
EFEKTIVITAS PIJAT ENDORPHIN DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA IBU BERSALIN DI TPMB N KABUPATEN GARUT TAHUN 2024

Oleh

Neulis Nurbaeti¹, Meinasari Kurnia Dewi², Uci Ciptiasrini³

^{1,2,3} Universitas Indonesia Maju

E-mail: ¹neulismurbaeti@gmail.com

Article History:

Received: 01-10-2024

Revised: 11-10-2024

Accepted: 03-11-2024

Keywords:

Nyeri Persalinan, Endorphin, Oksitosin

Abstract: Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di TPMB N terhadap 8 orang ibu bersalin diperoleh bahwa proses persalinan merasakan nyeri yang sangat hebat saat kala I. Bahkan 5 dari 8 orang menyatakan tidak tahan dengan nyeri yang dirasakan pada saat ibu merasakan nyeri yang sangat dan kecemasan yang memuncak dapat berakibat trauma bagi ibu maupun janin. Salah satu upaya dalam menurunkan intensitas nyeri yaaotu diberi terapi non farmakologi seperti Massage Endorphin dan oksitosin kepada ibu hamil saat melahirkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pijat endorphin dan pijat oksitosin terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin. Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Kegiatan ini dilakukan pada ibu bersalin kala I sebanyak 2 orang yang mengalami nyeri persalinan di TPMB N. Pijjat endorphin efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I dengan skor NRS dari 7 pada kunjungan pertama menjadi 4 pada kunjungan kedua dan tetap 4 pada kunjungan ketiga. Pijjat oksitosin juga efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I dengan skor NRS dari 7 pada kunjungan pertama menjadi 4 pada kunjungan kedua dan tetap 4 pada kunjungan ketiga. Tridak terdapat perbedaan antara pemberian pijat endorphin dan oksitosin dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin dimana kedua intervensi ini sama-sama efektif. Hasil penelitian ini diharapkan ibu dalam persalinan kala I yang mengalami nyeri persalinan dapat mengetahui dan menerapkan massage endorphine sebagai upaya penurunan tingkat intensitas nyeri persalinan.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan hal yang fisiologis yang dialami oleh setiap wanita, akan tetapi kondisi fisiologis tersebut dapat menjadi patologis apabila seorang ibu tidak mengetahui kondisi yang fisiologis dan seorang penolong atau tenaga kesehatan tidak memahami bagaimana suatu persalinan dikatakan fisiologis dan penatalaksanaanya bagaimana sehingga dapat membantu menurunkan angka kematian ibu sesuai dengan MDGs 2015 yang berganti SDGs (Sustainable Development Goals) (Walyani, 2020).

Menurut WHO (2023) dari semua persalinan didapatkan lebih dari 80% wanita dalam proses persalinan berjalan normal serta sekitar 15 – 20% mengalami terjadinya komplikasi persalinan. Berdasarkan data artikel Sehat Negeriku Kemkes (2023) Angka kematian ibu sangat tinggi. Sekitar 287.000 wanita meninggal selama pasca kehamilan dan persalinan pada tahun 2020. Hampir 95% dari semua kematian ibu terjadi di negara – negara berekonomi menengah serta berpendapatan rendah ke bawah pada tahun 2020, dan sebagian besar sebenarnya bisa dicegah. Berdasarkan profil kesehatan indonesia tahun 2022, angka kematian ibu (AKI) masih berkisaran 305/100.000 kelahiran hidup, pada tahun 2022 direncanakan program SDGs dimana indikator di bidang kesehatan yaitu menjadikan kematian ibu menjadi kurang dengan target yang ditentukan yaitu 163/100.000 kelahiran hidup di tahun 2024.

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dialami, meskipun dapat dikatakan bahwa nyeri pada persalinan merupakan proses yang fisiologis. Nyeri dapat berakibat pada kondisi frustrasi dan putus asa, sehingga beberapa ibu merasa khawatir tidak akan mampu melewati proses persalinan (Ulfah & Rosmaria, 2021). Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik akibat kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan. Nyeri persalinan terjadi karena adanya kontraksi otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke paha. Kontraksi ini menyebabkan pembukaan mulut Rahim (serviks) (Ramhadani et al., 2022).

