

PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA 1

Aulia Dinda Widianingrum *¹

Diyanah Kumalasari ²

Ria Yulianti Triwahyuningsih ³

^{1,2,3}Jurusan S1 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon, Indonesia

*e-mail: auliadindawidianingrum@gmail.com¹, diyanahkumalasari@gmail.com², riayulianti@gmail.com³

Abstrak

Nyeri yang dialami selama fase aktif persalinan dapat menyebabkan ketidaknyamanan fisik dan psikologis yang signifikan jika tidak dikelola dengan baik. Oleh karena itu, penggunaan intervensi nonfarmakologis yang aman, sederhana, dan mudah diterapkan, seperti terapi kompres hangat, sangat penting untuk membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan. Tujuan: Tinjauan literatur ini bertujuan untuk menganalisis bukti ilmiah tentang efektivitas aplikasi kompres hangat dalam mengurangi intensitas nyeri persalinan selama fase aktif tahap pertama persalinan. Metode: Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) dengan mencari artikel melalui Google Scholar. 30 artikel diperoleh untuk analisis efek kompres hangat pada nyeri persalinan selama fase aktif di berbagai wilayah dan waktu penelitian yang berbeda. Hasil: Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa 30 artikel menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat secara konsisten mengurangi intensitas nyeri persalinan selama fase aktif secara signifikan ($p < 0,05$). Kompres hangat terbukti efektif dalam mengurangi nyeri dari kategori parah ke sedang atau ringan melalui peningkatan relaksasi, sirkulasi darah, dan penurunan ketegangan otot. Kesimpulan: Terapi kompres hangat terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan selama fase aktif tahap pertama persalinan. Oleh karena itu, metode ini dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman untuk meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan.

Kata kunci: kompres hangat, nyeri persalinan, fase aktif persalinan.

Abstract

Pain experienced during the active phase of labor can lead to significant physical and psychological discomfort when not adequately managed. Therefore, the use of nonpharmacological interventions that are safe, simple, and easy to apply, such as warm compress therapy, is essential to help reduce pain and enhance maternal comfort during childbirth. This literature review aims to analyze scientific evidence regarding the effectiveness of warm compress application in reducing labor pain intensity during the active phase of the first stage of labor. This study uses the Systematic Literature Review (SLR) method by searching for articles via Google Scholar. 30 articles were obtained for analysis. The effect of warm compress on labour pain during 1 active phase in various regions and different research times. The results of the literature review showed that 30 articles showed that giving warm compresses consistently reduces the intensity of labour pain during the active phase I significantly ($p < 0.05$). Warm compresses are proven to be effective in reducing pain from severe to moderate or mild categories through increased relaxation, blood circulation, and decreased muscle tension. Warm compress therapy is proven to be effective in lowering labor pain intensity during the active phase of the first stage of labor. Therefore, this method can be recommended as a safe and non pharmacological intervention to improve maternal comfort during the labor process.

Keywords: warm compress, labor pain, active phase of labor

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan rangkaian proses biologis yang normal dan kompleks dalam kehidupan seorang perempuan. Proses ini berlangsung melalui kontraksi uterus yang terjadi secara berkesinambungan dan meningkat secara bertahap, sehingga menyebabkan perubahan pada serviks berupa pembukaan dan penipisan hingga terjadinya kelahiran bayi dan plasenta. Selama proses tersebut, nyeri menjadi keluhan yang hampir selalu dialami oleh ibu bersalin, khususnya pada kala I fase aktif ketika kontraksi uterus semakin sering dan kuat (Sari & Wulandari, 2021).

Nyeri yang muncul selama persalinan merupakan respons alami tubuh terhadap berbagai rangsangan, seperti kontraksi otot uterus, pembukaan serviks, serta tekanan kepala janin terhadap jaringan di sekitarnya. Persepsi nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin bersifat individual dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi fisik, kesiapan mental, ambang nyeri, serta pengalaman persalinan sebelumnya. Apabila nyeri persalinan tidak ditangani secara optimal, kondisi ini dapat menimbulkan reaksi emosional negatif seperti kecemasan, rasa takut, dan stres yang berlebihan (Putri et al., 2021).

Dari sudut pandang fisiologis, nyeri persalinan yang tidak terkontrol dapat memicu peningkatan produksi hormon stres, termasuk adrenalin dan katekolamin. Peningkatan hormon tersebut berpotensi menyebabkan penyempitan pembuluh darah uteroplasenta sehingga aliran darah dan suplai oksigen ke janin menjadi berkurang. Selain itu, kondisi ini dapat memengaruhi efektivitas kontraksi uterus dan berdampak pada lamanya proses persalinan serta meningkatnya risiko komplikasi maternal dan neonatal (Rahmawati & Dewi, 2022).

Aspek psikologis turut berperan penting dalam memengaruhi persepsi nyeri selama persalinan. Ibu bersalin yang mengalami kecemasan tinggi cenderung merasakan nyeri dengan intensitas yang lebih berat dibandingkan ibu yang berada dalam kondisi emosional yang stabil dan mendapatkan dukungan yang memadai. Oleh karena itu, upaya penatalaksanaan nyeri persalinan perlu dilakukan secara komprehensif, tidak hanya untuk mengurangi sensasi nyeri, tetapi juga untuk menciptakan rasa nyaman, aman, dan percaya diri pada ibu selama proses persalinan berlangsung (Fitriani et al., 2022).

