



Literature Review: Non pharmacological Methods to Reduce Pain in The First Stage of Labor with a Counter Pressure Technique

Domas Nurchandra Pramudianti

Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin
Banjarmasin, Indonesia

Keywords:

Counter pressure

Pain

Labour

ABSTRACT

The Pain is a natural process of labor, but if not handled properly, it will cause another problem, namely increasing anxiety in the labour process. Nowadays many methods are offered to reduce pain in labor, both pharmacological (using drugs) and non pharmacological methods. If possible the choice of non-pharmacologic therapy for the management of pain in pregnancy and labor should be considered before using analgesic drugs. One of an effective non-pharmacological method to reduce pain is with massage Counter Pressure. Article searching conducted in some databases: Google Scholar, Proquest and Science Direct. Keyword used were "Counter Pressure", "pain", "Labour" and finally got 9 articles matched. Counter Pressure could be categorized as a safe and effective intervention to reduce labor pain at first phase.

*corresponding author: (domaschandra@umbjm.ac.id)

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu proses alamiah yang akan dialami oleh setiap ibu hamil. Pada proses ini terjadi peregangan dan pelebaran mulut Rahim sebagai akibat dari kontraksi otot-otot Rahim untuk mendorong bayi keluar. Kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri persalinan pada saat kala I fase aktif dimana pada tahap ini ibu merasakan sakit yang hebat karena Rahim berkontraksi semakin lama semakin sering untuk mengeluarkan hasil konsepsi (Bobak L. D, Jensen MD, 2012). Nyeri dalam persalinan adalah bagian yang tidak dapat dihindari dalam proses persalinan. Intensitas nyeri selama persalinan mempengaruhi keadaan psikologis ibu, kelancaran proses persalinan serta keadaan janin (Pratiwi, Husin, Ganiem & Arifin, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian di Inggris yang melibatkan ibu bersalin mengungkapkan bahwa 93,5% wanita menganggap nyeri persalinan sebagai nyeri yang berat, sementara itu di Finlandia 80% mendeskripsikan sebagai nyeri yang hebat dan tidak dapat ditoleransi (Ebirim, Buowari, & Ghosh, 2012). Survey yang dilakukan oleh Sheoran & Panchal, (2015) menyebutkan dari 100 ibu yang bersalin 23% diantaranya mengalami nyeri berat. Penelitian yang dilakukan di RS Elisabeth Medan Indonesia oleh Saito et. al (1999) menyebutkan bahwa nyeri persalinan menjadi faktor penyebab persalinan cesar sebanyak 26%.

Proses persalinan merupakan pengalaman yang tidak terlupakan bagi ibu dan keluarga. Nyeri persalinan disebabkan karena kontraksi yang mengaktifkan respon saraf simpatis untuk mempertahankan homeostasis. Kontraksi semakin meningkat ketika memasuki kala 1 fase aktif.

Hal ini menyebabkan penurunan aliran darah dan oksigen lokal di dalam rahim, sehingga rahim mengalami hipoksia dan mengalami iskemia karena kekurangan oksigen pada saat hipoksia tubuh akan melakukan pertahanan dan homeostasis dengan meningkatkan aktivitas simpatis yang berlebihan. Apabila nyeri ini tidak bisa dikelola dengan baik maka akan menimbulkan masalah lain yaitu kecemasan dalam menghadapi persalinan sehingga produksi hormone adrenalin akan meningkat dan mengakibatkan vasokonstriksi yang menyebabkan aliran darah ibu ke janin menurun (Bobak, L. D., Jensen MD, 2012)

Pelepasan hormone seperti katekolamin dan steroid yang berlebihan menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah, sehingga dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan aliran darah uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemik uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Azizah, Widyawati & Anggraini, 2013).

Seorang tenaga kesehatan dalam hal ini bidan sebagai pemberi asuhan harus memperhatikan kenyamanan ibu selama proses persalinan salah satunya adalah dengan penanganan nyeri persalinan. Penolong persalinan seringkali melupakan untuk menerapkan Teknik pengontrolan nyeri, hal ini akan menyebabkan ibu bersalin memiliki pengalaman persalinan yang buruk, mengalami trauma persalinan yang dapat menyebabkan postpartum blues/postpartum depression, maka sangat penting untuk penolong persalinan memenuhi kebutuhan ibu akan rasa aman dan nyaman (Setyowati, 2018).

