



PENGARUH PIJAT ENDORPHIN TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF Studi Kasus Pada Ibu Bersalin di PMB M Kota Bekasi

Meinasari Kurnia Dewi

Universitas Indonesia Maju

E-mail: meinasarikurniadewi@gmail.com

Article History:

Received: 06-07-2023

Revised: 11-07-2023

Accepted: 13-07-2023

Keywords:

Pijat Endorphin ,

Persalinan , Fase Aktif

Abstract: 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. Salah satu cara penatalaksanaan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri persalinan dengan pijat endorphin. Pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat endorphin terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB N Kota Bekasi Tahun 2023. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada Ny. C sebelum diberikan pijat endorphin sebesar 5 dan setelah diberikan pijat endorphin sebesar 3. Sedangkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada Ny. T pada observasi awal sebesar 5 dan pada observasi kedua tanpa diberikan pijat endorphin sebesar 5. Terdapat perbedaan penurunan skor intensitas nyeri antara yang diberikan pijat endorphin dan yang tidak diberikan pijat endorphin. Terdapat pengaruh pijat endorphin terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Diharapkan keluarga agar dapat menerapkan pijat endorphin pada saat mendampingi dalam kala I persalinan normal serta bagi peneliti agar dapat mengaplikasikan teori dan praktik tentang pijat endorphin dalam pelayanan kebidanan di komunitas.

PENDAHULUAN

Persalinan adalah rangkaian peristiwa keluarnya bayi yang sudah cukup berada dalam rahim ibunya, dengan disusul oleh keluarnya plasenta dan selaput janin dari tubuh ibu. Dalam ilmu kebidanan, ada berbagai jenis persalinan diantaranya adalah persalinan spontan, persalinan buatan, dan persalinan anjuran (1). Komplikasi kehamilan, persalinan

dan nifas merupakan masalah kesehatan utama bagi kesehatan wanita karena merupakan penyebab terbesar kematian ibu dan bayi. Angka Kematian Ibu (AKI) dan angka Kematian Bayi (AKB) merupakan indikator utama dalam pelayanan kesehatan khususnya di Indonesia (2).

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah salah satu indikator yang dapat menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia sangat tinggi tercatat sebanyak 400 perempuan meninggal setiap hari akibat komplikasi kehamilan dan kelahiran anak. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 lebih dari 303 perempuan meninggal selama dan setelah kelahiran serta persalinan (2). *Millennium Development Goals* (MDGs) dengan masa berlaku 5 tahun menargetkan Angka Kematian Ibu (AKI) sebanyak 102/100.000 Kelahiran Hidup (KH) ternyata kurang berhasil dan berjalan sangat lambat, sehingga tahun 2016 diluncurkan *Sustainable Development Goals* (SDGs) yaitu suatu pembangunan yang berkelanjutan dengan agenda baru menurunkan AKI menjadi 70/100.000 KH pada tahun 2030 (3).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan, jumlah kematian ibu mencapai 4.627 jiwa pada tahun 2020 dan angka tersebut meningkat 10,25% dibandingkan dengan tahun 2019 yaitu sebanyak 4.197 jiwa (4). Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat pada tahun 2020 kasus kematian ibu sebanyak 416 jiwa, jumlah kasus kematian ini hampir sama dengan tahun 2019 yaitu sebanyak 417 jiwa. Kasus kematian ibu dan kasus kematian bayi di Kota Bekasi pada tahun 2019 merupakan penyumbang tertinggi kematian di Provinsi Jawa Barat yaitu kematian ibu sebanyak 80 kasus dan kematian bayi sebanyak 215 kasus dan pada tahun 2020 kasus kematian ibu sebanyak 50kasus dan kematian bayi sebanyak 180 kasus.(5)

Setiap orang yang mengalami persalinan pasti akan ditandai dengan adanya nyeri. Nyeri secara fisiologi terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologi yang disebabkan adanya proses dilatasi serviks, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik, nyeri tersebut berasal dari bagian bawah abdomen dan menyebar ke daerah lumbal panggul dan menurun ke paha (6)

Bonica pada penelitiannya terhadap 2.700 ibu melahirkan di 121 pusat obsetri dari 36 negara menemukan bahwa hanya 15% persalinan yang berlangsung tanpa nyeri atau nyeri ringan, 35% persalinan disertai nyeri sedang, 30% persalinan disertai nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri yang sangat hebat. Nyeri persalinan pada ibu bersalin dirasakan hampir keseluruhan dengan intensitas nyeri yang berbeda-beda. Dari data yang didapatkan pada bulan Mei 2022, rata-rata jumlah ibu bersalin di Puskesmas Karangpawitan Kabupaten Garut sebanyak 74 ibu bersalin dan semuanya mengalami nyeri persalinan. Data diatas menunjukkan bahwa rasa nyeri yang dialami ibu bersalin menjadi faktor penghambat dalam proses persalinan (7).

