

Efektivitas Pijat Endorfin Dan Countour Presure Terhadap Nyeri Persalinan Di Klinik Annisa

Junia Setiyowati, Ageng Septa Rini, Irma Jayatmi Fakultas Vokasi,
Universitas Indonesia Maju
juniasetiyowati@gmail.com, agengseptarini06@gmail.com

Abstract

Introduction: Labor pain is a physiological process, which occurs due to contractions due to internal hormonal processes childbirth such as increased oxytocin levels, increased prostaglandin levels and decreased progesterone levels. Efforts that can be applied to reduce labor pain in the first stage are non-pharmacological methods, one of which is endorphin massage and counter pressure. **Objective:** To determine the effectiveness of endorphin massage and counter pressure on the intensity of labor pain in the active phase of the first stage. **Method:** Using a before and after quasi-experimental design with 30 respondents divided randomly into two groups, namely group A received endorphin massage therapy, group B received countour pressure massage therapy. **Results:** Between the two groups, the normality value tested with the Shapiro Wilk showed a p -value >0.05 and the parametric statistical test paired T Test showed a p -value <0.05 . **Conclusion:** giving endorphin massage and countour pressure has been proven to be able to reduce the intensity of labor pain during the first active phase.

Keywords: Endorphin, Countour Pressure, Labor Pain

Abstrak

Pendahuluan: Nyeri persalinan adalah proses fisiologis, dimana ini terjadi karena adanya kontraksi akibat proses hormonal dalam persalinan seperti naiknya kadar oksitoksin, naiknya kadar prostaglandin dan turunnya kadar progesteron. Upaya yang bisa diterapkan dalam mengurangi nyeri persalinan Kala I adalah dengan metode non farmakologis salah satunya adalah pijat endorfin dan counter pressure. **Tujuan:** Untuk mengetahui efektifitas pijat endorfin dan countour pressure terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif. **Metode:** Menggunakan desain quasy eksperimen sebelum dan sesudah dengan 30 responden yang dibagi secara acak menjadi dua kelompok, yaitu kelompok A mendapat terapi pijat endorfin, kelompok B mendapat terapi pijat countour presure. **Hasil:** Diantara kedua kelompok nilai normalitas yang di uji dengan Shapiro wilk menunjukkan nilai p -value $>0,05$ dan uji stastistik parametrik paired T Test menunjukkan nilai p -value $<0,05$. **Kesimpulan:** pemberian pijat endorfin dan countour presure terbukti mampu menurunkan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif.

Kata Kunci: Endorphin, Countour Presure, Nyeri Persalinan

1. Pendahuluan

Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang dapat hidup ke dunia luar dari rahim melalui jalan lahir atau jalan lain. Dalam ilmu kebidanan, ada berbagai jenis persalinan diantaranya adalah persalinan spontan, persalinan buatan, dan persalinan anjuran [5].

Menurut data Dunia dalam World Health Organization (WHO, 2020) kasus ibu dengan persalinan nyeri menyatakan bahwa hanya 10-15% persalinan yang berlangsung tanpa rasa nyeri, dengan demikian bahwa data tersebut paling banyak ditemukan ibu dengan persalinan nyeri yaitu prevalensi sebesar 85-90% persalinan berlangsung dengan nyeri [10].

Data hasil penelitian Asosiation of South East Asian Nations (ASEAN) tentang nyeri menunjukkan rasa nyeri persalinan sedang sampai berat sebesar 93,5%. Dari data tersebut 25% dialami oleh ibu primipara sedangkan pada multipara hanya 9%. Fase nyeri juga ditemukan pada 3 tahapan yang berbeda berdasarkan pembukaan yaitu pada 2-4 cm, 4-7 cm, dan >8 cm [16].

Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2020 melaporkan angka nyeri persalinan rata-rata di Indonesia sebanyak 85- 90% wanita hamil yang akan menghadapi persalinan mengalami nyeri persalinan yang hebat dan 7- 15% tidak disertai rasa nyeri [6].

Hasil riset kesehatan Provinsi Jawa Barat menunjukkan bahwa hampir 90% ibu bersalin mengalami nyeri saat persalinan dengan pembagian intensitas nyeri ringan-sedang 23%, nyeri sedang-berat 61%, dan ibu bersalin yang mengalami nyeri sangat berat 16%, sedangkan hasil penelitian di Kabupaten Bogor terhadap 1.000 ibu bersalin, didapatkan hasil bahwa 65% ibu bersalin mengeluhkan nyeri sedang, dan 35% ibu mengeluhkan intensitas nyeri berat [18].

