

EFEKTIVITAS TEKNIK ENDORPHINEMASSAGE TERHADAP NYERI PESALINAN PADA IBU BERSALIN KALA I FASE AKTIF DI PMB SRI MULYATI KOTA TANGERANG

Eli Yusti¹

Politeknik Tiara Bunda

ABSTRACT

Background :Pain during labor is a manifestation of contractions (shortening) of the uterine muscles. Endorphine massage is a light touch for relaxation and pain reduction, therefore endorphine massage can be done for women in labor who experience pain.

Research Purposes : This study aims to determine the effectiveness of Endorphine Massage on labor pain in women in the first active stage of labor at PMB Sri Mulyati Tangerang City.

Research Method : The research method used was quasi-experimental with a two- group pre and post test design. Samples were taken using the sampling technique is total sampling, namely as many as 13 respondents. The instruments in this study used the Endorphine Massage Standard Operating Procedure (SOP) sheet and the Numeric Rating Scale (NRS) which consists of a scale of 0-10 to describe the intensity of pain experienced by respondents.

Research Results : The results showed that there was a significant difference in the pain score of the respondents before and after being given Endorphine Massage with the t test obtained p-value = 0.000.

Conclusion : Endorphine massage techniques are effective in reducing pain in labor during the first active phase at PMB Sri Mulyati Tangerang City.

Keywords: Endorphine Massage, Labor Pain

ABSTRAK

Latar Belakang : Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Massage endorpin merupakan sentuhan ringan untuk relaksasi dan pengurangan rasa sakit, oleh karena itu massage endorpin ini bisa dilakukan pada ibu bersalin yang mengalami nyeri.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Endorphine Massage terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I kala aktif di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang.

Metode Penelitian : Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan rancangan penelitian Two-group pre dan post test design. Sampel diambil menggunakan teknik sampling adalah total sampling yaitu sebanyak 13 responden. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar Standar Prosedur Operasional (SOP) Endorphine Massage dan Numeric Rating Scale (NRS) yang terdiri dari skala 0-10 untuk mendeskripsikan intensitas nyeri yang dialami responden.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada skor nyeri responden sebelum dan sesudah diberikan Endorphine Massage dengan uji t diperoleh nilai p-value = 0,000.

Kesimpulan : Teknik Endorphine massage efektif menurunkan rasa nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang.

Kata Kunci: Endorphine Massage, Nyeri Persalinan

Pendahuluan

Persalinan normal adalah persalinan dengan presentasi janin belakang kepala yang berlangsung secara spontan dengan lama persalinan dalam batas normal, beresiko rendah sejak awal persalinan hingga partus dengan massa gestasi 37-42 minggu. Persalinan adalah proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit (JNPK-KR, 2019).

Menurut WHO dari seluruh persalinan di dunia didapatkan lebih dari 80% ibu bersalin melakukan persalinan dengan normal (Purnami et al, 2020). Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021, jumlah ibu bersalin normal di Indonesia mencapai 79% (Kementerian Kesehatan, 2021). Berdasarkan Riskesdes tahun 2018 jumlah ibu bersalin normal di Provinsi Banten sebanyak 85,03% (RISKEDES, 2022). Berdasarkan profil kesehatan kota Tangerang pada tahun 2020 jumlah ibu bersalin sebanyak 1,84 % (Badan Pusat Statistik, 2020).

Secara fisiologis faktor nyeri persalinan seperti cemas dan takut akan meningkatkan hormon katekolamin dan adrenalin. Jika nyeri persalinan tidak teratasi mengakibatkan efeknya aliran darah akan berkurang dan oksigenasi ke dalam otot uterus akan berkurang. Sebagai konsekwensinya arteri akan mengecil dan menyempit sehingga dapat meningkatkan rasa nyeri (Rejeki, 2020).

Upaya untuk mengatasi nyeri persalinan dapat menggunakan cara farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi salah satunya adalah teknik *endorphine massage* yang dapat membantu ibu dalam proses persalinan mengontrol kecemasan dan kegelisahan akibat dari rasa nyeri yang dialami ibu (Jomima, 2021).

