

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP  
ADAPTIF PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF**

(Studi di PMB Eko Wahyuningsih Burneh Bangkalan)

**NASKAH PUBLIKASI**

**Diajukan Dalam Rangka Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan Menjadi  
Sarjana Terapan Kebidanan**



Oleh :

**R. Siska Ramadhany**  
**NIM. 20153020041**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KEBIDANAN  
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA  
2021**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP ADAPTIF  
PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF**

**(Studi di PMB Eko Wahyuningsih Burneh Bangkalan)**

**NASKAH PUBLIKASI**



Disusun Oleh :

**R. Siska Ramadhany**  
**NIM. 20153020041**

Telah di setujui pada tanggal :

Bangkalan, 14 Septemebr 2021

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nurun Nikmah'.

**Nurun Nikmah, S.ST.,M.Kes**  
**NIDN. 0712028901**

# PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP ADAPTIF PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

(Studi di PMB Eko Wahyuningsih Burneh Bangkalan)

R. Siska Ramadhany, Nurun Nikmah, S.ST.,M.Kes

\*email: ramadhanysiska@gmail.com

## ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan suatu proses alamiah yang disebabkan oleh pemendekan otot rahim dan kontraksi inilah yang menyebabkan rasa nyeri. Persalinan kadang menimbulkan trauma pada ibu akibat nyeri yang timbul saat proses persalinan berlangsung. Namun didapatkan sekitar 80% ibu merasakan nyeri yang tak tertahankan dan 20% merasakan sedikit sakit. Tujuan penelitian yaitu menganalisis pengaruh pemberian kompres hangat terhadap adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Eko Wahyuningsih, Amd.keb. Burneh Bangkalan.

Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental* dengan *One Group Pretest Posttest Design*. Variabel independen penelitian ini adalah kompres hngat dan variabel dependetnya adalah adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. Populasi sebanyak 15 orang ibu bersalin dengan besar sampel 14 responden. . Sampel pada penelitian ini adalah ibu bersalin yang merasakan nyeri persalinan kala I fase aktif. Penelitian ini menggunakan lembar observasi, dengan menggunakan tehnik *Purposive Sampling*. Penelitian ini bertempat di PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb pada bulan Mei 2021. Uji statistik menggunakan *Paired T-test dengan  $\alpha$  0,05*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri sangat mengganggu dengan skor 8 sebanyak 6 orang (42,86%), setelah diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri agak mengganggu dengan skor 4 sebanyak 6 orang (42,86%). Dari uji *Sample Paired T-test* diperoleh ( $p$  value=0,000 <  $\alpha$ =0,05) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya ada pengaruh pemberian kompres hangat terdapat adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb, Burneh Bangkalan.

Saran bagi penelitian ini adalah perlu dioptimalkan pemberian kompres hangat untuk menurunkan nyeri persalinan. Bagi masyarakat perlu memahami bahwa nyeri persalinan merupakan hal yang normal dialami oleh ibu bersalin.

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

# THE EFFECT OF GIVING WARM COMPRESSES ON ADAPTIVE REDUCTION OF LABOR PAIN IN THE ACTIVE PHASE

(Study at PMB Eko Wahyuningsih, Amd.keb. Burneh Bangkalan

R. Siska Ramadhany, Nurun Nikmah, S.ST.,M.Kes

\*email: ramadhanysiska@gmail.com

## ABSTRACT

*Labor pain is a natural process caused by the shortening of the uterine muscles and this contraction causes pain. Childbirth sometimes causes trauma to the mother due to pain that arises during the delivery process. However, it was found that around 80% of mothers felt unbearable pain and 20% felt a little pain. The aim of the study was to analyze the effect of giving warm compresses to the adaptive reduction of labor pain in the first stage of active phase at PMB EkoWahyuningsih, Amd.keb. Burneh Bangkalan.*

