

PENGARUH KOMPRES DINGIN TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI BPS NY. MUJIYATI KABUPATEN LAMONGAN

Lilin Turlina, Nepi Vilanti Eka Ratnasari
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan
E-mail: turlinalmg@gmail.com

Abstract: The aim of research to determine the effect of cold pack on the decrease of pain childbirth at 1 active phase. The study design used Pre-Eksperiment Pratest-Postes Design. The population in this research were all women who give birth in BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb. Sample taken by simple random sampling. Data taken by observasion and analyzed using Wilcoxon Sign Rank Test significance 0,05. The result showed that cold pack was influence on the decrease of pain childbirth at 1 active phase in BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Joto Sanur village, Tikung SubDistrict, Lamongan District, year 2013.

Keywords: cold pack, painful childbirth reduction

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. Desain yang digunakan adalah Pre-Eksperiment Pratest-Postes Design. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu yang akan bersalin di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb. Pemilihan sampel dengan teknik Simple random sampling. Data penelitian ini diambil dengan menggunakan lembar observasi, setelah ditabulasi data dianalisis dengan menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank Test dengan tingkat kesalahan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres dingin berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan tahun 2013.

Kata kunci: kompres dingin, penurunan nyeri persalinan

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses menipis dan membuka leher rahim yang diikuti oleh turunnya janin ke jalan lahir dan kemudian disusul oleh kelahiran yaitu proses keluarnya hasil konsepsi atau dari rahim. Meskipun sudah dialami oleh sebagian wanita, rasa nyeri saat melahirkan bersifat unik dan berbeda. Nyeri merupakan suatu kondisi yang lebih dari sekedar sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus tertentu (Perry Potter, 2006).

Nyeri persalinan kala I fase aktif sering kali dialami oleh ibu yang akan melahirkan. Pada pembukaan 4 sampai dengan 10 nyeri dirasakan semakin berat. Nyeri ini berasal dari bawah abdomen akibat dari pembukaan dan penipisan serviks kemudian nyeri menyebar ke punggung bawah dan turun ke paha yang disebabkan oleh tekanan kepala janin terhadap tulang belakang ibu. Nyeri ini dirasakan hanya selama kontraksi dan akan berkurang pada interval antar kontraksi (Bobak, 2005).

Nyeri persalinan yang pertama kali makin kuat dirasakan ketika janin mulai turun dan ketika mulut rahim terbuka penuh. Nyeri ini timbul karena tekanan bayi terhadap struktur punggung yang diikuti robekan jalan lahir bagian bawah, peregangan dan pengungtingan daerah perineum atau antara vulva dan anus. Kala I fase aktif selesai apabila pembukaan telah lengkap. Pada primigravida kala I berlangsung diperkirakan 13 jam sedangkan multigravida diperkirakan 7 jam. Adapun faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan kala I fase aktif adalah pengalaman masa lalu, anxietas, budaya, usia, dukungan keluarga dan sosial.

Semua orang yang pernah melahirkan secara normal 100% pasti merasakan sakit. Berdasarkan penelitian di Amerika 70% sampai 80% wanita yang melahirkan mengharapkan persalinan berlangsung tanpa nyeri, berbagai cara dilakukan agar ibu

melahirkan tidak selalu merasa sakit dan merasa nyaman, salah satunya dengan tehnik hidroterapi. Hal ini dibuktikan dengan 50% persalinan di rumah sakit swasta dilakukan operasi caesar. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Erwin Kusuma dari Klinik Prolekteal Jakarta, melalui daftar pertanyaan untuk mengukur skala distres. Diketahui bahwa lebih dari 60% wanita hamil mengalami distres dan kurang dari 10% yang termasuk relatif tenang.

Sedangkan survei awal yang dilakukan penulis pada 10 Responden ibu bersalin di BPS Ny. Mujiyati, Amd.Keb. Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Lamongan hasilnya yang mengalami nyeri berat pada kala I fase aktif sebanyak 7 orang dan yang mengalami nyeri ringan sebanyak 3 orang. Data di atas menunjukkan masalah banyak ibu bersalin yang mengalami nyeri berat pada kala I fase aktif.