Massage Endorphine merupakan sentuhan ringan untuk relaksasi dan pengurangan rasa sakit, oleh karena itu *massage endorphine* ini bisa dilakukan pada ibu bersalin yang mengalami nyeri sedang hingga berat melalui sentuhan pendamping persalinan sehingga menimbulkan perasaan tenang dan rileks pada akhirnya denyut jantung dan tekanan darah menjadi normal (Nurun, et.al, 2020).

Manfaat *Endorphine massage* antara lain, membantu dalam relaksasi dan menurunkan kesadaran nyeri dengan

meningkatkan aliran darah ke area yang sakit, merangsang reseptor sensori di kulit dan otak dibawahnya, mengubah kulit, memberikan rasa sejahtera umum yang dikaitkan dengan kedekatan manusia, meningkatkan sirkulasi lokal, stimulasipelepasan endorfin, penurunan katekiolamin endogen rangsangan terhadap serat eferen yang mengakibatkan blok terhadap rangsang nyeri (Henny, 2018).

Penelitian ini sama halnya yang dilakukan oleh Tanjung (2019), Hasil penelitiannya adalah rata-rata penurunan nyeri persalinan sebelum dan sesudah *endorphine massage* mengalami perbedaan yaitu: rata-rata sebelum dilakukan *endorphine massage* 6,38 % dan sesudah dilakukan pijat *endorphin* 5,19 % dan ada pengaruh *endorphine massage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Hasil uji statistik di dapatkan nilai p-value 0,000. Jadi Menurut hasil penelitian Tanjung (2019) bahwa pemijatan titik *endorphine massage* terbukti secara nyata ada hubungan yang positif dan signifikan antara pemberian *endorphine massage* terhadap tingkat rasa nyeri yang dirasakan ibu bersalin kala I fase aktif.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti bahwa PMB Sri Mulyati Kota Tangerang sudah menerapkan asuhan terapi komplementer pada pasien ibu bersalin dan terdapat 13 calon ibu bersalin pada bulan Agustus - September 2023. Dari 5 orang ibu belum pernah mendapatkan informasi tentang *Endorphine Massage* hanya menggunakan tehnik relaksasi untuk mengurangi rasa nyeri dan 8 diantaranya sudah mengetahui informasi tentang *Endorphine massage*.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul "Efektivitas Teknik *Endorphine Massage* Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang "

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan rancangan penelitian *One-group pre dan post test design*. Dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas teknik *endorphine massage* terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang.

Tabel 3.1 Rencana Penelitian

Pre Test	Perlakuan	Post Test
O1	Xa	O2

Keterangan :

1. : Tingkat nyeri sebelum diberi *Endorphin Massage*
 2. : Tingkat nyeri sesudah diberi *Endorphin Massage*
- Xa : Kelompok yang diberikan intervensi *Endorphine Massage*

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian mengenai efektivitas teknik *endorphin massage* terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang.

1. Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 4.1
Karakteristik Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian

No	Karakteristik Responden	N	%
1.	Umur		
	20-30 tahun	9	69,3
	31-40 tahun	4	30,7
2.	Pendidikan		
	SMP	3	23,1
	SMA	10	76,9
3.	Pekerjaan		
	Bekerja	6	46,2
	Tidak bekerja	7	53,8
4.	Paritas		
	Primipara	5	38,5
	Multipara	8	61,5
Total		13	100

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa distribusi frekuensi responden umur 20-30 tahun sebanyak 9 orang dengan presentase (69,3). Sedangkan pendidikan SMA sebanyak 10 orang dengan presentase (76,9). Sedangkan pekerjaan dengan tidak bekerja sebanyak 7 orang dengan presentase (53,8%) dan paritas merupakan multipara sebanyak 8 orang dengan presentase (61,5%).

2. Analisa Univariat

Analisis data ini dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase dari variabel-variabel penelitian. Data ditampilkan dalam bentuk tabel dan teks dibawah ini.

a. Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum dan sesudah Dilakukan *Endorphin Massage*

Intensitas nyeri bersalin sebelum dan sesudah dilakukan

Endorphin Massage dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi tingkat nyeri kala I fase aktif persalinan sebelum dan sesudah diberikan *endorphin massage* di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang

No	Kategori	Sebelum		Sesudah	
		N	%	N	%
1	Tidak nyeri (0)	0	0	0	0
2	Nyeri ringan (1-3)	0	0	9	69,3
3	Nyeri sedang (4-6)	8	61,6	4	30,7
4	Nyeri berat (7-10)	5	38,4	0	0
Jumlah		13	100	13	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa intensitas nyeri bersalin sebelum dilakukan *endorphin massage* responden berada pada skala 4-6 (Nyeri sedang) sebanyak 8 orang (61,6%) dan responden pada skala 7-10 (Nyeri berat) sebanyak 5 orang (38,4%). Sedangkan intensitas nyeri bersalin sesudah dilakukan *endorphine massage* responden berada pada skala 1-3 (Nyeri ringan) sebanyak 9 orang (69,3%) dan responden pada skala 4-6 (Nyeri sedang) sebanyak 4 orang (30,7%).