*This research method uses a pre-experimental research design with One Group Pretest Posttest Design. The independent variable of this study was warm compresses and the dependent variable was the adaptive reduction of labor pain in the active phase of the first stage. The population is 15 mothers giving birth with a large sample of 14 respondents. . The sample in this study were mothers who experienced labor pain in the first stage of the active phase. This study uses observation sheets, using purposive sampling technique. This research took place at PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb in May 2021. Statistical test using Paired T-test with 0.05.*

*The results showed that before being given a warm compress, almost half of the respondents felt the level of pain was very disturbing with a score of 8 as many as 6 people (42.86%), after being given a warm compress almost half of the respondents felt the level of pain was a bit disturbing with a score of 4 as many as 6 people ( 42.86%. From the Sample Paired T-test, it was obtained ( $p$  value = 0.000  $<$   $\alpha$  = 0.05) then  $H_0$  was rejected and  $H_1$  was accepted, which means that there is an effect of giving warm compresses there was an adaptive decrease in labor pain in the first stage of the active phase at PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb , Burneh Bangkalan.*

*Suggestions for this research is that it is necessary to optimize the provision of warm compresses to reduce labor pain. People need to understand that labor pain is a normal thing experienced by mothers in labor.*

**Keywords: Warm Compress, Labor Pain, The First Stage of The Active Phase**

## Pendahuluan

Nyeri merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan akibat terjadinya rangsangan fisik maupun dari serabut dalam, serabut saraf dalam tubuh ke otak dan diikuti oleh reaksi fisik, fisiologis, maupun emosional (Dyah Permatasari, 2018). Pada dasarnya nyeri persalinan merupakan suatu proses alamiah yang disebabkan oleh pemendekan otot rahim dan kontraksi inilah yang menyebabkan rasa nyeri. Persalinan itu sendiri merupakan proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) lahir spontan dengan *presentasi* belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam tanpa komplikasi baik ibu maupun janin (Saifuddin, 2013).

Menurut National Pharmaceutical Council (NPC), sekitar 9 dari 10 penduduk Amerika mengalami nyeri secara reguler dan merupakan alasan utama datang ke petugas medis. Saat ini prevalens nyeri kronis di Eropa berkisar antara 10-30% populasi orang dewasa. Data dari hasil penelitian di Inggris menunjukkan bahwa 93,5% ibu bersalin mengalami nyeri tak tertahankan. Tingkatan nyeri ini berbeda setiap fasenya, menandai kemajuan persalinan. Di Indonesia terdapat 6,8 % angka kejadian *secsio secaria* (SC) dikarenakan takut terhadap rasa nyeri persalinan. Berdasarkan hasil survei di PMB Eko Wahyuningsih jumlah ibu bersalin sebanyak 15 orang, menyatakan bahwa 80 % ibu bersalin merasakan nyeri yang tak tertahankan dan 20% merasakan sedikit sakit.

Faktor yang mempengaruhi intensitas nyeri, seperti intensitas dan lamanya kontraksi rahim, besarnya

pembukaan mulut rahim, regangan jalan lahir bagian bawah, umur, paritas dan jumlah anak yang pernah dilahirkan, besarnya janin dan kondisi psikis ibu. Riset yang dilakukan Ye, Jiang, & Ruan (2011) menunjukkan bahwa ibu yang bersalin untuk pertama kali akan mengalami nyeri yang lebih berat dibandingkan dengan ibu yang melahirkan untuk kedua kalinya, intensitas kontraksi pada persalinan yang pertama cenderung lebih tinggi pada awal persalinan.

Ada beberapa dampak yang ditimbulkan akibat nyeri persalinan diantaranya dampak psikologis misalnya penderitaan, kecemasan, dan ketakutan, dampak kardiovaskuler misalnya meningkatnya kardiak output, tekanan darah, dan frekuensi nadi. Sehingga cara mengatasi nyeri persalinan dengan menggunakan farmakologis dan nonfarmakologis. Metode non farmakologis yang dapat digunakan untuk nyeri persalinan yaitu teknik kompres hangat.

