



## Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)

e-ISSN 2776-625X

<https://jom.htp.ac.id/index.php/jkt>

### KOMPRES AIR DINGIN SEBAGAI UPAYA MENGURANGI NYERI PERSALINAN

Salma Aulia<sup>1)</sup>, Rita Afni<sup>2)</sup>

D3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hangtuah Pekanbaru

<sup>1)</sup>[Salmaaulia255@gmail.com](mailto:Salmaaulia255@gmail.com) , <sup>2)</sup>[Rita.afni@htp.ac.id](mailto:Rita.afni@htp.ac.id)

#### Histori artikel

*Received:*  
14-09-2021

*Accepted:*  
30-12-2021

*Published:*  
31-12-2021

#### Abstrak

Nyeri pada persalinan dapat mempengaruhi proses kelahiran. Pengaruh utama yang terjadi adalah karena terpicunya sistem simpatis dimana terjadi peningkatan kadar plasma dan katekolamin terutama epineprin yang dapat menyebabkan gangguan pada kontraksi. Nyeri selama kala I Persalinan berasal dari dilatasi serviks, dimana merupakan sumber nyeri yang utama, peregangan segmen uterus bawah, tekanan pada struktur-struktur yang berdekatan, dan hipoksia pada sel-sel otot uterus selama kontraksi. Ada beberapa cara untuk mengurangi rasa nyeri tersebut seperti metode nonfarmakologi yaitu dengan kompres air dingin. Tujuan dari asuhan ini adalah untuk melihat pengaruh kompres air dingin terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Sampel adalah ibu bersalin yang merasakan nyeri pada bagian perut menjalar hingga ke pinggang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi. Hasil asuhan menunjukkan kompres air dingin yang dilakukan menggunakan handuk yang diberi air dingin dengan suhu 15-18°C selama 20 menit pada kala I fase aktif menunjukkan adanya perubahan skala nyeri. Pada pembukaan 5 cm nyeri yang dirasakan ibu berada pada skala nyeri sedang, setelah itu dilakukan evaluasi nyeri pada pembukaan 7 cm, nyeri yang dirasakan ibu berkurang dan berada pada skala nyeri ringan.

**Kata Kunci : Asuhan Kebidanan, Ibu Bersalin, Nyeri, Kompres Air Dingin**

## Latar Belakang

Persalinan adalah serangkaian kejadian yang berakhir dengan pengeluaran bayi yang cukup bulan atau hampir cukup bulan disusul dengan pengeluaran plasenta dan selaput janin dari tubuh ibu (Kuswanti & Melina, 2014). Nyeri pada persalinan dapat mempengaruhi proses kelahiran itu sendiri. Pengaruh utama yang terjadi adalah karena terpicunya sistem simpatis dimana terjadi peningkatan kadar plasma dan katekolamin terutama epineprin yang dapat menyebabkan gangguan pada kontraksi (Maryunani, 2010).

Nyeri selama kala I Persalinan berasal dari dilatasi serviks, dimana merupakan sumber nyeri yang utama, peregangan segmen uterus bawah, tekanan pada struktur-struktur yang berdekatan. Dan hipoksia pada sel-sel otot uterus selama kontraksi. Kompres Panas pada proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem vaskuler dalam keadaan vasodilatasi sehingga sirkulasi yang terjadi ke otot panggul menjadi homeostasis (Manurung, 2011).

Pengelolaan nyeri persalinan adalah salah satu tujuan utama perawatan bersalin. Tujuan keseluruhan dalam pengobatan nyeri adalah mengurangi nyeri sebesar-besarnya dengan kemungkinan efek samping paling kecil. Ibu bersalin tersebut sekitar 90% diantaranya memilih metode non farmakologis untuk mengatasi nyeri. Terapi kompres air dingin merupakan salah satu metode non farmakologis untuk mengatasi nyeri. Terapi ini perlu diberikan bagi semua ibu melahirkan sebagai salah satu intervensi terapi nyeri di pelayanan kesehatan yakni rumah sakit, puskesmas maupun klinik bersalin (Yesie, 2014).