Peregangan otot polos telah ditujukan menjadi rangsang pada nyeri versal. Intensitas nyeri yang dialami pada kontraksi dikaitkan dengan derajat dan kecepatan dilatasi serviks dan segmen uterus bawah. Pada wal persalinan, terdapat pembentukan tekanan perlahan, dan nyeri dirasakan sekitar 20 detik setelah mulainya kontraksi uterus. Pada persalinan selanjutnya, terdapat pembentukan tekanan lebih cepat yang mengakibatkan waktu kelambatan minimal sebelum adanya persepsi nyeri (Walsh, 2008).

Pengetahuan Ibu tentang nyeri adalah persepsi ibu terhadap nyeri yang merupakan titik kesadaran seseorang terhadap nyeri. Ibu yang tidak tahu cara mengendalikan nyeri hanya bisa mengekspresikan nyeri dengan cara merintih, mendengkur atau menangis. Untuk ndapat mengatasi rasa nyeri ibu akan memperoleh informasi mengenai metode pengendalian nyeri salah satunya dengan kompres dingin yang dapat mengurangi spasme otot dan meningkatkan ambang nyeri (Henderson, 2006).

Apabila nyeri persalinan kala I fase aktif tidak ditangani, maka ibu akan merasakan nyeri yang berat sehingga anxietas atau rasa takut akan muncul yang dapat berakhir dengan kepanikan. Nyeri pada persalinan kala I fase aktif dapat diturunkan melalui metode farmakologi dan nonfarmakologi. Metode farmakologi yaitu obat golongan analgesik narkotik dan non narkotik, sedangkan metode non farmakologis yaitu stimulasi dan masase kutaneus, terapi es dan panas, stimulasi saraf elektrik transkutan, distraksi, teknik relaksasi, imajinasi terbimbing, hipnotis, pembedahan (Walsh, 2008). Kompres dingin ini diberikan pada saat itu mengalami kontraksi yaitu dengan cara meletakkan kain dingin atau buli-buli dingin yang diisi air dingin atau es batu pada perut bagian bawah, pinggang, lipat paha atau perineum (Simkin, 2008).

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa tenaga kesehatan perlu memberikan penyuluhan pada ibu hamil dan bersalin, yaitu tentang kehamilan dan persalinan yang merupakan hal fisiologis. Selain penyuluhan ibu juga bisa diberikan obat maupun terapi non farmakologis untuk mengurangi nyeri persalinan. Berangkat dari latar belakang di atas penulis bermaksud melakukan penelitian tentang pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan Tahun 2013.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian adalah keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mengantisipasi beberapa kesulitan yang mungkin timbul selama proses penelitian (Nursalam, 2003). Desain penelitian yang digunakan adalah *Praksperiment one* atau *Group Pratest-Postes Design* yaitu kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi

kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Nursalam, 2003).

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu yang akan bersalin di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu sebanyak 30 orang. Pemilihan sampel dengan teknik *Simple Random Sampling*, dimana sampel yang diamati sebanyak 28 orang. Data penelitian ini diambil dengan menggunakan lembar observasi, setelah ditabulasi data dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan tingkat kesalahan 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut adalah tabulasi data penelitian yang diperoleh dari hasil pengamatan atau observasi lapangan:

Tabel 1. Distribusi Ibu Bersalin Berdasarkan Umur

No	Umur	Jumlah	Persentase (%)
1	< 20 tahun	3	10,7
2	20-30 tahun	19	67,9
3	>30 tahun	6	21,4
	Total	28	100

Tabel 2. Distribusi Ibu Bersalin Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Jumlah	Persentase (%)
1	SMP	6	21,4
2	SMA	20	71,4
3	PT	2	7,1
	Total	28	100

Tabel 1 menunjukkan lebih dari sebagian ibu bersalin yang melahirkan di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan berumur 20-30 tahun yaitu sebanyak 19 orang (67,9%) dan sebagian kecil ibu ber-

salin berumur < 20 tahun yaitu sebanyak 3 orang (10,7%).