Teknik kompres hangat selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem vaskuler dalam keadaan vasodilatasi sehingga sirkulasi darah ke otot panggul menjadi homeostatis serta dapat mengurangi kecemasan dan ketakutan serta beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan. Persalinan berhubungan dengan dua jenis nyeri yang berbeda. Pertama berasal dari otot rahim saat otot berkontraksi. Jenis nyeri yang kedua timbul pada saat mendekati kelahiran. Sebenarnya rasa nyeri diperlukan untuk mengenali adanya kontraksi uterus selama proses persalinan, tetapi kadang rasa nyeri tersebut bisa menimbulkan akibat

patologis yang dirasakan terus menerus, ditambah rasa cemas dan ketakutan yang dialami ibu bersalin. Pada penelitian ini untuk menekan rasa sakit yang ditimbulkan oleh nyeri persalinan dengan menggunakan metode non farmakologi yaitu pemberian kompres hangat.

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini desain penelitian yang digunakan adalah penelitian *pre-eksperimental* dengan *One Group Pretest Posttest Design*.

Jumlah populasi sebanyak 14 responden ibu bersalin di PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb.

Instrumen dalam penelitian menggunakan lembar observasi.

Desain penelitian adalah sesuatu yang sangat penting dalam penelitian, memungkinkan pengontrolan maksimal beberapa faktor yang dapat mempengaruhi akurasi suatu hasil. Desain juga dapat digunakan peneliti sebagai petunjuk dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian untuk mencapai suatu tujuan atau menjawab suatu pertanyaan penelitian (Nursalam,2011).

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental* dengan *One Group Pretest Posttest Design*. *Cross*. yaitu kegiatan percobaan (*experiment*) yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu. Di dalam design ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Observasi yang di lakukan sebelum eksperimen ( $O_1$ ) disebut *pre-test*, dan observasi sesudah eksperimen ( $O_2$ ) disebut *post-test*. Perbedaan antara  $O_1$  dan  $O_2$  yakni  $O_2-O_1$  diasumsikan sebagai efek dari eksperimen (Arikunto, 2010).

Pada penelitian ini peneliti ingin melihat Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Adaptif Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb BurnEH, bangkalan.

## HASIL PENELITIAN

### Data Umum.

a. *Data berdasarkan usia ibu bersalin (inpartu)*

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Ibu Bersalin di PMB Eko Wahyuningsih

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
20 – 25 tahun	6	42,86
26 – 30 tahun	5	35,71
31 – 35 tahun	2	14,29
36 – 40 tahun	1	7,14
Jumlah	14	100

Sumber : *Data Primer Mei 2021*

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan bahwa hampir setengah responden berusia 20 – 25 tahun sebanyak 6 orang (42,86%).

b. *Data berdasarkan status pekerjaan ibu bersalin (inpartu)*

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Pekerjaan Ibu Bersalin di PMB Eko Wahyuningsih

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
IRT	9	64,28
PNS	1	7,14
Karyawan	2	14,29
DII	2	14,29
Jumlah	14	100

Sumber : *Data Primer Mei 2021*

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa sebagian besar responden berstatus pekerjaan sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) sebanyak 9 orang (64,28%).



- c. *Data berdasarkan pendidikan ibu bersalin (inpartu)*

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Ibu Bersalin di PMB Eko Wahyuningsih

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	3	21,43
SMP	2	14,29
SMA	1	7,14
Perguruan Tinggi	3	21,43
Tidak Bersekolah	5	35,71
Jumlah	14	100

Sumber : *Data Primer Mei 2021*

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan bahwa hampir setengah bagian responden berpendidikan Tidak Bersekolah sebanyak 5 orang (35,71%).

- d. *Data berdasarkan jumlah anak ibu bersalin (inpartu)*

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jumlah Anak Ibu Bersalin di PMB Eko Wahyuningsih

Jumlah Anak	Frekuensi	Persentase (%)
Anak ke-1	7	50,0
Anak ke-2	5	35,71
Anak ke-3	2	14,29
Jumlah	14	100

Sumber : *Data Primer Mei 2021*

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan bahwa setengah responden memiliki jumlah anak ke - 1 sebanyak 7 orang (50,0%).