Terapi kompres panas dan dingin merupakan salah satu metode non farmakologis untuk mengatasi nyeri. Terapi ini perlu diberikan bagi semua ibu melahirkan sebagai salah satu intervensi terapi nyeri di pelayanan kesehatan yakni rumah sakit, puskesmas maupun klinik bersalin. Metode non farmakologis merupakan metode yang paling sering digunakan untuk mengurangi nyeri. Metode ini mempunyai resiko yang sangat rendah, bersifat murah, simpel, efektif (Manurung, 2011).

Penelitian Lilin dan Nepi Vilanti Eka (2013) di Desa Jito Sanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan dari 30 responden menunjukkan bahwa kompres dingin berpengaruh terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif dimana ibu bersalin mengalami nyeri berat sebanyak 20 orang (71,4%) setelah dilakukan teknik kompres air dingin selama 20 menit, ibu bersalin yang mengalami nyeri berat mengalami penurunan menjadi 2 orang (7,1%) (Turlina & Eka Ratnasari, 2016).

Penelitian Aida Tyas (2013) di Puskesmas Batang III Jawa Tengah mengungkapkan kompres dingin berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dimana dari

40 responden yang seluruhnya mengalami nyeri berat setelah terapi kompres air dingin sebanyak 30 responden mengatakan nyaman dan relaks (Nuniek et al., 2013).

Berdasarkan survey yang dilakukan, diketahui bahwa jumlah pasien bersalin pada satu tahun terakhir berjumlah 168 orang. Dari data tersebut, diketahui bahwa tidak ada pasien bersalin yang diberikan terapi kompres air dingin untuk mengurangi nyeri persalinan. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan “Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin untuk Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Kompres Air Dingin di PMB Dince Safrina, SST Kota Pekanbaru Tahun 2021”.

## Metode

Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan mengacu pada asuhan kebidanan pada ibu bersalin untuk mengurangi nyeri persalinan dengan kompres air dingin. Pada studi kasus dilakukan anamnesis, pemeriksaan dan berlanjut dengan memberikan asuhan sampai evaluasi dan dokumentasi. Studi kasus ini dilaksanakan pada tanggal 29 Maret 2021 di PMB Dince Syafrina Pekanbaru. Asuhan ini telah melalui prosedur kaji etik STIKes Hang Tuah Pekanbaru dengan no surat 097/ KEPK/STIKes-HTP/III/2021

## Hasil

Kajian pertama dilakukan pada Ny. S inpartu Kala I pada tanggal 29 Maret 2021 pukul 10. 55 WIB. Data subjektif Ny. D usia 29 tahun.ibu mengatakan keluar darah dari jalan lahir, ibu merasa perut terasa nyeri menjalar ke pinggang dan mengganggu aktifitas fisik ibu. Ibu mengatakan rasa nyeri yang dirasakan ibu sudah mulai sejak pagi tadi namun tidak sering. Riwayat kesehatan ibu tidak ada terkena penyakit serius dan tidak ada keturunan penyakit lain.

Pada pengumpulan data objektif ditemukan keadaan umum ibu baik, ibu tampak kesakitan, tekanan darah 120/90 mmHg, denyut nadi 80 x/m, pernafasan 20x/m, suhu 36,3°C, kelopak mata ibu tidak pucat, konjungtiva merah muda, sclera putih, putting susu menonjol, ibu tidak ada merasakan benjolan maupun rasa nyeri pada payudara, kebersihan baik. Tinggi fundus uteri pertengahan pusat-px. Bagian atas perut ibu teraba bokong janin, dan pada bagian bawah perut ibu teraba kepala janin. Mc Donald 28 cm. TBBJ 2635 gr. Kontraksi 3x10'40". Denyut jantung janin teratur dengan frekuensi 140x/m. vulva dan vagina ibu terlihat normal dengan pengeluaran pervaginam lendir bercampur darah. Setelah dilakukan pemeriksaan dalam didapatkan hasil portio tipis, pembukaan 5 cm, konsistensi lunak, selaput ketuban positif/utuh, dengan presentasi kepala, posisi ubun-ubun kecil dan penurunan kepala

station 2.