Tabel 2 menunjukkan lebih dari sebagian ibu bersalin yang melahirkan di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan berpendidikan SMA sebanyak 20 orang (71,4%) dan sebagian kecil ibu bersalin berpendidikan perguruan tinggi yaitu sebanyak 2 orang (7,1%).

Tabel 3. Distribusi Ibu Bersalin Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Jumlah	Persentase (%)
1	Ibu rumah tangga	23	82,1
2	Swasta	3	10,7
3	PNS	2	7,1
	Total	28	100

Tabel 3 menunjukkan hampir seluruh ibu bersalin yang melahirkan di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung bekerja sebagai IRT sebanyak 23 orang (82,1%) dan sebagian kecil ibu bersalin bekerja sebagai PNS sebanyak 2 orang (7,1%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkatan Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Sebelum Dilakukan Teknik Kompres Dingin

No	Tingkatan Nyeri	Jumlah	Persentase (%)
1	Nyeri ringan	3	10,7
2	Nyeri sedang	5	17,9
3	Nyeri berat	20	71,4
	Total	28	100

Tabel 4 menunjukkan lebih dari sebagian ibu bersalin yang melahirkan di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur

Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan mengalami nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan kompres dingin sebanyak 20 orang (71,4%) dan sebagian kecil ibu bersalin yang mengalami nyeri sedang sebanyak 3 orang (10,7%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkatan Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Setelah Dilakukan Teknik Kompres Dingin

No	Tingkatan Nyeri	Jumlah	Persentase (%)
1	Nyeri ringan	3	10,7
2	Nyeri sedang	23	82,1
3	Nyeri berat	2	7,1
	Total	28	100

Tabel 5 menunjukkan hampir seluruh ibu bersalin yang melahirkan di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan mengalami nyeri sedang pada persalinan kala I fase aktif setelah dilakukan kompres dingin sebanyak 23 orang (82,1%) dan sebagian kecil ibu bersalin yang mengalami nyeri berat sebanyak 2 orang (7,1%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkatan Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Sebelum dan Setelah Dilakukan Teknik Kompres Dingin

Tingkatan Nyeri Persalinan Sebelum Dilakukan Kompres Dingin	Tingkatan Nyeri Persalinan Setelah Dilakukan Kompres Dingin							
	Nyeri Ringan		Nyeri Sedang		Nyeri Berat		Total	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Nyeri ringan	3	100	0	0	0	0	3	100
Nyeri sedang	0	0	5	100	0	0	5	100
Nyeri berat	0	0	18	90	2	10	20	100
Jumlah	3	10,7	23	82,1	2	7,1	28	100

P = -4.243

Tabel 6 menunjukkan bahwa seluruh ibu bersalin yaitu 3 orang (100%) mengalami nyeri ringan sebelum dilakukan teknik kompres dingin dan tetap mengalami nyeri ringan setelah dilakukan teknik kompres dingin. Sedangkan seluruh ibu bersalin yaitu 5 orang (100%) mengalami nyeri sedang sebelum dilakukan teknik kompres dingin dan tetap mengalami nyeri sedang setelah dilakukan teknik kompres dingin. Dan hampir seluruh ibu bersalin yaitu 18 orang (90%) mengalami nyeri berat sebelum dilakukan teknik kompres dingin menjadi sebagian kecil yaitu 2 orang (10%) mengalami nyeri berat setelah dilakukan teknik kompres dingin.

Pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan tahun 2013 dianalisis dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test*. Hasil Uji Statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* tentang pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan $p : < 0,00$ menunjukkan nilai signifikan ($Z = -4,243$) dimana hal ini berarti $Z < 0,05$ sehingga H_1 diterima artinya ada pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Lamongan .

