

**Efektivitas Teknik *Counter Pressure Vertebra Sacralis*
Terhadap Pengurangan Nyeri Ibu Bersalin Kala I: *Literature Review***

Olvi Mahdalena^{1*}, Zulliati², Sarkiah³

^{1,2}Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

³Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia
Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

*E-mail: olvimahdalena638@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri Persalin adalah kondisi fisiologis yang secara umum akan dialami oleh semua ibu bersalin. Rasa nyeri adalah manifestasi dari adanya kontraksi otot rahim, kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks) dengan adanya pembukaan serviks inilah maka akan terjadi persalinan. Penangan nyeri persalinan merupakan hal sangat penting maka upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan kala I adalah dengan metode non farmakologi salah satunya dengan cara *Massage Counterpressure*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Teknik *Counter pressure vertebra sacralis* pada pengurangan nyeri ibu bersalin Kala I. Penelitian ini menggunakan metode *literature review*, penilaian dalam penelitian ini menggunakan *The JBI Critical Appraisal Tools* untuk mengkaji risiko bias dalam studi dengan tiga database (*Google Scholar*, Portal Garuda, PubMed). Berdasarkan hasil kajian *literature review* dari 10 jurnal yang didapat bahwa semua jurnal efektif dalam penurunan nyeri persalinan kala I, karena teknik *counterpressure* merupakan metode yang paling mudah dilakukan dan tidak memerlukan banyak peralatan untuk melakukannya, yang dapat mengurangi nyeri dengan cara menekan daerah sacrum untuk menghalangi transmisi stimulus nyeri dari rahim ke otak, teknik ini dapat dilakukan oleh petugas kesehatan atau pendamping persalinan melakukan teknik ini pada saat rahim berkontraksi. Disimpulkan bahwa Teknik *Massage Counter Pressure* sangat efektif untuk mengurangi nyeri persalinan kala I

Kata Kunci : Ibu Bersalin, Nyeri persalinan, *Massage Counter pressure*.

The Effectiveness Of The Sacralis Vertebra Counter Pressure Technique Towards Reduction Of Pain In Maternal I: Literature Review

Olvi Mahdalena^{1*}, Zulliati², Sarkiah³

^{1,2}Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

³Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia
Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

*E-mail: olvimahdalena638@gmail.com,

ABSTRACT

Labor pain is a physiological condition that will generally be experienced by all maternity mothers. Pain is a manifestation of uterine muscle contractions, these contractions cause the opening of the cervix (cervix) with this cervical opening, labor will occur. Handling labor pain is very important, so efforts that can be made to reduce labor pain in the first stage are non-pharmacological methods, one of which is Counterpressure Massage. This study aims to analyze the sacral vertebral counter pressure technique in reducing pain during the first stage of labor. This study uses a literature review method, the assessment in this study uses The JBI Critical Appraisal Tools to assess the risk of bias in a study with three databases (Google Scholar, Portal Garuda , PubMed). Based on the results of a literature review review of ten journals, it was found that all journals were effective in reducing first stage labor pain, because the counterpressure technique is the easiest method to do and does not require a lot of equipment to do it, which can reduce pain by pressing the sacrum area to block transmission. pain stimulus from the uterus to the brain, this technique can be done by health workers or birth attendants doing this technique when the uterus contracts. It was concluded that the Counter Pressure Massage Technique was very effective in reducing pain in the first stage of labor

Keywords : *Mathernity mother, labor pain, Counterpressure Massage.*

Pendahuluan

Persalinan adalah suatu proses alamiah yang akan dihadapi oleh setiap ibu hamil, di mana terjadi pengeluaran hasil konsepsi berupa bayi dan plasenta dari rahim ibu. Pada saat terjadi kontraksi, maka mulut rahim akan melebar sehingga mendorong bayi keluar.