Data yang didapatkan dari Klinik Pratama Rawat Inap Annisa Dua, jumlah ibu bersalin yang terhitung dari periode Juli - Agustus 2024 sebanyak 30 orang.

Persalinan yang di dambakan setiap ibu hamil adalah persalinan dengan rasa nyeri yang minimal. Rasa nyeri persalinan disebabkan proses kontraksi dari rahim dalam usaha untuk mengeluarkan buah kehamilan. Dalam persalinan, nyeri yang timbul menyebabkan stress, dan rasa khawatir berlebihan. Respirasi dan nadi pun akan meningkat sehingga mengganggu pasokan kebutuhan janin dari plasenta [4].

Salah satu cara untuk pentalaksanaan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri persalinan dengan pijat endorphen. Pijat Endorphen merupakan sebuah terapi sentuhan / pijatan ringan yang cukup penting diberikan pada wanita hamil, di waktu menjelang hingga saatnya melahirkan. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorphen yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. Selama ini endorphen sudah dikenal sebagai zat yang banyak manfaatnya [20].

Menurut penelitian Khasanah dan Sulistyawati menunjukkan jika hasil penelitian sebelum diberikan pijat endorphen mengalami nyeri sangat berat 18 orang (75%), dan sesudah diberikan pijat endorphen mengalami perubahan mengalami nyeri sedang 17 orang (70.83%). Pada penelitian ini pijat endorphen diberikan selama kontraksi. Pijat endorphen dapat menimbulkan pengaruh fisiologis terhadap tubuh. Pada penelitian ini didapatkan nilai ($P=0,000$) sesudah diberikan perlakuan hal ini menunjukkan bahwa pijat endorphen memiliki efek menurunkan nyeri yang bermakna pada ibu inpartu kala I fase aktif [11].

Upaya yang bisa diterapkan dalam mengurangi nyeri persalinan Kala I adalah dengan metode non farmakologis salah satunya adalah massage counter pressure, caranya pasien dalam kondisi duduk atau tidur miring ke kiri selanjutnya bidan atau keluarga pasien menekan sacrum secara bergantian menggunakan kepalan tangan secara mantap dan beraturan. Metode ini sangat efektif karena penekanannya dilakukan di daerah paling nyeri (pusat nyeri) yang dirasakan oleh ibu bersalin yaitu daerah punggung atau sacrum, sehingga mampu mengurangi rasa nyeri saat kontraksi ibu bersalin kala I [21].

Menurut penelitian Luh Putu Ani Widiyastiti dan Kartika Sari menunjukan rata-rata nyeri responden sebelum massage counter pressure adalah 3,600 dengan standar deviasi 0,507 dan sesudah dilakukan massage counter pressure nilai nyeri responden yaitu 2,666 dengan standar deviasi 0,617. Hal ini menunjukan ada perbedaan nilai atau penurunan sebelum dan sesudah dilakukan massage counter pressure yaitu 0,933 dengan standar deviasi 0,258. Hasil uji statistik didapatkan $p=0,000$ maka bisa disimpulkan ada perbedaan signifikan antara sebelum dilakukan massage counter pressure dengan sesudah dilakukan massage counter pressure di Alin's Medical Clinic [14].

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk meneliti tentang Efektifitas pijat endorphen dan counter pressure terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif di Klinik Pratama Rawat Inap Annisa Dua Tahun 2024.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif eksperimental semu (Quasi Experimental Design). Penelitian ini menggunakan rancangan quasy experiment dengan pre and post. Populasi penelitian ini adalah ibu hamil yang akan bersalin di klinik Annisa Dua pada bulan Juli - Agustus yang berjumlah 30 orang, dimana 15 orang diberi terapi pijat endorphen dan 15 orang lagi diberi pijat counter pressure. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam

penelitian ini adalah purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan lembar SOP dan lembar observasi. Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah dan dianalisis menggunakan laptop program Microsoft excel dan program jamovi. Diantara kedua kelompok nilai normalitas yang di uji dengan Shapiro wilk menunjukkan nilai p-value>0,05 dan uji stastistik parametrik paired T Test menunjukkan nilai p-value <0,05.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Tabel 1. Analisis Responden Berdasarkan Usia, Pekerjaan Dan Paritas Pada Pasien Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Klinik Pratama Rawat Inap Annisa Dua Tahun 2024