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 (8).

Salah satu cara penatalaksanaan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri persalinan dengan pijat endorfin. Pijat endorfin 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 endorfin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. Selama ini endorfin sudah dikenal sebagai zat yang banyak manfaatnya. Teknik pijat endorfin ini tidak memiliki efek samping pada ibu dan bayi, serta tidak membutuhkan biaya yang mahal (9).

Tujuan pijat endorfin untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit pada ibu yang akan melahirkan. Pijat endorfin yang merupakan tehnik sentuhan serta pemijatan ringan yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh ibu hamil dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Terbukti dari hasil penelitian, teknik ini dapat meningkatkan pelepasan zat oksitosin, sebuah hormon yang memfasilitasi persalinan (10).

Pijat endorfin yang dilakukan dengan cara memberikan sentuhan berupa pijatan lembut dan ringan arah bahu kiri dan kanan membentuk huruf V, kearah tulang ekor dan dilakukan berkali-kali ketika terjadi kontraksi pada 3 saat persalinan. Menurut hasil penelitian yang didapat dari Antik dkk (11), ada pengaruh penggunaan pijat endorfin terhadap skala intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan.

Penelitian ini diperkuat oleh penelitian Fitriana dan Putri (12) menyatakan bahwa Ada pengaruh intensitas nyeri terhadap pijat endorfin sebelum 5 menit dan setelah 5 menit dilakukan pijat endorfin (p value $0,006 < 0,05$) dan ada pengaruh intensitas nyeri terhadap pijat endorfin sebelum 15 menit dan setelah 15 menit dilakukan pijat endorfin (p value $0,037 < 0,05$).

Menurut penelitian Khasanah dan Sulistyawati (13) Hasil penelitian sebelum diberikan pijat endorfin mengalami nyeri sangat berat 18 orang (75%), dan sesudah diberikan pijat endorfin mengalami perubahan mengalami nyeri sedang 17 orang (70.83%). Pada penelitian ini pijat endorfin diberikan selama kontraksi. Pijat endorfin dapat menimbulkan pengaruh fisiologis terhadap tubuh. Pada penelitian ini didapatkan nilai ($P=0,000$) sesudah diberikan perlakuan hal ini menunjukkan bahwa pijat endorfin memiliki efek menurunkan nyeri yang bermakna pada ibu inpartu kala I fase aktif.

Berdasarkan penjelasan diatas, penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian mengenai Pengaruh Pijat Endorfin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB M Kota Bekasi Tahun 2023.

Tujuan Penelitian

- a. Memberikan asuhan kebidanan serta mengkaji intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada responden sebelum dan sesudah diberikan pijat endorfin di PMB M Kota Bekasi Tahun 2023.
- b. Memberikan asuhan kebidanan serta mengkaji intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada responden yang tidak diberikan pijat endorfin pada observasi awal dan observasi akhir di PMB M Kota Bekasi Tahun 2023.
- c. Diketahui ada atau tidaknya pengaruh pijat endorfin terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase di PMB M Kota Bekasi Tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan peneletian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode peneletian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati sebagai mana adanya. Studi kasus adalah memahami suatu kasus, orang-orang tertentu atau situasi secara mendalam (Creswell, 2014). Penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami

sikap, pandangan, perasaan, dan perilaku individu secara mendalam. Peneliti mencoba menggali respon yang muncul pada pasien dalam upaya menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang pengaruh pijat endorfin terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB M Kota Bekasi Tahun 2023, sehingga data bisa dikumpulkan berupa kata-kata dari naskah wawancara mendalam dan observasi.

Sasaran Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada dua ibu bersalin di PMB M Kota Bekasi Tahun 2023.

Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan di PMB M Kota Bekasi pada bulan Mei sampai dengan Juni 2023

Instrumen Kegiatan

Instrument pada studi kasus kali ini menggunakan Informed Consent untuk persetujuan penelitian, SOP pijat endorfin, dan lembar observasi skala nyeri berupa numerical rating scale untuk menilai pengaruh pijat endorfin terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan data klien yaitu Ny. C dan Ny. T sama-sama mengeluh perutnya terasa mules dan nyeri. Pada kala I persalinan dimulainya proses persalinan yang ditandai dengan adanya kontraksi yang teratur, adekuat, dan menyebabkan perubahan pada serviks hingga mencapai pembukaan lengkap. Nyeri akibat kontraksi pada saat proses persalinan merupakan hal yang wajar dan fisiologis, pada saat persalinan umumnya ibu akan merasa takut sehingga dapat mengakibatkan stres (Azizah et al., 2020). Nyeri disebabkan karena adanya peregangan perineum dan vulva, tekanan uterus vertikal saat kontraksi dan penekanan bagian terendah janin secara progresif pada pleksus lumbosakral, kandung kemih dan struktur sensitive panggul yang lain (Susilarini *et al.*, 2017).

Selama Kala I persalinan, nyeri yang terjadi pada kala I terutama disebabkan oleh dilatasi *cervix* dan distensi segmen uterus bawah. Pada awal kala I, fase laten kontraksi pendek dan lemah, 5 sampai 10 menit atau lebih dan berlangsung selama 20 sampai 30 detik. Wanita mungkin tidak mengalami ketidaknyamanan yang bermakna dan mungkin dapat berjalan ke sekeliling secara nyaman diantara waktu saat kontraksi. Pada awal kala I, sensasi biasanya berlokasi di punggung bagian bawah, tetapi seiring dengan waktu nyeri yang menjalar di sekelilingnya seperti korset/ikat pinggang, sampai ke bagian anterior abdomen. Interval kontraksi makin memendek, setiap 3 sampai 5 menit menjadi lebih kuat dan lebih lama (Kurniarum, 2016).

Peneliti melakukan observasi nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif baik yang mendapatkan intervensi ataupun tidak. Lembar observasi (lampiran) menggunakan Numerical Rating Scale. Berdasarkan hasil observasi awal sebelum diberikan pijat endorfin pada Ny. C diperoleh skala nyeri sebesar 5 (nyeri benar-benar mengganggu dan tidak bisa di diamkan dalam waktu lama) dan pada Ny. T sebesar 5 (nyeri benar-benar mengganggu dan tidak bisa di diamkan dalam waktu lama). Setelah diberikan pijat endorfin skala nyeri pada Ny. C berkurang menjadi 3 (nyeri yang sudah mulai terasa namun masih bisa ditoleransi), sedangkan pada Ny. T pada observasi kedua tanpa diberikan pijat endorfin diperoleh skala nyeri 5 artinya tidak ada penurunan skala nyeri. Ada beberapa aspek yang berkaitan dengan nyeri pada persalinan bisa mempengaruhi

proses persalinan. Pengaruh utamanya terjadi karena terpicunya sistem simpatis dimana terjadi peningkatan kadar plasma dari katekolamin, terutama epinefrin (Maryunani, 2015).

Salah satu penanganan nyeri persalinan yaitu dengan pemberian farmakologi dan non farmakologi, penanganan nyeri farmakologi dengan pemberian obat yang terdiri dari analgetika golongan non narkotika, analgetika golongan narkotika sedangkan non farmakologi salah satu alternatif untuk mengurangi nyeri persalinan salah satunya dengan pemberian minyak esensial aromaterapi (Suharti, 2018). Terapi non farmakologi yang umum digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu teknik relaksasi dan pernapasan, *effleurage* dan tekanan sakrum, *jet hidroterapi*, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), dan teknik lain seperti hipnoterapi, *massage*, *acupressure*, aromaterapi, yoga dan sentuhan terapeutik (Rahmita *et al.*, 2018). Metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri yaitu teknik relaksasi, imajinasi, pergerakan dan perubahan posisi, umpan balik biologis, *abdominal lifting*, *effleurage*, hidroterapi, hipnoterapi, homeopati, terapi *counter pressure*, terapi musik, akupresur, akupuntur dan aromaterapi (Utami dan Fitriahadi, 2019).