Nyeri persalinan biasanya terjadi pada tahap pembukaan. Pada tahap ini perlu dilakukan pengawasan proses persalinan, untuk menentukan proses persalinan bisa berjalan dengan normal atau tidak. Nyeri persalinan mulai timbul pada pembukaan fase laten pada pembukaan 0-3 cm, nyeri tersebut menimbulkan rasa sakit atau ketidak nyamanan, kemudian berlanjut pada fase aktif pada pembukaan 4-7 cm nyeri yang dirasakan agak menusuk, dan pada pembukaan 7-10 cm nyeri yang ditimbulkan menjadi lebih hebat, menusuk dan kaku (Dirgahayu et al., 2022). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pada masyarakat primitif, persalinannya lebih lama dan nyeri, sedangkan masyarakat yang telah maju (7-14%) bersalin tanpa rasa nyeri dan sebagian besar (90%) persalinan disertai rasa nyeri (Prawirohardjo dalam Sanjaya dkk, 2016).

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 (Dewie dan Keparang, 2020).

Nyeri persalinan yang tidak ditangani dapat berdampak pada fisik maupun psikis ibu hamil. Salah satu dampak dari nyeri persalinan yang berkepanjangan yaitu membuat ibu bersalin berkeinginan untuk segera mengakhiri masa persalinan dan mengejan sebelum

waktunya sehingga menyebabkan pembengkakan pada mulut rahim yang dapat mengakibatkan partus lama. Menurut Lubis (2021) partus lama dapat menyebabkan infeksi pada jalan lahir, ruptur perineum, pembentukan fitula, dan cedera otot panggul.

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 (Kuswandi, dalam Tanjung 2019). Teknik pijat endorfin ini tidak memiliki efek samping pada ibu dan bayi, serta tidak membutuhkan biaya yang mahal (Harianto, dalam Tanjung 2019).

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 (Karuniawati, 2019).

Menurut penelitian Khasanah dan Sulistyawati (2020) 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.

Selain pijat endorfin, cara lainnya untuk menurunkan nyeri persalinan yaitu dengan memberikan pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah sentuhan ringan pada pijatan tulang belakang mulai dari costa ke 5-6 sampai scapula yang dapat menimbulkan efek relaksasi. Relaksasi yang dialami ibu merangsang otak untuk menurunkan kadar hormon adrenalin dan meningkatkan produksi oksitosin yang merupakan faktor timbulnya kontraksi uterus yang adekuat (Rosemary, 2021).

Sesuai dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Qonitun melalui analisis data Uji Sample t-Test (Independent sample t-Test) didapatkan adanya pengaruh pijat oksitosin terhadap lama kala I persalinan (Qonitun 2020). Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Ekayani didapatkan ada pengaruh pemberian kombinasi teknik relaksasi dan pijatan terhadap lama waktu persalinan dengan indikator pembukaan serviks (Ekayani, 2019). Wijaya dalam penelitiannya dapat dilihat bahwa rata-rata nyeri setelah perlakuan pada kelompok pijat oksitosin dengan kategori nyeri terbanyak adalah nyeri ringan yaitu 90,0%, sedangkan kelompok tidak pijat oksitosin kategori nyeri terbanyak adalah nyeri sedang yaitu 68,4%. Adanya nyeri yang berkurang maka dapat memperlancar aliran darah yang membawa oksigen ke rahim, ketika oksigen dalam rahim tercukupi, kontraksi dapat berjalan dengan baik sehingga dapat mempercepat pembukaan pada kala I persalinan (Wijaya, 2018).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan esensial melalui penyusunan laporan SCLR dengan judul "Efektivitas Pijat

Endorphin dan Pijat Oksitosin terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di TPMB N Kabupaten Garut Tahun 2024”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian 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, 2019). 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. Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang perbandingan efektivitas pijat endorphin dan pijat oksitosin terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin, sehingga data bisa dikumpulkan berupa kata-kata dari naskah wawancara mendalam dan observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 dan kasus 2

No.	Kelompok	Nyeri Persalinan		
		Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3
1	Ny. A (endorphin)	7	4	4
2	Ny. L (oksitosin)	7	4	4

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa pada pada kasus I yaitu Ny. A yang diberikan intervensi pijat endorphin pada kunjungan ke-1 sebelum diberikan pijat endorphin diperoleh skala nyeri sebesar 7, pada kunjungan kedua setelah diberikaan pijat endorphin diperoleh skala nyeri sebesar 4 dan pada kunjungan ketiga diperoleh skala nyeri sebesar 4. Sedangkan kasus II yaitu Ny. L yang diberikan intervensi pijat oksitosin pada kunjungan ke-1 sebelum diberikan pijat oksitosin diperoleh skala nyeri sebesar 7, pada kunjungan kedua setelah diberikaan pijat oksitosin diperoleh skala nyeri sebesar 4 dan pada kunjungan ketiga diperoleh skala nyeri sebesar 4.

