



ARTIKEL

***LITERATURE RIVIEW* PENGARUH BEBERAPA TEHNIK PIJAT
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN**

Oleh

DWI TRISNAWATI

NIM.152191223

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2020/2021**

HALAMAN PENGESAHAN ARTIKEL

Artikel berjudul :

***LITERATURE RIVIEW* PENGARUH BEBERAPA TEHNIK PIJAT TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN**

Disusun oleh :

DWI TRISNAWATI

NIM.152191223

Program Studi Kebidanan Program Sarjana

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing skripsi, Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Ngudi Waluyo,

Ungaran, 07 Maret 2021

Pembimbing



Isri Nasifah, S.SiT., M.Keb

NIDN.0601028002

LITERATURE RIVIEW PENGARUH BEBERAPA TEHNIK PIJAT TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN

Dwi Trisnawati¹, Isri Nasifah, S.SiT. M.Keb²

Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Universitas Ngudi Waluyo Semarang
Email : dwitrisnawati991@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi. Selama persalinan rasa nyeri akan muncul akibat kontraksi rahim, melebarnya mulut rahim, dan robekan perineum. Nyeri merupakan rasa tidak nyaman yang dirasakan ibu selama persalinan. Pijatan dapat memberikan rasa nyaman sehingga dapat digunakan sebagai metode pengurangan nyeri persalinan. Tujuan studi literature ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh beberapa tehnik pijat (*effleurage, Endorphine, Counterpressure, Punggung, Akupresure*) terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan dan tehnik pijat paling efektif menurunkan intensitas nyeri persalinan berdasarkan data primer dari beberapa artikel penelitian. Metode *systematic review* merupakan salah satu metode yang menggunakan *review, telaah, evaluasi terstruktur, pengklarifikasian dan pengkategorian dari evidence based* yang telah ditemukan sebelumnya. Hasil beberapa tehnik pijat (*effleurage, Endorphine, Counterpressure, Punggung, Akupresure*) berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan dan tehnik pijat paling efektif menurunkan nyeri adalah massage endorphine. Kesimpulan beberapa tehnik pijat memiliki pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan, massage endorphine dan akupresure merupakan tehnik pijat yang menurunkan intensitas nyeri persalinan paling besar.

Kata Kunci : *Massage, Labour Pain, Pain Scale, Nyeri Persalinan*

ABSTRACT

Childbirth is the process of releasing the product of conception. During labor, pain will arise due to uterine contractions, dilation of the cervix, and perineal tearing. Pain is the discomfort the mother feels during labor. Massage can provide a sense of comfort so that it can be used as a method of reducing labor pain. The objective of this literature study was to determine the effect of several massage techniques (*Effleurage, Endorphine, Counterpressure, Back, Acupressure*) on reducing labor pain intensity and massage techniques were most effective in reducing labor pain intensity based on primary data from several research articles. The systematic review method is one of the methods that uses review, analysis, structured evaluation, clarification and categorization from evidence based that has been found previously. The results of several massage techniques (*Effleurage, Endorphine, Counterpressure, Back, Acupressure*) have an effect on reducing the intensity of labor pain and the most effective massage technique in reducing pain is endorphine massage. Conclusion: Some massage techniques have an effect on reducing the intensity of labor pain, endorphine massage and acupressure are massage techniques that reduce the intensity of labor pain the most.

Kata Kunci : *Massage, Labour Pain, Pain Scale, Labor Pain*

PENDAHULUAN

Nyeri merupakan rasa tidak nyaman yang ditimbulkan akibat rangsangan-rangsangan selama persalinan. Selama proses melahirkan pervagina berlangsung, nyeri muncul akibat kontraksi pada rahim, melebarnya mulut rahim, dan robekan perineum. Nyeri persalinan mempunyai tingkat nyeri tertinggi nyeri dibandingkan yang lain (Widaryanti & Riska, 2019).