Tulang pubis menerima tekanan kuat dari rahim, hal inilah yang menyebabkan nyeri pada persalinan. (Juniartati, 2018)

Menurut data WHO, sebanyak 99% kematian ibu akibat masalah persalinan atau kelahiran terjadi di negara-negara berkembang Partus lama rata rata di dunia menyebabkan

kematian ibu sebesar 8% dan di Indonesia sebesar 9%, diketahui bahwa partus lama merupakan komplikasi penyebab kematian ibu yang terbanyak nomor 5 di Indonesia. (Novitasari, 2019)

Data profil kesehatan Indonesia tahun 2016 cakupan pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan secara nasional pada tahun 2016 adalah sebesar 90,88% sedangkan berdasarkan Riskesdas 2016, kualifikasi tertinggi penolong saat persalinan dilakukan oleh bidan (68,6%). (Oktavina, 2020)

Persalinan lama berhubungan erat dengan peningkatan morbiditas pada ibu dan bayi, meningkatkan abnormalitas pada fisiologi persalinan dan peningkatan angka persalinan dengan seksio sesaria sedangkan pada bayi persalinan lama meningkatkan angka kematian bayi dan penurunan rata-rata nilai APGAR. Pada ibu dengan persalinan lama lebih berisiko terjadi perdarahan karena atonia uteri, laserasi jalan lahir, infeksi, kelelahan dan syok, sedangkan pada janin dapat meningkatkan risiko asfiksia berat,

trauma cerebral, infeksi dan cedera akibat tindakan. (Lestari, 2021)

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri. Nyeri sebagai upaya membukanya serviks dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Biasanya rasa nyeri dapat menjadikan momok bagi setiap ibu hamil. Nyeri tersebut menyebabkan beberapa wanita takut dan cemas menghadapi persalinan apalagi pada kehamilan yang pertama. (Novitasari, 2019)

Persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang dialami oleh wanita. Pada proses ini terjadi serangkaian perubahan besar yang terjadi pada ibu untuk dapat melahirkan janinnya melalui jalan lahir. Tujuan dari pengelolaan proses persalinan adalah mendorong kelahiran yang aman bagi ibu dan bayi sehingga dibutuhkan peran dari petugas kesehatan untuk mengantisipasi dan menangani komplikasi yang mungkin terjadi pada ibu dan bayi, sebab kematian ibu dan bayi sering terjadi terutama saat proses persalinan. (Rilyani et al., 2017)

Nyeri juga menyebabkan aktivitas uterus yang tidak terkoordinasi yang akan mengakibatkan persalinan lama, yang akhirnya dapat mengancam kehidupan janin dan ibu. Kondisi nyeri yang hebat pada proses persalinan memungkinkan para ibu cenderung memilih cara yang paling gampang dan cepat untuk menghilangkan rasa nyeri, Obat-obat memberikan efek samping yang merugikan yang meliputi fetal hipoksia, resiko depresi pernapasan neonatus, penurunan Heart Rate / Central nervous system (CNS) dan peningkatan suhu tubuh ibu yang dapat menyebabkan perubahan pada janin. (Rilyani et al., 2017)

Dari beberapa penyebab tingginya AKI, partus lama/macet adalah salah satunya. Partus lama/macet bisa disebabkan oleh banyak faktor penyebab, salah satunya adalah tidak dapatnya ibu menahan dan menerima rasa nyeri persalinan serta kelelahan akibat nyeri persalinan. Nyeri saat persalinan menjadi salah satu factor yang menyebabkan ibu merasa melahirkan adalah peristiwa yang menyakitkan dan menakutkan. (Endarti & Nadia, 2016)

Ibu bersalin yang sulit beradaptasi dengan rasa nyeri persalinan dapat menyebabkan tidak terkoordinasinya kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan perpanjangan kala I persalinan dan kesejahteraan janin terganggu. Tidak ada kemajuan persalinan atau kemajuan persalinan yang lambat merupakan salah satu komplikasi persalinan yang mengkhawatirkan, rumit, dan tidak terduga. Persalinan lama dapat menimbulkan konsekuensi serius bagi salah satu atau keduanya antara lain infeksi intra partum, rupture uteri, cincin retraksi patologis, pembentukan fistula, cedera otot-otot dasar panggul, dan efek bagi janin dapat berupa kaput suksedaneum, molase kepala janin. (Rilyani et al., 2017)

