

Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Pada Ibu Inpartu di RSUD Daya Tahun 2020

(The Effect of Endorphine Massage on Stage I Pain in the Active Phase of Childbirth in Intravenous Mothers at RSUD Daya)

Amina Ahmad

aminaylazzahra@gmail.com

ABSTRACT

Endorphin Massage has a positive impact, namely it can manage pain, help provide a sense of calm and a sense of comfort, just before or during labor and the results obtained have a significant influence between variables. The purpose of this study was to find the effect of endorphine massage on the pain of the first stage of the active phase of labor in laboring mothers at RSUD Daya. The method used is a Quasy Experiment with a Nonequivalent Control Group Design, which is a type of research that observes population data or samples only once at the same time. The population in this study were all women who gave birth normally and the sample in this study were some of the mothers who gave birth at Daya r Hospital as many as 30 people where 15 people were given Endorphine massage and 15 people were not given Endorphine massage. and using the Independent Sample T Test. The results showed that there was an effect of endorphine massage on the pain of the first stage of the active phase of labor for inpartum mothers at RSUD Daya.

Keywords: Endorphine Massage, Phase I Active Pain, Pregnant Women.

ABSTRAK

Endorphin Massage memiliki dampak positif yaitu dapat mengelola rasa sakit, membantu memberikan rasa tenang dan rasa nyaman, pada saat menjelang atau di saat proses persalinan akan berlangsung dan hasil yang didapatkan memiliki pengaruh signifikan antar variabel. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mencari pengaruh endorphine massage terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu di RSUD Daya. Metode yang digunakan adalah Quasy Eksperiment dengan rancangan Nonequivalent Control Group Design, yaitu jenis penelitian yang mengamati data data populasi atau sampel satu kali saja pada saat yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu bersalin normal dan sampel dalam penelitian ini adalah sebagian ibu bersalin yang berada di RSUD Daya sebanyak 30 orang dimana 15 orang yang diberikan Endorphine massage dan 15 orang tidak diberi Endorphine massage dengan pengambilan sampel penelitian ini dilakukan secara *Purposive Sampling* dan menggunakan uji Independen Sampel T Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh endorphine massage terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu di RSUD Daya.

Kata Kunci : *Endorphine Massage, Nyeri Kala I Fase Aktif, Ibu Inpartu*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi dari intrauteri ke ekstrauteri. Tahap awal dari persalinan adalah kala I yaitu adanya pembukaan dan dilatasi servik, yang terdiri dari fase laten dan fase aktif. Kontraksi otot yang dibuat atau tindakan manipulatif untuk merangsang persalinan karena indikasi tertentu dan berlangsung lama mengakibatkan kelelahan otot *miometrium*. Keadaan ibu bersalin dengan induksi persalinan (drip oksitosin) yang kurang berhasil bukan hanya rahim yang lelah, namun rahim cenderung berkontraksi lemah (Saifuddin, AB. 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 jumlah persalinan mencapai sekitar 103 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan pada tahun 2017 jumlah persalinan mencapai sekitar 105 per 100.000 kelahiran hidup dan pada tahun 2018 jumlah persalinan mencapai sekitar 108 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2018).

Hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2016 mencatat bahwa jumlah persalinan sebanyak 31 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan pada tahun 2017 mencatat bahwa jumlah persalinan sebanyak 32,6 per 100.000 kelahiran hidup dan pada tahun 2018 mencatat bahwa jumlah persalinan sebanyak 33,8 per 100.000 kelahiran hidup (SDKI, 2018).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2016 jumlah persalinan sebanyak 44.623 orang. Sedangkan pada tahun 2017 jumlah persalinan meningkat menjadi 45.493 orang dan pada tahun 2018 jumlah persalinan sebanyak 46.173 orang (Profil Kesehatan Kemenkes, 2018).

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dialami. Secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh

proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik (Sujiyatini, 2015).

Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid, dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Sumarah, 2015).

Endorphine massage 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 *Endorphin* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman (Manuaba. 2016)

Seorang ahli kebidanan, *Constance Palinsky*, tergerak untuk menggunakan *endorphin* untuk mengurangi atau meringankan rasa sakit pada ibu yang akan melahirkan. Diciptakanlah *Endorphin Massage*, yang merupakan teknik 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 persalinan (Gavi. 2016).