No	Karakteristik Responden	Kelompok A		Kelompok B	
		N	Persentase (%)	N	Persentase (%)
1	Pekerjaan				
	Bekerja	3	20	2	13.3
	Tidak Bekerja	12	80	13	86.7
	Total	15	100	15	100
2	Paritas	N	Persentase (%)	N	Persentase (%)
	Primipara	11	73,3	12	80
	Multipara	4	26,7	3	20
	Total	15	100	15	100
3	Usia	N	Persentase (%)	N	Persentase (%)
	20-35 tahun	14	93	14	93
	>35 tahun	1	7	1	7
	Total	15	100	15	100

Tabel 1 Pada kelompok A yang diberikan Intervensi pijat endorphin pada pasien persalinan kala 1 fase aktif dengan jumlah responden 15 orang menunjukkan bahwa responden dengan rata-rata usia 20-35 tahun berjumlah 14 (93 %) responden, usia >35 tahun berjumlah 1 (7%) responden, bekerja 3 (20%) responden, tidak bekerja 12 (80%) responden, primipara 11 (73,3%) dan multipara 4 (26,7%) responden.

Pada kelompok B yang di berikan intervensi pijat countour presure pada pasien persalinan kala 1 fase aktif dengan jumlah responden 15 orang menunjukkan bahwa responden dengan rata-rata usia 20-35 tahun 14 (93 %) responden, usia >35 tahun berjumlah 1 (7%) responden, bekerja 2 (13.3%) responden, tidak bekerja 13 (86.7%) responden, primipara 12 (80%) responden dan multipara 3 (20%) responden. Jadi dapat disimpulkan bahwa antara kedua kelompok mempunyai perbedaan karakteristik responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Dengan Intervensi Pijat Endorphin

Intensitas Nyeri	Pre Test	Presentase	Post Tes	Presentase
Ringan (1-3)	0	0 %	1	7 %
Sedang (4-6)	4	27 %	12	80 %
Berat (7-10)	11	73 %	2	13 %
Total	15	100%	15	100%

Pada Tabel 2 didapatkan hasil distribusi frekuensi nyeri persalinan kala I fase aktif pre test dan post tes intervensi pijat endorphin pada 15 responden. Sebelum intervensi sebanyak 0 (0%) mengalami intensitas nyeri ringan, 4 (27%) responden mengalami intensitas nyeri sedang dan 11 (73%) responden mengalami intensitas nyeri berat. Setelah intervensi sebanyak 1 (7%) responden mengalami intensitas nyeri ringan, 12 (80%) responden mengalami intensitas nyeri sedang dan 2 (13%) responden mengalami nyeri berat.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Dengan Intervensi Pijat Countour presure

Intensitas Nyeri	Pre Test	Presentase	Post Tes	Presentase
Ringan (1-3)	0	0%	0	0%
Sedang (4-6)	4	27%	13	87%
Berat (7-10)	11	73%	2	13%
Total	15	100%	15	100%

Pada Tabel 3 didapatkan hasil distribusi frekuensi nyeri persalinan kala I fase aktif pre test dan post tes intervensi pijat *countour presure* pada 15 responden. Sebelum intervensi sebanyak 0 (0%) responden mengalami intensitas nyeri ringan, 4 (27%) responden mengalami intensitas nyeri sedang dan 11 (73%) responden mengalami intensitas nyeri berat. Setelah intervensi sebanyak 0 (0%) responden mengalami intensitas nyeri ringan, 13 (87%) responden mengalami intensitas nyeri sedang dan 2 (13%) responden mengalami nyeri berat.

Tabel 4. Uji Normalitas

Kelompok	N	Pengukuran	P-Value
Pijat <i>Endorphin</i>	15	Pre-Pos Tes	0.293
Pijat <i>Countour Pressure</i>	15	Pre-Pos Tes	0.030

*P>0,05 nilai signifikan

Pada Tabel 4 uji normalitas di lakukan pada pengukuran pre dan post test pada kelompok Pijat Endorphin Dan Pijat Countour Presure dengan menggunakan (Shapiro-Wilk). Dari kedua kelompok menunjukan nilai Pvalue >0,05, sehingga pada kedua kelompok menunjukan nilai distribusi normal. Karena nilai pada kedua kelompok yang menunjukan nilai yang berdistribusi normal, maka penelitian dapat dilanjutkan dengan menggunakan statistik parametrik yaitu Uji Paired simple T test.