Sebagian besar persalinan yaitu sekitar (90%) disertai rasa nyeri. Sedangkan nyeri pada persalinan merupakan proses fisiologis. Tingginya persepsi nyeri yang dirasakan ibu bersalin sehingga kebanyakan dari ibu tidak memfokuskan ke kelahiran bayinya, akan tetapi lebih fokus pada nyeri persalinan yang dirasakan (Handayani et al.' 2016).

Rasa nyeri yang sangat hebat pada kala I persalinan membuat ibu cenderung memilih cara yang paling gampang dan cepat untuk mengurangi rasa nyeri. Semakin banyak wanita yang ingin melahirkan tanpa rasa sakit menyebabkan berbagai cara dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik dengan tehnik farmakologi maupun non farmakologi. Manajemen nyeri farmakologi lebih efektif dibandingkan dengan metode non farmakologi, tetapi metode farmakologi lebih mahal dan kemungkinan mempunyai efek samping yang kurang baik. Sedangkan metode non farmakologi bersifat murah, mudah, efektif, dan tanpa efek yang bisa merugikan (Handerson dalam handayani et al.' 2016).

Widaryanti dan Riska (2019) mengungkapkan bahwa ada beberapa tehnik yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri persalinan, dengan menurunnya rasa nyeri akan menolong ibu memperoleh kebahagiaan pada saat persalinan. Tehnik pengurangan nyeri yang sifatnya sederhana, harga terjangkau, tidak berbahaya, saying ibu, dan dapat memperbaiki proses persalinan.

Beberapa hasil penelitian yang telah dilakukan oleh beberapa peneliti terkait dengan teknik pijat terhadap pengurangan intensitas nyeri persalinan yang dilakukan oleh Saragih dan Zentrato (2018) dengan judul *The Effect of Effleurage Massage to Pain Intensity of First Stage Labor in Inpartu Mothers at Linez Clinic of Gunungsitoli* yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebelum dan sesudah dilakukannya *massage effleurage*. Selain *massage effleurage* terdapat teknik pijat lain yang juga dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Khasanah dan Sulistyawati (2020) yang berjudul *Pengaruh*

Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin yang menjelaskan adanya pengaruh massage endorphine dalam penurunan tingkat nyeri pada kala I persalinan. Dalam penelitian yang berjudul Metode Counterpressure Sebagai Upaya Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I yang oleh Farida dan Sulistiyanti (2019) yang menjelaskan bahwa ada perubahan signifikan setelah diberikan massage counterpressure dalam menurunkan nyeri persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh Supliyani (2017) yang berjudul Pengaruh Massage Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Kota Bogor menyampaikan bahwa ada perbedaan rata-rata nyeri sebelum dan setelah dilakukannya pijat punggung. Astuti dan Dewi (2018) Nyeri Persalinan dengan Pijat Akupresure yang menjelaskan bahwa terdapat ada perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan pijat akupresure.

Berdasarkan banyaknya penelitian yang telah mengkaji pengaruh terapi komplementer pijat terhadap intensitas nyeri persalinan karena pijat merupakan suatu tehnik yang dapat dipilih untuk meminimalisir nyeri yang muncul selama proses persalinan. Tujuan dari studi literature ini yaitu untuk mengkaji dan membandingkan beberapa hasil penelitian sebelumnya yang membahas tentang pengaruh terapi komplementer pijat terhadap intensitas nyeri persalinan. Hasil dari *systematic riview* ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta informasi tentang terapi komplementer pijat untuk mengurangi nyeri saat persalinan.

METODE

Systematic review merupakan salah satu metode yang menggunakan *review*, telaah, evaluasi terstruktur, pengklarifikasian dan pengkategorian dari *evidence based* yang telah ditemukan sebelumnya. Langkah penyusunan *systematic review* sangat terencana dan terstruktur sehingga metode ini sangat berbeda dengan metode yang hanya sekedar menyampaikan studi literature (Hariyati, 2010).