Upaya untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan cara farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dengan cara memberikan obat anti nyeri (analgesik) pada ibu hamil direkomendasikan oleh dokter dan terapi nonfarmakologi dapat dilakukan oleh petugas kesehatan atau keluarga pasien yaitu salah satunya menggunakan *massage counter*

pressure yang merupakan pijatan tekanan kuat dengan cara meletakkan tumit tangan atau bagian datar dari tangan, atau juga menggunakan bola tenis. Tekanan dapat diberikan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil. (Paseno et al., 2019)

Counter pressure ini dapat diberikan pada saat persalinan kala 1 fase aktif dimana *counter pressure* untuk nyeri persalinan dapat menghambat atau mengurangi nyeri persalinan sehingga ketegangan tidak terjadi. *Massage Counter pressure* adalah penekanan secara stabil yang dapat dilakukan oleh pendamping persalinan ke daerah sacral dengan sebuah benda keras seperti bola tenis atau tumit tangan. Tekanan juga dapat diterapkan untuk kedua pinggul (kedua tangan meremas pinggul) atau lutut. (Novitasari, 2019)

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka penulis ingin melakukan *literature review* dengan judul “Efektivitas Teknik *Counter Pressure Vertebra Sacralis* Terhadap Pengurangan Nyeri Ibu Bersalin Kala I”.

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah *literature review*. Metode *literature review* merupakan bentuk penelitian yang dilakukan melalui penelusuran dengan membaca berbagai sumber baik buku, jurnal, dan terbitan-terbitan lain yang berkaitan dengan topik penelitian, untuk menjawab isu atau permasalahan yang ada. (Nurislaminingsih et al., 2020)

Protokol dan evaluasi *Literature Review* menggunakan PICOS (T) sebagai acuan menetapkan kata kunci pencarian jurnal penelitian ini. Kemudian, bagian alir (diagram flow) model PRISMA sebagai tahap untuk menyeleksi dan menyaring artikel yang akan ditetapkan sebagai kajian pustaka sesuai tujuan dari *Literature Review*. (Santi Deliani Rahmawati, 2020)

Hasil

Metode penelitian yang digunakan adalah *literature review*. Metode *literature review* merupakan bentuk penelitian yang dilakukan melalui penelusuran dengan membaca berbagai sumber baik buku, jurnal, dan

terbitan-terbitan lain yang berkaitan dengan topik penelitian, untuk menjawab isu atau permasalahan yang ada. (Nurislaminingsih et al., 2020)

Protokol dan evaluasi *Literature Review* menggunakan PICOS (T) sebagai acuan menetapkan kata kunci pencarian jurnal penelitian ini. Kemudian, bagian alir (diagram flow) model PRISMA sebagai tahap untuk menyeleksi dan menyaring artikel yang akan di tetapkan sebagai kajian pustaka sesuai tujuan dari *Literature Review*. (Santi Deliani Rahmawati, 2020)

Tabel 1. Hasil Penilaian Studi Untuk Literature Review Menggunakan *The JBI Critical Appraisal Tools*

Sitasi	Kriteria									Hasil	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
<i>Quasi-Experimental Studies</i>											
(Nadia, dkk 2016)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	9/9 (100%)
(Matilda Paseno Dkk 2019)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	9/9 (100%)
(Rilyani dkk,2017)	√	√	√		√	√	√	√	√		8/9 (88,9%)
Sri Rezeki, Dkk (2021)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	9/9 (100%)
(Intan Baiduri, Dkk 2021)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	9/9 (100%)
Benny Karuniawati (2019)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	9/9 (100%)
Luh Putu, Dkk (2021)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	9/9 (100%)
Enggal Sari Maduratna, dkk (2021)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	9/9 (100%)
Lina Puspitasari (2020)	√	√	√		√	√	√	√	√		8/9 (88,9%)
<i>Analitik Research</i>											
(Himawati & Febrinari, 2021)	√	√	√		√	√	√	√			7/8 (87,5%)

Pembahasan

Persalinan adalah suatu proses alamiah yang akan dihadapi oleh setiap ibu hamil, di mana terjadi pengeluaran hasil konsepsi berupa bayi dan plasenta dari rahim ibu. Pada saat terjadi kontraksi, maka mulut rahim akan melebar sehingga mendorong bayi keluar. Tulang pubis menerima tekanan kuat dari

rahim, hal inilah yang menyebabkan nyeri pada persalinan. (Juniartati, 2018)