Tabel 5. Uji Pengaruh Rerata Penurunan Nyeri Terhadap Perlakuan Pijat Endorphin Dan Pijat Countour Presure (N=30)

Kelompok	Pengukuran	Statistika Deskriptif	Paired T Test		
		Mean (SD)	md	Effect Size	P Value
<i>Endorphin</i>	Pre Test	7.33 (1.40)	2.07	2.00	< 0,001
	Post Test	5.27 (1.03)			
<i>Countour Pressure</i>	Pre Test	7.40 (1.35)	2.27	2.36	< 0,001
	Post Test	5.13 (1.13)			

*P<0,05 nilai signifikan

Tabel 5 Uji pengaruh rerata penurunan nyeri pada pijat endorphin dengan prettest sebesar 7.33, posttest 5.27 yang menunjukan penurunan nyeri rata-rata sebesar 2.07 dan effect size 2.00 serta nilai P-Value sebesar <0,001 yang menunjukan adanya pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri pada kelompok pijat endorphin. Uji pengaruh rerata penurunan

nyeri pada pijat countour presure dengan pre test sebesar 7.40, post test 5.13 yang menunjukkan penurunan nyeri rata-rata sebesar 2.27 dan effect size 2.36 serta nilai P-Value sebesar <0,001 yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri pada pijat countour presure.

3.2. Pembahasan

Analisa univariat dari sisi usia, terlihat responden rata-rata usia 20-35 tahun 93%, >35 tahun 7% pada kelompok A dan kelompok B rata-rata usia 20-35 tahun 93%, >35 tahun 7% dari masing-masing kelompok 15 responden. Dari segi pekerjaan kelompok A 20% responden bekerja dan 80% responden tidak bekerja, sedangkan kelompok B 13.3% responden bekerja dan 86.7% responden tidak bekerja. Jika dilihat dari sisi paritas kelompok A 73.3% responden primipara dan 26.7% responden multipara, sedangkan kelompok B 80% responden primipara dan 20% responden multipara.

Berdasarkan hasil penelitian didapati penurunan intensitas nyeri yang signifikan setelah diberi pijat endhorpin. Hasil penelitian sebelum diberikan pijat endhorpin 15 orang mengalami nyeri berat sebesar 73%, nyeri sedang 27%, sesudah diberikan pijat endhorpin mengalami perubahan nyeri berat 13%, nyeri sedang sebesar 80% dan nyeri ringan 7%. Pada penelitian ini pijat endhorpin diberikan selama kontraksi selama 15 menit setiap 1 jam sekali.

Pijat endhorpin dapat menimbulkan pengaruh fisiologis terhadap tubuh. Pada penelitian ini didapatkan nilai $P < 0,001$ sesudah diberikan perlakuan hal ini menunjukkan bahwa pijat endorphan memiliki efek menurunkan nyeri yang bermakna pada ibu inpartu kala I fase aktif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Khasanah & Sulistyawati, 2020) dengan judul Pengaruh Endorphan Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. Desain penelitian ini menggunakan analitik dengan rancangan pre test -post test Design. Hasil uji statistik dengan menggunakan paired sample test untuk menganalisis pengaruh massage endhorpin terhadap intensitas nyeri persalinan didapatkan nilai signifikan 0.000 ($P < 0.05$) yaitu terdapat pengaruh positif massage endhorpin terhadap penurunan intensitas nyeri pada kala I ada pengaruh pemberian pijat endhorpin terhadap intensitas nyeri persalinan.

Peneliti mengasumsikan bahwa intervensi pijat endorphan dapat dengan mudah diterapkan oleh petugas kesehatan atau pasien sendiri di lingkungan perawatan persalinan. Keamanan dan Kenyamanan intervensi pijat endorphan bagi ibu bersalin, sehingga dapat diterima dengan baik. Peneliti mengharapkan intervensi pijat endorphan akan efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif, baik secara statistik maupun dalam penerapannya di praktik klinis. Hasil penelitian sebelumnya diharapkan dapat mendukung temuan ini

Sebelum dilakukan pijat counter pressure responden mengalami nyeri berat sebesar 73% dan nyeri sedang 27%, sesudah diberikan pijat counter pressure mengalami nyeri berat sebesar 13

