

**PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA IBU BERSALIN KALA I FASE AKTIF PERSALINAN DI PMB E PEKANBARU 2019**

**Siti Nurkhasanah <sup>(a)</sup>, Arni Hesti Nurvita Sari <sup>(b)</sup>**

<sup>(a)</sup> *Program Studi Kebidanan Universitas Muhammadiyah Riau,  
Jl. Tuanku Tambusai Pekanbaru*  
<sup>(b)</sup> *Pekanbaru, Jl. Parit Indah No. 38*

\*email: nurhasanahzhuhri@gmail.com<sup>a</sup> Arnihesti28@gmail.com<sup>b</sup>

**ABSTRAK**

Nyeri persalinan merupakan proses yang fisiologis 12% - 67% wanita merasakan nyeri saat persalinan, namun hanya 2-4% ibu saja yang mengalami nyeri ringan selama persalinan. Salah satu upaya mengurangi nyeri persalinan yaitu dengan menggunakan teknik *endorphin massage* yang merupakan terapi non-farmakologis. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif persalinan. Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperiment* dengan pendekatan *pretest-posttest group design*. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan populasi berjumlah 116 orang dan responden terdiri 28 sampel yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Analisa data menggunakan uji *t dependen* dan *independen test* dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan uji *t dependen* kelompok intervensi dengan nilai  $p=0,001$ , kelompok kontrol dengan nilai  $p=0,001$  sedangkan *t independen* diperoleh nilai *Pvalue* : 0,001 sehingga  $Pvalue \leq 0,05$ , artinya ada pengaruh *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif persalinan. Penelitian selanjutnya diharapkan melakukan *endorphin massage* secara *skin to skin* tanpa perantara pakaian agar terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan yang lebih signifikan.

**Kata Kunci: Ibu Bersalin, *Endorphin Massage*, Nyeri Persalinan**

**ABSTRACT**

Labor pain is a physiological process that reach 12% - 67% of maternal experience pain during labor, but only 2-4% of maternal who experience mild pain during labor. One effort to reduce labor pain using the techniques of massage endorphins which is a non-pharmacological therapy, objective of this study was to determine the relationship endorphin massage to decrease pain intensity first stage of labor active phase. The research design were used quasi experimental with non equivalent control group. The sampling has taken by purposive sampling with the population consists of 116 people and the respondents were divided into 2 groups: control group and intervention. Analyze data using t dependent and independent test with confidence level up to 95%. The results have finding the intervention group t-dependent test with  $p = 0.001$ , control group with  $p = 0.001$  where as independent t values obtained p value of 0.001 to p value  $\leq 0.05$ , then the means that there is anysignificant relationship endorphin massage on decreasing labor pain intensity of stage I phase. Next researcher were expected to do endorphin massage skin to skin without intermediaries of clothes to be decreasing in the intensity of labor pain more significant

**Keywords: birthing mother, Labor Pain and Endorphins Massage**

## PENDAHULUAN

Keberhasilan upaya kesehatan ibu dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). Menurut *World Health Organization* (2016) dikutip dari Aflina (2016), 830 ibu meninggal akibat komplikasi kehamilan dan melahirkan di dunia setiap harinya, diperkirakan bahwa pada tahun 2015, sekitar 303.000 perempuan meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan.

Sebagian besar (90%) persalinan disertai rasa nyeri. Nyeri selama persalinan umumnya terasa hebat, dan hanya 2-4% ibu saja yang mengalami nyeri ringan selama persalinan. Rasa nyeri pada persalinan lazim terjadi dan merupakan proses yang melibatkan fisiologis dan psikologis ibu. Nyeri merupakan penyebab frustrasi dan putus asa, sehingga beberapa ibu sering merasa tidak akan mampu melewati proses persalinan. Murray melaporkan kejadian nyeri pada 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat. Nyeri dan ketakutan menimbulkan stress yang dapat menyebabkan menurunnya suplai oksigen kejanin dan melemahnya kontraksi rahim sehingga memperpanjang proses persalinan dan dapat menimbulkan komplikasi bagi ibu dan janin (Kristina, dkk, 2016).