## Data Khusus

- a. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Adaptif Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum diberikan kompres hangat di PMB Eko Wahyuningsih

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum diberikan Kompres Hangat di PMB Eko Wahyuningsih

	Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Sebelum Pemberian Kompres Hangat	0 (tidak sakit)	0	0
	2 (sedikit sakit)	0	0
	4 (agak mengganggu)	3	21,43
	6 (mengganggu aktifitas)	4	28,57
	8 (sangat mengganggu)	6	42,86
	10 (tak tertahankan)	1	7,14
Jumlah		14	100

Sumber : *Data Primer Mei 2021*

Berdasarkan tabel 4.5 dapat disimpulkan bahwa hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri sangat mengganggu dengan skor 8 sebanyak 6 orang (42,86%).

- b. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Adaptif Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Setelah diberikan kompres hangat di PMB Eko Wahyuningsih.

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Setelah diberikan Kompres Hangat di PMB Eko Wahyuningsih

	Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
Setelah Pemberian Kompres Hangat	0 (tidak sakit)	0	0
	2 (sedikit sakit)	4	28,57
	4 (agak mengganggu)	6	42,86
	6 (mengganggu aktifitas)	3	21,43
	8 (sangat mengganggu)	1	7,14
	10 (tak tertahankan)	0	0
	Jumlah	14	100

Sumber : Data Primer Mei 2021

Berdasarkan tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri agak mengganggu dengan skor 4 sebanyak 6 orang (42,86%).

c. Uji Paired Sample T- test

Tabel 4.8 Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase Aktif

No.	pretest	post test	keterangan
1	4	2	menurun
2	8	4	menurun
3	6	2	menurun
4	8	6	menurun
5	4	2	menurun
6	10	8	menurun
7	8	6	menurun
8	8	4	menurun
9	6	4	menurun
10	6	4	menurun
11	8	4	menurun
12	4	2	menurun
13	8	6	menurun

14	6	4	menurun
tetap	0%		
naik	0%		
menurun	100%		
mean Pretest	6,71		
mean Posttest	4,14		
p value	0,000 < $\alpha$ 0,05		

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri. Ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Eko Wahyuningsih, Amd.Keb Burneh Bangkalan. Hasil uji Sample Paired T-test diperoleh nilai ( $p= 0,000 < \alpha 0,05$ ) dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan nyeri persalinan sebelum dan setelah diberikan kompres hangat.

## PEMBAHASAN

### a. Gambaran Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum diberikan Kompres Hangat

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nyeri pada persalinan kala I fase aktif sebelum diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri sangat mengganggu dengan skor 8 sebanyak 6 orang (42,86%). Mayoritas nyeri yang dirasakan ibu tergolong kategori berat yang artinya ketika ibu merasakan rasa nyeri ibu masih mampu merespon apa yang peneliti lakukan dan dapat menunjukkan dimana letak nyeri yang dirasakan namun ibu tidak mampu menjelaskan secara detail.

Hal ini sejalan dengan teori (Mardana & Aryasa, 2017), yang menyatakan nyeri berat dengan



skor 7-9 yaitu nyeri yang berlangsung secara terus menerus, penderita tidak dapat mengungkapkan rasa nyerinya secara rinci.

Menurut teori (Bandiyah, 2012), nyeri persalinan disebabkan oleh proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik. Stimulus nyeri dalam persalinan tidak dapat dihilangkan, kecuali jika dilakukan *sectio caesaria* yang akan menghentikan proses persalinan. Beberapa *abnormalis* seperti *malpresentasi*, dapat meningkatkan atau memperpanjang stimulus tersebut sehingga menambah potensi keluhan nyeri.