Melakukan asuhan kebidanan dengan memberikan kompres air dingin menggunakan handuk yang diberi air dingin dengan suhu 15-18°C selama 20 menit pertama dan selanjutnya pada saat kontraksi yang tujuannya untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu saat kala I persalinan. Sebelum dilakukan pengompresan tingkat nyeri ibu berada pada tingkat sedang dengan skala 4-6.

Kajian kedua dilakukan pada Ny. S pada tanggal 29 Maret pada pukul 15.30 WIB, ibu merasa rasa sakit yang ibu rasakan tidak hilang seutuhnya namun ibu sudah mulai merasa nyaman karena diberi kompres air dingin. Ibu merasa senang karna suami juga turut membantu untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan ibu.

Pada pengumpulan data objektif ditemukan keadaan umum ibu baik, tekanan darah ibu 120/80 mmHg, denyut nadi ibu 86 x/m, pernafasan ibu 20 x/m, suhu 36°C, detak jantung janin 133 x/m, kontraksi ibu 3x10'40-45". Pemeriksaan dalam menunjukkan hasil portio tipis dan lunak, pembukaan serviks 7 cm, selaput ketuban utuh (+). Tingkat nyeri yang semula berada pada tingkat nyeri sedang berubah menjadi tingkat nyeri ringan dengan skala nyeri 1-3.

## Pembahasan

Pembahasan ini ditulis dengan maksud memberikan penjelasan khusus mengenai tinjauan kasus yang telah dijabarkan agar didapatkan suatu pemecahan masalah yang ada dan akhirnya ditarik sehingga dapat digunakan sebagai tindak lanjut dalam penerapan asuhan kebidanan yang tepat, efektif serta efisiensi.

Melalui metode pendekatan pemecahan masalah, penulis menyajikan pembahasan dengan membandingkan teori yang ada dengan kenyataan dilapangan yang telah diterapkan pada Ny. S, usia 29 thn dengan kompres air dingin untuk mengurangi nyeri pada kala I fase aktif. Nyeri persalinan yang dirasakan setiap wanita berbeda-beda karena respon terhadap nyeri saat persalinan dipengaruhi oleh beberapa factor seperti pembukaan serviks.

Sesuai dengan pengertian nyeri, nyeri adalah rasa tidak enak akibat perangsangan ujung-ujung saraf khusus. Selama persalinan dan kelahiran pervaginam, nyeri disebabkan oleh kontraksi rahim, dilatasi serviks dan distensi perineum (Kuswanti dan Melina, 2014). Penulis menemukan masalah nyeri persalinan pada Ny. S dimana Ny. S merasakan nyeri pada punggungnya pada saat kala I fase aktif.

Dalam asuhan yang penulis lakukan pertama kali, Ny. S mengatakan bahwa terasa nyeri pada bagian punggungnya yang membuat ibu merasa tidak nyaman dengan nyeri yang dirasakannya. Nyeri yang dirasakan oleh ibu berada pada skala nyeri sedang yang

mengganggu aktivitas fisiknya.

Dari hasil pemeriksaan yang dilakukan, penulis mencantumkan hasil pemeriksaan dengan menggunakan pendokumentasian SOAP. Data subjektif yang ditemukan pada ibu yaitu ibu mengatakan perut mules dan keluar lendir sejak tadi pagi dan nyeri pada bagian punggungnya. Data objektif yang ditemukan pada pemeriksaan yaitu keadaan umum ibu baik, TTV dalam batas normal, dan dilakukan pemeriksaan dalam pembukaan 5, porsio tipis, ketuban (+), penurunan H-II. Setelah dilakukan pemeriksaan maka penulis memberi asuhan yaitu berupa kompres air dingin untuk mengurangi skala nyeri pada ibu pada 20 menit pertama setelah dilakukan pemeriksaan, skala nyeri yang dirasakan ibu berada pada skala nyeri sedang, pada saat di kompres ibu merasa rileks dan nyaman, ibu mengatakan nyeri yang dirasakannya berkurang, kemudian penulis melakukan pengompresan selanjutnya ketika ibu merasakan kontraksi dan ibu juga mengatakan nyeri yang dirasakannya berkurang pada saat dikompres.

Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu, ibu bisa lelah, takut dan khawatir dengan persalinan yang akan dihadapinya. Sakit yang dirasakan ibu merupakan hal yang wajar ketika seseorang akan menghadapi persalinan karena peregangan dan pelebaran mulut Rahim selama kontraksi. Untuk mengatasi nyeri yang dirasakan dapat dilakukan berbagai macam tindakan, salah satunya pemberian kompres air dingin.

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)

Dari hasil yang penulis dapatkan tidak ada kesenjangan antara teori dengan kasus, dimana menurut teori kompres air dingin dapat mengurangi intensitas nyeri, begitu pula dengan kasus yang didapatkan, intensitas nyeri yang dirasakan oleh pasien dapat berkurang karena adanya pemberian kompres air dingin pada daerah yang terasa nyeri.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nopliza, Tita dan Susanti,2018) dapat dilihat bahwa sesudah pemberian kompres dingin responden dapat mengalami perubahan yang cukup berarti. Kompres dingin adalah satu metode alternative untuk mengurangi nyeri persalinan fase aktif .Kompres dingin dilakukan selama 20 Menit selanjutnya dilakukan pengukuran nyeri pada saat kontraksi setelah 20 menit. Penggunaan kompres bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin.

Kompres dingin yang dilakukan pada Ny. S, memang benar, dari pembukaan 5 cm sampai pembukaan 7 cm dengan skala nyeri sedang hingga skala nyeri ringan , semula ibu tampak gelisah dan aktifitas ibu sedikit terganggu. Selanjutnya dilakukan asuhan kompres air dingin selama 20 menit ibu merasakan nyaman dan nyeri yang dirasakan ibu berkurang.

Selanjutnya kompres dilakukan pada saat ibu mengalami kontraksi, setelah dilakukan evaluasi nyeri yang awalnya berskala sedang menjadi nyeri dengan skala ringan setelah dilakukan pengompresan.

Kendala yang penulis dapatkan selama melakukan asuhan yaitu ibu yang terkadang tidak ingin lagi dikompres dan hanya menginginkan pijatan dari suaminya. Setelah penulis mengajak lagi untuk diberikan asuhan ibu tersebut terkadang mau dan terkadang tidak mau untuk diberikan asuhan kompres air dingin tersebut.

### Kesimpulan dan Saran

Dari asuhan yang diberikan menggunakan pendekatan dengan pendokumentasian SOAP. Pada Ny. S, dilakukan asuhan kebidanan berupa pemberian kompres air dingin. Dari pembukaan 5 cm ibu mengalami nyeri pada skala nyeri sedang, kemudian memberikan kompres air dingin dengan menggunakan handuk yang diberi air dingin dengan suhu air 15-18°C selama 20 menit pertama pada kala I fase aktif. Setelah itu dilakukan evaluasi tingkat nyeri ibu, pada pembukaan 7 cm diketahui skala nyeri ibu berkurang, skala nyeri berada pada skala ringan.

Diharapkan kepada penyedia layanan asuhan kebidanan yang membuka praktik untuk selalu mempertahankan dan meningkatkan pelayanan persalinan khususnya memberi asuhan berupa kompres air dingin untuk mengurangi nyeri persalinan pada ibu

### Daftar Pustaka

- Kuswanti, I., & Melina, F. (2014). *Askeb II Persalinan*. Pustaka Pelajar.
- Manurung, S. (2011). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Asuhan Keperawatan Intranatal*. Trans Info Media.
- Maryunani, A. (2010). *Nyeri Dalam Persalinan*. Trans Info Media.
- Nuniek, N. F., Kartika Sani, A. T., & Winarsih. (2013). *Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan(JIK)*, 5(2), 1–5.
- Rohani, & Dkk. (2011). *Asuhan Pada Masa Persalinan*. Selemba Medika.
- Turlina, L., & Eka Ratnasari, N. V. (2016). *Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Bps Ny. Mujiyati Kabupaten Lamongan*. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 11(2), 143–150. <https://doi.org/10.31101/jkk.90>
- Yesie, A. (2014). *Gentle Birth Balance*. Qanita.