Setiap wanita menginginkan persalinannya berjalan lancar dan dapat melahirkan bayi yang sempurna. Namun, tidak jarang proses persalinan mengalami hambatan dan harus dilakukan dengan operasi, baik karena pertimbangan untuk menyelamatkan ibu dan janinnya atau pun keinginan pribadi pasien. Tindakan *section caesarea* juga merupakan salah satu alternatif bagi seorang wanita dalam memilih proses persalinan sebab, seorang wanita yang melahirkan secara alami akan mengalami proses sakit, yaitu berupa mulas di disertai rasa sakit di pinggang dan pangkal paha yang semakin kuat. Di samping adanya indikasi medis, indikasi non medis juga dapat terjadi karena keadaan yang pernah atau baru akan terjadi dan sering menyebabkan wanita yang akan melahirkan merasa ketakutan, khawatir, dan cemas menjalaninya. Akibatnya, untuk menghilangkan itu semua mereka berfikir melahirkan dengan tindakan *section caesarea* (Kristina, dkk, 2016).

Santrini (2015) dikutip dari Kristina (2016), Pusat Data Persatuan Rumah Sakit Seluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri yang sangat, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan.

Ada beberapa upaya yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan. Upaya dalam menangani nyeri dapat terbagi menjadi dua, yaitu penatalaksanaan farmakologis dan nonfarmakologis. Manajemen farmakologi merupakan suatu pendekatan yang digunakan untuk menghilangkan nyeri dengan menggunakan obat-obatan. Penatalaksanaan farmakologi beresiko memiliki efek samping pada kesejahteraan janin dalam kandungan (Mander, 2012).

Beberapa hal yang dapat dilakukan dalam mengatasi (manajemen) nyeri saat persalinan, yaitu salah satunya dengan memberikan terapi non farmakologis. Terapi non farmakologis yaitu terapi yang digunakan yakni dengan tanpa menggunakan obat-obatan, tetapi dengan memberikan berbagai teknik yang setidaknya dapat sedikit mengurangi rasa nyeri saat persalinan tiba (Fitri, dkk, 2017).

*Endorphin Massage* merupakan sebuah terapi sentuhan/pijatan ringan yang cukup penting diberikan menjelang hingga saatnya melahirkan. Hal ini disebabkan karena terapi sentuhan ini merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *endorphin* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman (Putra, 2016).

Penelitian Ariyanti, dkk (2014) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap penurunan nyeri persalinan diperoleh hasil penelitian dengan uji statistik *one sample test* ditemukan bahwa hitung lebih besar dari t tabel ( $10.699 > 1.697$ ), dan nilai p sebesar  $0,000 < 0,05$  artinya terdapat pengaruh *endorphin massage* terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan. Penelitian ini menunjukkan bahwa efek pijat *endorphin* dapat mengurangi nyeri persalinan.

Penelitian yang dilakukan oleh Antik, dkk (2017) dengan judul pengaruh *endorphin massage* terhadap skala intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan diperoleh hasil 23 responden menunjukkan respon yang lebih baik terhadap skala nyeri kala I persalinan setelah dilakukan *endorphin massage*. 7 responden lain menunjukkan tidak ada perubahan. Pada 23 responden yang mengalami perubahan kearah yang lebih baik ini membuktikan bahwa *endorphin massage* adalah metode yang efektif untuk mengurangi nyeri pada kala I persalinan.

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2017 didapatkan jumlah ibu bersalin normal terbanyak ke-2 adalah di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo sebanyak 1.906 (ibu bersalin dan dengan jumlah angka komplikasi maternal tertinggi dengan jumlah 127 kasus, setelah Puskesmas Rumbai dengan jumlah ibu bersalin sebanyak 774). Salah satu tempat ibu bersalin terbanyak yang termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo adalah PMB E.