Penatalaksanaan yang diberikan pada Ny. C yaitu dengan pemberian pijat endorfin sedangkan pada Ny. T tidak diberikan pijat endorfin. *Endorphin* merupakan polipeptida-polipeptida yang terdiri atas 30 unit asam amino. Opioid dan hormon penghilang stress seperti kortikotrofin, kortisol, dan katekolamin (adrenalin non adrenaline) yang dihasilkan tubuh berfungsi untuk mengurangi stres dan menghilangkan rasa nyeri (Rr. Catur Leny, 2017).

Pijat *endorphin* merupakan sentuhan ringan untuk relaksasi dan pengurangan rasa sakit, oleh karena itu pijat *endorphin* ini bisa dilakukan pada ibu bersalin yang mengalami nyeri berat, sedang melalui sentuhan pendamping persalinan sehingga menimbulkan perasaan tenang dan rileks pada akhirnya denyut jantung dan tekanan darah menjadi normal (Mander, dalam Nurun 2020).

Dikutip dari jurnal (Artika, 2020) efek yang dirasakan oleh ibu, ini menjadi lebih rileks dan nyaman serta merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang dapat menstimulasi kontraksi uterus. Terdapat informasi bahwa pijatan yang diberikan pada ibu yang memasuki fase persalinan selama 20 menit/jam, akan mengurangi rasa nyeri.

Pijat memiliki efek positif pada ibu bersalin mengalami nyeri dengan mengurangi hormon stress dan aktivitas janin yang rendah, sakit kaki, punggung dan komplikasi kebidanan yang lebih sedikit, sedangkan yang baru lahir dalam keadaan baik. Terapi pijat meningkatkan serotonin dan pada gilirannya menurunkan kortisol dan depresi. Selain itu, serotonin tercatat mengurangi nyeri kaki dan punggung dan meningkatkan dopamin dan akhirnya mengurangi norepinefrin dan kecemasan (Supliyani, 2017)

Endorfin adalah hormon seperti morfin yang diproduksi secara alami oleh tubuh dan berperan utama dalam mengatasi rasa nyeri atau sakit. Oleh sebab itu hormon endorfin disebut juga sebagai hormon kebahagiaan yang diproduksi oleh kelenjar pituitari dan saraf pusat pada manusia. Endorfin adalah singkatan endogenous morphine yang berarti morfin yang alami berasal dari tubuh manusia. Jika hormon ini sudah dilepas oleh tubuh maka efek yang ditimbulkan bukan hanya di otak tetapi keseluruhan tubuh.

Cara kerja endorfin berkaitan dengan kondisi pikiran dan kejiwaan seseorang. Saat seseorang dalam keadaan yang buruk seperti mendapat penolakan atau nyeri maka tubuh akan otomatis melepaskan hormon noradrenalin yang bersifat racun. Hormon ini jika diproduksi dalam kapasitas yang besar akan berdampak buruk bagi tubuh. Sebaliknya, jika seseorang dalam keadaan baik seperti baru mendengar pujian, maka tubuh akan otomatis

mengalirkan hormon beta-endorfin.²⁵ Selain itu bisa juga dilakukan tindakan untuk merangsang keluarnya hormon endorfin seperti pijatan.

Pijatan yang lembut disertai kata-kata yang menenangkan akan merangsang endorfin untuk keluar sehingga 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, stimulasi pelepasan endorfin, penurunan katekiolamin endogen rangsangan terhadap serat eferen yang mengakibatkan blok terhadap rangsang nyeri.

Teknik massage, seperti usapan yang kuat, menggosok atau mengelus (memilin dan melepaskan) menenangkan dan membuat relaks selama kehamilan dan persalinan. Bentuk sentuhan lain yang membantu saat persalinan adalah tekanan kuat pada satu titik seperti panggul, paha, bahu, atau tangan. Hasil dari review artikel menunjukkan terjadi penurunan intensitas nyeri bersalin kala satu fase aktif setelah dilakukan massage counterpressure. Massage counterpressure yang diberikan pada ibu bersalin kala satu fase aktif, akan membuat ibu tersebut dapat mengontrol nyeri tanpa harus memberikan respon verbal yang berlebihan serta dapat mengurangi penggunaan terapi farmakologis yang memiliki efek samping bagi ibu maupun janin (Satria, 2018).