Endorphin massage sebagai teknik sentuhan ringan selama melakukan riset tentang mengelola rasa sakit dan relaksasi. Teknik ini bisa di pakai untuk mengurangi perasaan tidak nyaman atau nyeri selama proses persalinan dan meningkatkan relaksasi dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Teknik sentuhan ringan juga dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, sentuhan ringan mencakup pemijatan sangat ringan yang bisa

membuat bulu-bulu halus berdiri. Riset membuktikan bahwa teknik ini meningkatkan pelepasan oksitosin, sebuah hormone yang memfasilitaskan persalinan (Mochtar, 2016).

Endorphin Massage memiliki dampak positif yaitu dapat mengelola rasa sakit, membantu memberikan rasa tenang dan rasa nyaman, pada saat menjelang atau di saat proses persalinan akan berlangsung.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di RSUD Daya tiga tahun terakhir yaitu pada tahun 2017 jumlah ibu bersalin sebanyak

581 orang dan yang dilakukan *endorphine massage* sebanyak 57 orang (9,81%) dan yang tidak dilakukan *endorphine massage* sebanyak 192 orang (33,04%). Sedangkan tahun 2018 jumlah ibu bersalin sebanyak 628 orang dan yang dilakukan *endorphine massage* sebanyak 69 orang (10,98%) dan yang tidak dilakukan *endorphine massage* sebanyak 216 orang (34,39%) dan tahun 2019 jumlah ibu bersalin sebanyak 660 orang dan yang dilakukan *endorphine massage* sebanyak 79 orang (11,96%) dan yang tidak dilakukan *endorphine massage* sebanyak 254 orang (38,48%).

KAJIAN PUSTAKA

Persalinan adalah suatu pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui vagina ke dunia luar (Sarwono, 2015).

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang telah cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain dengan bantuan atau apa tanpa bantuan (Saifuddin, AB. 2016).

Persalinan eutotia adalah persalinan yang berjalan dengan kekuatan sendiri (spontan dalam bentuk belakang kepala, aterm dan hidup). Dimana *power, passeege* dan *passenger* (3P) telah berjalan kerjasama yang baik (Cunningham, 2015).

Persalinan atau partus adalah proses kelahiran janin pada tua kehamilan sekurang-kurangnya 28 minggu, atau bayi yang dilahirkan beratnya 1000 gram lebih (Oxorn, 2016).

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa persalinan adalah proses pengeluaran janin atau bayi yang dilahirkan oleh ibu selama masa kehamilan 9 bulan 10 hari atau lebih. Kala III persalinan dimulai saat proses kelahiran bayi selesai dan berakhir dengan lahirnya plasenta, kala III berlangsung rata-rata 5-10 menit, akan tetapi kisaran normal kala III sampai 30 menit (Saifuddin, AB. 2016).

Tujuan manajemen aktif kala III adalah untuk menghasilkan kontraksi uterus yang lebih efektif sehingga dapat mempersingkat waktu, mencegah perdarahan dan mengurangi kehilangan darah. Tanda-tanda pelepasan plasenta (Cunningham, 2015).

Kondisi psikis pasien, tersedianya dorongan positif, persiapan persalinan, pengalaman lalu dan strategi adaptasi/koping (Saifuddin, AB. 2016)

Rasa sakit oleh adanya HIS yang datang lebih kuat, sering dan teratur, keluar darah dan lendir yang lebih banyak karena robekan-robekan kecil pada serviks, terkadang ketuban pecah dengan sendirinya. Pada pemeriksaan dalam terdapat perubahan serviks yaitu pelunakan serviks dan terjadinya pembukaan serviks (Rukiyah, 2016).

Sesudah kepala janin sampai didasar pinggul dan ubun-ubun kecil berada di bawah simfisis, maka terjadilah ekstensi dari kepala janin. Hal ini disebabkan karena sumbu jalan lahir pada pintu bawah panggul mengarah ke depan dan ke atas sehingga kepala harus mengadakan fleksi untuk melewatinya. Jika kepala fleksi penuh pada waktu mencapai dasar panggul tidak melakukan ekstensi, maka kepala akan tertekan pada perineum dan dapat menembusnya. Sub oksiput yang tertahan pada pinggir

bawah simfisis menjadi pusat pemutar (hypomochlion) maka lahirlah berturut-turut pada pinggir atas perineum ubun-ubun besar,

dahi, hidung, mulut dan dagu bayi dengan gerakan ekstensi. (Rukiyah, AY. 2016).