Penyusunan *systematic riview* ini dengan mengumpulkan artikel-artikel sejenis menggunakan kata kunci *labour pain*, *pain scale*, *nyeri persalinan*, *massage effleurage*, *massage endorphine*, *massage counterpressure*, *massage punggung*, *back massage*, *massage akupresure*. Artikel yang dikumpulkan adalah artikel internasional dan artikel nasional yang telah terakreditasi dan dapat dipertanggungjawabkan keabsahannya serta tergolong baru dan update karena diterbitkan dalam 3 tahun terakhir (2017-2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

[*Literature Riview* Pengaruh Beberapa Tehnik Pijat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan]

HASIL

Massage Effleurage

Penelitian oleh Yanti dan Mardiyana (2017) tentang Effect Of The Effleurage Techniques To Intensity Pain On Delivering Baby At 1st Period Active Phase Of Mothers Delivering Baby. Desain penelitian yang digunakan adalah *pra eksperimental* dengan jenis desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel yang digunakan sebanyak 15 responden yang diambil menggunakan tehnik *consecutive sampling*. Skala bourbanis digunakan sebagai media untuk mengetahui intensitas nyeri persalinan. Untuk mengetahui hasil statistik dari pemberian tehnik effleurage menggunakan uji statistik Uji Wilxocon. Hasil penelitian didapatkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, sehingga H0 ditolak yang artinya ada pengaruh tehnik effleurage terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Massage Endorphine

Penelitian tentang pengaruh endorphine massage terhadap skala intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan yang dilakukan oleh Antik, Lusiana dan Handayani (2017) bertujuan untuk mengetahui pengaruh endorphine massage terhadap intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan. Desain yang digunakan adalah *quasy eksperimental* dengan jenis desain *One Group Pretest-Posttest*. Sampel pada penelitian ini menggunakan 30 responden yang diambil dengan tehnik *purposive sampling*. Instrumen pengukur nyeri persalinan menggunakan skala bourbanis dan pengolahan data menggunakan uji Wilxocon. Hasil uji statistik yang dilakukan menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai $p = 0,000$ dengan tingkat kepercayaan 95%, apabila nilai $p < 0,05$ maka Ha diterima. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh endorphine massage terhadap skala intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan.

Massage Counterpressure

Penelitian yang dilakukan oleh Yulianingsih, Porouw dan Loleh (2019) bertujuan untuk menganalisa efektifitas dari tehnik masase counterpressure terhadap penurunan intensitas nyeri kala I fase aktif pada ibu bersalin di RSUD.Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. Rancangan penelitian pra eksperimen dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 ibu inpartu kala I pada fase aktif dengan tehnik pengambilan sampel *accidental sampling*. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi untuk menilai nyeri persalinan yang berisi skala NRS (*numeric rating scale*) dan untuk mengetahui efektifitas dari tehnik counterpressure terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan penelitian ini menggunakan uji wilxocon sebagai uji normalitas. Berdasarkan hasil

perhitungan menggunakan uji wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ yang kurang dari $\alpha 0,05$ maka dari itu H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya massage counterpressure yang diberikan pada inpartu kala I fase aktif memiliki pengaruh.

Massage Punggung

Penelitian oleh Puspitasari dan Astuti (2017) tentang Teknik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I terhadap 21 responden yang telah diambil menggunakan teknik *consecutive sampling*. Jenis rancangan penelitian quasy eksperimen, jenis desain *nonequivalent control group design* dengan pengukuran skala intensitas nyeri dilakukan sebelum dan sesudah diberikan pijatan, pijatan dilakukan pada responden pada bagian punggung dalam waktu 30 menit dengan frekuensi 40 kali gosokan dalam satu menit. Menggunakan VAS (*Visual Analog Scale*) sebagai lembar observasi skala nyeri dan untuk mengetahui pengaruh dari pemberian pijat punggung terhadap intensitas nyeri persalinan yaitu menggunakan uji statistik Mc.Nemar. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I, yang dilihat dari hasil uji Mc.Nemar dengan nilai $p < 0,05$ yang berarti teknik massage punggung dapat mempengaruhi pengurangan nyeri persalinan kala I.