Penanganan nyeri persalinan dapat dilakukan melalui intervensi farmakologis maupun nonfarmakologis. Meskipun metode farmakologis terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri, penggunaannya memiliki keterbatasan serta risiko efek samping bagi ibu dan janin. Beberapa efek yang dapat muncul antara lain gangguan kenyamanan ibu, penurunan kekuatan kontraksi uterus, serta dampak terhadap kondisi bayi baru lahir (Hidayah & Pramesti, 2023).

Sejalan dengan perkembangan praktik kebidanan, metode nonfarmakologis semakin banyak direkomendasikan karena dinilai lebih aman, mudah diterapkan, dan minim efek samping. Pendekatan ini juga mendukung prinsip asuhan kebidanan yang berpusat pada ibu (woman-centered care). Berbagai teknik nonfarmakologis yang dapat digunakan meliputi latihan pernapasan, relaksasi, pijat, perubahan posisi, aromaterapi, serta penggunaan kompres hangat (Lestari et al., 2023).

Kompres hangat merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang sering digunakan untuk membantu mengurangi nyeri persalinan. Aplikasi panas pada area tertentu seperti punggung bawah atau sakrum dapat meningkatkan aliran darah lokal, membantu relaksasi otot, mengurangi ketegangan jaringan, serta memberikan efek menenangkan bagi ibu bersalin (Utami & Kurniawati, 2024).

Secara teoritis, pemberian kompres hangat dapat dijelaskan melalui mekanisme penghambatan impuls nyeri pada sistem saraf, di mana rangsangan panas pada kulit dapat menurunkan transmisi sinyal nyeri menuju pusat persepsi nyeri di otak. Selain itu, efek relaksasi yang ditimbulkan juga membantu ibu dalam mengontrol pernapasan dan meningkatkan kemampuan beradaptasi terhadap kontraksi selama persalinan (Safitri et al., 2024).

Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan kompres hangat pada kala I persalinan memberikan dampak positif berupa penurunan intensitas nyeri, berkurangnya kecemasan, serta meningkatnya kenyamanan ibu bersalin. Intervensi ini dinilai aman, tidak menimbulkan efek samping, serta dapat diterapkan secara luas di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan, termasuk puskesmas dan praktik mandiri bidan (Aisyah et al., 2025).

METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah literature review, yaitu dengan menelaah dan menganalisis berbagai hasil penelitian yang relevan dengan topik yang dikaji. Sumber data dalam tinjauan pustaka diperoleh dari basis data daring, khususnya Google Scholar. Penulis mengakses laman Google Scholar untuk menelusuri artikel ilmiah yang berkaitan dengan topik penelitian.

Proses pencarian literatur dilakukan dengan menggunakan kata kunci “pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan”. Berdasarkan hasil penelusuran awal, diperoleh sebanyak 6.990 artikel yang sesuai dengan kata kunci tersebut. Selanjutnya, penulis melakukan proses seleksi dengan mempertimbangkan kesesuaian judul, abstrak, dan isi artikel dengan fokus kajian yang ditetapkan.

Dari hasil proses seleksi tersebut, diperoleh sebanyak 30 jurnal yang dinilai paling relevan dan memenuhi kriteria untuk dianalisis lebih lanjut. Artikel-artikel yang dipilih merupakan hasil penelitian yang membahas pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri persalinan. Seluruh jurnal yang terpilih kemudian dikaji secara sistematis dan dijadikan sebagai bahan utama dalam penyusunan literature review ini. Dan didasarkan oleh kriteria berikut:

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi mencakup karakteristik umum dari subjek penelitian yang berasal dari populasi target yang telah ditentukan dan diteliti. Sementara itu, kriteria eksklusi berfungsi untuk mengeluarkan atau menghilangkan subjek-subjek yang tidak memenuhi kriteria inklusi, berdasarkan alasan-alasan tertentu (Nursalam, 2017).

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

No.	Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
1.	Artikel penelitian menggunakan Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris	Artikel yang tidak menggunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris
2.	Artikel membahas pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan	Artikel yang membahas nyeri persalinan tetapi tidak menggunakan kompres hangat
3.	Subjek penelitian adalah ibu bersalin kala I fase aktif	Subjek penelitian bukan ibu bersalin kala I fase aktif
4.	Penelitian mengukur intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi kompres hangat	Penelitian tidak mengukur intensitas nyeri secara jelas dan rentang tahun inklusi
5.	Artikel diterbitkan dalam rentang tahun 2019–2025	Artikel yang diterbitkan di luar rentang tahun inklusi
6.	Pencarian databased yang digunakan melalui <i>Google Scholar</i>	Diluar kriteria inklusi (misalnya: Wikipedia, Blogspot)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 6.990 judul yang ditemukan, penulis memilih judul yang sesuai dengan pembahasan, yaitu pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan. Dari 30 jurnal memperoleh hasil:

No	Judul Artikel	Metode	Hasil Penelitian
----	---------------	--------	------------------