3. Analisa Bivariat

a. Hasil Uji Normalitas Menggunakan *Saphiro Wilk*

Hasil uji normalitas menggunakan *saphiro wilk* dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.3
Hasil Uji Normalitas Menggunakan *Saphiro Wilk* Sebelum dan Setelah Dilakukan *Endorphine Massage* di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas diperoleh nilai $p = 0,194$ untuk data sebelum dilakukan *endorphin massage* sedangkan untuk data sesudah dilakukan *endorphin massage*

Tabel 4.3
Hasil Uji Normalitas Menggunakan *Saphiro Wilk* Sebelum dan Setelah Dilakukan *Endorphine Massage* di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang

Jenis data	Statistik	Df	P
Sebelum diberikan <i>Endorphine Massage</i>	.912	13	.194
Setelah diberikan <i>Endorphine Massage</i>	.895	13	.114

diperoleh nilai $p = 0,114$. Karena nilai $p > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data normal. Selanjutnya analisis data menggunakan Uji *Independent Sampel t test*.

b. Hasil Analisis Data Menggunakan Uji *Independent Sampel t test*

Dari hasil yang didapat diatas kemudian angka-angka disusun dalam tabel yang disajikan dalam laporan penelitian. Bentuk penyajian dan interpretasinya sebagai berikut.

Tabel 4.4
Analisis Pengaruh Teknik *Endorphine Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Sebelum Dan Sesudah Intervensi di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang

Tabel 4.4					
Analisis Pengaruh Teknik <i>Endorphine Massage</i> Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Sebelum Dan Sesudah Intervensi di PMB Sri Mulyati Kota Tangerang					
	Mean	SD	T	df	P value
Hasil sebelum dan sesudah dilakukan <i>Endorphine Massage</i>	2,615	0,576	4,543	24	0,000

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil uji t didapatkan hasil nilai mean pada teknik *endorphin massage* adalah 2,615, nilai t adalah 4,543, dan nilai P value adalah 0,000. Hasil uji t diperoleh nilai P value $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada efektivitas teknik *endorphin massage* terhadap nyeri persalinan di PMB Sri Mulyati

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai karakteristik responden, skala nyeri sebelum dilakukan intervensi, skala nyeri sesudah dilakukan intervensi dan efektivitas teknik *endorphin massage* terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Sri Mulyati maka peneliti menyimpulkan sebagai berikut :

1. Umur 20-30 tahun sebanyak 9 orang dengan presentase (69,3), pendidikan SMA sebanyak 10 orang dengan presentase (76,9), pekerjaan dengan tidak bekerja sebanyak 7 orang dengan presentase (53,8%) dan paritas merupakan multipara sebanyak 8 orang dengan presentase (61,5%).
2. Distribusi Frekuensi tingkat nyeri kala I fase aktif persalinan sebelum dan sesudah diberikan *endorphin massage* berada pada skala 4-6 (Nyeri sedang) sebanyak 8 orang (61,6%) dan responden pada skala 7-10 (Nyeri berat) sebanyak 5 orang (38,4%). Sedangkan intensitas nyeri bersalin sebelum dilakukan *endorphin massage* adalah mengalami nyeri ringan berjumlah 9 orang (69,3%). Dan intensitas nyeri bersalin sesudah dilakukan *endorphine massage* responden berada pada skala 1-3 (Nyeri ringan) sebanyak 9 orang (69,3%) dan responden pada skala 4-6 (Nyeri sedang) sebanyak 4 orang (30,7%).
3. Analisis Pengaruh Teknik *Endorphine Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Sebelum Dan Sesudah Intervensi dengan menggunakan uji *independent t test* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil (p value = $0,000 < 0,05$). Maka dapat dinyatakan ada efektivitas *endorphin massage* terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

Daftar Pustaka

- Tanjung, Wiwi Wardani, And Adi Antoni. "Efektifitas *Endorphin Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin." *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia* 4.2 (2019): 48-53.
- Kurniarum, Ari, Et Al. "Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir." (2016).

