

# Application of Squeezing Squishy to Reduce Childbirth Pain during Active Phase I in Maternity Mothers: Case Report

## Aplikasi Meremas Squishy untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin: Case Report

Annisa Prasetyowati<sup>1</sup>, Riski Oktafia<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya Geblagan, Tamantirto, Bantul, Yogyakarta 55183, Indonesia

Email: [annissaapra.09@gmail.com](mailto:annissaapra.09@gmail.com)<sup>1</sup> [riski.psik@umy.ac.id](mailto:riski.psik@umy.ac.id)<sup>2</sup>

### ABSTRACT

*Labor pain is the mother's subjective experience during labor caused by intrapartum uterine contractions, dilatation and cervical obstruction, as well as decreased fetus during labor. Physiological response to pain causes increased blood pressure, pulse, respiration, sweating, pupil diameter, and muscle tone. One of the interventions carried out to reduce active labor 1 is the use of squishy methods that aim to reduce labor pain and provide a comfortable sensation during labor. The application of this squishy method is done by squeezing squishy when labor pain arises, so that the pain that is felt can be distracted. This study is a case report in 3 maternal patients in 1 active phase that is given intervention using squishy during the active phase of labor. Measurement of labor pain uses numerical rating scale (NRS). The results of the intervention show that the mother maternity active phase feels comfortable and the pain pain is felt to be reduced. The maternal pain level before the pain intervention felt by the mother of maternity by 100% and after the intervention decreased to 75%. The application of squeezing squishy can reduce labor pain in maternity mothers in 1 active phase.*

**Keywords:** Nyeri Persalinan, Squishy, Fase aktif

### ABSTRAK

Nyeri persalinan adalah pengalaman subjektif ibu selama persalinan yang disebabkan oleh kontraksi uterus intrapartum, dilatasi dan obstruksi serviks, serta penurunan janin selama persalinan. Respon fisiologis terhadap nyeri menyebabkan peningkatan tekanan darah, nadi, respirasi, berkeringat, diameter pupil, dan tonus otot. Salah satu intervensi yang dilakukan untuk mengurangi persalinan aktif kala 1 adalah penggunaan metode Squishy yang bertujuan untuk mengurangi nyeri persalinan dan memberikan sensasi nyaman selama proses persalinan. Aplikasi metode squishy ini dilakukan dengan cara meremas squishy ketika nyeri persalinan timbul, sehingga rasa nyeri yang dirasakan dapat teralihkan. Penelitian ini merupakan case report pada 3 pasien ibu bersalin kala 1 fase aktif yang di berikan intervensi menggunakan squishy selama fase aktif persalinan. Pengukuran nyeri persalinan menggunakan *numerical*

*rating scale* (NRS). Hasil intervensi menunjukkan ibu bersalin fase aktif merasa nyaman dan nyeri persalinan yang dirasakan berkurang. Tingkat nyeri ibu bersalin sebelum dilakukan intervensi nyeri yang dirasakan ibu bersalin sebesar 100% dan setelah dilakukan intervensi menurun menjadi 75%. Aplikasi meremas squishy dapat mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif.

**Keywords:** Nyeri Persalinan, Squishy, Fase aktif

### PENDAHULUAN

Sebagian besar ibu yang melahirkan dengan metode konvensional mengalami nyeri saat persalinan, terutama pada kala I (Pembukaan). Lamanya persalinan juga membuat nyeri semakin meningkat dan terasa semakin lama sehingga menimbulkan resiko - resiko fisik seperti kelelahan yang menimbulkan respon emosi. Nyeri persalinan terjadi karena adanya kontraksi didalam Rahim sehingga membuat setiap ibu bersalin tidak merasa nyaman. Nyeri persalinan harus selalu dirasakan oleh ibu yang akan melahirkan, dimana hal tersebut bertujuan untuk mempersiapkan kondisi fisik dan psikologis dari ibu bersalinnya itu sendiri. Nyeri persalinan yang dirasakan tersebut bersifat akut karena hanya dirasakan pada saat itu juga dan akan menghilang rasa nyerinya ketika sudah mulai membaik. Kondisi normal ibu yang menjelang melahirkan adalah dengan munculnya kontraksi yang akan timbul setiap 10 – 15 m3nit. Nyeri persalinan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan saat proses persalinan, dimana menimbulkan rasa nyeri yang sangat hebat (Rahayu et al., 2017). Secara fisiologis nyeri persalinan muncul pada fase aktif pada kala 1 yaitu fase laten persalinan, pada fase ini terjadi pembukaan 13 – 10 cm. Kala I persalinan biasanya berlangsung dari