Berdasarkan survey pendahuluan peneliti pada tanggal 11 Januari 2019 di PMB E terdapat ibu bersalin normal tiga bulan terakhir pada bulan November-Januari 2018 sebanyak 46 ibu bersalin. 1 orang pasien yang akan melakukan persalinan kala 1 fase aktif terlihat cemas dan gelisah, berdasarkan skala nyeri yang diamati menunjukkan skala 7-8, yang berarti termasuk kategori nyeri berat. Data tersebut menunjukkan bahwa nyeri persalinan merupakan masalah yang mencemaskan bagi ibu inpartu, setelah dilakukan *Endorphin Massage* dalam tingkat nyeri yang dirasakan ibu mengalami penurunan yaitu menjadi nyeri ringan (1-3).

## **METODE**

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik *kuantitatif* dengan menggunakan *quasi experiment* dengan rancangan penelitian *pretest-posttest group design* yaitu kelompok kontrol dan intervensi untuk mengidentifikasi *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu inpartu sebelum dan sesudah dilakukan *endorphin massage* (Notoatmodjo, 2012). Desain ini dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut ini :

**Tabel 3.1** Desain Penelitian *Non Pretest-Posttest Group Design*

Pretest	Perlakuan	Posttest
01	X	02
01	-	02

Penelitian dilakukan di PMB E Kota Pekanbaru, Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I fase aktif yang fisiologis dengan partus pervaginam di PMB E Pekanbaru pada bulan November- Januari Tahun 2019 berjumlah 116 ibu bersalin. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Teknik pengolahan data menggunakan *Editing, Coding, Tabulating, Processing, Data entri, dan cleaning*. Teknik analisis data yaitu analisis *univariat* dan analisis *bivariat*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Analisis *Univariat***

*Analisis univariat merupakan karakteristik dasar responden*

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Bersalin pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol di PMB E Kota Pekanbaru Tahun 2019**

Karakteristik Responden	Jumlah		Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	F	%	F	%	F	%
<b>1. Usia</b>						
20-25 Tahun	17	60.7	5	35.7	11	78.6
26-30 Tahun	8	28.6	7	50.0	2	14.3
31-35 Tahun	3	10.7	2	14.3	1	7.1
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>
<b>2. Pekerjaan</b>						
Bekerja	9	32.15	3	21.4	13	92.9
IRT/TidakBekerja	19	67.85	11	78.6	1	7.1
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>
<b>3. Pendidikan</b>						
SMP	6	21.4	2	14.3	1	7.1
SMA	18	64.3	8	57.1	11	78.6
PT	4	14.3	4	28.6	2	14.3
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer (2019)

Dari tabel 4.1 dapat dilihat bahwa hasil dari 14 orang kelompok intervensi sebagian besar responden berada pada rentang usia 26-30 tahun sebanyak 7 orang (50,0%), Sebagian responden IRT/ tidak bekerja sebanyak 11 orang (78,6 %) dan sebagian besar tingkat pendidikan responden adalah SMA sebanyak 9 orang (57,1%). Sedangkan pada 14 orang kelompok kontrol sebagian besar responden berada pada rentang usia 20-25 tahun sebanyak 11 orang (78,6%), serta sebagian besar responden bekerja sebanyak 13 orang (92,9%), sebagian besar tingkat pendidikan responden adalah SMA sebanyak 11 orang (78,6%).

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah dilakukan Endorphin Massage di PMB E Kota Pekanbaru Tahun 2019**

Variabel	Skala Nyeri (Min-Max)		
		F	%
Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Sebelum Dilakukan	5	4	28.6
	6	10	71.4
<b>Total</b>		<b>14</b>	<b>100</b>
Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Sesudah Dilakukan	2	2	14.3
	3	6	42.9
	4	3	21.4
	5	3	21.4
<b>Total</b>		<b>14</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (2019)

Pada tabel 4.2 dapat dilihat bahwa sebagian besar nilai skala nyeri bersalin kala I fase aktif pada ibu bersalin sebelum dilakukan *endorphin massage* ialah 6 sebanyak 10 Orang (71,4%) sedangkan sebagian besar nilai skala nyeri bersalin kala I fase aktif pada ibu bersalin sesudah dilakukan *endorphin massage* ialah 3 sebanyak 6 Orang (42,9%). Jadi diketahui bahwa besar nilai skala nyeri bersalin kala I fase aktif pada ibu bersalin sebelum

dilakukan *endorphin massage* termasuk kategori nyeri sedang dan besar nilai skala nyeri bersalin kala I fase aktif pada ibu bersalin sesudah dilakukan *endorphin massage* termasuk kategori nyeri ringan.