Nurhidayati, Siti, Et Al. *Mekanisme Persalinan Dan Fisiologi Nifas*. Get Press Indonesia, 2023.

Antik, Antik, Arum Lusiana, And Esti Handayani. "Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Skala Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan." *Jurnal Kebidanan* 6.12 (2017).

Bahrudin, Mochamad. "Patofisiologi Nyeri (Pain)." *Saintika Medika* 13.1 (2017).
Rejeki, S. (2020). *Buku Ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan (Non Farmaka)*.

Kholis, Arina Muslikhatul. *Asuhan Kebidanan Persalinan Pada Ny. S Dengan Ketuban Pecah Dini Di Pmb Neli Kusriyanti, S. St., M. Kes Lampung Utara*. Diss. Poltekkes Tanjungkarang, 2020.

Novita, Endang Erin. *Pengaruh Pijat Punggung Dengan Teknik Counterpressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Kala 1 Persalinan Pada Ny. V*. Diss. Poltekkes Tanjungkarang, 2021.

Fitriana, Fitriana, And Nopi Anggista Putri. "Pengaruh Pijat Endorphin (Endorphin Massage) Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Pada Ibu Primipara." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik* 13.1 (2018): 31-34.

Judha, M. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika

Nurchayanti, Febrina Dwi. "Perbedaan Intensitas Nyeri Pada Pasien Inpartu Kala I Fase Aktif Dengan Teknik Effleurage Di Puskesmas Bendo Kediri." *Indonesian Journal Of Health Development* 2.2 (2020)

Imanda, Rivana Dian, Eko Julianto, And Eko Sari Ajiningtyas. "Gambaran Pemberian Terapi Musik Klasik Untuk Mengatasi Nyeri Pada Pasien Post Operasi Hernia Di Rsud Barnjarnegara." *Journal Of Nursing And Health* 5.2 (2020)

Ulfah, Mariah, And Desi Hidayanti. "Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan: Evidence Based Case Report." *Jurnal Kesehatan Siliwangi* 3.3 (2023)

Ayuningtyas, Ika Fitria, Imroatul Azizah, And Eniyati Eniyati. "Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender Pada Nyeri Persalinan Kala I." *Seminar Nasional Riset Kedokteran*. Vol. 2. No. 1. 2021.

Raidanti, Dina, And Cicik Mujianti. "Buku Birthing Ball." (2021).

Alghadir, A. H., Anwer, S., Iqbal, A., & Iqbal, Z. A. (2018). *Test – Retest Reliability , Validity , And Minimum Detectable Change Of*

Visual Analog , Numerical Rating, And Verbal Rating Scales For Measurement Of Osteoarthritic Knee Pain. 851–856.

Arsy Shakila Dewi, 2021 Pengaruh Penggunaan Website Brisik.Id Terhadap Peningkatan Aktivitas Jurnalistik Kontributora, *Jurnal Komunika* Vol. 17, No. 2, 2021

Artika Dewie, Mercy Joice Kaparang, 2020 Efektivitas Deep Back Massage Dan Massage Endorphin Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Di Bpm Setia, *Jurnal Ilmu Kesehatan*

Benny Karuniawati, 2020. Efektivitas Massage Endorphin Dan Counter Massage.

Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.

Diah Ayu Handayany, Sri Mulyani, Nurlinawati, 2020. Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester Iii, *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*.

Dinas Kesehatan Provinsi Banten. Profil Dinas Kesehatan Provinsi Banten 2019. Dinas Kesehatan Statistik Provinsi Banten, 2018

<https://statistik.bantenprov.go.id/pemerintahan/dinkes>.

Eka Putri Pratiwi, 2021. Pengaruh Teknik Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru Tahun 2021.

Emy Suryani, Siti Yulaikah, 2016. Efektifitas Penerapan Lingkungan Persalinan Dengan Terapi Komplementer (Aromaterapy, Terapi Musik Dan Terapi Relaksasi) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif, *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*

Erni Juniartati, Melyana Nurul Widayati, 2018. Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I

Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., Alden, K. R., & Olshansky, E. F. (2016). *Maternity & Women's Health Care*. Elsevier, Ltd

Mardiana Ahmad, Hamidah Ahmar, Firda Liantanty Et.Al 2022. Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Non Farmakologis.