sampai  $\pm$  20 jam pada kehamilan primipara dan  $\pm$  14 jam pada kehamilan ganda. Nyeri disebabkan oleh kontraksi rahim dan pelebaran serviks. Semakin lama rasa sakit itu berlangsung, semakin kuat rasa sakitnya. Intensitas nyeri selama persalinan dapat mempengaruhi keadaan psikologis ibu pada saat persalinan. Persalinan yang lama dapat menyebabkan ibu mengalami kelelahan hingga stress karena lebih lama menahan rasa nyeri dan

rasa nyeri tersebut akan meningkat. Nyeri persalinan merupakan hal yang normal dan dapat diprediksi kapan nyeri tersebut akan muncul yakni antara awal kehamilan sehingga ada waktu untuk mempersiapkan diri untuk menghadapi persalinan itu sendiri. Keyakinan terhadap suatu budaya dalam mengurangi nyeri saat persalinan juga sering kali ditemukan pada ibu bersalin yang masih memercayainya, karena nyeri persalinan selalu dirasakan pada setiap ibu yang akan melakukan persalinan maka keyakinan budaya terhadap nyeri persalinan itu sendiri masih mendarah daging pada beberapa masyarakat dan dipertahankan dari generasi ke generasi. Yang dapat mempengaruhi komponen nyeri persalinan adalah hal yang berhubungan dengan umpan balik positif terutama saat tahap pertama persalinan yang melibatkan produksi hormone oksitosin didalam tubuh yang mana hormone tersebut yang menghasilkan kontraksi dan nyeri pada saat menjelang [ersalinan. Nyeri persalinan juga dapat menjadi masalah yang sangat besalin, khususnya ibu primigravida. dan biasanya beberapa ibu bersalin memiliki beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri saat persalinan. Dengan pemikiran ini, manajemen persalinan harus dipertimbangkan oleh para profesional kesehatan untuk mengurangi risiko kematian ibu dan bayi (Vitriani, Lailiyana, & Kasmenita, 2017). Perasaan nyeri dipengaruhi oleh emosi dan pikiran masing – masing individu, sehingga untuk mengatasi rasa nyeri tersebut dapat dilakukan dengan metode farmakologi yang tujuannya untuk menghilangkan rasa sakit secara fisik menggunakan analgetik, disamping itu ada beberapa metode nonfarmakologi yang dapat menurunkan rasa nyeri biasa maupun nyeri persalinan dengan menargetkan stimulus nyeri (Mertz & Earl, 2019). Hasil beberapa penelitian menunjukkan ,bahwa besar pembukaan serviks nyeri persalinan yang dirasakan ibu bersalin semakin meningkat yaitu pada pembukaan 4-6 cm, hal tersebut membuat ibu dapat merasakan nyeri sedang yang kemudian akan meningkat menjadi nyeri yang hebat bahkan sangat hebat ketika sudah memasuki pembukaan 6-9 cm. (Handayani, 2017). Saat ini sudah banyak metode komplementer yang dikembangkan sebagai alternative dalam mengatasi nyeri yang dirasakan ibu saat akan melahirkan. Salah satu yang dapat ibu bersalin lakukan adalah dengan melakukan distraksi sebagaibentuk teknik yang digunakan dalam manajemen nyeri akut yang paling efektif. Bentuk distraksi yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan adalah dengan teknik farmakologi dan nonfarmakologi. Pada teknik nonfarmakologi bisa diberikan dengan pemberian seperti relaksasi, masase, akupresure, kompres panas atau dingin, dan aromaterapi (Fitri et al., 2018). Melakukan pengurangan nyeri persalinan lebih aman dengan teknik nonfarmakologi yang bersifat sederhana dan tidak menimbulkan efek samping yang lebih kecil. Selain bentuk distraksi diatasdapat juga menerapkan teknik meremas squishy saat nyeri dirasakan sebagai bentukmengurangi rasa nyeri sehingga membuat ibu juga menjadi nyaman dan tidak stress saat menghadapi proses