Pembahasan

Tingkatan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin Sebelum Dilakukan Kompres Dingin

Tabel 4 menunjukkan lebih dari sebagian ibu bersalin yang melahirkan di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan mengalami nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan kompres dingin sebanyak 20 orang (71,4%) dan sebagian kecil ibu bersalin yang mengalami nyeri sedang sebanyak 3 orang (10,7%). Artinya hampir

seluruh ibu bersalin mengalami nyeri berat sebelum dan menjelang persalinan, dengan demikian sekarang sebelum bidan melakukan proses persalinan perlu melakukan persiapan-persiapan yang lengkap untuk mencegah sesuatu yang tidak di inginkan.

Data tersebut menunjukkan bahwa masih banyak ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan pada kala I fase aktif di Indonesia khususnya di daerah Lamongan. Biasanya para ibu yang tidak tahu cara mengendalikan rasa nyeri persalinan ibu akan mencari informasi mengenai metode pengendalian nyeri persalinan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan nyeri persalinan kala I fase aktif dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, budaya, pengalaman masa lalu, dukungan keluarga dan sosial.

Usia merupakan variabel penting yang mempengaruhi nyeri, khususnya pada anak-anak dan lansia, keyakinan dan nilai-nilai budaya mempengaruhi cara individu mengatasi nyeri, pengalaman nyeri sebelumnya tidak terlalu berarti bahwa individu tersebut menerima lebih pada masa yang akan datang, dukungan keluarga dan sosial yaitu kelompok sosial budaya yang berbeda memiliki harapan yang berbeda tentang tempat mereka menumpahkan keluhan mereka tentang nyeri (Perry & Potter, 2006).

Nyeri adalah suatu sensorik subyektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual atau potensial yang dirasakan dalam kejadian dimana terjadi kerusakan (Varney, 2008). Menurut Bobak (2005) nyeri persalinan kala I fase aktif sering kali dialami oleh ibu yang akan melahirkan. Pada pembukaan 4 sampai dengan 10 nyeri dirasakan semakin berat. Nyeri ini berasal dari bawah abdomen akibat dari pembukaaan dan penipisan serviks kemudian nyeri menyebar ke punggung bawah dan turun ke paha yang disebabkan oleh tekanan kepala janin terhadap tulang belakang

ibu. Nyeri ini dirasakan hanya selama kontraksi dan akan berkurang pada interval antar kontraksi.

Penyebab nyeri pada persalinan kala I fase aktif salah satunya adalah kontraksi uterus yang dikaitkan dengan derajat kecepatan dilatasi serviks dan segmen bawah rahim. Nyeri persalinan ini diawali dengan perdarahan, pecahnya selaput ketuban dan kontraksi atau ketegangan otot rahim, dengan adanya kontraksi ini maka bayi akan terdorong keluar dari dalam rahim secara bertahap sedikit demi sedikit, akibat daya dorong dari kontraksi ini maka mulut rahim sedikit demi sedikit akan terbuka untuk memberikan jalan lahir keluarnya bayi.

Dalam keadaan normal kontraksi muncul secara spontan dari tubuh ibu yang mau melahirkan, mekanisme kontraksi ini dikendalikan oleh sistem saraf otonom, sehingga muncul sendiri secara reflek. Kontraksi dalam pembukaan pintu rahim inilah yang menjadi salah satu sumber rasa nyeri didalam persalinan kala I fase aktif.

Tingkatan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin Setelah Dilakukan Kompres Dingin

Tabel 5 menunjukkan hampir seluruh ibu bersalin yang melahirkan di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan mengalami nyeri sedang pada persalinan kala I fase aktif setelah dilakukan kompres dingin sebanyak 23 orang (82,1%) dan sebagian kecil ibu bersalin yang mengalami nyeri berat sebanyak 2 orang (7,1%).