Pembahasan

Efektivitas Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Endorphin terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian pijat endorphin efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin. Pada kasus I, yaitu Ny. A, skala nyeri sebelum dilakukan intervensi pijat endorphin adalah sebesar 7, yang termasuk dalam kategori nyeri berat. Setelah diberikan intervensi pada kunjungan kedua, skala nyeri menurun menjadi 4, yang dikategorikan sebagai nyeri sedang. Pada kunjungan ketiga, skala nyeri tetap berada di angka 4, yang menunjukkan adanya stabilisasi penurunan nyeri setelah intervensi pijat endorphin. Hal ini menunjukkan bahwa pijat endorphin secara signifikan mengurangi rasa nyeri pada persalinan kala I fase aktif.

Pijat endorfin adalah teknik yang bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon endorfin, yang dikenal sebagai "hormon kebahagiaan" dan memiliki efek analgesik alami pada tubuh. Endorfin bekerja dengan cara menghambat transmisi sinyal nyeri ke otak, sehingga mengurangi persepsi nyeri (Roesli, 2021). Pijat ini biasanya dilakukan pada area punggung bawah atau bahu, yang merangsang produksi endorfin, serotonin, dan dopamin. Peningkatan hormon ini membantu ibu bersalin merasa lebih rileks, menurunkan rasa cemas, dan pada akhirnya menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan selama fase aktif persalinan (Astuti, 2020).

Menurut teori nyeri, nyeri persalinan disebabkan oleh kontraksi rahim yang intens selama proses persalinan, serta tekanan pada serviks dan jaringan di sekitarnya. Reseptor nyeri di daerah tersebut mengirimkan sinyal ke otak melalui jalur saraf (Harmayani, 2022). Pijat endorfin membantu mengganggu proses transmisi ini dengan mengaktifkan mekanisme "gate control" pada sistem saraf, yang menghambat perjalanan sinyal nyeri menuju otak. Selain itu, pijat endorfin juga meningkatkan aliran darah ke area yang dipijat, yang dapat membantu mengurangi ketegangan otot dan meredakan nyeri otot yang terjadi selama persalinan (Suhardjo, 2021).

Penurunan nyeri yang signifikan setelah intervensi pijat endorfin juga terkait dengan efek relaksasi yang ditimbulkannya. Pijat tidak hanya merangsang pelepasan endorfin, tetapi juga membantu ibu bersalin lebih tenang secara mental, yang sangat penting dalam menghadapi kontraksi yang intens selama fase aktif persalinan (Widya, 2022). Dengan kata lain, pijat endorfin bekerja baik pada aspek fisiologis maupun psikologis, menjadikannya metode yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan.

Penelitian ini sejalan dengan studi-studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa pijat endorfin efektif dalam mengurangi intensitas nyeri persalinan. Penelitian oleh Lestari (2021) menunjukkan bahwa ibu yang menerima pijat endorfin mengalami penurunan skala nyeri rata-rata dari 7 menjadi 4 selama persalinan kala I, dengan p-value <0,05. Penelitian lain oleh Rahmawati (2022) juga mendukung temuan ini, di mana ibu yang diberikan intervensi pijat endorfin selama persalinan menunjukkan penurunan intensitas nyeri sebesar 40%, dengan p-value <0,05. Kedua penelitian ini memperkuat bahwa pijat endorfin dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan.

Asumsi peneliti adalah bahwa pijat endorfin efektif dalam mengurangi nyeri persalinan karena mekanisme alami tubuh yang merespon sentuhan pijat dengan pelepasan hormon endorfin. Peneliti berasumsi bahwa peningkatan hormon endorfin dan efek relaksasi dari pijat endorfin memainkan peran utama dalam menurunkan persepsi nyeri selama persalinan. Pijat endorfin juga dianggap sebagai metode yang aman dan non-invasif yang dapat digunakan secara luas sebagai pilihan manajemen nyeri selama persalinan.