melahirkan. Ibu bersalin ketika dalam kala I fase aktif hanya akan menangis karena harus menahan rasa nyeri dan kontraksi yang dirasakan secara bersamaan. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang manajemen pengurangan nyeri dengan metode meremas squishy. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas dara meremas squishy dapat mengurangi nyeri dan membuat ibu bersalin menjadi lebih nyaman.

## METODE

Metode yg dipakai pada penelitian ini merupakan studi perkara menggunakan desain observasional deskriptif. Sampel laporan kasus terdiri dari dua pasien yang menjalani intervensi dengan Squishy selama fase aktif kala I persalinan. Pada kriteria inklusi, mengalami proses persalinan fase I aktif dan dilatasi 5-10 cm. Tempat untuk membuat laporan kasus di RSUD Temanggung . Pasien telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Case Report

#### Pasien 1

Ny. K berusia 28 tahun dengan G2P1A0 datang ke RSUD Temanggung dengan keluhan Pasien mengatakan perutnya mules dan kencang-kencang sejak pukul 17.00 WIB. Pasien mengatakan keluar cairan/pecah ketuban sejak jam 04.00 subuh. Pasien memiliki riwayat persalinan dengan ruptur perineum grade IV. HPL pasien adalah 10-03-2022. Pasien rutin melakukan kunjungan ANC ke dokter dekat dengan rumahnya. Hasil pemeriksaan menunjukkan hasil TD 120/70 mmHg Nadi: 80 x/menit Suhu: 36,50C RR 22 x/menit. Hasil TFU:29 cm terdapat kontraksi

Leopod I : Kepala/**Bokong**/Kosong

Leopod II :Kanan:**Punggung**/Bagian kecil/Bokong/Kepala

Leopod III : **Kepala**/Bokong/Kosong

: Penurunan kepala: **Sudah**/Belum

Leopod IV : Bagian masuk PAP: 2/5

Kontraksi uterus: frekuensi: 10 menit. Kekuatan: kuat Lamanya: 45 detik Frekuensi DJJ 140x/menit. Pasien mengatakan khawatir dan takut terhadap persalinan yang akan dilalui. Pasien selalu bertanya sudah bukaan berapa dan kapan kira-kira bisa mencapai pembukaan lengkap. Tanda dan gejala yang muncul pada kala I ini adalah Pasien mengatakan kontraksi yang di rasakan dalam 10 menit ada 1-2 x dalam waktu 20-25 detik. Kontraksi tidak begitu kuat. Pasien mengatakan kehamilan ini merupakan kehamilan yang di rencanakan dan merupakan hamil anak keduanya. Pasien mengatakan hamil dan melahirkan merupakan pengorbanan seorang ibu. Pasien mengatakan senang kehamilan kedua ini akan dilakukan persalinan normal. Pasien mengatakan kemungkinan proses persalinan yang akan di lewati merupakan proses yang sangat menyakitkan, tetapi hal tersebut tidak memathkan semangatnya agar berusaha untuk bertemu dengan buah