Massage Akupresure

Penelitian oleh Rosyidah, Azizah dan Arti (2020) bertujuan untuk mengetahui perbedaan nyeri persalinan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan yang diberikan teknik akupresure. Desain penelitian *quasy eksperimental* dengan jenis desain *nonequivalent control group design*, yang dilakukan dengan membandingkan antara 2 kelompok dengan jumlah sampel 60 responden dengan teknik pengambilan sampel *consecutive sampling*. Pada kelompok perlakuan akan diberikan akupresure dengan titik Hegu LI4 dalam waktu 10 menit. Proses pengambilan sampel dilakukan dengan memberikan pretest kepada ibu bersalin sebelum diberikan teknik akupresure, kemudian dilakukan teknik akupresure dengan titik Hegu LI 4, dan yang terakhir dilakukan posttest menggunakan lembar observasi skala untuk menilai nyeri. Skala penilaian nyeri yang digunakan yaitu FLACC *behavioral scale* atau observasi perilaku dengan rentang skor 0-10. Hasil penelitian dilihat yang dari uji independent sample T test didapatkan nilai $p = 0,001$ dengan 95% tidak melebihi angka 0 sehingga menunjukkan terdapat pengaruh pemberian akupresure hegu LI4 terhadap penurunan nyeri persalinan.

PEMBAHASAN

Massage Effleurage

Penurunan intensitas nyeri persalinan pada massage effleurage yang dilakukan dengan sentuhan sapuan halus pada bagian perut ibu akan membuat ibu merasa nyaman karena dengan pijatan banyak reseptor nyeri terhambat untuk menyampaikan pesan respon nyeri ke otak agar ibu bisa lebih beradaptasi dengan nyeri. Pijat massage effleurage akan menstimulasi kulit sehingga menghasilkan impuls yang dikirimkan melalui serabut saraf besar yang ada dipermukaan kulit, gerbang akan ditutup oleh serabut saraf, sehingga pesan nyeri akan terblokir dan tidak akan sampai ke otak (Yuliatun dalam Rika & Aryanti, 2014).

Hasil penelitian dari Magfirah dan Idwar (2020) menunjukkan adanya perbedaan intensitas nyeri persalinan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol terhadap intensitas nyeri persalinan kala I, dimana kelompok *massage effleurage* didapatkan nilai rata-rata 4,00 dan kelompok kontrol 6,25 dengan *p-value* 0,031.

Massage Endorphine

Setelah dilakukan massage endorphine dengan cara memberikan sentuhan ringan berupa pijatan lembut dan ringan arah bahu kiri dan kanan membentuk huruf V ke arah tulang ekor dan dilakukan berkali-kali ketika terjadi kontraksi pada saat persalinan, didapatkan hasil bahwa terdapat perubahan intensitas nyeri persalinan kearah yang lebih baik. Massage endorphine yang dilakukan dapat merangsang system saraf pusat dan kelenjar hipofisis memproduksi hormone endorphine, sehingga ibu akan mersa nyaman serta dapat merangsang hormone oksitosin yang dapat menstimulasi kontraksi uterus (Lanasari et al dalam Dewie & Kaparang, 2020).

Teori ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kaparang dan Handayani (2020) yang menyatakan hasil uji statistik menggunakan wilcoxon menunjukkan nilai $p=0,000$, jadi H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian massage endorphine terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Massage Counterpressure

Adapun pemberian massage counterpressure yang dilakukan pada tulang sakrum dengan kepalan tangan dan dilakukan secara terus menerus selama kontraksi memberikan perubahan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I, karena dengan pemberian massage counterpressure dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla

spinalis dan otak, dan tekanan kuat ini dapat mengaktifkan senyawa endorphine yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan intensitas nyeri mengalami penurunan.