Dari hasil rekapitulasi didapatkan setengah responden memiliki jumlah anak ke-1 sebanyak 7 orang (50,0%). Hal ini mempengaruhi bagaimana ibu mampu mengontrol nyeri yang dirasakan pada saat kontraksi datang, banyak sekali ibu bersalin yang baru pertama kali merasakan nyeri persalinan tidak mampu mengontrol rasa nyerinya yang berakibat proses persalinan berlangsung lama serta tingkatan nyeri yang dirasakan akan semakin kuat.

Menurut teori Ye, Jiang, & Ruan (2011) menunjukkan bahwa ibu yang bersalin untuk pertama kali akan mengalami nyeri yang lebih berat dibandingkan dengan ibu yang melahirkan untuk kedua kalinya, intensitas kontraksi pada persalinan yang pertama cenderung lebih tinggi pada awal persalinan.

#### **b. Gambaran Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Setelah diberikan Kompres Hangat**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan gambaran nyeri persalinan kala I fase aktif setelah diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri agak mengganggu dengan skor 4 sebanyak 6 orang (42,86%). Mayoritas nyeri yang dirasakan ibu setelah diberikan kompres hangat tergolong nyeri sedang yang artinya ibu masih bisa mengikuti perintah yang diberikan serta ibu mampu menunjukkan lokasi nyerinya dan ibu mampu menjelaskan bagaimana nyeri yang dirasakannya saat ini.

Hal ini sejalan dengan teori (Mardana & Aryasa, 2017), yang menyatakan nyeri sedang dengan skor 4-6 yaitu nyeri menerus, aktifitas terganggu yang hanya hilang ketika si penderita tertidur.

Menurut teori (Indrawan, dkk. 2013) mengatakan bahwa Teknik kompres hangat selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen system vaskuler dalam keadaan vasodilatasi sehingga sirkulasi darah ke otot panggul menjadi homeostatik serta dapat mengurangi kecemasan dan ketakutan serta beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan, terapi kompres hangat telah terbukti meningkatkan kemampuan ibu untuk mentoleransi nyeri selama melahirkan karena efek dari panas tersebut.

Dari segi usia ibu bersalin di dapatkan hampir setengah responden berusia 20 – 25 tahun sebanyak 6 orang (42,86%). Hal itu dapat mempengaruhi tingkatan nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin karena semakin tua usia ibu maka tingkatan

nyeri yang dirasakan akan semakin kuat. Dalam hal ini usia adalah salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan.

Ibu yang melahirkan pertama kali pada usia tua umumnya akan mengalami persalinan yang lebih lama dan merasakan lebih nyeri dibandingkan ibu yang masih muda hingga dapat dikatakan pada primipara dengan usia tua akan merasakan intensitas nyeri yang lebih tinggi dan persalinan yang lebih lama dari primipara usia muda (Yuliatun laily, 2016).

**c. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Adaptif Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif**

Berdasarkan penelitian menggunakan uji Sample Paired T-test didapatkan nilai p value sebesar  $0.000 < 0.05$  ( $p < \alpha$ ) dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Artinya terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif, dari 14 responden seluruhnya mengalami penurunan nyeri. Menurut pendapat peneliti rasa hangat yang dihasilkan dapat membuat rasa nyaman ketika diletakkan pada bagian yang nyeri hal ini dikarenakan pembuluh darah ke otot menjadi lancar dan kompres hangat tersebut dapat menurunkan rasa nyeri persalinan.

Hal ini sejalan dengan teori Manurung, 2011 yang menyatakan bahwa terapi kompres hangat ini berkaitan dengan mekanisme panas yang dapat merangsang pelepasan hormon endorphen, sehingga timbul respon perasaan nyaman dan penurunan rasa nyeri. Pada ibu bersalin kompres hangat bekerja

untuk mempertahankan komponen pembuluh darah dalam keadaan vasodilatasi, sehingga sirkulasi darah ke otot panggul mengalami homeostatis, maka nyeri akan berkurang dan ibu merasa nyaman.