Hipotesis

Berdasarkan pada masalah, tujuan, tinjauan pustaka dan kerangka konsep maka hipotesis yang diajukan yakni :

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

Ada Pengaruh *Endorphine Massage* Terhadap Nyeri Kala I Fase Aktif

Persalinan Pada Ibu Inpartu di RSUD Daya.

2. Hipotesis Nol (Ho)

Tidak Ada Pengaruh *Endorphine Massage* Terhadap Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Pada Ibu Inpartu di RSUD Daya.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen yang bersifat kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah "Nonequivalent Control Group Design". Jenis penelitian menggunakan dua kelompok

eksperimen dengan kelompok pembanding dengan diawali dengan sebuah tes awal (pretest) yang diberikan kepada kedua kelompok, kemudian diberi perlakuan (treatment).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Daya. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2019-Maret 2020

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu bersalin normal berada di RSUD Daya pada bulan Desember 2019-Maret 2020 sebanyak 89 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian ibu bersalin yang berada di RSUD Daya pada bulan Desember 2019-Maret 2020 sebanyak:

30 orang dengan pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara Purposive Sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan membatasi jumlah populasi berdasarkan variabel yang telah ditentukan oleh peneliti

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

a. Kelompok Intervensi

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Responden *Pretest* Kelompok Intervensi Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan di RSUD Daya Tahun 2020

<i>Pretest</i> Kelompok Intervensi Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	2	13,3

Sedang	9	60,0
Berat	4	26,7
Jumlah	15	100,0

Sumber : *Data Primer 2020*

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 15 responden *pretest* kelompok intervensi dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 2 orang (13,3%) dan nyeri sedang sebanyak 9 orang (60,0%) dan yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 orang (26,7%).

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Responden *Posttest* Kelompok Intervensi Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan di RSUD Daya Tahun 2020

<i>Posttest</i> Kelompok Intervensi Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	12	80,0
Sedang	3	20,0
Berat	0	0,0
Jumlah	15	100,0

Sumber : *Data Primer 2020*

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 15 responden *posttest* kelompok intervensi dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 12 orang (80,0%) dan nyeri sedang sebanyak 3 orang (20,0%) dan tidak ada yang mengalami nyeri berat.

b. Kelompok Kontrol

Tabel 4.6
Distribusi Frekuensi Responden *Pretest* Kelompok Kontrol Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan di RSUD Daya Tahun 2020

<i>Pretest</i> Kelompok Kontrol Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	1	6,7
Sedang	5	33,3
Berat	9	60,0
Jumlah	15	100,0

Sumber : *Data Primer 2020*

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 15 responden *pretest* kelompok kontrol dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 1 orang (6,7%) dan nyeri sedang sebanyak 5 orang (33,3%) dan yang mengalami nyeri berat sebanyak 9 orang (60,0%).

Tabel 4.7
Distribusi Frekuensi Responden *Posttest* Kelompok
Kontrol Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan
di RSUD Daya Tahun 2020

<i>Posttest</i> Kelompok Kontrol Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	3	20,0
Sedang	8	53,3
Berat	4	26,7
Jumlah	15	100,0

Sumber : *Data Primer 2020*

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 15 responden *posttest* kelompok kontrol dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 3 orang (20,0%) dan nyeri sedang sebanyak 8 orang (53,3%) dan yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 orang (26,7%).

2. Analisis Bivariat

a. Uji Normalitas Data

Tabel 4.8
Uji Normalitas Data Pengaruh *Endorphine Massage* Terhadap
Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Pada Ibu Inpartu
di RSUD Daya Tahun 2020

<i>Endorphine Massage</i>		Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig
Nyeri Persalinan	Intervensi	.638	15	.087
	Kontrol	.872	15	.072

Sumber : *Data Primer 2020*

Berdasarkan tabel 4.8 untuk melihat pengaruh pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol terhadap nyeri kala I fase aktif yang mana nilai uji

Normalitas adalah 0,087 dan 0,072 artinya $>0,05$. Jadi data dalam penelitian ini adalah data yang berdistribusi normal.

b. Uji Independent Sampel T Test

Tabel 4.9
Pengaruh *Endorphine Massage* Terhadap Nyeri Kala I Fase Aktif
Persalinan Pada Ibu Inpartu di RSUD Daya
Tahun 2020