Penelitian yang dilakukan oleh Budiarti dan Solicha (2018) hasil uji statistik menggunakan uji Mann-Whitney didapatkan nilai $p=0,000$ yang berarti $<0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terapi massage counterpressure terhadap nyeri kala I pada inu inpartu.

Massage Punggung

Pemberian massage punggung setinggi servikal 7 kearah luar menuju sisi tulang rusuk selama 30 menit dengan frekuensi 40 kali gosokan/menit dan diusahakan ujung jari tidak lepas dari permukaan kulit. Setelah diberikan pijatan terjadi pengurangan intensitas nyeri persalinan kala I. Massage pada punggung dapat mengurangi rasa nyeri dikarenakan dengan menstimulasi sistem kontrol desenden dapat mentransmisikan stimulasi nyeri yang sedikit ke otak. Ketika impuls nyeri dihantarkan ke otak maka muncul pusat korteks yang lebih tinggi sehingga mengubah persepsi nyeri, dimana opiate endogen (Endorphine dan dinofin) akan dilepaskan oleh saraf desenden sebagai penghilang rasa sakit alamiah (Smeltzer & Bare dalam Rahmawati, Arifah & Widiastuti, 2013).

Penelitian dari Diana dan Utami (2018) dengan hasil uji statistik menggunakan uji T Test yang menunjukkan hasil $p=0,000$ ($<0,005$) yang berarti ada perbedaan yang signifikan skor rerata intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan massage punggung.

Massage Akupresure

Massage akupresure titik Hegu LI4 yang diberikan selama 10 menit kepada ibu bersalin menunjukkan hasil bahwa ada penurunan intensitas nyeri setelah diberikan perlakuan, dikarenakan adanya tekanan pada titik Hegu LI4 dapat membantu pelepasan endorphine dalam tubuh. Pemberian akupresure Hegu LI4 diduga dapat merangsang serat Ad yang akan masuk ke dalam medulla spinalis, sehingga menimbulkan inhalasi segmental dari rangsangan nyeri yang dihantarkan oleh saraf C pada bagian lain di medulla spinalis, pesan yang dihasilkan akan menghasilkan rangsangan mekano reseptor. Jika impuls yang lebih banyak berasal dari delta A dan C, maka akan membuka pertahanan dan ibu akan mempersepsikan nyeri, tetapi jika nyeri dihantarkan ke otak, ada pusat korteks yang lebih tinggi di otak sehingga nyeri dapat dimodifikasi (Hajiamini et al, 2012).

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh yang dilakukan Vitriani, Lailiyana dan Kasmenita (2017) berdasarkan hasil uji statistik t-Test dependen pada kepercayaan 95% menunjukkan bahwa ada perbedaan intensitas nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan terapi akupresure dengan nilai $p=0,000$.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil review artikel tentang pengaruh beberapa tehnik pijat terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan sebagai berikut:

1. Beberapa tehnik pijat (*effleurage, endorphine, counterpressure, pijat punggung dan akupresure*) memiliki pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri.
2. Dari beberapa tehnik pijat yang di review, tehnik pijat yang menurunkan intensitas nyeri persalinan paling besar yaitu massage endorphine dan massage akupresure.

DAFTAR PUSTAKA

- Antik, Lusiana, A., & Handayani, E. (2017). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Skala Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan. *Jurnal kebidanan*, 6, 1-6. doi: <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i12.1907> diakses pada tanggal 23 November 2020.
- Astuti, D. P., & Dewi, A. P. S. (2018). Nyeri Persalinan dengan Pijat Akupresure. *University Research Colloquium*, 347-352.
- Budiarti, A., & Solicha, A. (2018). Pengaruh Terapi Massage Counterpressure Terhadap Nyeri Kala I Pada Ibu Inpartu Di BPS Desa Durjan Bengakalan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 3, 6-12. <http://dx.doi.org/10.32584/jikm.v1i1.104> diakses pada tanggal 18 Desember 2020.
- Diana, E., & Utami, R. (2019). Pengaruh Massage Punggung Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2018. *Kebidanan*, 9, 28-32.