Beberapa upaya bisa digunakan untuk menurunkan rasa nyeri persalinan baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Pengurangan nyeri dengan metode farmakologis memang lebih efektif dibandingkan dengan non farmakologis namun ada beberapa kelemahan yaitu lebih mahal dan berpotensi mempunyai efek samping yang kurang baik. Sedangkan metode non farmakologis lebih murah, simple, efektif dan tanpa efek samping yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama proses persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya (Danuatmaja, 2014).

Beberapa contoh metode non farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri persalinan antara lain Teknik relaksasi, imajinasi, pergerakan dan perubahan posisi, umpan balik biologis, abdominal lifting, efflurage, hidroterapi, hipnoterapi, homeopati, terapi counter pressure, terapi music, acupressure, akupuntur dan aromaterapi (Aprilia, 2011).

Counter pressure merupakan salah satu Teknik aplikasi teori gate-control dengan menggunakan Teknik pijat dengan menghambat sinyal nyeri, meningkatkan aliran darah dan oksigenasi ke seluruh jaringan. Pijatan yang diberikan kepada ibu bersalin selama dua puluh menit setiap kontraksi akan lebih terbebas dari rasa sakit. Pijatan tersebut akan merangsang tubuh untuk melepaskan endorphin yang berfungsi sebagai Pereda rasa nyeri dan menciptakan perasaan nyaman. Pijat secara lembut membantu ibu merasa lebih segar, nyaman dalam persalinan (Pillitteri, 2010).

METODE

Metode yang digunakan adalah dengan mencari artikel menggunakan Bahasa Inggris dan Indonesia yang relevan dengan topik. Pencarian dilakukan dengan menggunakan beberapa database antara lain google scholar, proquest dan science direct. Keyword yang digunakan adalah Counter pressure, Pain/nyeri, labour/ persalinan. Artikel yang diperoleh direvisi untuk memilih artikel yang sesuai dengan kriteria dan didapatkan 10 artikel yang terdiri dari 2 artikel internasional dan 8 artikel nasional yang selanjutnya dilakukan review.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Massage counter pressure adalah suatu Teknik pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan yang terus menerus selama kontraksi pada tulang sacrum pasien dengan pangkal atau kepalan telapak tangan.

Artikel pertama merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmawati & Ningsih, 2019) dengan judul Efektivitas Teknik Counter Pressure dan Abdominal Lifting terhadap pengurangan Rasa Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di BPM Kota Padang. Jenis penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan one group pretest dan posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I fase aktif di Bidan Praktik Mandiri Kota Padang. Metode pengumpulan sampel secara purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 16 orang. Pengumpulan data menggunakan skala intensitas nyeri pada saat pretest sebelum dilakukan intervensi dan posttest

setelah dilakukan intervensi. Hasil penelitian univariat didapatkan bahwa rata-rata nyeri persalinan sebelum teknik abdominal lifting 7,63 dengan standar deviasi 1,23 dan teknik counter pressure 7,81 dengan standar deviasi 1,33, sedangkan hasil penelitian univariat sesudah dilakukan teknik abdominal lifting sebesar 7,19 dengan standar deviasi 1,47 dan teknik counter pressure sebesar 6,56 dengan standar deviasi 1,41. Hasil penelitian bivariat didapatkan bahwa terdapat efektifitas teknik counter pressure terhadap pengurangan skor nyeri persalinan kala I fase aktif dengan nilai $p < 0,000$ dan tidak terdapat efektifitas teknik abdominal lifting terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan nilai $p > 0,110$.

