

**APLIKASI KOMPRES DINGIN UNTUK MENGURANGI NYERI
PADA PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI RUANG AYUB 1 RUMAH SAKIT
ROEMANI MUHAMMADIYAH SEMARANG**

Aditia Citrasari

Program Studi Diploma III Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

Email: aditiacitrasari82@gmail.com

Abstrak

Persalinan adalah proses pengeluaran bayi dan plasenta yang ditandai dengan adanya kontraksi uterus yang menyebabkan membuka dan menipisnya serviks yang diikuti dengan turunnya janin. Kondisi ini dapat menimbulkan nyeri bagi ibu selama proses melahirkan. Nyeri dapat di atasi dengan menggunakan cara non farmakologis seperti melakukan kompres dingin dengan menggunakan ice gel pada punggung bawah ibu tepatnya pada lumbal 1 sampai lumbal 5 dan pada abdomen bawah tepatnya di supra symphysis saat terjadi his selama 10 menit. Metode yang digunakan yaitu studi kasus dengan menggunakan teknik penulisan descriptive study.

Pada hasil studi kasus ini penulis mengaplikasikan pada 3 responden dengan diagnosa nyeri melahirkan berhubungan dengan dilatasi serviks. Hasil menunjukkan adanya derajat nyeri yang stabil sebelum dan sesudah dilakukan kompres dingin. Kompres dingin dapat menurunkan nyeri karena menimbulkan vasokonstriksi pada daerah nyeri dan dapat mengurangi aliran darah ke suatu bagian dan mengurangi perdarahan, edema, yang diperkirakan menimbulkan efek analgesic, sehingga gate control tertutup impuls yang mencapai kesadaran dan sensasi nyeri tidak dialami. Jadi di harapkan bagi rumah sakit, terapi kompres dingin ini dapat dilakukan dan dijadikan alternative untuk mengurangi nyeri persalinan kala satu fase aktif

Kata kunci: nyeri persalinan, kompres dingin

**COLD COMPRESS APPLICATIONS TO REDUCE PAIN
IN THE LABOR IN THE PHASE I ACTIVE IN THE JOB 1 ROOM ROEMANI
HOSPITAL MUHAMMADIYAH SEMARANG**

Aditia Citrasari

Nursing Diploma III Study Program, Muhammadiyah University Semarang

Email: aditiacitrasari82@gmail.com

Abstract

Childbirth is the process of expulsion of the baby and placenta which is characterized by uterine contractions that cause cervical opening and thinning followed by fetal descent. This condition can cause pain for the mother during the birth process. Pain can be overcome by using non-pharmacological methods such as cold compresses by using ice gel on the lower back of the mother, precisely on lumbar 1 to lumbar 5 and on the lower abdomen precisely in supra symphysis when it occurs for 10 minutes. The method used is a case study using descriptive study writing techniques.

In the results of this case study the authors applied to 3 respondents with a diagnosis of childbirth pain associated with cervical dilatation. The results show a stable degree of pain before and after a cold compress is performed. Cold compresses can reduce pain due to vasoconstriction in the pain area and can reduce blood flow to a part and reduce bleeding, edema, which is thought to cause analgesic effects, so that the gate control is closed to impulses that reach awareness and pain sensations are not experienced. So it is expected for hospitals, cold compress therapy can be done and used as an alternative to reduce labor pain during the active phase

Keywords: labor pain, cold compresses