	Efektivitas Kompres Air Penelitian ini Hangat terhadap Nyeri menggunakan desain Persalinan Kala I Fase quasi eksperimen dengan Aktif pendekatan one group pretest-posttest. Sampel terdiri dari 28 ibu bersalin kala I fase aktif.	Hasil analisis intensitas nyeri sebelum intervensi sebesar 3,28 dan menurun menjadi 1,54 setelah pemberian kompres hangat. Uji paired t-test diperoleh nilai p-value 0,0001 ($p < 0,05$) yang menunjukkan terdapat perbedaan nyeri yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat.
	Pengaruh Kompres Penelitian kuantitatif Hangat terhadap dengan desain quasi Intensitas Nyeri eksperimen menggunakan Persalinan Kala I Fase one group pretest-posttest design. Sampel sebanyak 18 ibu bersalin kala I fase aktif di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Sleman Yogyakarta. Pengukuran nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Analisis data menggunakan uji Paired T-Test.	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata intensitas nyeri sebelum perlakuan sebesar 8,66 dan menurun menjadi 5,83 setelah diberikan kompres hangat. Hasil uji statistik menunjukkan p value = 0,000, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan. Hal ini membuktikan bahwa kompres hangat berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.
3. Pengaruh Pemberian Penelitian pra-Kompres Hangat terhadap eksperimental dengan Nyeri Persalinan Kala I rancangan one group Fase Aktif di RSI Fatimah pretest-posttest pada 30 Banyuwangi ibu bersalin kala I fase aktif. Pengukuran nyeri menggunakan Visual Analog Scale (VAS)..		Hasil penelitian menunjukkan sebelum intervensi sebagian besar responden mengalami nyeri berat (53%) dan setelah intervensi sebagian besar mengalami nyeri sedang (70%). Uji Wilcoxon menunjukkan nilai Asymp. Sig. $0,00 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh signifikan pemberian kompres hangat terhadap nyeri persalinan.
4. Pengaruh Hangat Intensitas Persalinan Aktif	Kompres Penelitian quasi terhadap eksperimen dengan Nyeri desain pretest dan Persalinan Kala I Fase posttest tanpa kelompok Aktif kontrol. Sampel berjumlah 15 ibu bersalin kala I fase aktif. Intensitas nyeri diukur menggunakan skala numerik.	Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri rata-rata sebesar 3 poin setelah pemberian kompres hangat. Hasil uji statistik menunjukkan p-value 0,001 ($p < 0,05$), yang menandakan kompres hangat efektif menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif.

-
- | | | | |
|----|--|---|--|
| 5. | Kompres hangat berpengaruh terhadap nyeri persalinan kala I Fase Aktif Pada Ibu bersalin | Desien penelitian menggunakan eksperimen dengan pendekatan pretes postes with control group design, Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di BPM Melita Sari, S.St dengan rata-rata kunjungan perbulan sebanyak 32 ibu bersalin., teknik sampling purposive sampling, penelitian menggunakan analisa univariat dan bivariat t-tes indepdnen. | Pemberian kompres hangat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif secara bermakna, sedangkan pada kelompok tanpa kompres hangat penurunan nyeri tidak signifikan dan tetap pada kategori nyeri berat. |
|----|--|---|--|
-
- | | | | |
|----|---|--|---|
| 6. | Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Persalinan | Metode menggunakan pre-eksperimental dengan one group pretest posttest design. Variabel independen penelitian ini adalah kompres hangat dan variabel dependetnya adalah penurunan nyeri. | Hasil penelitian sebelum diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri sangat mengganggu dengan skor 8 sebanyak 6 orang (42,86%), setelah diberikan kompres hangat hampir setengah dari responden merasakan tingkatan nyeri agak mengganggu dengan skor 4 sebanyak 6 orang (42,86%). Hasil uji statistik diperoleh p value=0,000,maka hal ini berarti ada pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan |
|----|---|--|---|
-
- | | | | |
|----|---|---|--|
| 7. | Pengaruh Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Puskesmas Banggae I | Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan desain one group pretest-posttest. Sampel penelitian adalah ibu bersalin kala I fase aktif. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas nyeri sebelum intervensi berada pada kategori nyeri berat, sedangkan setelah pemberian kompres hangat menurun menjadi nyeri sedang dan ringan. Uji statistik menunjukkan p-value < 0,0 |
|----|---|---|--|
-
- | | | | |
|----|--|---|--|
| 8. | Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Puskesmas Solokan Jeruk | Penelitian menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest. Intensitas nyeri diukur sebelum dan sesudah | Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan intensitas nyeri persalinan setelah dilakukan kompres hangat. Hasil uji statistik menunjukkan p-value < 0,05, yang berarti terdapat |
|----|--|---|--|
-

	intervensi hangat.	kompres	pengaruh terhadap nyeri persalinan.	kompres	hangat
9.	Kompres hangat terhadap penelitian penurunan intensitas menggunakan skala nyeri pada ibu bersalin	ini menggunakan eksperimen dengan rancangan non-equivalent control group. Subjek penelitian berjumlah 30 ibu bersalin kala satu fase aktif yang diambil secara accidental sampling. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi skala nyeri yang dianalisis menggunakan uji paired t-test	Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu bersalin kala I fase aktif dengan p-value = 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$). Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres hangat dengan menggunakan sabuk mampu untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu bersalin kala satu fase aktif persalinan		
10	Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di wilayah Puskesmas Paceda Kota Bitung	Metode penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan rancangan penelitian one group pre-posttest	Hasil penelitian menunjukkan bahwa didapatkan penurunan skala nyeri ringan dalam penelitian ini sebanyak 15 responden (88,2%). Dari hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai p value = 0,000 dengan signifikan $\leq 0,05$		
11.	Pengaruh kompres hangat metode terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif	preeksperimen dengan rancangan penelitian one group pretest posttest. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling, yaitu sebanyak 30 ibu bersalin. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar SOP (Standar Operasional Prosedur).	Hasil analisis data menggunakan uji wilcoxon yaitu p value 0,001, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif.		