Artikel Kedua merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Yulianingsih, Porouw & Loleh, 2019) dengan judul Teknik Massage Counterpressure terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD Dr. M.M. Dunda Kimboto, Kabupaten Gorontalo. Desain penelitian Pre Eksperimen dengan menggunakan One Group Pretest-Posttest Design, populasi yaitu seluruh ibu bersalin yang ada di RSUD. Dr. MM Dunda Limboto dan sampel sebanyak 20 responden dengan tehnik Purposive Sampling sedangkan analisa data menggunakan uji Wilcoxon. Untuk menganalisa pengaruh tehnik masase counter pressure terhadap penurunan intensitas nyeri Kala I Fase Aktif pada ibu bersalin. Hasil penelitian: Berdasarkan penelitian didapatkan hasil $p < 0,05$ yaitu ada pengaruh tehnik masase counter pressure terhadap penurunan intensitas nyeri Kala I Fase Aktif pada ibu bersalin.

Artikel Ketiga merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Paseno *et al.*, 2019) dengan judul Massage Counter Pressure dan Massage Efflurage efektif Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efektifitas massage counterpressure dengan massage effleurage terhadap nyeri persalinan kala I di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu dan Anak Pertiwi Makassar. Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian Quasi Experiment dengan pendekatan pre-test post-test control design. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik consecutive sampling, jumlah sampel 20 responden (10 responden untuk massage counterpressure dan 10 responden untuk massage effleurage). Data diolah menggunakan uji Mann-Whitney. Hasil: dari analisa data didapatkan hasil $p < 0,009$. Diskusi: Hal ini menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha$, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternative (H_a) diterima. Kesimpulan: massage counterpressure lebih efektif daripada massage effleurage untuk menurunkan nyeri persalinan kala I.

Artikel keempat merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Oktriani, Ermawati & Bachtiar, 2018) dengan judul The Difference of Pain Labour Level with Counter Pressure and Abdominal Lifting on Primigravida in Active Phase of First Stage Labor. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan pre test and post test design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita yang sedang dalam persalinan kala I fase aktif di BPM yang berjumlah 42 wanita dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 21 wanita dilakukan intervensi pijat counter pressure dan 21 wanita diberikan intervensi abdominal lifting. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat counter pressure menurunkan nyeri persalinan dengan $p < 0,001$ sedangkan Teknik abdominal lifting menurunkan nyeri persalinan dengan $p < 0,015$. Hal ini menunjukkan bahwa pijat counter pressure lebih efektif menurunkan nyeri persalinan dibandingkan dengan Teknik abdominal lifting.

Artikel Kelima merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Satria, 2018) dengan judul Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Counterpressure terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Klinik Bidan Elviana. Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen with one group pretest-posttest. Sampel dalam penelitian adalah ibu bersalin fase aktif yang berjumlah 20 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah consecutive sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata nyeri persalinan sebelum intervensi adalah sebesar 8.3 (severe pain) dengan skala 7-9, kemudian rata-rata nyeri persalinan setelah intervensi adalah sebesar 5,1 (moderate pain) pada skala 3-7. Pada penelitian ini memiliki $p < 0,000 < 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa pijat counterpressure efektif menurunkan rasa nyeri ibu bersalin kala I fase aktif.

Artikel keenam merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Purwaningsih, 2018) dengan judul Pengaruh Masage Counter Pressure terhadap Nyeri Persalinan kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di BPM Setia. Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan one group pretest and posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I Fase Aktif pada Ibu bersalin dengan jumlah sampel 15 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Skala nyeri sebelum dilakukan masase counterpressure pada ibu bersalin kala I fase aktif, 9 responden (60,0%) mengalami nyeri berat, nyeri sedang sebanyak 3 responden (20%) dan nyeri sangat berat

3 responden (20%). Skala nyeri sesudah dilakukan masase counterpressure, nyeri ringan 2 responden (13,3%), nyeri sedang 9 responden (60,0%) dan mengalami nyeri berat 4 responden (26,7%). Hasil analisis bivariate menunjukkan nilai p-value = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan pijat counter pressure pada ibu bersalin kala I Fase Aktif.