% dan nyeri sedang 87% yang berjumlah 15 responden. Pada penelitian ini pijat countour presure diberikan selama kontraksi selama 20 menit setiap 1 jam sekali. Dari uji statistik didapatkan hasil nilai p-value (0,001) yang dapat diartikan adanya perbedaan antara rata-rata intensitas rasa nyeri pada pre-test dan posttest. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pijat counter pressure efektif dalam menurunkan rasa nyeri pada persalinan kala I fase aktif di Klinik Pratama Rawat Inap Annisa Dua. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Christiani et al., 2022) dengan judul Efektivitas Massage counter pressure terhadap Intensitas Rasa Nyeri pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif di PMB Bidan Monika Jakarta Timur adanya pengaruh pemberian pijat counter pressure terhadap penurunan intensitas rasa nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Penelitian ini menggunakan Quasi Eksperimen yang bersifat two group pretest-posttest dengan kelompok intervensi 20 responden dan kelompok non-intervensi 20 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan NRS (Numeric Rating Scale), instrumen penelitian menggunakan lembar

observasi dan checklist. Data dianalisis dengan menggunakan Uji Paired Sample t-Tes untuk mengetahui perbedaan skor antar kelompok. Hasil menunjukkan ada perbedaan skor sebelum dan sesudah diberikan massage counter pressure ($<0,05$) dengan rata-rata pada kelompok intervensi terjadi penurunan (0,95) sedangkan pada kelompok non- intervensi terjadi peningkatan nilai rata-rata nyeri persalinan (1,750) yang artinya ada perbedaan yang signifikan pada kelompok non intervensi dan kelompok intervensi. Massage counter pressure efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Menurut pendapat peneliti terjadi penurunan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikannya pijat countour presure terhadap intensitas nyeri kala 1 fase aktif. Pijat countour presure merupakan suatu metode non farmakologi yang merupakan salah satu teknik menghilangkan rasa sakit yang paling efektif. Countour presure berguna untuk melemaskan otot- otot yang tegang dan menimbulkan relaksasi.

Berdasarkan penelitian hasil uji statistik diperoleh nilai p-value <0.001 ($\rho < 0,05$) artinya terdapat efektivitas pemberian teknik pijat endorphin dan pijat counter pressure terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Karuniawati, 2020) yang berjudul Efektivitas Massage Endorphin dan Countour Presuere Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. Penelitian ini menggunakan rancangan pre test post test design. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 53 ibu bersalin yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Uji analisis data dengan Mann-Whitney test. Karena data tidak terdistribusi normal maka uji statistic menggunakan Mann-Whitney test. Hasil Uji diperoleh nilai sig 0,962 yang menunjukkan tidak adanya perbedaan efektivitas antara endorphin massage dan counter Massage.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan 30 responden tidak ada perbedaan antara pijat endorphin dan pijat counter pressure karena sama-sama berpengaruh untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif.

4. Kesimpulan

Gambaran tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif di Klinik Pratama Rawat Inap Annisa Dua Tahun 2024 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin (73%) mengalami nyeri dengan intensitas berat. Diketahui bahwa pijat *endorphin* efektif menurunkan inyentitas nyeri persalinan dengan hasil nilai p adalah <0.001 ($\rho < 0,05$) artinya terdapat efektivitas pemberian teknik pijat *endorphin* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Pratama Rawat Inap Annisa Dua Tahun 2024.

Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan uji paired t-test dengan kemagnaan $P < 0,05$ didapatkan hasil bahwa nilai p adalah <0.001 sehingga ada pengaruh pemberian pijat *countour presuere* terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Pratama Rawat Inap Annisa Dua Tahun 2024. Tidak ada perbedaan efektivitas antara pijat *endorphin* dan *countour presure* dalam menurunkan intensitas nyeri kala I persalinan I fase aktif di Klinik Pratama Rawat Inap Annisa Dua Tahun 2024.