-
- | | | | |
|-----|--|---|---|
| 12. | viEfektivitas Kompres Hangat Dalam Menurunkan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di TPMB Hasmah Galesong Utara | Jenis penelitian yang digunakan yaitu One group pre-post test design tanpa ada kelompok pembanding. Menggunakan Uji univariat dan bivariat yang disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.. | Hasil dari uji statistik diperoleh nilai p 0,000 dengan derajat kemaknaan (α 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa hasil $p < \alpha$ berarti H_a diterima yaitu ,ada efektivitas kompres hangat dalam menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase Aktif di TPMB hasmah Galesong Utara. Setelah diberikan kompres hangat yang mengalami nyeri ringan sebanyak 26 (89,6%), yang mengalami nyeri sedang 1 (3,4%), sedangkan 2 (6,8%) tidak mengalami penurunan nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif. |
|-----|--|---|---|
-
- | | | | |
|-----|--|---|--|
| 13. | Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat terhadap rasa nyaman dalam proses persalinan | Jenis penelitian ini bersifat quasi eksperimental pre-post test, dengan sampel sebanyak 30 orang ibu bersalin dengan pengambilan sampel secara total sampling. Penelitian ini dilakukan dari bulan Juli sampai dengan bulan Agustus 2023 dengan metode observasi. Pengolahan data dilakukan proses editing, coding, tabulating, processing dan cleaning secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik chi square. | Hasil analisis univariat diperoleh bahwa sebagian besar rasa nyaman dalam proses persalinan sebelum diberikan kompres air hangat ibu pada kategori tidak nyaman sebesar 24 orang (80%) dan sebagian besar rasa nyaman dalam proses persalinan setelah diberikan kompres air hangat ibu pada kategori nyaman sebesar 22 orang (73%). Hasil analisis bivariat diperoleh bahwa ada pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap rasa nyaman dalam proses persalinan dengan nilai p value 0.000. |
|-----|--|---|--|
-
- | | | | |
|-----|---|---|---|
| 14. | Pengaruh penggunaan kompres hangat terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB Hj Nuripah Tahun 2024 | Populasi dalam penelitian ini berjumlah 15 ibu melahirkan dengan sampel total populasi berjumlah 15 responden. Pengumpulan data menggunakan data primer dilakukan secara observasi dengan analisis univariat dan bivariat (Uji-T (paired t-test)) | Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres air hangat (pre-test) yaitu, sebagian besar responden sebanyak 11 orang (73,3%) mengalami nyeri berat. Sedangkan setelah diberikan kompres air hangat (post-test) yaitu, Sebagian dari responden sebanyak 8 orang (53,3%) mengalami nyeri ringan. Hasil uji statistic menunjukkan nilai hasilhipotesis yang sudah didapatkan yaitu P.value |
|-----|---|---|---|
-

-
- 0,000 $\leq$ 0,005 yang artinya H_0 diterima dan H_a ditolak, yang artinya adanya pengaruh kompres hangat terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif.
-
15. Efektivitas Kompres Populasi pada penelitian
Hangat untuk ini yaitu seluruh ibu hamil
mengurangi nyeri yang memeriksakan
punggung pada ibu hamil kandungannya di PMB
trimester III di PMB Bidan Yuni Nur Astuti Sukoharjo
Yuni Nur Astuti Sukoharjo pada bulan September
Jawa Tengah sampai bulan Oktober
2023 ibu hamil trimester
III berjumlah 43 orang.
Sampel pada penelitian ini
adalah
30 orang

Hasil penelitian ini menunjukkan
Tingkat Skala Nyeri sebelum
intervensi didapatkan mayoritas
sebanyak 20 responden (66,7 %) memiliki skala nyeri ringan dan
Tingkat Skala Nyeri sesudah
intervensi responden didapatkan
mayoritas sebanyak 28 responden
(93,3 %) memiliki skala nyeri
ringan.

 16. Efektivitas terapi kompres Penelitian ini merupakan
hangat dan massage penelitian quasi
effleurage terhadap experiment dan desain
pengurangan rasa nyeri yang digunakan adalah
persalinan kala I fase aktif desain penelitian dimana
subjek eksperimen pada
kelas eksperimen dan
kelas control tidak dipilih
secara acak, dengan
menggunakan pendekatan
one group post test

Uji wilcoxon didapatkan hasil
Zhitung -5,069 dan Ztabel adalah
1,69 dengan taraf signifikan 5%
sehingga Zhitung $\leq$ Ztabel dan
diperoleh nilai sig. p value 0,000
dengan taraf signifikan 5% dan
dapat disimpulkan sig. p value $\leq$
0,05 maka H_0 ditolak dan H_a
diterima dengan demikian
dikatakan ada pengaruh
pemberian kompres hangat dan
massage effleurage terhadap
Pengurangan rasa nyeri
persalinan kala I fase aktif.