Selama ini endorpin sudah dikenal sebagai zat yang banyak manfaatnya. Beberapa diantaranya adalah, mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa nyeri serta sakit yang menetap. Endorpin merupakan *neurotransmitter* atau *neuromodulator* yang menghambat pengiriman pesan nyeri dengan demikian keberadaan endorpin pada sinaps sel saraf menyebabkan penurunan sensasi nyeri. Oleh karena itu seseorang memiliki kadar endorpin rendah akan lebih merasakan nyeri dibandingkan dengan yang kadar endorpin tinggi.

Menurut hasil penelitian yang didapat dari Antik dkk (11), ada pengaruh penggunaan pijat endorphin terhadap skala intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan. Penelitian ini diperkuat oleh penelitian Fitriana dan Putri (12) menyatakan bahwa Ada pengaruh intensitas nyeri terhadap pijat endorphin sebelum 5 menit dan setelah 5 menit dilakukan pijat endorphin (p value $0,006 < 0,05$) dan ada pengaruh intensitas nyeri terhadap pijat endorphin sebelum 15 menit dan setelah 15 menit dilakukan pijat endorphin (p value $0,037 < 0,05$).

Menurut penelitian Khasanah dan Sulistyawati (13) Hasil penelitian sebelum diberikan pijat endorphin mengalami nyeri sangat berat 18 orang (75%), dan sesudah diberikan pijat endorphin mengalami perubahan mengalami nyeri sedang 17 orang (70.83%). Pada penelitian ini pijat endorphin diberikan selama kontraksi.

Pijat endorphin dapat menimbulkan pengaruh fisiologis terhadap tubuh. Pada penelitian ini didapatkan nilai ($P=0,000$) sesudah diberikan perlakuan hal ini menunjukkan bahwa pijat endorphin memiliki efek menurunkan nyeri yang bermakna pada ibu inpartu kala I fase aktif.

Selain rangkain yang menghubungkan nosiseptor perifer dengan struktur SSP yang lebih tinggi untuk persepsi nyeri SSP juga mensekresi analgesik endogen penekan nyeri. SSP menekan penyaluran nyeri sewaktu impuls tersebut masuk ke medula spinalis. Ada dua jalur analgesik desenden yaitu pada substansi geisea perlakuaduktus dan simulasi formatio retikularis di dalam batang otak yang berkaitan dengan reseptor opiat di ujung serat nyeri aferen, Pengikatan ini pengiriman pesan nyeri, dengan demikian keberadaan endorpin pada sinaps sel saraf menyebabkan penurunan sensasi nyeri. Oleh karena itu

seorang yang memiliki kadar endorpin rendah akan lebih merasakan nyeri dibandingkan dengan kadar endorpin tinggi.

KESIMPULAN

1. Skala nyeri persalinan kala I fase aktif pada Ny. C sebelum diberikan pijat endorphin sebesar 5 dan setelah diberikan pijat endorphin sebesar 3.
2. Skala nyeri persalinan kala I fase aktif pada Ny. T pada observasi awal sebesar 5 dan pada observasi kedua tanpa diberikan pijat endorphin sebesar 5.
3. Terdapat pengaruh pijat endorphin terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB M Kota Bekasi Tahun 2023.

SARAN

Bagi Responden

Saran bagi responden dan keluarga agar hasil penelitian ini dijadikan pengalaman tentang manfaat pijat endorphin agar dapat diterapkan pada kelahiran berikutnya dan dapat melakukannya secara mandiri.

Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan pada saat ini diharapkan lebih aktif dalam memberikan terapi endorphin massage pada ibu bersalin. Hal ini dapat meningkatkan kualitas pelayanan tenaga kesehatan dalam ranah asuhan sayang ibu selama proses persalinan. Terapi penelitian ilmu ini bisa dijelaskan pada ibu bersalin dan keluarga selama proses persiapan persalinan dan tindakan terapi tersebut bisa diberikan selama fase aktif persalinan sehingga dapat mengurangi rasa nyeri yang dirasakan ibu bersalin.