<i>Endorphine Massage</i>	Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan						Mean	SD	n	ρ
	Ringan		Sedang		Berat					
	n	%	n	%	n	%				
Intervensi	12	80,0	3	20,0	0	0,0	2,20	0.862	15	0.010
Kontrol	3	20,0	8	53,3	4	26,7	5,83	2.513	15	
Jumlah	15	50.0	11	36,7	4	13.3			30	

Sumber : *Data Primer 2020*

Tabel 4.9 menunjukkan bahwa dari 15 responden kelompok intervensi dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 12 orang (80,0%) dan nyeri sedang sebanyak 3 orang (20,0%) dan tidak ada yang mengalami nyeri berat dan dari 15 responden kelompok kontrol dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 3 orang (20,0%) dan nyeri sedang sebanyak 8 orang (53,3%) dan yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 orang (26,7%). Hal ini menandakan bahwa *endorphine massage*

memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Pada Ibu Inpartu di RSUD Daya

Dengan menggunakan uji *Independent Sampel T Test* didapatkan nilai $p=0,010 < \alpha=0,05$, ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *endorphine massage* terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu di RSUD Daya.

PEMBAHASAN

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dialami. Secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi ke arah panggul. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid, dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak. *Endorphine massage* 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 *Endorphin* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman (Manuaba. 2016)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden kelompok intervensi dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 12 orang

(80,0%) dan nyeri sedang sebanyak 3 orang (20,0%) dan tidak ada yang mengalami nyeri berat dan dari 15 responden kelompok kontrol dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 3 orang (20,0%) dan nyeri sedang sebanyak 8 orang (53,3%) dan yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 orang (26,7%). Hal ini menandakan bahwa *endorphine massage* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Pada Ibu Inpartu di RSUD Daya

Dengan menggunakan uji *Independent Sampel T Test* didapatkan nilai $p=0,010 < \alpha=0,05$, ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *endorphine massage* terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu di RSUD Daya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Urairah (2017) dengan judul pengaruh *endorphine massage* terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu menunjukkan bahwa dari 38 orang yang dijadikan sebagai sampel, dominan mengalami nyeri ringan setelah diberikan *endorphine massage* dengan nilai $p=0,005$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hal sama dengan yang dilakukan oleh Farbiana (2018) dengan judul pengaruh

endorphine massage terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu menunjukkan bahwa dari 41 orang yang dijadikan sebagai sampel, dominan mengalami nyeri ringan setelah diberikan *endorphine massage* dengan nilai $p=0,011$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Begitupun penelitian yang dilakukan oleh Oktarini (2016) dengan judul pengaruh *endorphine massage* terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu menunjukkan bahwa dari 32 orang yang dijadikan sebagai sampel, dominan mengalami nyeri ringan setelah diberikan *endorphine massage* dengan nilai $p=0,029$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hal sama dengan yang dilakukan oleh Rianita (2017) dengan judul pengaruh *endorphine massage* terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu menunjukkan bahwa dari 52 orang yang dijadikan sebagai sampel, dominan ibu mengalami nyeri ringan setelah dilakukan *endorphine massage* dengan nilai $p=0,003$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hal sama pula yang dilakukan oleh Dwiartina (2018) dengan judul pengaruh *endorphine massage* terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu menunjukkan bahwa dari 41 orang yang dijadikan sebagai sampel, dominan ibu mengalami nyeri ringan setelah dilakukan *endorphine massage* dengan nilai $p=0,038$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Liliana, K (2016) dengan judul pengaruh *endorphine massage* terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu menunjukkan bahwa dari 62 orang yang dijadikan sebagai sampel, dominan ibu mengalami nyeri ringan setelah dilakukan *endorphine massage* dengan nilai $p=0,006$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada bulan September-