hatinya. Pasien berharap proses persalinannya lancar. Terkait manajemen kesehatan selama hamil, pasien mengatakan selalu melakukan pemeriksaan kehamilan selama hamil dengan dokter penanggung jawabnya dan di tempat lain. Pasien juga selalu menjaga makanannya dan asupan nutrisinya karena pasien yakin jika mengonsumsi makanan yang bernutrisi akan berpengaruh ke perkembangan bayi yang di kandungan. Pasien mengatakan merasa bahagia atas kehamilan anak keduanya, pasien juga merasa baik-baik saja dan bersyukur atas kelahiran anak keduanya walaupun harus menahan rasa sakit yang luar biasa. Pasien mengatakan ketika selama masa hamil pasti memakan makanan yang bernutrisi karena pasien beranggapan bahwa itu akan berpengaruh terhadap proses pertumbuhan janin dalam kandungannya dan pasien mengatakan tidak ada pantangan dalam makan namun tetap harus waspada dan tidak berlebihan. Pasien mengatakan kehamilan kali ini adalah hal yang sudah di tunggu-tunggu oleh pasien. Karena pasien dan suami sudah ingin memiliki anak lagi, dan ingin merawat adik dari anak pertamanya.

Dari hasil pengkajian secara objektif dan subjektif yang sudah dilakukan, peneliti melakukan intervensi dengan memberikan mainan squishy untuk diremas oleh pasien ketika nyeri persalinan itu timbul kembali sebagai bentuk distraksi pada rasa nyerinya. Saat melakukan intervensi ini sudah mendapatkan persetujuan dari pasien, sehingga peneliti dapat melakukan intervensi tersebut. Dari intervensi yang dilakukan, sebelum dilakukan implementasi skala nyeri persalinan yang dilakukan pasien adalah skala 9, setelah dilakukan implementasi pasien mengatakan langsung meremas squishy sambil nafas dalam sehingga membuat ia merasa jauh lebih nyaman, pasien juga mengatakan skala nyerinya menurun menjadi skala 6.

#### Pasien 2

Ny.R usia 27 Tahun dengan G3P1A1 datang ke PONEK RSUD Temanggung dengan keluhan perut kencang-kencang dari malam, mempunyai tekanan darah tinggi usia kehamilan 8 bulan. Pasien mengatakan memiliki tekanan darah tinggi saat hamil. Hasil TFU: 33 cm Kontraksi: Ya. hasil pemeriksaan fisik didapatkan:

Leopod I : **Kepala**/Bokong/Kosong  
Leopod II :Kiri:**Punggung**/Bagian kecil/Bokong/Kepala  
Leopod III : Kepala/**Bokong**/Kosong  
 : Penurunan kepala: **Sudah**/Belum  
Leopod IV : Bagian masuk PAP **belum**  
Presentasi : Terdapat linea nigra berwarna cokelat  
DJJ : frekuensi: 130x/menit

Pasien mengatakan senang dan bersyukur untuk kehamilan kedua. Ini, pasien mengatakan dirinya berusaha ingin menjadi ibu yang baik untuk anak anaknya dan ingin merawatnya dengan sepenuh hati. Pasien mengatakan tidak memiliki kepercayaan tertentu pada saat hamil sekarang hanya

mengikuti saran dari dokter. Pasien mengatakan siap menjadi ibu untuk ke dua anaknya nanti. Saat ini pasien merasa sedikit khawatir dengan persalinannya saat ini akibat rasa nyeri yang dirasakan, dan selalu bertanya apakah nyerinya ini bertahan lama. Hal tersebut merupakan hal yang wajar terjadi pada ibu yang akan menghadapi persalinan, penelitian menyebutkan bahwa persalinan menimbulkan kebahagiaan namun diliputi kekhawatiran dan kecemasan (Fitri et al., 2018). Sehingga peneliti memberikan pengertian kepada pasien agar tetap kuat dan mengonsumsi makan agar energi saat proses persalinan baik. Selama menunggu pembukaan pasien meningkat hingga pembukaan lengkap peneliti menyarankan untuk melakukan metode meremas squishy yang mana benda squishynya disediakan oleh peneliti itu sendiri dan pemberian intervensi ini sudah disetujui langsung oleh pasien dan suami yang menunggu. Sebelum dilakukan implementasi skala nyeri pasien adalah nyeri skala 8, setelah dilakukan implementasi meremas squishy menurun menjadi skala 6. Pasien mengatakan setiap nyerinya muncul bersamaan dengan kontraksi ia langsung meremas squishy yang diberikan