Bagi Klien dan Masyarakat

Bagi Masyarakat agar dapat menerapkan pijat endorphin pada saat mendampingi keluarga (istri) dalam kala I persalinan normal serta bagi peneliti agar dapat mengaplikasikan teori dan praktik tentang pijat endorphin dalam pelayanan kebidanan di komunitas.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Fitriana, Y., & Nurwiandani, W., Asuhan Persalinan; Konsep Persalinan Secara Komprehensif dalam Asuhan Kebidanan. (2018).
- [2] World Health Organization (WHO). Angka Kematian Ibu dan Bayi. <http://jurnal.who-akiakb.go.id/index.php/jbp/download/4/4>. (2018).
- [3] Kemenkes R.I., Profil Kesehatan Indonesia 2017, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta. 2017.
- [4] Kemenkes R.I., Profil Kesehatan Indonesia 2020, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta. 2020.
- [5] Dinkes Jabar, Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2020, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung. 2020,
- [6] Nasution, N. H., Destariyani, E., Baska, D. Y., Andriani, L., & Yorita, E. Pengaruh Pijat Endorphin terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu). (2021).
- [7] Puskesmas Karangpawitan, Laporan Kesehatan Puskesmas Karangpawitan Tahun 2020. Pusat Kesehatan Masyarakat Sukasenang, Garut. 2020,
- [8] Dewie, A., & Kaparang, M. J. Efektivitas Deep Back Massage dan Massage

- Endorphin terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di BPM Setia. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), (2020). 43-49.
- [9] Tanjung, W. W., & Antoni, A. Efektifitas Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 4(2), (2019). 48-53.
- [10] Karuniawati, B. Efektivitas Massage Counter Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. (2019).
- [11] Antik, A., Lusiana, A., & Handayani, E. Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Skala Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), (2017). 1-16.
- [12] Fitriana, F., & Putri, N. A. Pengaruh pijat endorphin (endorphin massage) terhadap intensitas nyeri kala I pada ibu primipara. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(1), (2018). 31-34.
- [13] Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), (2020). 15-21.
- [14] Kurniarum, A., SiT, S., Kurniarum, A., & SiT, S. Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. (2016).
- [15] Alwan, L. I., Ratnasari, R., & Suharti, S. Asuhan Kebidanan Continuity Of Care Pada Ny M Masa Hamil Sampai Dengan Keluarga Berencana Di Bpm Muryati Sst. *Keb Sukorejo Ponorogo. Health Sciences Journal*, 2(2), (2018). 104-123.
- [16] Mochtar, R., *Sinopsis Obstetri, EGC, Jakarta. 2013.*
- [17] Rukiyah, et al., *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan), Cetakan Pertama, Trans Info Media, Jakarta. 2009,*
- [18] Sondakh Jenny J.S, *Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir, Erlangga, Jakarta. 2013.*
- [19] Novfrida, Y., & Saharah, P. The Effect of Lavender Aromatherapy on The Labour Pain in The Active Phase of Labour. *Jural Bina Cendikia,[Internet]*, 4(2), (2018), 380-384.
- [20] Yuliani, D. R., Saragih, E., Astuti, A., Wahyuni, W., Ani, M., Muyassaroh, Y., ... & Azizah, N. *Asuhan Kehamilan. Yayasan Kita Menulis. (2021).*
- [21] 21) Biswan, M., Novita, H., & Masita, M. Efek Metode Non Farmakologik terhadap Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), (2017). 282-288.
- [22] Maryunani, A., 2016, *Kehamilan dan Persalinan Patologis (Risiko Tinggi dan Komplikasi Dalam Kebidanan, CV Trans Info Media, Jakarta.*
- [23] Utami, F., & Fitriahadi, E. *Buku Ajar Asuhan Persalinan & Managemen Nyeri Persalinan. Universitas Aisyiyah Yogyakarta, 284, 95-108. (2019).*
- [24] Handayani, D. Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Di Wilayah Kerja Puskesmas Taraju Kabupaten Tasikmalaya. *Jurnal Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, 1(1), (2018). 11-20.
- [25] Firdaus, N. Pengaruh Pemberian Endorphin Massage Terhadap Skala Nyeri Ibu Bersalin Di Bpm Lu'luatul Mubrikoh, S. St Bangkalan. *JURNAL ILMIAH OBGIN: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-ISSN: 1979-3340 e-ISSN: 2685-7987, 10(2), (2018). 1-5.*
- [26] Dewie, A., & Kaparang, M. J. Efektivitas Deep Back Massage dan Massage Endorphin terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di BPM Setia. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), (2020). 43-49.

- [27] Kaparang, M. J., & Handayani, S. E. Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I fase Aktif Dilatasi Maksimal. *Jurnal Kebidanan*, 10(2). (2020).
- [28] Nadia, A. T. E. Pengaruh Massage Counter-Pressure Terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala 1 Dan Kecepatan Pembukaan Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2). (2016).