Marni, 2016. Asuhan Keperawatan Anak, *Jurnal Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Nurun Ayati Khasanah, Wiwit Sulistyawati, 2020. Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal For Quality In Women's Health* vol. 3no. 1maret2020| Pp. 15–21p- Issn: 2615-6660 | E- Issn: 2615-6644 Doi: 10.30994/Jqwh.V3i1.43.

Purwanto, 2018. Teknik Penyusunan Instrumen Uji Validitas Dan Reliabilitas.

Penelitian Ekonomi Syariah. Magelang: Staia Press.

Risma Dwi Komala, Nellyaningsih, Dra., Mm 2017. Tinjauan Implementasi Personal Selling Pada Pt. Astra Internasional Daihatsu Astra Biz Center Bandung Pada Tahun 2017. *Jurnal Fakultas Ilmu Terapan Universitas Telkom*

Sri Rejeki. 2020. Buku Ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan Non Farmaka.

Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: Alfabeta.

Sulfianti, Indryani, Deasy Handayani Purba Et. Al 2020. *E Book Asuhan*

Kebidanan Pada Persalin.

Ana Zumrotun Nisaka, Indah Puspitasarib, P. R. N. (2022). *EFEKTIVITAS KOMBINASI PIJAT ENDORPHIN DAN AUDIOANALGESIK UNTUK MENURUNKAN NYERI PERSALINAN KALA*. 6(1), 69–75.

Antik, A., Lusiana, A., & Handayani, E. (2018). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Skala Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 1. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i12.1907>.

Fauzi, A. K., & Jadid, U. N. (2023). *Efektifitas Palvic Rocking Exercise dan Endorphin Massage Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Di Puskesmas Banyuglugur Kabupaten Situbondo*. IV.

Hajar, S. (2023). *Efektifitas Penerapan Endorphin Massage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Effectivity of the Application Endorphin Massage Using Lavender Aromatherapy Oil in Lowering Labor Pain in Active Phase*. 9(1), 797–803.

Kebidanan, J., & Bengkulu, K. (2020). *PENGARUH PIJAT ENDORPHIN TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN:*

LITERATURE REVIEW Nur Hasilah Nasution 1) , Elvi Destariyani 2) , Dwie Yunita Baska 3).

Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 15–21. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.43>

Nency, A. (2022). SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(3), 17–34.

Nurkhasanah, S. (2021). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Persalinan di PMB. E Pekanbaru. *Prosiding SainTakes*, 2, 232–241.

Rahma, M., & Indah, D. R. (2019). *KALA I FASE AKTIF DI RUMAH BERSALIN CITRA PALEMBANG TAHUN 2018* *Jurnal Kesehatan Abdurahman Palembang Vol . 8 No . 2 September 2019 Melia Rahma | 2 Jurnal Kesehatan Abdurahman Palembang Vol . 8 No . 2 September 2019*. 8(2), 1–11.

Saudia, B. E. P., & Sari, O. N. K. (2018). Perbedaan Efektivitas Endorphin Massage Dengan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Wilayah Kerja Sekota Mataram. *Jurnal Kesehatan Prima*, 12(October 2017), 23–29. <http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id>

Tambunan, & Aprilianti. (2021). Efektifitas Kombinasi Pijat Endorphin Dan Aroma Terapi Rose Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya Model Kontrol Manajemen Laktasi Di Upt Puskesmas Pahandut Kota

Palangkaraya Effectiveness Of The Combina. *Jurnal Surya Media*, 6(2), 4–7. <http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/jsm>

wahyuni et al. (2019). *Maasage terhadap intensitas nyeri kala I fase aktif*. 99–110.

Wahyuni, T. S., Purba, J., & Batubara, A. (2019). Perbandingan Efektivitas Terapi Panas dan Endorphin Massage terhadap Intensitas Nyeri Kala 1 fase Aktif Persalinan Normal Ibu Primipara. *Publikasi Kebidanan*, 10(1), 99–110.

Wijayanti, R., & Design, Q. (2020). *Fariya Azzuri Rahman*. 3(1), 78–89.