Daftar Pustaka

- [1]. Arnianti, Hidayat, W., & Umami, N. (2021). *Keywords : Endorphin Massage , Pain Intensity situasi yang patologis (Gantini & Herawati , dari kontraksi cara memberikan obat anti nyeri (analgesik) mengurangi nyeri persalinan adalah dengan pijat endorphine . Pijat endorphine adalah terapi penting di. XIV(2).*
- [2]. Batlajery, J., Primasari, N., Ashri Nurfurqoni, F., Kebidanan, J., Kemenkes Jakarta III, P., & Kemenkes Bandung, P. (2021). Pengaruh Massase Endorphin Dan Massage Counter Pressure Terhadap Tingkat Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di Praktik Mandiri Bidan Sujtiati Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2021. *Online) ifi-bekasi.e-journal.id/jfki Jurnal, 1(2), 2807-8020.*
- [3]. Christiani, R., Indrayani, T., & Widowati, R. (2022). Efektivitas Massage counterpressure terhadap Intensitas Rasa Nyeri pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif di PMB Bidan Monika Jakarta Timur. *Journal for Quality in Women's Health, 5(1), 107-113.* <https://doi.org/10.30994/jqwh.v5i1.145>
- [4]. Dewie, A., & Kaparang, M. J. (2020). Efektivitas Deep Back Massage dan Massage Endorphin terhadap

- Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di BPM Setia. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 43–49. <https://doi.org/10.33860/jik.v14i1.85>
- [5]. Diana S, Mail E, R. Z. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. CV Oase Group.
- [6]. Fitriawati, L., Kurniawati, D., & Juliningrum, P. P. (2020). Perbedaan Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Terapi Acupressure Point for Locatation Pada Ibu Bersalin Kala 1 Di Rumah Sakit Jember Klinik Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 7(2), 35–43. <https://doi.org/10.32539/jks.v7i2.15242>
- [7]. Hairunisyah, R., Jamila, & Setiawati. (2023). Pengaruh Teknik Massage Counter Pressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I the Effect of Counter Pressure Massage Techniques on Reduction of Labor Pain in the First Stage. *Jambura Journal Of Health Science And Research*, 986–997.
- [8]. Heryana, A. (2020). *ANALISIS DATA PENELITIAN KUANTITATIF*. Universitas Esa Unggul.
- [9]. Karuniawati, B. (2020). Efektivitas Massage Endorphin dan Counter Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 27. <https://doi.org/10.33757/jik.v4i1.256>
- [10]. Kemenkes RI. (2019). *Kemenkes RI*. 1–9.
- [11]. 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>
- [12]. Khoiriah, Rest, Dwi Reza Wahyuni, P. T. B. (2023). *EFEKTIFITAS TEKNIK COUNTERPRESSURE UNTUK MENGURANGI RASA NYERI PERSALINAN KALA I DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN SUTRA KOTA BEKASI TAHUN 2022*. 6(2), 36–39.
- [13]. Kristiyanti, M. (2023). *Metodologi Penelitian*.
- [14]. L. Widiyastiti, K. S. (2021). Efektifitas massage Counter Pressure Pada Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *JHHS*, 1(1), 91–99.
- [15]. M. Wiwin, G. Hj. Sri, S. Uly Artha, R. J. (2023). *Buku Saku Pijat Endorphin Sebagai Metode Norfarmakologi*.
- [16]. Mutiah, C., Lismawati, L., Putri, I., Dewita, D., & Abdurrahman, A. (2022). The Pengaruh Pendamping Persalinan terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Primigravida. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 16–25. <https://doi.org/10.35874/jib.v12i1.1012>
- [17]. Rejeki, S. (2020). *Buku Ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan (Non Farmaka)*. http://repository.unimus.ac.id/3596/1/buku_ajar_nyeri_persalinan_full%284%29.pdf
- [18]. Rokhilah, S. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu, Pendamping Persalinan, dan Massage Effleurage terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I di PMB Ruswanti, S.ST Cibeureum Bogor Tahun 2022. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(4), 457–463. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i4.155>
- [19]. Sartika, *, Sari, R., Ratna, S., Program, S., Kebidanan, S. S., Kesehatan, I., & Triani, Y. (2023). Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Di BPM Sagita Darma Sari Palembang Tahun 2023. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 127–144. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i4.2546>
- [20]. Tanjung, W. W., & Antoni, A. (2019). Efektifitas Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia ...*, 4(2), 48–53. <http://jurnal.stikes-aufa.ac.id/index.php/health/article/view/65>
- [21]. Utami I, F. E. (2019). *Buku Ajar Asuhan Persalinan & Managemen Nyeri Persalinan*. Universitas Aisyiyah Yogyakarta, 284 hlm.
- [22]. Wijayanti IT, Aningsih BSD, Hesti NP, Utami SW, Intarti WD, Nafiah U, D. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. K-Media.