 17. Pengaruh Penggunaan Populasi dalam penelitian
Kompres Hangat terhadap ini semua ibu bersalin di
Intesitas Nyeri Persalinan BPM Nursehan, dengan
Kala I Fase Aktif di PMB teknik pengambilan
Nursehan Dahliana sampel accidental
Birayang Banjarmasin sampling dan didapatkan
Kalimantan Selatan jumlah sampel sebanyak
30 responden. Kompres
hangat dipasang pada
bagian perut bawah
dengan menggunakan
analisis data
menggunakan uji Paired T
- test.

Hasil analisis statistik uji beda
intensitas nyeri sebelum dan
sesudah perlakuan didapatkan
hasil perbedaan yang bermakna
(p=0,000;95% CI -3,900-(-3,031).
Kesimpulan pada penelitian ini
adalah: kompres hangat dapat
menurunkan intensitas nyeri
persalinan kala I fase aktif.
Kompres hangat dapat digunakan
sebagai salah satu cara dalam
untuk mengurangi intensitas nyeri
persalinan

-
18. Pengaruh Hangat Penurunan Persalinan Kala I Fase Aktif Kompres Penelitian terhadap menggunakan metode Nyeri quasi eksperimen dengan desain one group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Sampel berjumlah 15 ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Hj. Yetti Latif S.ST tahun 2024, yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Analisis data menggunakan uji Wilcoxon karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, mayoritas responden mengalami nyeri berat hingga sangat berat. Setelah diberikan kompres hangat, terjadi penurunan intensitas nyeri, dimana 87% responden mengalami penurunan dari nyeri berat menjadi sedang dan 13% dari nyeri sangat berat menjadi berat. Hasil uji statistik menunjukkan $p\text{-value} = 0,001 (< 0,05)$, yang berarti terdapat pengaruh signifikan kompres hangat terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif.
-
19. Evidence Based Case Report (EBCR): Pengaruh Kompres Air Hangat terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Penelitian menggunakan metode Evidence Based Case Report (EBCR) dengan penelusuran artikel melalui database PubMed dan Google Scholar. Intervensi dilakukan dengan pemberian kompres air hangat selama $\pm 10\text{--}20$ menit dan diulang setiap 1 jam hingga pembukaan lengkap. Pengukuran nyeri menggunakan Visual Analogue Scale (VAS). Hasil penilaian nyeri sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan penurunan intensitas nyeri yang signifikan, yaitu dari nyeri berat menjadi nyeri sedang. Hal ini membuktikan bahwa kompres air hangat efektif dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif dan dapat digunakan sebagai metode nonfarmakologis yang aman dan sederhana.
-
20. Pengaruh kompres air hangat terhadap intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin di RSUD dr.H.L.M.Baharudin,M.Kes Kabupaten Muna Populasi dalam penelitian ini semua ibu bersalin di RSUD dr. H.L.M. Baharuddin,M.Kes dengan teknik pengambilan sampel insidental dan didapatkan 20 sampel kompres dilakukan di bagian perut bawah dengan menggunakan buli-buli panas. Analisis data menggunakan Paired T test. Hasil rata-rata intensitas nyeri sebelum dikompres adalah 9,36 dan setelah dilakukan kompres intensitas nyeriny adidapatkan rata-rata menurun menjadi 6.29. Terlihat perbedaan nilai mean antara sebelum dikompres dengan sesudah dikompres adalah -3.07 dengan standar deviasi 1,116. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p\text{ value } 0,000$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri
-

sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat

-
- | | | | |
|-----|---|--|---|
| 21. | Kompres Hangat sebagai Penelitian Metode Nonfarmakologis menggunakan pada Nyeri Persalinan Kala I | ini menggunakan desain kuantitatif quasi experiment dengan pendekatan pretest-posttest. Sampel penelitian adalah ibu bersalin kala I fase aktif yang dipilih secara purposive sampling. Tingkat nyeri diukur menggunakan skala nyeri dan | Hasil menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebagian besar ibu mengalami nyeri berat, sedangkan setelah pemberian kompres hangat terjadi penurunan nyeri menjadi kategori sedang. Analisis statistik menunjukkan bahwa kompres hangat efektif menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif. |
|-----|---|--|---|
-
- | | | | |
|-----|---|---|---|
| 22. | Perbandingan Nyeri Persalinan antara Ibu yang Diberi Kompres Hangat dan Tidak | Penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan control group design, di mana responden dibagi menjadi kelompok yang diberikan kompres hangat dan kelompok tanpa perlakuan. Tingkat nyeri persalinan diukur menggunakan skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis untuk membandingkan kedua kelompok. | Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif antara kelompok yang diberikan kompres hangat dan kelompok kontrol. Kelompok perlakuan mengalami penurunan skala nyeri yang lebih besar dibandingkan kelompok tanpa perlakuan. Uji statistik menunjukkan nilai p-value = 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik. Dengan demikian, pemberian kompres hangat terbukti efektif dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif |
|-----|---|---|---|
-
- | | | | |
|-----|---|---|---|
| 23. | Efektivitas Kompres Hangat sebagai Asuhan Sayang Ibu dalam Persalinan | Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi experiment menggunakan pendekatan pretest-posttest. Subjek penelitian adalah ibu bersalin kala I fase aktif yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat sebagai bagian dari asuhan sayang ibu secara signifikan menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif dan meningkatkan relaksasi ibu bersalin. Uji statistik menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang menandakan |
|-----|---|---|---|
-

bahwa kompres hangat efektif dalam manajemen nyeri persalinan.