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri. Nyeri sebagai upaya membukanya serviks dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Biasanya rasa nyeri dapat menjadikan momok bagi setiap ibu hamil. Nyeri tersebut menyebabkan beberapa wanita takut dan cemas menghadapi persalinan apalagi pada kehamilan yang pertama. (Novitasari, 2019)

Upaya untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan terapi non farmakologi. terapi nonfarmakologi yang dimaksud dapat dilakukan oleh petugas kesehatan atau keluarga pasien yaitu salah satunya menggunakan *massage counter pressure* yang merupakan pijatan tekanan kuat dengan cara meletakkan tumit tangan atau bagian datar dari tangan, atau juga menggunakan bola tenis. Tekanan dapat diberikan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil. (Paseno et al., 2019)

Menurut jurnal (Nadia & Ajeng Tias Endarti), mengatakan bahwa teknik *Counter-Pressure* yang efektif dalam mengurangi nyeri pinggang persalinan adalah teknik *Massage counter-pressure* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I. hasil penelitian tersebut menunjukkan nyeri persalinan sebelum dilakukan *massage CounterPressure* berada pada skala 9-10 (100%), dan setelah dilakukan *massage Counter-Pressure* nyeri menunjukkan

penurunan paling besar pada skala 3-6. Penelitian selanjutnya pun mengatakan hal yang sama yaitu dari jurnal (Matilda Paseno, Dkk), Dengan mengamati secara langsung bagaimana sikap ibu dalam merespon nyeri yang dirasakan, kemudian peneliti memberikan *massage* pada ibu inpartu, dan didapatkan hasil bahwa ibu mengalami penurunan intensitas nyeri.

Menurut penulis (Rilyani,Dkk), 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. Hasil penelitian menunjukkan dilakukan tindakan *masagge* dengan teknik *Counter-Pressure* didapatkan hasil yang cukup baik yaitu adanya penurunan rentang nyeri dari skala nyeri tak tertahankan ke skala berat, dari nyeri berat ke skala sedang hingga ringan. Setelah dilakukan intervensi didapatkan skor nyeri terendah (minimum) adalah 2 dan skor nyeri tertinggi (maximum). *Counter pressure* lebih efektif mengatasi nyeri persalinan fase aktif kala I. Jurnal dari (Benny Kurniawati) mengatakan hal yang sama, *Massage counter pressure* juga dapat membantu menurunkan rasa nyeri dengan pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan yang terus-menerus selama kontraksi pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepalan salah satu telapak tangan. Tekanan dalam *massage counter pressure*

dapat diberikan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil. Teknik ini efektif menghilangkan sakit punggung akibat persalinan.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya pada jurnal dari (Luh Putu Ani & Widiyastiti Kartika Sari. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri persalinan Kala I adalah dengan metode non farmakologis salah satunya dengan *massage counter pressure*. Jurnal dari (Intan Baiduri, Putri Azzahroh, Triana Indrayani), *Counter Pressure Massage* adalah non-farmakologis metode yang dapat membantu mengurangi nyeri persalinan pada ibu fase aktif kala I.

Menurut penulis Enggal (Sari Maduratna,Dkk, Lina Puspitasari, Sri Rezeki,Dkk), menyampaikan pendapat yang sama yaitu Teknik *counter pressure vertebra sacralis* pada ibu bersalin kala I adalah sebagai berikut: 1) Menjelaskan prosedur yang akan dilakukan dan memakai sarung tangan sebagai perlindungan diri peneliti; 2) Menganjurkan ibu posisi miring kiri secara rilek, kaki kanan ditekuk dan diganjol oleh bantal.; 3) Mengolesi telapak tangan dengan minyak zaitun, kemudian menekan pada daerah lumbal dan sacral dengan ; 4) Menggerakkan tangan secara sirkuler (melingkar) dengan menggunakan telapak tangan secara perlahan dan ditekan; 5) lakukan *massage counter pressure* pada bagian *vertebra sacralis* saat terjadi kontraksi dengan menekan terus

menerus secara kuat menggunakan telapak tangan selama 10-15 menit, lepaskan kemudian beri tekanan lagi, begitu seterusnya selama kontraksi; 6) Terakhir berikan usapan lembut untuk memunculkan endorphin. Salah satu teknik pemijatan yang disarankan adalah teknik *counter-pressure*, yang sangat efektif dalam mengurangi nyeri selama persalinan fase I. Ibu bersalin yang diberikan *massage counter pressure* dengan benar akan mengurangi ketegangan otot dan memperbaiki sirkulasi.