1. Data khusus

Data khusus dari hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 4.3 dan tabel 4.4

**Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah dilakukan *Endorphin Massage* Pada Kelompok Intervensi di PMB E Kota Pekanbaru Tahun 2019**

Variabel	Mean	SD	Min-Max (Skala Nyeri)	N
Intensitas Nyeri Bersalin sebelum dilakukan	5,71	0,469	5-6	14
Intensitas Nyeri Bersalin Sesudah dilakukan	3,50	1.019	2-5	14

**Sumber:** Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa nilai rata-rata intensitas nyeri bersalin kala I fase aktif pada kelompok intervensi sebelum dilakukan intervensi ialah 5,71 dan nilai rata-rata intensitas nyeri bersalin kala I fase aktif pada kelompok intervensi setelah dilakukan intervensi ialah 3,50. Jadi diketahui bahwa rata-rata intensitas nyeri responden yang dilakukan intervensi lebih rendah dari yang tidak dilakukan intervensi *endorphin massage*.

**Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah dilakukan *Endorphin Massage* Pada Kelompok Kontrol di PMB E Kota Pekanbaru 2019**

Variabel	Mean	SD	Min-Max	N
Intensitas Nyeri Bersalin sebelum dilakukan	5,79	0,426	5-6	14
Intensitas Nyeri Bersalin sesudah dilakukan	4,43	1.016	3-6	14

*Sumber:* Data Primer (2019)

Pada tabel 4.3 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata intensitas nyeri bersalin kala I fase aktif pada kelompok kontrol sebelum dilakukan intervensi ialah 5,79 dan nilai rata-rata intensitas nyeri bersalin kala I fase aktif pada kelompok kontrol setelah dilakukan intervensi ialah 4,43. Jadi diketahui bahwa rata-rata intensitas nyeri responden yang dilakukan intervensi berpengaruh pada kelompok kontrol.

## Analisis *Bivariat*

**Tabel 4.5 Perbedaan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah dilakukan *Endorphin Massage* Pada Kelompok Intervensi di PMB E Kota Pekanbaru Tahun 2019**

Variabel	Mean	SD	Nilai t	Pvalue	N
Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan	5,71	0,469	6,621	0.000	14
Intensitas Nyeri Sesudah Dilakukan	3,50	1.019			14

Sumber : Data Primer (2019)

Pada tabel 4.4 dapat dilihat bahwa harga signifikansi *P value* yaitu 0,000 yang artinya  $p < 0,05$  (*P value*: 0,000 ;  $\alpha$ : 0,05) yang berarti ada beda intensitas nyeri bersalin sebelum dan sesudah dilakukan intervensi (*Endorphin Massage*) pada kelompok intervensi.

**Tabel 4.6 Perbedaan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah dilakukan *Endorphin Massage* Pada Kelompok Kontrol di PMB E Kota Pekanbaru Tahun 2019**

Variabel	Mean	SD	Nilai t	Pvalue	N
Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Intervensi	5,79	0,426	4,177	0,001	14
Intensitas Nyeri Sesudah Dilakukan Intervensi	4.43	1.016			14

Sumber: Data Primer (2019)

Dari tabel 4.5 dapat dilihat bahwa harga signifikansi *P value* yaitu 0,001 yang artinya  $p < 0,05$  (*Pvalue*: 0,001 ;  $\alpha$ : 0,05) yang berarti ada beda intensitas nyeri bersalin sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok kontrol.

**Tabel 4.7 Perbandingan Intensitas Nyeri Sesudah dilakukan *Endorphin Massage* Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol di PMB E Kota Pekanbaru Tahun 2019**

Variabel	Mean	SD	SE	Nilai t	Pvalue	N
Kelompok Intervensi	3.23	1.013	0.281	3.629	0,001	28
Kelompok Kontrol	4.64	1.008	0.269			

Sumber: Data Primer (2019).

