tabel 7 menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor intensitas nyeri sebelum perlakuan pada kelompok intervensi 9,0 dan pada kelompok kontrol rata-rata 8,6 dengan perbedaan rata-rata 0,4 dan nilai *p-value* > 0,345 yang berarti tidak terdapat

perbedaan skor intensitas nyeri sebelum perlakuan antara kelompok intervensi dan kontrol.
4. Perbedaan skor intensitas nyeri sesudah perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 8 Perbedaan skor intensitas nyeri sesudah perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel	Skor intensitas nyeri			<i>p-value</i>
	Mean	SD	Mean Difference	
Kelompok Intervensi	4,4	1,5	0,9	0,046
Kelompok Kontrol	5,3	1,0		

Significant P value <0.05 Mann Whitney- test

Tabel 8 menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor intensitas nyeri sesudah perlakuan pada kelompok intervensi 4,4 dan pada kelompok kontrol rata-rata 5,3 dengan perbedaan

rata-rata 0,9 dan nilai *p-value* < 0,046 yang berarti terdapat perbedaan skor intensitas nyeri sesudah perlakuan antara kelompok intervensi dan kontrol.

PEMBAHASAN

Pengaruh *Massage Counterpressure* terhadap intensitas nyeri Ibu *post sectio caesarea* dinilai dari *Numeric Rating Scale* (NRS Scale)

Pengaruh *Massage Counterpressure* terhadap intensitas nyeri Ibu *post sectio caesarea* dilihat dari *Numeric Rating Scale* (NRS). *Massage Counterpressure* merupakan salah satu terapi non farmakologis untuk mengurangi

tingkat intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden ibu *post sectio caesarea* pada kelompok intervensi yang diberikan perlakuan *Massage Counterpressure* dilakukan setelah 24 jam setelah SC selama 3-4 hari adalah rata-rata berumur 26 - 35 tahun, sedangkan karakteristik responden ibu *post sectio caesarea* pada kelompok kontrol yang hanya di beri *Massage* biasa selama 3-4 hari

adalah rata-rata berumur 21-25 tahun. Hasil penelitian yang sejalan menurut Maryuni (2020) yang menyebutkan bahwa karakteristik usia, paritas, Pendidikan dan pekerjaan tidak ada hubungan dengan nyeri persalinan disebabkan intensitas nyeri bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh banyak faktor. (Maryuni, 2020)

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* mengalami penurunan sesudah diberikan intervensi *Massage Counterpressure* yaitu 4,4 yang merupakan kategori nyeri sedang dengan nilai signifikan *p-value* yaitu $<0,05$. Skala intensitas nyeri bersifat subjektif yang merupakan perasaan emosional dan kondisi tersebut pada tiap responden berbeda-beda tentang bagaimana mendeskripsikan besarnya nyeri yang dirasakan. Nyeri sendiri muncul karena adanya kiriman impuls yang memasuki medulla spinalis dan berinteraksi dengan sel-sel saraf inhibitor, yang akan ditransmisi mencapai ke korteks serebral untuk diinterpretasikan sensasi nyeri. (Mata dan Kartini, 2020)

Tingkat dan keparahan nyeri pasca operasi berupa reaksi lokal yang mengaktifkan syaraf-syaraf simpatif berupa keluarnya keringat yang berlebihan, respon metabolisme yang meningkat terutama kardiovaskuler. Nyeri tersebut menimbulkan perasaan sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan sehingga terganggu pada fisiologis dan psikologis responden. Pengontrolan nyeri setelah *post sectio caesarea* sangatlah penting untuk mengurangi kecemasan dan mempercepat mobilisasi serta rawat inap. (Nayak, Rastogi dan Kathuria, 2014)

Menurut hasil penelitian tentang penurunan intensitas nyeri akibat luka *post sectio caesarea* setelah

dilakukan Latihan Teknik relaksasi pernafasan menggunakan aromaterapi lavender di Rumah sakit Al Islam Bandung Tahun 2012 menyebutkan bahwa ada pengaruh signifikan pada penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan latihan Teknik relaksasi pernafasan menggunakan aromaterapi lavender pada responden ibu *post sectio caesarea*. (Ratna, 2012) Ketika seseorang melakukan relaksasi pernafasan untuk mengendalikan nyeri, di dalam tubuh meningkatkan komponen saraf parasimpatik secara stimulant, sehingga hormon adrenalin dan kortisol yang dapat menyebabkan stress akan menurun dan meningkatkan konsentrasi serta merasa tenang untuk mengatur nafas sampai pernafasan kurang dari 60-70 x/menit. Kemudian kadar PaCO₂ akan meningkat dan menurunkan pH sehingga akan meningkatkan kadar oksigen dalam darah. (Sari, Rufaida dan Lestari, 2018)

Hasil penelitian ini terbukti bahwa ada pengaruh *Massage Counterpressure* terhadap penurunan intensitas nyeri pada Ibu *post sectio caesarea*. Penurunan tingkat intensitas nyeri dinilai dari *Numeric Rating Scala* (NRS). Ibu yang diberi perlakuan *massage counter pressure* mengalami perubahan dibandingkan ibu yang hanya dilakukan *massage* biasa saja. Mobilisasi ibu *post sectio caesarea* dapat dilakukan secara bertahap di mulai dari *massage counterpressure* setelah ibu mampu miring ke kanan dan kiri atau setelah ibu bisa duduk.