Masase counter pressure efektif untuk menurunkan intensitas nyeri pada kala I persalinan fase aktif. Dengan adanya stimulasi (seperti vibrasi, menggosok-gosok atau masase) mengakibatkan pesan yang berlawanan yang lebih kuat, cepat dan berjalan sepanjang serat saraf kecil. Pesan yang berlawanan ini menutup substansi kemungkinan semakin gelatinosa lalu memblokir pesan nyeri sehingga otak tidak mencatat pesan nyeri tersebut. (Benny Kurniawati).

Pijat bentuk langsung seperti *counter pressure* sangat efektif untuk mengatasi nyeri punggung selama persalinan. *Counter pressure* dapat mengatasi nyeri tajam dan memberikan sensasi menyenangkan yang

melawan rasa tidak nyaman pada saat kontraksi ataupun di antara kontraksi. (Intan Baiduri, Dkk).

Menurut penulis (Enggal Sari Maduratna, Dkk) Dengan *massage counter pressure* pada saat persalinan akan meningkatkan kemampuan ibu dalam mengontrol rasa nyerinya. Hal ini sesuai teori bahwa *massage counter pressure* selama persalinan mengatasi kram pada otot, menurunkan nyeri dan kecemasan, serta mempercepat persalinan. Penurunan skala nyeri yang dialami oleh responden telah bersedia diberikan terapi *massage counterpressure* yaitu dilakukan penekanan selama 10 menit, responden lebih tenang dan nyaman sehingga nyeri yang dirasakan terasa berkurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami pengurangan skor nyeri sebesar 1 sampai 2 sebesar 15 orang (50%). Sedangkan besar penurunan skala nyeri persalinan mencapai lebih dari skor 3 sebanyak 1 orang (0.3%). (Lina Puspitasai). pemberian *massage counter pressure* dapat mempengaruhi adaptasi nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Dengan pemberian *masase* dengan teknik *counter-pressure* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla spinalis dan otak, selain itu tekanan kuat pada teknik ini dapat mengaktifkan senyawa endorphine yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi

dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan status penurunan sensasi nyeri. (Nadia, Ajeng Tias Endarti). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 26 responden (100%) mengalami nyeri hebat awan tekanan dengan bola tenis ke area pijat regiosakral. Namun setelah dilakukan teknik *counter-pressure massage*, 18 responden (69,2%) mengalami nyeri sedang dan delapan pasien (30,8%) mengalami nyeri berat. Artinya penerapan *counter-pressure massage* dapat menurunkan skala nyeri. Penelitian lain menyebutkan bahwa sebagian besar responden penelitian *counter pressure* mengalami nyeri hebat pada kala I saat fase aktif persalinan.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Ibu Zulliati, S.S.T., M.Keb dan Ibu Sarkiah, S.S.T, M.Kes yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian penulisan studi *literature review* ini.