Artikel Ketujuh merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Harini, 2018) dengan judul Counter Pressure dan Efek terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Primigravida. Jenis penelitian ini adalah pra eksperimen yang dilaksanakan di Rumah Sakit Kanjuruhan Kabupaten Malang selama 4 bulan. Teknik observasi dilakukan untuk melihat intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi yang ditentukan dengan rumus uji-t. Instrumen yang digunakan adalah skala nyeri Bourbonais dan lembar observasi Teknik counter pressure. Hasil penelitian menunjukkan bahwa p value = 0,002 < 0,05 sehingga bisa diartikan bahwa ada perbedaan penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida sebelum dan sesudah dilakukan pijat counter pressure. Hal ini menunjukkan bahwa pijat counter pressure secara teratur dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Artikel kedelapan merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Rilyani, Arianti & Wiagi, 2017) dengan judul Pengaruh Counter Pressure terhadap Skala Nyeri Persalinan di Rumah Sakit Daerah May Jend. HM. Ryacudu Kotabumi Lampung Utara. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen one group pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini ibu bersalin kala I Fase Aktif sebanyak 80, dengan sampel sebanyak 30 orang, Teknik sampling secara accidental sampling. Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata nyeri persalinan sebelum dilakukan Teknik counter pressure adalah 7,000 dengan standar deviasi 0,743 dan setelah diberikan Teknik counter pressure adalah 5,77 dengan standar deviasi 1,104. Terdapat pengaruh Teknik counter pressure terhadap nyeri persalinan kala I (p value 0,001 < 0,05).

Artikel kesembilan merupakan penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi, Wagiyono & Nurullita, 2015) dengan judul Perbedaan efektifitas Teknik counterpressure dan kompres hangat terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di RSUD Sunan Kalijaga Demak. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan pengaruh tindakan Counter-Pressure dan Kompres Hangat terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian pra-eksperimen dengan pendekatan pretest dan posttest design. Sampel dalam penelitian ini adalah 64 responden yang dipilih secara total sampling. Hasil penelitian menunjukkan ada penurunan nilai nyeri setelah intervensi sebanyak 2,17. Uji Mann-Whitney menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara efektifitas tehnik Counter-Pressure dan Kompres Hangat terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan nilai p (0,000 < 0,05). Dari kedua tehnik tersebut yang lebih efektif dalam mengurangi nyeri pinggang persalinan adalah tehnik Counter-Pressure dengan hasil nilai mean 1,83 > mean tehnik Kompres Hangat 1,50.

PEMBAHASAN

Dari hasil literatur review yang dilakukan terhadap 9 artikel, semua artikel merupakan jenis penelitian dengan metode quasi eksperimen dan membahas tentang efektifitas dan pengaruh pijat counter pressure terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif, sehingga semua artikel ini relevan digunakan. Artikel-artikel yang peneliti lakukan review semuanya menunjukkan hasil bahwa pijat counter pressure efektif menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan p value < 0,05. Berdasarkan hasil review dari beberapa artikel menunjukkan bahwa pijat counter pressure memiliki kontribusi dalam mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif. Pijat ini dilakukan dengan memberikan penekatanan pada eras nyeri yang dirasakan ibu saat persalinan. Tekanan yang diberikan bergantung kepada intensitas nyeri yang dialami ibu. Keas atau tidaknya tekanan cukup dengan melihat ekspresi yang ditampakkan oleh ibu saat persalinan (Wardani, Riska Aprilia, 2016).

Dengan pemberian massage counter pressure dapat menutup gerbang pesan nyeri yang dihantarkan menuju medulla spinalis dan otak, selain itu tekanan kuat pada Teknik ini dapat mengaktifkan senyawa endorfin yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan penurunan sensasi nyeri. Hal ini terjadi karena kebenaran teori gate control bahwa Teknik pijat counter pressure dapat menstimulasi dan merangsang kemampuan untuk mengurangi dan meningkatkan derajat perasaan nyeri melalui mekanisme hambatan neural atau spinal terjadi dalam substansi gelatinosa

yang terdapat di kornus dorsal medulla spinalis sel-sel transmisi memproyeksikan pesan nyeri ke otak (Pasongli, Rantung & Pesak, 2014).