Data tersebut menunjukkan bahwa hampir seluruh ibu bersalin setelah diberikan kompres dingin mengalami nyeri sedang. Klien yang merasa nyeri akan berusaha untuk menghilangkan rasa nyeri itu agar ketidaknyamanan yang dirasakan hilang dan aktifitas sehari-hari dapat tetap berjalan. Pemberian kompres dingin pada ibu bersalin

yang sedang mengalami nyeri punggung yang disebabkan oleh posisi posterior oksiput janin atau tegangan pada otot punggung dianggap meredakan nyeri dengan mengurangi spasme otot yang disebabkan oleh iskemia, yang merangsang neuron yang memblokir transmisi lanjut rangsang nyeri dan menyebabkan vasodilatasi dan peningkatan aliran darah ke area punggung tersebut.

Kompres dingin adalah suatu metode dalam penggunaan suhu rendah setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Aplikasi kompres dingin adalah mengurangi aliran darah ke suatu bagian dan mengurangi perdarahan serta edema. Diperkirakan bahwa terapi dingin menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit. Mekanisme lain yang mungkin bekerja adalah bahwa persepsi dingin menjadi dominan dan mengurangi persepsi nyeri (Fraser, 2009).

Tujuan dalam pengobatan nyeri adalah mengurangi nyeri sebesar mungkin dengan efek samping paling kecil (Chapman, 2006). Hal ini sesuai dengan teori Musrifatul M dan Alimul, bahwa kompres dingin dapat memberikan relaksasi pada otot yang tegang dan kekakuan sendi. Ibu bersalin tidak ada yang mendapatkan pengobatan untuk menghilangkan, nyeri persalinan, dimana dalam pemberian tehnik kompres dingin tidak dipengaruhi oleh pengobatan lain sehingga observasi tingkatan nyeri persalinan kala I fase aktif dapat dilakukan dengan mengurangi faktor perancu.

Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb

Berdasarkan tabel 6, seluruh ibu bersalin yaitu sebanyak 3 orang (100%) mengalami nyeri ringan sebelum dilakukan teknik kompres dingin dan tetap mengalami nyeri ringan setelah dilakukan teknik kompres

dingin. Sedangkan seluruh ibu bersalin yaitu 5 orang (100%) mengalami nyeri sedang sebelum dilakukan teknik kompres dingin dan tetap mengalami nyeri sedang setelah dilakukan teknik kompres dingin. Hampir seluruh ibu bersalin yaitu 18 orang (90%) yang mengalami nyeri berat sebelum dilakukan teknik kompres dingin menjadi sebagian kecil yaitu 2 orang (10%) yang mengalami nyeri berat setelah dilakukan teknik kompres dingin.

Menggunakan bantuan SPSS, hasil uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* tentang pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan $p < 0,00$ menunjukkan nilai signifikan ($Z = -4,243$) dimana hal ini berarti $Z < 0,05$ sehingga H_1 diterima artinya ada pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di BPS Ny. Mujiyati, Amd. Keb. Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan tahun 2013.

Dari data tersebut dapat diketahui bahwa hampir seluruh ibu bersalin sebelum dilakukan kompres dingin mengalami nyeri berat dan setelah dilakukan kompres dingin mengalami nyeri sedang. Dari sini dapat diketahui bahwa kompres dingin sangat mempengaruhi penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. Hal ini sesuai dengan pendapat Nursalam (2003), bahwa kompres dingin akan menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit sehingga mengurangi rasa nyeri.