Daftar Pustaka

- Baiduri, I., Azzahroh, P., Indrayani, Triana Penelitan, J., Kajian, D., & Kesehatan, I. (2021). *Efektifitas Counter Pressure Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Bojong Rawalumbu Kota Bekasi*. 7(2), 2021. <http://www.lppm.poltekmfh.ac.id/index.php/JPKIK/article/view/245/185>
- Endarti, A. T., & Nadia, &. (2016). Pengaruh Massage Counter-Pressure terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala I dan Kecepatan Pembukaan Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(September), 7–13. http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/1152/8/NASKAH_PUBLIKASI_NILAM.pdf
- Juniartati, E. M. N. W. (2018). LITERATURE REVIEW: PENERAPAN COUNTER PRESSURE UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA I. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 8(2), 10–27. https://www.academia.edu/66490224/Efektifitas_Teknik_Effleurage_Dan_Counter_Pressure_Vertebra_Sacralis_Terdahap_Penurunan_Nyeri_Persalinan_Kala_I
- Karuniawati, B. (2019). Efektivitas Massage Counter Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 10(2), 69–75. <https://doi.org/10.36569/jmm.v10i2.63>
- kriscanti. (2016). *Konsep Persalinan*. 4(1), 1–23. http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7644/3/BAB_II_Tinjauan_Pustaka.pdf
- Lestari, I. (2021). *PENGARUH PEMBERIAN BIJI ADAS SOWA (Anethum graveolens) TERHADAP DURASI KALA I PERSALINAN: SYSTEMATIC REVIEW*.
- Luh Putu Ani Widiyastiti, K. S. (2021). *Efektifitas Massage Counter Pressure Pada Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif* *Luh*. 3(2), 122–131.
- Maduratna, E. S., Qomari, S. N., Firdaus, N., Ngudia, S., & Madura, H. (2021). *HUBUNGAN PEMBERIAN MASSAGE COUNTERPRESSURE TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI KALA I FASE AKTIF PADA IBU BERSALIN (Study di BPM Sri Retno Ningsih , S . ST Kabupaten Bangkalan) STIKes Ngudia Husada Madura I .* <https://stikes-nhm.e-journal.id/JOB/article/download/324/296/>
- Novitasari, L. (2019). *PERBEDAAN EFEKTIVITAS MASSAGE EFFLEURAGE DAN MASSAGE COUNTER PRESSURE TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI PUSKESMAS BERGAS*. 3, 1–9. <http://repository2.unw.ac.id/464/1/ARTIKEL.pdf>
- Nurislaminingsih, R., Rachmawati, T. S., Winoto, D. Y., & Raya. (2020). literature Riview. *Anuva*, 4(2), 169–182. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/anuva/article/view/7960> [Diakses pada tanggal 30 November 2021]

- Oktavina, S. M. (2020). *Asuhan Keperawatan Pada Ny. M Dengan Diagnosa Medis Persalinan Normal Di Ruang Vk Rsud Bangil Pasuruan*. 123. [http://eprints.kertacendekia.ac.id/id/eprint/193/1/KTI_VINA .pdf](http://eprints.kertacendekia.ac.id/id/eprint/193/1/KTI_VINA.pdf)
- Paseno, M., Situngkir, R., & Pongantung, H. (2019). Massage Counter Pressure Dan Massage Effleurage Efektif Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *Juiperdo*, 7(1), 20–31. https://onsearch.id/Record/IOS16593.article-5?widget=1&repository_id=1462
- Pasongli, S., Rantung, M., & Pesak, E. (2016). Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 92216. <https://media.neliti.com/media/publications/92216-ID-efektifitas-counterpressure-terhadap-pen.pdf>
- Puspitasari, L. (2020). Efektifitas Teknik Effleurage Dan Counter Pressure Vertebra Sacralis Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Kebidanan*, 12(01), 46. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v12i01.364>
- Rejeki, S., Widayati, E., Machmudah, M., & Yanto, A. (2021). Decreasing labor pain through sacralist counter-pressure therapy using tennis ball in the mother during the labor process. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(T4), 83–86. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.5817>
- Rilyani, Arianti, L., & Wiagi. (2017). Pengaruh Counter Pressure Terhadap Skala Nyeri Persalinan Di Rumah Sakit Daerah May. Jend. Hm. Ryacudu Kotabumi Lampung Utara Tahun 2017. *The Journal of Holistic Healthcare*, 11(4), 257–264. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/download/174/116>
- Santi Deliani Rahmawati, H. S. (2020). *kata kunci pencarian literature review*. 3(2017), 54–67. <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf> [Diakses pada tanggal 30 November 2021]
- Sri Murniati. (2018). *EFEKTIFITAS TEKNIK COUNTERPRESSURE UNTUKMENGURANGI RASA NYERI PERSALINAN KALA I DI KLINIK PERTAMA RAHMA KEC. WAMPU KAB. LANGKAT TAHUN 2018*. http://repo.poltekkes-medan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/782/1/SRI_MURNIATI.pdf