Dari tabel 4.6 dapat dilihat bahwa hasil penelitian intensitas nyeri sesudah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi diperoleh rata-rata skala nyeri 3,23 dengan standar deviasi 1,013 dan standar error 0,281. Rata-rata skala nyeri sesudah dilakukan intervensi pada kelompok kontrol 4,64 dengan standar deviasi 1,008 dan standar error 0,269. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p* adalah 0,001 maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan dari skala nyeri sesudah dilakukan metode *endorphin massage* dalam pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

## **Pembahasan**

Dari hasil penelitian diperoleh nilai rata-rata intensitas nyeri responden yang tidak dilakukan *endorphin massage* 4,64 dikategorikan sebagai nyeri sedang dan nilai rata-rata intensitas nyeri responden yang dilakukan *endorphin massage* 3,23 dikategorikan sebagai nyeri ringan. Jadi diketahui bahwa rata-rata intensitas nyeri responden yang dilakukan *endorphin massage* lebih rendah dari yang tidak dilakukan *endorphin massage*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *endorphin massage* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan dimana hasil penelitian intensitas nyeri pada kelompok intervensi sesudah dilakukan *endorphin massage* diperoleh rata-rata skala nyeri 3,23 dengan standar deviasi 1,013 dan standar error 0,281. Rata-rata skala nyeri sesudah dilakukan intervensi pada kelompok kontrol 4,46 dengan standar deviasi 1,008 dan standar error 0,269.

Hasil uji statistik didapatkan nilai p adalah 0,001, maka  $H_0$  ditolak, artinya terdapat hubungan metode *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri bersalin fase aktif kala I pada kelompok intervensi dan kontrol.

Hal ini sesuai dengan Andarmoyo (2013) dalam Lidia, dkk, 2017, nyeri persalinan adalah suatu bentuk pengalaman yang bersifat subjektif yang artinya antara individu satu dengan yang lainnya mengalami sensasi yang berbeda dalam mempersiapkan nyeri. Munculnya nyeri sangat berkaitan dengan reseptora dan ransangan. Responden pada kelompok kontrol menggunakan pengendalian nyeri berdasarkan kebiasaannya masing-masing. Rata-rata responden menggunakan teknik pengendalian nyeri dengan, jalan-jalan, jongkok, duduk, massase perut dan punggung. Aplikasi tindakan yang dilakukan tidak maksimal. sehingga tidak terjadi penurunan nyeri yang bermakna.

Pengaruh *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan menurut teori disebabkan karena *endorphin massage* membuat keadaan dimana seseorang terbebas dari tekanan ataupun kembalinya keseimbangan (*equilibrium*).

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Antik, dkk (2017) mengenai pengaruh *endorphin massage* terhadap skala intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan diperoleh hasil 23 responden menunjukkan respon yang lebih baik terhadap skala nyeri kala I persalinan setelah dilakukan *endorphin massage*. Sedangkan 7 responden lain menunjukkan tidak ada perubahan. Pada 23 responden yang mengalami perubahan ke arah yang lebih baik ini membuktikan bahwa *endorphin massage* adalah metode yang efektif untuk mengurangi nyeri pada kala I persalinan. Dari berbagai penelitian dapat disimpulkan



bahwa *endorphin massage* sebagai salah satu dari *massage* sangat efektif untuk mengurangi nyeri persalinan.

Menurut asumsi peneliti bahwa responden yang diberikan *endorphin massage* sebagian besar mengalami penurunan skala nyeri. Keadaan responden sebelum dilakukan *endorphin massage* mengalami nyeri yang berat. Nyeri yang dirasakan tampak dari mimik wajah responden yang menyeringai karena menahan sakit. Setelah diberikan *endorphin massage* responden sebagian besar mengalami perubahan nyeri, pijatan-pijatan halus *endorphin massage* dilakukan pada bagian-bagian tubuh yang dapat merangsang hormone *endorphin* sehingga meningkatnya hormone *endorphin* dapat menghambat pengiriman pesan nyeri. Teknik *endorphin massage* membuat responden merasa lebih nyaman dan rileks walaupun tidak sepenuhnya menurunkan nyeri yang dirasakan secara drastic dikarenakan tidak dilakukannya *endorphin massage* secara *skin to skin* sebab responden merasa tidak nyaman apabila dilakukannya *massage* tanpa perantara pakaian. Penggunaan metode *endorphin massage* sebagai penurunan intensitas nyeri persalinan dengan partus pervaginam di PMB E adalah efektif dan terbukti.