Persalinan adalah rangkaian proses yang berakhir dengan pengeluaran hasil konsepsi oleh ibu. Proses ini dimulai dengan kontraksi persalinan sejati, yang ditandai oleh perubahan serviks dan diakhiri dengan kelahiran plasenta (Varney, 2008). Ketika kontraksi dimulai ibu akan merasakan nyeri yang mengakibatkan ketidaknyamanan dan untuk mengatasi rasa nyeri tersebut dapat

dilakukan kompres dingin yaitu dengan menggunakan buli-buli dingin. Pengompresan ini diletakkan pada daerah yang terasa nyeri biasanya pada pinggang, perut bagian bawah atau lipat paha ketika ada kontraksi dengan memakai buli-buli dingin yang diisi air dingin dengan suhu $15-18^{\circ}\text{C}$ selama 20-30 menit (Potter & Perry, 2006). Pengompresan dilakukan selama 20 menit karena suhu air sudah turun sehingga air dingin harus diganti dan saat itulah melakukan observasi nyeri persalinan.

Kompres dingin ini berguna untuk mengurangi ketegangan nyeri sendi dan otot, mengurangi pembengkakan, dan menyejukkan kulit. Kompres dingin akan membuat daerah yang terkena dengan memperlambat transmisi nyeri melalui neuron-neuron sensorik (Rohani, dkk, 2011:44). Roper (2000) menyatakan, mekanisme terjadinya penurunan nyeri akibat dilakukan kompres dingin karena dingin menyebabkan vasokonstriksi untuk menurunkan aliran darah ke daerah tubuh yang mengalami cedera, mencegah terbentuknya edema, mengurangi inflamasi. Dingin akan meredakan nyeri dengan membuat area menjadi mati rasa, memperlambat aliran impuls nyeri, meredakan perdarahan dan meningkatkan ambang nyeri, ketegangan otot menurun yang berguna untuk menghilangkan nyeri.

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa lebih dari sebagian ibu bersalin yang mengalami nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan kompres dingin. Tetapi setelah dilakukan kompres dingin ada penurunan nyeri yang hampir seluruh ibu bersalin mengalami nyeri sedang. Hal ini disebabkan karena efek dari kompres dingin sendiri yang dapat menurunkan aliran darah ke daerah tubuh yang mengalami cedera sehingga meredakan nyeri dengan membuat area menjadi mati rasa, dengan efek inilah tingkatan nyeri persalinan dapat berkurang.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di BPS Ny.Mujiyati, Amd.Keb Desa Joto Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan tahun 2013. Dengan demikian, bagi para bidan diharapkan dapat meningkatkan pelayanannya melalui pengembangan asuhan kebidanan khususnya kompres dingin dengan melibatkan keluarga sebagai upaya untuk menurunkan nyeri persalinan.

Kompres dingin pada saat ibu merasakan nyeri persalinan dapat dilakukan dengan memperhatikan daerah yang dikompres yaitu pada pinggang, perut bagian bawah atau lipat paha ketika ada kontraksi dengan memakai buli-buli dingin yang diisi air dingin dengan suhu 15-18°C selama 20-30 menit untuk menurunkan nyeri persalinan.

DAFTAR RUJUKAN

- Bobak. 2005. *Buku Ajar Maternitas Edisi 4*. EGC: Jakarta.
- Chapman, Vicky. 2006. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Kelahiran*. EGC: Jakarta.
- Fraser, Cooper. 2009. *Buku Ajar Bidan Edisi 14*. EGC: Jakarta.
- Henderson, Christine. 2006. *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. EGC: Jakarta.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2*. Salemba Medika: Jakarta.
- Potter dan Perry. 2006. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Edisi 4*. EGC: Jakarta.
- Rohani, Saswita Reni, Marisah. 2011. *Asuhan Kebidanan pada Masa Persalinan*. Salemba Medika: Jakarta.
- Roper, Nancy. 2000. *Prinsip-prinsip Keperawatan*, (Online), ([www//http: emailbox@ cbn.net.id](http://www/emailbox@cbn.net.id)), diakses 13 Mei 2013.
- Simkin, Peny P.T. 2008. *Pedoman Lengkap Kehamilan Melahirkan dan Bayi*. Archan: Jakarta.
- Varney, Hellen. 2008. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4*. EGC: Jakarta.
- Walsh, Linda V. 2008. *Buku Ajar Kebidanan Komunitas*. EGC: Jakarta.