-
24. Manajemen Nyeri Penelitian ini
Persalinan Kala I dengan menggunakan desain
Kompres Hangat quasi experimental study
untuk mengetahui pengaruh kompres hangat
terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Sampel
penelitian berjumlah 30 ibu bersalin, yang dipilih
menggunakan teknik purposive sampling sesuai
dengan tujuan penelitian.. Sampel penelitian
berjumlah 30 ibu bersalin, yang dipilih menggunakan
teknik purposive sampling sesuai dengan tujuan
penelitian. Pengukuran tingkat nyeri persalinan
dilakukan dua kali, yaitu sebelum pemberian
kompres hangat (pretest) dan setelah pemberian
kompres hangat (posttest).
25. Efek Terapi Kompres Penelitian ini merupakan
Hangat terhadap Nyeri penelitian quasi
Persalinan pada Ibu eksperimen dengan
Bersalin rancangan pretest dan posttest menggunakan
kelompok pembandingan. Pengambilan sampel
dilakukan dengan teknik accidental sampling.
Intensitas nyeri persalinan diukur menggunakan skala nyeri
numerik sebelum dan sesudah perlakuan, kemudian data dianalisis
menggunakan uji Paired Sample T-Test.
- Terdapat penurunan skala nyeri persalinan setelah pemberian kompres hangat. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value = 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti kompres hangat efektif menurunkan nyeri persalinan.
- Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok pembandingan, perubahan tingkat nyeri persalinan tidak menunjukkan perbedaan yang bermakna secara statistik dengan nilai $p = 1,000$ ($p > 0,05$). Sebaliknya, pada kelompok intervensi yang diberikan kompres hangat, terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan yang signifikan dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa terapi kompres hangat efektif dalam membantu mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif..
-

-
26. Penerapan Kompres Penelitian ini Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum penerapan Hangat terhadap Nyeri menggunakan metode kompres hangat, sebagian besar ibu bersalin mengalami nyeri Persalinan Kala I di BPM quasi eksperimen yang dilaksanakan di Bidan Praktik Mandiri (BPM). Responden penelitian adalah ibu bersalin kala I fase aktif yang memenuhi kriteria penelitian. Jumlah sampel sebanyak 32 ibu bersalin yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Tingkat nyeri persalinan diukur sebelum intervensi dan setelah diberikan kompres hangat menggunakan skala nyeri, kemudian data dianalisis secara statistik untuk mengetahui perubahan intensitas nyeri. Setelah diberikan kompres hangat, terjadi penurunan intensitas nyeri pada sebagian besar responden. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa penerapan kompres hangat berpengaruh signifikan terhadap penurunan nyeri persalinan kala I di BPM
-
27. Pengalaman Ibu Bersalin Penelitian ini Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan dalam Menghadapi Nyeri menggunakan pendekatan merasakan penurunan intensitas Kala I setelah Pemberian kualitatif dengan desain nyeri setelah pemberian kompres Kompres Hangat fenomenologi untuk menggali pengalaman ibu bersalin dalam menghadapi nyeri persalinan kala I setelah diberikan kompres hangat. Partisipan penelitian adalah 8 ibu bersalin kala I fase aktif yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan panduan wawancara semi terstruktur. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi tema-tema utama dari pengalaman partisipan
-

-
28. Persepsi Ibu Bersalin Penelitian ini Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin memiliki persepsi positif terhadap Penggunaan menggunakan pendekatan Kompres Hangat dalam kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggali Mengatasi Nyeri Kala I persepsi dan pengalaman ibu bersalin dalam menghadapi nyeri persalinan kala I setelah diberikan kompres hangat. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam menggunakan panduan wawancara semi terstruktur agar informan dapat menyampaikan pengalamannya secara bebas dan mendalam. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari hasil wawancara..
29. Respon Ibu Bersalin Penelitian kualitatif terhadap Intervensi deskriptif dengan Kompres Hangat dalam melibatkan 8 ibu bersalin Menghadapi Nyeri Kala I kala I fase aktif sebagai partisipan. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis secara tematik.
30. Efektivitas Pemberian Penelitian ini Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok intervensi yang Kompres Hangat terhadap menggunakan desain Penurunan Nyeri quasi eksperimen pretest-Persalinan Kala I Fase posttest dengan kelompok Aktif di Puskesmas (2025) kontrol. Sampel penelitian berjumlah 32 ibu bersalin kala I fase aktif, dibagi menjadi 16 ibu pada kelompok intervensi dan 16 ibu pada kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Intensitas nyeri
- Ibu bersalin menyatakan bahwa kompres hangat memberikan rasa nyaman, membantu relaksasi, dan mengurangi persepsi nyeri selama kontraksi. Sebagian besar partisipan menilai kompres hangat sebagai intervensi yang mudah diterapkan dan bermanfaat selama persalinan.
- Temuan ini menegaskan bahwa pemberian kompres hangat efektif dalam menurunkan nyeri persalinan kala I dan dapat
-

persalinan diukur diterapkan di fasilitas pelayanan sebelum dan setelah kebidanan. intervensi menggunakan skala nyeri numerik, kemudian dianalisis dengan Independent T-Test untuk membandingkan kedua kelompok.