**Tabel 1. Msalah Keperawatan**

Masalah Keperawatan			
No.	Pasien Ny. K	No.	Pasien Ny. R
1,	Nyeri melahirkan b/d dilatasi serviks	1.	Nyeri melahirkan b/d dilatasi serviks
2.	Ansietas b.d. krisis situasional	2,	Ansietas b.d. krisis situasional

Pada kasus diatas pasien mengalami nyeri yang sangat hebat akibat menjelang persalinan. Nyeri persalinan yang dirasakan oleh pasien membuat pasien merasa cemas dan khawatir akibat proses persalinan yang dialaminya.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis menunjukkan adanya efektivitas yang diberikan dari pengaplikasian metode meremas squishy. Penelitian lain menunjukkan bahwa skala nyeri berkurang pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa dengan meremas squishy akan mengalihkan perhatian dari rangsang nyeri, mengurangi kapasitas nyeri untuk merasakan rasa sakit (Grace et al, 2020). Hasil penelitian Tumakaka et al (2020) menyebutkan bahwa teknik distraksi yang melibatkan meremas squishy secara efektif dapat mengurangi nyeri dibandingkan hanya melakukan intervensi standar seperti menarik nafas dalam. Metode meremas squishy adalah salah satu bentuk distraksi mengurangi nyeri persalinan non farmakologi, yang mana menurut penelitian menurunkan nyeri dengan pendekatan non farmakologi selama persalinan memberikan manfaat yang signifikan untuk ibu maupun bayi yang akan dilahirkan tanpa menyebabkan kejadian yang tidak diinginkan (Beyable et al., 2022).

#### KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberian intervensi meremas Squishy pada ibu bersalin kala I fase aktif merupakan salah satu teknik nonfarmakologi

menurunkan intensitas nyeri persalinan yang meminimalisir efek samping. Metode ini dapat membuat ibu bersalin dapat mengalihkan perasaan nyeri yang dirasakan pada mainan squishy yang diremas. Setelah dilakukan penelitian tentang Pengaruh meremas squishy terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada kedua pasien maka dapat ditarik kesimpulan bahwa rata-rata intensitas nyeri persalinan sebelum intervensi pada pasien adalah 100% dengan skala teringgi adalah 9, dan setelah dilakukan intervensi turun menjadi skala 6 dengan presentase 75%. Ada perbedaan yang signifikan antara Intensitas Nyeri sebelum dan setelah diberikan Intervensi meremas squishy pada persalinan kala I fase aktif ini. Jadi dapat disimpulkan pada kedua ibu bersalin yang mengaplikasikan meremas squishy sangat efektif dalam menurunkan intensitas nyeri bersalin dan membuat ibu juga merasa nyaman dan tidak merasa cemas dalam persalinan kala I fase aktif.

#### REFERENSI

- Beyable, A. A., Bayable, S. D., & Ashebir, Y. G. (2022). Pharmacologic and non-pharmacologic labor pain management techniques in a resource-limited setting: A systematic review. *Annals of Medicine and Surgery*, 74(January), 103312. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2022.103312>
- Fitri, L., Noviawanti, R., & Sasrawita, S. (2018). Efektivitas Stimulasi Kutan Slow Stroke Back Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Bersalin. *Jurnal Endurance*, 3(2), 232. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i2.2716>
- Ibu, P., Di, B., Rahayu, R. B., & Tahun, U. (2015). *Penurunan nyeri persalinan kala i fase aktif sebelum dan setelah dilakukan pelvic rocking dengan birthing ball pada ibu bersalin di rb rahayu ungaran tahun 2015*.
- Mertz, M. J., & Earl, C. J. (2012). Labor Pain Management. In *Integrative Medicine* (Third Edit). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/b978-1-4377-1793-8.00104-7>
- Tumakaka, G. Y. S., Nurhaeni, N., & Wanda, D. (2020). Squeezing a squishy object effectively controls pain in children during intravenous catheter insertion. *Pediatric Reports*, 12. <https://doi.org/10.4081/pr.2020.8692>