

PEMBERIAN KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI NYERI PADA KALA I PERSALINAN

Reno Alfath Sarali

alfathsarali@gmail.com

Program Studi Diploma III Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta
Winarni, S.SiT, MPH¹ Enny Yuliaswati, SSiT, M.Keb²

RINGKASAN

Pendahuluan: Nyeri persalinan adalah rasa yang timbul dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke paha. Nyeri persalinan apabila tidak segera diatasi maka akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut, stres. Salah satu penanganan nyeri persalinan dengan cara non farmakologi yaitu kompres hangat. **Tujuan:** untuk mempublikasikan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu yaitu pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan kecemasan dan nyeri selama kala I fase aktif persalinan. **Metode:** metode yang digunakan adalah dengan membuat luaran berupa buku saku dipublikasikan dan menarik minat baca masyarakat. **Hasil:** kompres hangat ini dilakukan pada fundus (perut) atau punggung bawah dengan menggunakan kantung berisi air hangat dan meletakkannya pada daerah nyeri seperti fundus (perut) atau daerah punggung bawah pada ibu bersalin selama 20 menit selama proses persalinan berlangsung. Pemberian kompres hangat ini dilakukan dengan suhu air 46,5-51,5°C. **Kesimpulan:** kompres hangat yang dilakukan terbukti efektif dalam pengurangan nyeri persalinan.

Kata Kunci : *Persalinan, Nyeri Persalinan, Kompres Hangat*