

**Implementasi Teknik *Counter Pressure Massage* Untuk Mengurangi Nyeri  
Persalinan Kala 1 Fase Aktif  
Di Puskesmas Puuweri Kabupaten Sumba Barat  
*Silma Triputri Saingo*<sup>1</sup> *Grasiana Florida Boa*<sup>2</sup> *Ririn Widyastuti*<sup>3</sup>**

**ABSTRAK**

---

Nyeri persalinan pada kala I fase aktif merupakan tantangan signifikan dalam proses melahirkan karena memengaruhi kondisi fisik dan psikologis ibu. Salah satu metode non farmakologis yang aman dan efektif untuk mengurangi nyeri adalah teknik *counter pressure massage*. **Penelitian ini bertujuan:** untuk mengevaluasi efektivitas teknik ini dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. **Metode penelitian:** dilakukan dengan dua orang ibu bersalin sebagai responden yang mengalami nyeri persalinan dan dapat diajak komunikasi. Pengumpulan data menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil** menunjukkan bahwa setelah dilakukan tindakan keperawatan, klien 1 melaporkan penurunan nyeri dari skala 3 menjadi lebih ringan, dan klien 2 dari skala 4. **Hasil:** Teknik *counter pressure massage* terbukti efektif dalam mengurangi nyeri kala I fase aktif dan dapat direkomendasikan sebagai bagian dari penatalaksanaan nyeri non farmakologis selama persalinan.

**Kata kunci:** *Nyeri persalinan, non farmakologis, counter pressure massage.*