Pijatan atau sentuhan yang dilakukan akan menghambat impuls saraf apakah dapat berjalan bebas atau tidak ke medulla dan thalamus sehingga dapat mentransmisikan impuls atau pesan sensori ke korteks sensori. Jika penghambat tersebut tertutup maka sensasi nyeri akan berkurang (Fraser, Diane M, dkk, 2009).

KESIMPULAN

Simpulan berdasarkan analisis yang telah dilakukan oleh penulis, menunjukkan bahwa penggunaan pijat counter pressure efektif untuk mengurangi nyeri persalinan kala I. Saran yang dapat diberikan untuk pelaksanaan literature review selanjutnya adalah sebaiknya database yang digunakan lebih banyak sehingga bisa mendapatkan artikel yang lebih banyak dan lebih baik lagi.

REFERENSI

- Aprilia, Y. (2011) *Gente Birth: Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit*. Gramedia.
- Azizah, I. N., Widyawati, M. N., & Anggraini, N. N. (2013) 'Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan Normal Ibu Primipara di BPS S dan B Demak', *Jurnal Kebidanan*, 2(1).
- Bobak IM, L. D., Jensen MD, P. S. (2012) *No Title Buku Ajar Keperawatan Maternitas (Maternity Nursing)*. Jakarta: EGC.
- Danuatmaja (2014) *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Puspa Swara.
- Ebirim, L. N., Buowari, O. Y., & Ghosh, S. (2012) *Physical and Psychological Aspects of Pain in Obstetrics*.
- Harini, R. (2018) 'PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA IBU PRIMIGRAVIDA (Counterpressure and Its Effect towards Labor Pain during 1st Active Phase in Primigravida Mother)', *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 5(1), pp. 29–33. doi: 10.26699/jnk.v5i1.ART.p029.
- Oktriani, T., Ermawati, E. and Bachtiar, H. (2018) 'The Difference Of Pain Labour Level With Counter Pressure And Abdominal Lifting On Primigravida In Active Phase of First Stage Labor', *Journal of Midwifery*, 3(2), p. 45. doi: 10.25077/jom.3.2.45-52.2018.
- Paseno, M. et al. (2019) 'Massage Counter Pressure Dan Massage Effleurage Efektif Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I', 7(1).
- Pasongli, S., Rantung, M. and Pesak, E. (2014) 'Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado', *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), p. 92216.
- Pillitteri, A. (2010) *Maternal and Child Health Nursing : Care of The Childbearing Family*.
- Pratiwi, I. G., Husin, F., Ganiem, A. R., S. and H., & Arifin, A. (2017) 'The Effect of Virtual Reality on Pain in Primiparity Women.', *International Journal of Nursing and Health Science*, pp. 46–50.
- Pratiwi, D., Wagiyono and Nurullita, U. (2015) 'Perbedaan Efektifitas Tehnik Counter-Pressure dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di RSUD Sunan Kalijaga Demak Deasyana', *Karya Ilmiah*, 0(0). Available at: <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/439>.
- purwaningsih, eka (2018) 'Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat the Effect of Masase Counterpressure on Labor Pain Kala One Active Phase in Mother Birds in Bpm Setia', 9(2), pp. 62–66. Available at: <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/Preventif>.
- Rahmawati, L. and Ningsih, M. P. (2019) 'Efektifitas Teknik Counter Pressure Dan Abdominal Lifting Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Bpm Kota Padang', *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 6(2), pp. 217–224. doi: 10.36743/medikes.v6i2.190.

- Rilyani, Arianti, L. and 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), pp. 257–264.
- Satria, M. (2018) 'Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Conterpressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di klinik bidan elviana', *Menara Ilmu*, XII(5), pp. 85–92.
- Setyowati, H. (2018) *Akupunktur untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian*. Unimma Press.
- Wardani, Riska Aprilia, H. (2016) 'Efektivitas Massage Efflurage dan Massage Ciunterpressure Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan', *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, pp. 19–25.
- Yulianingsih, E., Porouw, H. S. and Loleh, S. (2019) 'Teknik Massage Counterpressure terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD. Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo', *Gaster*, 17(2), p. 231. doi: 10.30787/gaster.v17i2.374.