Massage Counterpressure merupakan salah satu Teknik aplikasi teori *gate-control* dengan tekanan pijat yang cukup kuat pada titik tertentu di punggung bawah selama kontraksi dengan menggunakan ujung jari atau alat tertentu atau tekanan menggunakan kepala kedua tangan secara kuat. Metode ini sangat bermanfaat untuk

mengurangi nyeri terutama di daerah pinggang bagian belakang pasca *post sectio caesarea* sehingga dapat menghambat sinyal nyeri, (Chasanah *et al.*, 2023) *massage counter pressure* diberikan pada ibu *post sectio caesarea* selama 15-20 menit akan merangsang tubuh untuk melepaskan endorfin sebagai Pereda rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman serta ibu merasa lebih segar, rileks dan nyaman. *Massage counterpressure* memberi impuls neurotransmitter ke sistem limbic, diteruskan ke amigdala, hipotalamus kemudian disampaikan ke hipofisis anterior. (Fitri *et al.*, 2020)

Nyeri yang dirasakan ibu *post sectio caesarea* dapat dikendalikan dengan metode penatalaksanaan nyeri, reaksi lokal adanya nyeri itu juga mengaktifkan syaraf-syaraf simpatif, berupa keluarnya keringat yang berlebihan, respon metabolisme yang meningkat dan peningkatan kardiovaskuler. (Siswi Utami *et al.*, 2020) Nyeri tersebut menimbulkan perasaan sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan, tingkat dan keparahan nyeri pasca operasi terganggu pada fisiologis dan psikologis individu dan toleransi yang di timbulkan, pengontrolan nyeri setelah *post sectio caesarea* sangatlah penting untuk mengurangi kecemasan dan mempercepat mobilisasi serta rawat inap. (Henniwati, Dewita dan Idawati, 2021)

Menurut penelitian Sari dkk (2019) tentang efektifitas *foot massage* dan kompres hangat terhadap *post operasi sectio caesarea* di Rumah Sakit Islam Klaten juga memberi hasil bahwa terjadi penurunan nyeri setelah dilakukan kedua intervensi tetapi hasil penelitian bahwa kompres hangat lebih efektif dibandingkan *foot massage*. *Massage* merupakan salah

satu Teknik menghilangkan rasa sakit yang efektif yang bisa diartikan manipulasi sistematis jaringan lunak terutama otot tendon dan kulit. Hal ini juga dapat berguna untuk melemaskan otot - otot yang tegang dan menimbulkan relaksasi. (Sari, 2020)(Chasanah *et al.*, 2023)

Di sisi lain pada kelompok kontrol yang hanya diberikan *massage* saja, intensitas nyeri ibu *post sectio caesarea* yang dirasakan masih terasa nyeri, kelelahan sebagai akibat respon emosional pasca *sectio caesarea* yang disebabkan faktor psikologis seperti kekhawatiran, ketakutan untuk mengurus bayinya yang diakibatkan nyeri luka pasca *sectio caesarea*.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori, peneliti menyimpulkan bahwa pemberian *massage counterpressure* dapat menurunkan secara efektif pada ibu *post sectio caesarea*, disebabkan *massage counterpressure* meningkatkan hormon endorfin sehingga nyeri berkurang. Pemberian *massage counterpressure* yang benar dapat diajarkan kepada keluarga terutama yang mendampingi ibu. (Mata dan Kartini, 2020)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan kesimpulan dalam penelitian ini bahwa *Massage Counterpressure* berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* setelah diberikan intervensi. Teknik *Massage Counterpressure* dapat sebagai terapi non farmakologis dan dijadikan sebagai terapi pendamping dalam mengatasi nyeri berlebihan pasca *post sectio caesarea*.