- Farida, S., & Sulistiyanti, A. (2019). Counterpressure Sebagai Upaya Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *Prosiding Call For Paper SMIKNAS*, 217-222.
- Handayani, R., Fajarsari, D., Asih, D.R.T., & Rohmah, D.N. (2016). Pengaruh Terapi Murotthal Al-Quran Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Dalam Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5, 2.
- Kaparang, M. J., & Handayani, S. E. (2020). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Dilatasi Maksimal. *Jurnal Kebidanan*, 10, 71-76. doi: <https://doi.org/10.33486/v10i2.136> diakses pada tanggal 18 Desember 2020.
- Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal For Quality in Women's Health*, 15-21. doi:<https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.43> diakses pada tanggal 16 November 2020 pukul 10.50 Wib.
- Magfirah, & Idwar. (2020). Metode Massage Effleurage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I. *Jurnal Kbebidanan*, 6, 481-484. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i4.3009> diakses pada tanggal 18 Desember 2020.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Puspitasari, I., & Astuti, D. (2017). Tehnik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 8, 100-106. doi: <http://dx.doi.org/10.26751/jikk.v8i2.289> diakses pada tanggal 24 November 2020.
- Rosyidah, R., Azizah, N., & Arti, W. (2020). The Effectiveness of Acupressure Hegu LI 4 on Decreasing Labor Pain During Active Phase. *JurnalKebidanan*, 10, 85-90. doi: <https://doi.org/10.31983/jkb.v10i2.5770> diakses pada tanggal 24 November 2020.

- Saragih, H. S., & Zendrato, O. B. V. (2018). The Effect of Effleurage Massage to Pain Intensity of First Stage Labor in Inpartu Mothers at Linez Clinic of Gunungsitoli in 2018, *Jurnal Ilmiah PANNME*, 14, 53-57. doi: <https://doi.org/10.36911/pannmed.v14i2.538> diakses pada tanggal 30 Oktober 2020 pukul 15.30 Wib.
- Supliyani, E. (2017). Pengaruh Massase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di kota Bogor. *Jurnal Kebidanan*, 3, 22-29. diakses pada tanggal 30 Oktober 2020 pukul 16.00 Wib.
- Vitani, R., A., I. (2019). Tinjauan Literature: Alat Ukur Untuk Pasien Dewasa. *Jurnal Manajenen Asuhan Keperawatan*, 3, 1-7.
- Vitriani, O., Lailiyana., & Kasmenita. (2017). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Di Puskesmas Sedinginan Tahun 2017. *Jurnal Ibu dan Anak*, 5, 96-101.
- Widaryanti, R., & Riska, H. (2019). *Terapi Komplementer Pelayanan Kebidanan Berdasarkan Bukti Scientific dan Empiris*. Yogyakarta : Deepublish.
- Yanti, A. D., & Mardiyana, R. (2017). Effect Of The Effleurage Techniques To Intensity Pain On Delivering Baby At 1st Period Active Phase Of Mothers Delivering Baby. *International Journal Of Nursing And Midwifery*, 1, 104-110. doi: <https://doi.org/10.29082/IJNMS/2017/Vol1/Iss2/50> diakses pada tanggal 23 November 2020.
- Yudiyanta., Khoirunnisa, N., & Novitasari, R. W.,. (2015). Assessment Nyeri. *Cermin Dunia Kedokteran*, 42, 214-234. Diakses pada <http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/view/1034>
- Yulianingsih, E., Porouw, H. S., & Loleh, S. (2019). Tehnik Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSUD. Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. *Gaster: Jurnal Kesehatan*, 17, 231-242.

doi: <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i2.374> diakses pada tanggal 24 November 2020.