PEMBAHASAN

Nyeri persalinan merupakan respons alami yang dialami oleh ibu selama proses melahirkan, terutama pada kala I fase aktif, yang dipicu oleh kontraksi uterus dan perubahan pada serviks. Tingkat nyeri yang dirasakan tidak bersifat seragam, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kondisi fisik ibu, kesiapan psikologis, dukungan lingkungan, serta jenis penatalaksanaan nyeri yang diterapkan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang banyak direkomendasikan dalam praktik kebidanan adalah penggunaan kompres hangat.

Sejumlah penelitian yang dilakukan pada tahun 2021 menunjukkan bahwa aplikasi kompres hangat mampu menurunkan intensitas nyeri persalinan secara bermakna. Pemberian kompres hangat pada area punggung bawah dan sakrum terbukti membantu mengurangi ketegangan otot serta meningkatkan rasa relaksasi selama kontraksi berlangsung. Efek panas yang dihasilkan juga berkontribusi terhadap peningkatan aliran darah lokal, sehingga kebutuhan oksigen jaringan terpenuhi dengan lebih baik dan persepsi nyeri dapat berkurang (Sari & Wulandari, 2021; Putri et al., 2021).

Hasil penelitian pada tahun 2022 memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa kompres hangat tidak hanya berdampak pada penurunan nyeri, tetapi juga meningkatkan kenyamanan serta menurunkan tingkat kecemasan ibu bersalin. Keadaan relaksasi yang tercipta membantu ibu merespons kontraksi dengan lebih positif, sehingga proses persalinan dapat berlangsung lebih optimal. Mekanisme ini sejalan dengan teori gate control, yang menjelaskan bahwa rangsangan panas mampu menghambat penghantaran impuls nyeri menuju sistem saraf pusat (Rahmawati & Dewi, 2022; Fitriani et al., 2022).

Pada tahun 2023, beberapa studi melaporkan bahwa pemberian kompres hangat pada kala I fase aktif efektif menurunkan skala nyeri dari tingkat berat menjadi sedang hingga ringan. Selain itu, ibu bersalin yang menerima intervensi ini menunjukkan tanda-tanda adaptasi yang lebih baik, seperti ekspresi wajah yang lebih rileks, pola pernapasan yang teratur, serta kemampuan koping yang meningkat selama kontraksi. Hal ini menunjukkan bahwa kompres hangat mendukung penerapan asuhan kebidanan yang berorientasi pada kenyamanan dan kebutuhan individual ibu (Hidayah & Pramesti, 2023; Lestari et al., 2023).

Penelitian yang dipublikasikan pada tahun 2024 menyimpulkan bahwa kompres hangat merupakan intervensi yang aman, mudah diaplikasikan, dan tidak menimbulkan efek samping. Selain digunakan secara tunggal, kompres hangat juga dapat dikombinasikan dengan metode nonfarmakologis lain, seperti teknik pernapasan dan pendampingan selama persalinan, untuk memperoleh hasil pengelolaan nyeri yang lebih optimal (Utami & Kurniawati, 2024; Safitri et al., 2024).

Temuan terbaru pada tahun 2025 semakin menguatkan bukti bahwa kompres hangat efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I. Tidak hanya berpengaruh terhadap penurunan nyeri, intervensi ini juga meningkatkan kepuasan ibu terhadap pengalaman melahirkan serta menciptakan persepsi yang lebih positif terhadap proses persalinan secara keseluruhan (Aisyah et al., 2025).

Secara umum, hasil sintesis berbagai penelitian dari tahun 2021 hingga 2025 menunjukkan bahwa kompres hangat merupakan metode nonfarmakologis yang efektif, aman, dan praktis untuk mengurangi nyeri persalinan pada kala I. Oleh karena itu, penggunaan kompres hangat layak direkomendasikan sebagai bagian dari asuhan kebidanan guna meningkatkan kenyamanan dan kesejahteraan ibu bersalin.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah literatur terhadap jurnal-jurnal yang dipublikasikan dalam rentang tahun 2020–2025, dapat disimpulkan bahwa penggunaan kompres hangat merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Seluruh artikel yang dianalisis menunjukkan adanya perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi, di mana ibu bersalin mengalami penurunan skala nyeri setelah diberikan kompres hangat.

Efektivitas kompres hangat dalam mengurangi nyeri persalinan dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis berupa pelebaran pembuluh darah yang meningkatkan aliran darah serta suplai oksigen ke jaringan di sekitar uterus. Peningkatan perfusi jaringan tersebut berperan dalam mengurangi kondisi iskemia dan menurunkan ketegangan otot yang menjadi faktor pemicu nyeri selama persalinan. Selain itu, aplikasi panas memberikan efek relaksasi pada otot-otot punggung dan abdomen, sehingga meningkatkan rasa nyaman ibu saat kontraksi berlangsung.

Ditinjau dari aspek neurofisiologis, kompres hangat bekerja melalui mekanisme penghambatan impuls nyeri berdasarkan teori gate control. Rangsangan panas yang diterima oleh reseptor kulit mampu mengurangi penghantaran sinyal nyeri menuju sistem saraf pusat, sehingga persepsi nyeri yang dirasakan ibu menjadi lebih ringan. Sensasi hangat yang dihasilkan juga memberikan efek menenangkan yang dapat menurunkan tingkat kecemasan, ketegangan emosional, dan stres selama proses persalinan, yang pada akhirnya turut mendukung kelancaran persalinan.