DAFTAR PUSTAKA

- Anita. (2018). Pengaruh terapi akupresur terhadap intensitas nyeri persalinan. *Pengaruh Akupresur Lo4 (he kuk) dan Thai Cong terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin.*, 9, 115-124.
- Aprilianti, D. V. (2021). *Pengaruh Terapi Kombinasi Massage Counter Pressure Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Primigravida Kala 1 Fase Aktif.*
- Chasanah, U. et al. (2023) "Pengaruh Teknik Massage Counterpressure Dengan Aromaterapi Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Di Kota Depok Tahun 2022," *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 3, hal. 49-57. doi: 10.36082/jmswh.v3i2.1046.
- Fitri, N. et al. (2020) "Perbandingan Massage Counterpressure Dan Massage Counter Pressure Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif," *Maternal Child Health Care Journal*, 2(3).
- Hall, H. G., Cant, R., Munk, N., Carr, B., Tremayne, A., Weller, C., Fogarty, S., & Lauche, R. (2020). The effectiveness of massage for reducing pregnant women's anxiety and depression; systematic review and meta-analysis. *Midwifery*, 90, 102818. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2020.102818>
- Henniwati, Dewita, & Idawati. (2021). *The Effect Of Foot Hand Massage Against Of Pain Post Section Persalinan secara section caesarea (SC) merupakan persalinan operasi yang dengan tindakan pembelahan dengan irisan di bayinya (Ipa and Di , 2017). Ibu yang mengalami tindakan operasi SC akan.* 1(1), 30-35.
- Ma'rifah, A. R., & -, S. (2020). Efektifitas Effleurage Massage Dan Teknik Counterpressure Terhadap Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Prosiding Seminar Nasional*, 148.
- Mansour Lamadah, S. (2016). The Effect of Aromatherapy Massage Using Lavender Oil on the Level of Pain and Anxiety During Labour Among Primigravida Women. *American Journal of Nursing Science*, 5(2), 37. <https://doi.org/10.11648/j.ajns.20160502.11>
- Mata, Y. P. R. dan Kartini, M. (2020) "Efektivitas Massage untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea," *Jurnal Kesehatan*, 9(2), hal. 58. doi: 10.46815/jkanwvol8.v9i2.99.
- Maryunani, A. (2010). Nyeri dalam persalinan "teknik dan cara penanganannya." *Jakarta: Trans info media.*
- Maryuni, M. (2020) "Hubungan Karakteristik Ibu Bersalin dengan Nyeri Persalinan," *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(1), hal. 116-122. doi: 10.35893/jhsp.v2i1.42.
- Nayak, D., Rastogi, S., & Kathuria, O. K. (2014). Effectiveness of music therapy on anxiety level, and pain perception in primipara mothers during first stage of labor in selected hospitals of Odisha. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 3(2), 07-14. <https://doi.org/10.9790/1959-03250714>
- Oktriani, T., Ermawati, E., & Bachtiar, H. (2018). The

- Difference Of Pain Labour Level With Counter Pressure And Abdominal Lifting On Primigravida In Active Phase of First Stage Labor. *Journal of Midwifery*, 3(2), 45. <https://doi.org/10.25077/jom.3.2.45-52.2018>
- Ratna, P. (2012) "Ratna Pratiwi 1 Ermiami 1 Restuning Widiasih 1," Penurunan Intensitas Nyeri Akibat Luka Post Sectio Caesarea Setelah dilakukan Latihan Teknik Relaksasi Pernafasan Menggunakan Aromaterapi Lavender Di Rumah Sakit Al Islam Bandunghal. 1-15.
- Sari, D. P., Rufaida, Z., & Lestari, S. W. P. (2018). Nyeri persalinan. *Stikes Majapahit Mojokerto*, 1-117.
- Sari, M. R. (2020) "Effect of Deep Back Massage on the Level of Labor Pain When 1 Active Phase in Normal Maternity Mothers in Gajah Mada Tembilahan Health Center," *In Proceeding International Conference Syedza Saintika*, 1, hal. 232-237.
- Siswi Utami, F. et al. (2020) "Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Normal Info Artikel Abstrak," *Midwifery Journal | Kebidanan*, 5(2), hal. 107-109.
- Siswi Utami, F., Mutiara Putri Kebidanan, I., Ilmu Kesehatan, F., Yogyakarta, A., & Artikel, R. (2020). Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Normal Info Artikel Abstrak. *Midwifery Journal | Kebidanan*, 5(2), 107-109.
- Soekidjo Notoatmojo. (2018). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Sulfianti. (2020). Buku Pegangan Mahasiswa Kebidanan Asuhan kebidanan pada persalinan. In *Buku*.
- WHO. (2020). Companion of choice during labour and childbirth for improved quality of care. *Publications of the World Health Organization*, 4, 1-7.
- Wijayanti, I., Wahyuni, S., & Wena Betsy Maran, P. (2021). Efektivitas Birth Ball Exercisepada Ibu Bersalin Kala lterhadap Kecemasan Dan Skala Nyeridi Ruang Bersalin Puskesmas Arso 3Kabupaten Keroom Provinsi Papua. *Intan Husada: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(1), 52-59. <https://doi.org/10.52236/ih.v9i1.208>