## **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh *endorphin massage* terhadap pengurangan intensitas nyeri fase aktif kala I di PMB E Kota Pekanbaru Tahun 2019 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Intensitas nyeri sebelum dan sesudah di lakukan intervensi pada kelompok intervensi menunjukkan ada perbedaan intensitas nyeri bersalin sebelum dan sesudah dilakukan *Endorphin Massage* pada kelompok intervensi dengan p value yaitu 0,000 yang artinya  $p < 0,05$
2. Ada perbedaan intensitas nyeri bersalin sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok kontrol dengan p value yaitu 0,001 yang artinya  $p < 0,05$ .
3. Ada perbedaan dari skala nyeri sesudah dilakukan metode *endorphin massage* dalam pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil uji statistik didapatkan nilai p adalah 0,001 yang artinya  $p < 0,05$

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aflina. (2016). *Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Bersalin Kala I Fase Aktif*. KTI Akbid Helvetia Pekanbaru.
- AndarmoyoS. (2013). *Persalinan tanpa nyeri berlebihan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Aprillia, Y. (2010). *Hipnostetri: Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Ariani. (2014). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Baston, H., & Hall, J. (2012). *Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Fitri, L., Noviawanti, R., & Sasrawita, S. (2017). *Nyeri dalam Persalinan "Teknik dan Cara Mengatasinya."* Pekanbaru: UR Press.
- Hastono, S. P., & Sabri, L. (2010). *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Johariyah, & Ningrum, E. W. (2012). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Kuswanti, I., & Melina, F. (2014). *Askeb II Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lailiyana, Laila, A., Daiyah, I., & Susanti, A. (2012). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Mander, R. (2012). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Murray, M. L. (2013). *Persalinan & Melahirkan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurasiah, A., Rukmawati, A., & Laelatul, B. D. (2014). *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Prawirohardjo, S. (2012). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Putra, S. R. (2016). *Cara Mudah Melahirkan dengan Hypnobirthing*. Yogyakarta: Laksana.
- Sari, E. P., & Rimandini, K. D. (2014). *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Walyani, E. S., & Purwoastuti, T. E. (2015). *Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Afiyah, R. K. (2017). Effectiveness of Endorphin Massage Against Anxiety The Face of Labor on Mother Primigravida In The Region of Clinics Jagir Surabaya.
- Antik, Lusiana, A., & Handayani, E. (2017). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Skala Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan.
- Ariyanti, T., & Sari, T. C. W. (2014). Nyeri Persalinan Dapat Dikurangi Dengan Menggunakan Endorphin Massage.
- Dewi, M. M., Sukini, T., Thariq, N. A. A., & Hidayati, N. W. (2015). Effectiveness Of Endorphins Massage And Ice Packs To Relieve The First Stage Of Labor Pain Among The Pregnant Women In Candimulyo Health Center.
- Fitri, L., Noviawanti, R., & Sasrawita, S. (2018). EFEKTIVITAS STIMULASI KUTAN SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI BERSALIN.
- Kristina, & Fransiska, M. (2016). Pengaruh Metode Massage Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif di Klinik Bersalin Anna Medan.
- NOMNOM TV. (2017). *Inilah Pijatan Lembut Sebelum Melahirkan Untuk Ibu Hamil*. Retrieved from <https://youtu.be/yapVYXGvF5M>
- Sanjaya, H., Pujiyanto, T. I., & Putri, D. W. (n.d.). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Miri Sragen, 26. Retrieved from <http://stikesyahoedsmg.ac.id/jurnal/wp-content/uploads/2016/01/JURNAL-6B.compressed.pdf>