Peneliti berasumsi bahwa dari hasil penelitian yang didapatkan khususnya pada kelompok kontrol terdapat 3 orang yang mengalami nyeri ringan. Hal ini dikarenakan pada saat proses persalinan ibu mengejan dengan baik dan mampu mengolah nafas walaupun ibu merasakan nyeri, namun ibu mampu melakukan instruksi dan arahan dari bidan atau dokter dalam mengatasi nyeri yang berlebihan, maka sebaiknya melakukan posisi persalinan dengan baik dan juga mengatur pola nafas dan melakukan teknik mengejan dengan baik. Dari hasil yang didapatkan dapat disimpulkan bahwa nyeri persalinan yang dialami oleh ibu tergantung bagaimana ibu mampu menjalankan arahan dari tenaga kesehatan. Sedangkan kelompok intervensi dominan mengalami nyeri ringan. Hal ini dikarenakan teknik ini bisa di pakai untuk mengurangi perasaan tidak nyaman atau nyeri selama proses persalinan dan meningkatkan relaksasi dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Teknik sentuhan ringan juga dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, sentuhan ringan mencakup pemijatan sangat ringan yang bisa membuat bulu-bulu halus berdiri. Riset membuktikan bahwa teknik ini meningkatkan pelepasan oksitosin, sebuah hormone yang memfasilitasikan persalina. Rasa nyeri muncul akibat respons psikis dan refleks fisik. Kualitas rasa nyeri fisik dinyatakan sebagai nyeri tusukan, nyeri terbakar, rasa sakit, denyutan, sensasi tajam, rasa mual, dan kram. Rasa nyeri pada persalinan menimbulkan gejala yang dapat dikenali. Peningkatan aktivitas sistem saraf simpatik timbul sebagai respons terhadap nyeri dan dapat mengakibatkan perubahan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, dan warna kulit. Polar dan diaforesis dapat timbul. Serangan mual, muntah, dan keringan berlebihan juga sangan sering terjadi.

Maret 2021 di RSUD Daya maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden kelompok intervensi dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 12 orang (80,0%) dan nyeri sedang sebanyak 3 orang (20,0%) dan tidak ada yang mengalami nyeri berat.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden kelompok kontrol dijadikan sampel, yang mengalami nyeri ringan sebanyak 3 orang (20,0%) dan nyeri sedang sebanyak 8 orang (53,3%) dan yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 orang (26,7%).
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *endorphine massage* terhadap nyeri kala I fase aktif persalinan pada ibu inpartu di RSUD Daya.

SARAN

1. Diharapkan bidan dapat menerapkan metode pengendalian nyeri non farmakologis *Endorphine Massage* kepada ibu bersalin untuk mengurangi tingkat nyeri yang dirasakan selama inpartu kala I fase aktif
2. Diharapkan institusi pendidikan dapat mengembangkan metode-metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri pada persalinan sehingga dapat menciptakan suatu penelitian terbaru tentang metode pengendalian nyeri secara non farmakologis.
3. Diharapkan peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai metode non farmakologis ini yakni pijat endorfin untuk mengurangi intensitas nyeri kala I pada ibu bersalin dengan mengikutsertakan variabel lain dalam unit statistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo. 2015. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Arikunto, S. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi V. Jakarta. Rineka Cipta.
- Cunningham, 2015, *Obstetric Williams*, Jakarta : EGC.
- Catur Leny. 2017. *Terapi Endorphin Massage Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan (Jurnal pdf)*.
- Fraser Diane, dkk. 2016. *Buku Saku Praktik Klinik Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Fauziah. 2015. *Keperawatan Maternitas Volume 2 Persalinan*. Cetakan I. Jakarta: Kencana
- Gavi. 2016. *Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan*.
- Hidayat, Aziz. 2014. *Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif - kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Jhonson, Joyce. 2016. *Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Rapha Publishing
- Kemenkes. 2018. *Profil Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*
- Leveno, Kenneth J. 2015. *Obstetric Williams Panduan Ringkas*. Jakarta: EGC
- Manuaba. 2016. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.
- Mochtar. 2016. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta : EGC.

- Notoatmodjo, S. 2014. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC.
- Oxorn, 2016. *Manual Persalinan*. Jakarta : TIM
- Prawirohardjo, S. 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : YBP-SP
- Rukiyah, AY. 2016. *Asuhan Kebidanan IV Patologi Kebidanan*. Jakarta : TIM
- Sarwono. 2015. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : YBP-SP.
- Sastrawinata. 2017. *Obstetri Patologi*. Jakarta : EGC.
- Saifuddin. AB. 2016, *Buku Praktis Pelayanan Maternal Dan Neonatal*. EGC : Jakarta.
- SDKI. 2018. *Survey Demografi Kesehatan Indonesia*
- Sumarah. 2015. *Perawatan Ibu Bersalin*. Jakarta : EGC.
- Sujiyatini. 2015. *Asuhan Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Varney, H. 2015. *Buku Saku Bidan*. Jakarta : EGC.
- WHO. 2018. *Angka Kematian ibu*. <http://regional.kompas.com/read/201201/31/2209381.com>. Diakses tanggal 14 Juli 2019. Makassar.
- Winkjosastro. H. 2015. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : YBP-SP
- Yanti. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Rihama