Menurut hasil penelitian Ria Andrianie, 2016 menunjukkan hasil  $p \text{ value} = 0,002 < \alpha 0,05$  sehingga ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan. Saat ini banyak sekali cara yang digunakan untuk menghilangkan nyeri persalinan baik secara farmakologi atau non farmakologi. Obat-obatan analgesic maupun suntikan biasanya digunakan untuk menghilangkan nyeri persalinan namun obat-obatan ini biasanya memiliki efek samping baik si ibu maupun janin sehingga tidak disarankan. Sedangkan non farmakologi salah satunya yaitu kompres hangat tidak menimbulkan efek samping pada ibu maupun janin.

Teknik kompres hangat selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem vaskuler dalam keadaan vasodilatasi sehingga sirkulasi darah ke otot panggul menjadi homeostatik serta dapat mengurangi kecemasan dan ketakutan serta beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan, terapi kompres hangat telah terbukti meningkatkan kemampuan ibu untuk mentoleransi nyeri selama melahirkan karena efek dari panas tersebut. Terapis fisik dan profesional kesehatan lainnya telah menggunakan terapi hangat untuk mengurangi berbagai bentuk rasa sakit kronis. Dengan mengompres didaerah sakrum ibu (punggung bawah) dapat

mengurangi nyeri persalinan (Indrawan, dkk.2013)..

## **PENUTUP**

### **a. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan melalui analisis pengaruh pemberian kompres hangat terhadap adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Eko Wahyuningsih, Burneh Bangkalan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Responden ibu bersalin sebelum diberikan kompres hangat hampir setengahnya merasakan nyeri sangat mengganggu di PMB Eko Wahyuningsih.
2. Responden ibu bersalin setelah diberikan kompres hangat hampir setengahnya merasakan nyeri agak mengganggu di PMB Eko Wahyuningsih.
3. Ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Eko Wahyuningsih.

### **b. Saran**

#### **1. Secara Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian bagi peneliti selanjutnya dalam rangka mengkaji dan mengembangkan faktor lain terkait dengan pemberian kompres hangat terhadap adaptif penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dan peneliti selanjutnya dapat memperluas jumlah responden serta mengambil lokasi yang berbeda.

#### **2. Secara Praktis**

- a. Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan, diharapkan lebih mengoptimalkan pemberian

kompres hangat ini untuk menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin yang nantinya diharapkan dalam proses persalinan didapatkan persalinan yang nyaman dan minim trauma dan tidak memerlukan obat analgesic dalam menurunkan nyeri persalinan tersebut.

- b. Bagi masyarakat umum, ibu hamil, dan keluarga diharapkan mampu memahami bahwasanya nyeri persalinan merupakan hal yang normal dialami oleh ibu bersalin serta dapat memahami manfaat pemberian kompres hangat ini sebagai salah satu cara menurunkan nyeri persalinan yang ditimbulkan karena kontraksi rahim.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Manurung, s.et al. 2011. Pengaruh Teknik Pemberian Kompres Hangat Terhadap Perubahan Skala Nyeri Persalinan pada klien Primigravida. *Jurnal Healthy Quality*. 4(1):1-8.

Notoatmodjo. 2014. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Nursalam, 2014. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Renika Cipta

Ria Andriani, dkk. 2016. *Pengaruh Kompres Panas Terhadap Penurunan Nyeri Kala Aktif Persalinan Fisiologis Ibu Primipara*.

<http://jurnal.fk.unand.ac.id/file/dokumen/pdf>. Diakses pada tanggal 20 februari 2017.

Ririn Harini. 2018. *Counturepressure dan Efek Terhadap Nyeri*

*Persalinan Kala I Fase Aktif  
Pada Ibu Primigravida.*  
Jurnal Ners dan Kebidanan.

Saifuddin. 2013. *Metode Penelitian.*  
Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Smehzer , Bare. 2012. *Buku saku  
Persalinan.* Jakarta : EGC

Stang Abdul Rahman, A. H. 2017.  
*Penurunan Nyeri  
Persalinan dengan Kompres  
Hangat.* Jurnal MKMI,,  
147-151.