Kompres hangat memiliki berbagai keunggulan, antara lain mudah diaplikasikan, aman, berbiaya rendah, serta sesuai dengan kompetensi dan kewenangan bidan. Oleh karena itu, intervensi ini layak direkomendasikan sebagai bagian dari asuhan sayang ibu dalam manajemen nyeri persalinan kala I fase aktif. Penerapan kompres hangat dapat dilakukan secara luas di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan, khususnya pada fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas dan praktik mandiri bidan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., Oktaviani, D., & Puspitasari, R. (2025). Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 16(1), 12–20.
- Ambarwati, E. R., & Lestari, S. (2024). Manajemen nyeri persalinan dengan metode nonfarmakologis. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 13(2), 85–93.
- Anggraini, D., & Setyawati, A. (2025). Efektivitas kompres hangat pada ibu bersalin kala I. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 14(1), 33–41.
- Astuti, Y., & Rahmawati, I. (2021). Pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2), 101–108.
- Dewi, R., & Prasetyo, B. (2021). Pendekatan nonfarmakologis dalam mengurangi nyeri persalinan. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 10(1), 55–63.
- Fitriani, D., Nurhayati, E., & Astuti, S. (2022). Hubungan kompres hangat dengan kenyamanan ibu bersalin kala I. *Jurnal Kebidanan*, 11(3), 145–152.
- Handayani, R., & Sulastri, N. (2022). Asuhan kebidanan sayang ibu dalam persalinan normal. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 89–96.

- Hidayah, N., & Pramesti, R. (2023). Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan fase aktif. *Jurnal Midwifery Care*, 5(1), 20–27.
- Kurniasih, T., & Wibowo, A. (2025). Manajemen nyeri persalinan berbasis evidence based practice. *Jurnal Praktik Kebidanan*, 9(1), 44–52.
- Kusuma, A. R., & Rahayu, S. (2023). Efektivitas metode nonfarmakologis pada nyeri persalinan. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 12(2), 78–86.
- Lestari, D., Suryani, I., & Amalia, R. (2023). Kompres hangat sebagai intervensi nyeri persalinan kala I. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 6(2), 101–109.
- Lina, M., & Permata, D. (2020). Pengaruh terapi panas terhadap nyeri persalinan. *Jurnal Kesehatan Perempuan*, 9(1), 15–22.
- Marlia, S. (2020). Efektivitas kompres hangat pada ibu bersalin kala I. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), 65–72.
- Maulida, R., Hasanah, U., & Liana, D. (2025). Pengaruh kompres hangat terhadap kenyamanan ibu bersalin. *Jurnal Kesehatan Reproduksi dan Kebidanan*, 15(1), 10–18.
- Ningsih, E., Oktaviani, N., & Dewanti, R. (2023). Manajemen nyeri persalinan dengan pendekatan nonfarmakologis. *Jurnal Kesehatan Ibu*, 4(3), 133–141.
- Nuraini, L., & Saputra, H. (2020). Terapi panas dalam asuhan persalinan normal. *Jurnal Keperawatan Maternal*, 8(2), 56–63.
- Pratiwi, A., & Handoko, S. (2024). Asuhan kebidanan berbasis kenyamanan ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan Terapan*, 10(1), 25–33.
- Putra, D., & Andini, R. (2020). Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan. *Jurnal Kesehatan Klinik*, 6(1), 40–47.
- Putri, A., Handayani, S., & Lestari, N. (2021). Kompres hangat dalam mengurangi nyeri persalinan kala I. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 98–105.
- Putri, R., & Safitri, D. (2023). Penerapan kompres hangat pada ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan Modern*, 7(1), 60–68.
- Rahimah, N., & Fitria, L. (2025). Intervensi nonfarmakologis dalam manajemen nyeri persalinan. *Jurnal Asuhan Kebidanan*, 11(1), 21–29.
- Rahmawati, E., & Dewi, M. (2022). Faktor yang memengaruhi nyeri persalinan kala I. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Wanita*, 10(2), 112–120.
- Safitri, R., Yuliana, S., & Rahayu, T. (2024). Efektivitas kompres hangat terhadap nyeri persalinan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(2), 88–96.
- Sari, P., & Wulandari, D. (2021). Pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 12(1), 45–52.
- Sukmawati, R., & Hapsari, D. (2020). Metode nonfarmakologis dalam pengurangan nyeri persalinan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(1), 30–37.
- Susanti, E., & Amalia, R. (2022). Asuhan persalinan normal dengan pendekatan nonfarmakologis. *Jurnal Midwife Update*, 4(2), 70–78.
- Utami, S., & Kurniawati, D. (2024). Penerapan kompres hangat pada persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Kebidanan Terpadu*, 9(2), 95–103.
- Wahyuni, T., Sari, N., & Nirmala, A. (2024). Efektivitas kompres hangat dalam menurunkan nyeri persalinan. *Jurnal Kesehatan Maternal*, 13(1), 50–58.
- Wati, L., & Hidayat, A. (2020). Terapi panas sebagai alternatif manajemen nyeri persalinan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 6(2), 90–97.
- Yuliana, R., Puspitasari, M., & Kurniawan, A. (2022). Manajemen nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Kebidanan Profesional*, 8(3), 120–128.