

**EFEKTIFITAS KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN
INTENSITAS NYERI PERSALINAN PADA IBU BERSALIN KALAI FASE
AKTIF DI KLINIK PRATAMA D'MARYAM YOGYAKARTA**

Lilik Kusmawati¹, Kamidah²
lilikkusmawati92@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun kedalam jalan lahir. Pada persalinan normal terdapat nyeri yang hilang timbul. Serangan nyeri mulai terasa ketika kontraksi mencapai puncaknya dan menghilang setelah uterus mengadakan relaksasi. Nyeri persalinan merupakan an fisiologis pada proses persalinan dengan intensitas nyeri yang berbeda pada setiap individu. Sebagian besar ibu bersalin (90%) memilih metode non farmakologis untuk mengatasi nyeri. Terapi hidrotherapy atau kompres hangat merupakan salah satu metode non farmakologis untuk mengatasi nyeri yang menghantarkan panas melalui daerah yang diberikan terapi air hangat. Pemberian panas akan menyebabkan terjadinya pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi) yang dapat meningkatkan sirkulasi darah, meredakan iskemia pada sel-sel miometrium, menurunkan kontraksi otot polos miometrium, meningkatkan relaksasi otot, mengurangi nyeri akibat spasme atau kekauan dan meningkatkan produksi hormon endorphin. **Tujuan:** penelitian ini untuk mengetahui efektifitas Kompres Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan **Metode:** penelitian ini menggunakan eksperimen *Pra-ekperimental* design dengan pendekatan one group *pretest-posttest* design. **Hasil:** Sebelum dilakukan kompres hangat dari 30 responden mayoritas mengalami nyeri berat sebanyak 27 responden (90%). Setelah diberikan kompres hangat mayoritas mengalami nyeri sedang sebanyak 22 responden (73%). Analisis dengan uji *Wilcoxon* diketahui *Asymp.Sig (2-tailed)* bernilai $0.000 < 0.05$. **Kesimpulan:** Kompres hangat efektif untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan.

Kata kunci : nyeri persalinan, kompres hangat, kala I fase aktif