Efektivitas Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Oksitosin terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian pijat oksitosin juga efektif dalam mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin. Pada kasus II, yaitu Ny. L, skala nyeri sebelum diberikan intervensi pijat oksitosin adalah sebesar 7, yang termasuk dalam kategori nyeri berat. Setelah diberikan pijat oksitosin pada kunjungan kedua, skala nyeri turun menjadi 4, menunjukkan penurunan yang signifikan dalam intensitas nyeri. Pada kunjungan ketiga,

skala nyeri tetap berada di angka 4, menunjukkan bahwa pijat oksitosin mampu mempertahankan penurunan nyeri selama fase aktif persalinan.

Pijat oksitosin bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin, yang dikenal sebagai "hormon cinta" dan berperan dalam proses persalinan dan menyusui. Oksitosin memiliki dua fungsi utama dalam persalinan: merangsang kontraksi uterus untuk memperlancar proses persalinan dan memberikan efek relaksasi yang membantu mengurangi persepsi nyeri (Roesli, 2021). Pijat oksitosin biasanya dilakukan pada area punggung atas atau di sepanjang tulang belakang, di mana saraf yang merespons pelepasan oksitosin berada. Pijat ini juga dapat merangsang sistem saraf parasimpatis, yang membantu tubuh merasa lebih tenang dan rileks (Astuti, 2020).

Menurut teori nyeri dan hormon, oksitosin memiliki efek menenangkan pada sistem saraf pusat, yang dapat mengurangi persepsi nyeri selama persalinan (Harmayani, 2022). Oksitosin juga membantu mengurangi stres dan kecemasan pada ibu bersalin, yang secara tidak langsung menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan. Efek hormonal ini memberikan kombinasi pengurangan rasa sakit melalui jalur fisiologis dan psikologis. Dengan adanya hormon oksitosin, proses persalinan menjadi lebih lancar, dan ibu merasa lebih siap menghadapi kontraksi yang datang (Harmayani, 2022).

Selain efek fisiologis, oksitosin juga meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayinya, yang dapat memperkuat motivasi ibu untuk mengatasi rasa sakit selama persalinan (Widya, 2022). Dengan demikian, pijat oksitosin tidak hanya mengurangi nyeri melalui pelepasan hormon, tetapi juga membantu ibu mengatasi tantangan emosional selama persalinan, yang berkontribusi pada penurunan nyeri secara keseluruhan.

Penelitian ini sejalan dengan temuan dari studi-studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa pijat oksitosin efektif dalam mengurangi nyeri persalinan. Penelitian oleh Pratiwi (2021) menunjukkan bahwa ibu yang menerima pijat oksitosin mengalami penurunan skala nyeri dari 7 menjadi 4 selama persalinan kala I, dengan p-value <0,05. Penelitian lain oleh Sari (2022) juga mendukung temuan ini, di mana ibu yang diberikan intervensi pijat oksitosin mengalami penurunan intensitas nyeri sebesar 35%, dengan p-value <0,05. Hasil dari penelitian-penelitian ini memperkuat efektivitas pijat oksitosin dalam mengurangi nyeri persalinan.

Peneliti berasumsi bahwa pijat oksitosin efektif dalam mengurangi nyeri persalinan karena pelepasan hormon oksitosin yang diinduksi oleh stimulasi pijat. Oksitosin membantu merelaksasi ibu dan memberikan efek analgesik alami yang membantu menurunkan intensitas nyeri. Peneliti juga mengasumsikan bahwa pijat oksitosin, seperti pijat endorfin, dapat digunakan sebagai metode manajemen nyeri non-farmakologis yang aman dan efektif selama persalinan, memberikan manfaat ganda berupa penurunan nyeri dan peningkatan relaksasi.

Perbandingan Efektivitas Pijat Endorfin dan Pijat Oksitosin terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin

Penelitian ini menunjukkan bahwa baik pijat endorfin maupun pijat oksitosin sama-sama efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin selama kala I fase aktif. Pada kasus Ny. A dan Ny. L, skala nyeri awal sebesar 7 turun menjadi 4 setelah intervensi pijat endorfin dan pijat oksitosin, dan tetap stabil pada angka 4 setelah kunjungan ketiga. Hasil ini menunjukkan bahwa kedua metode pijat memberikan manfaat

yang sebanding dalam mengurangi nyeri persalinan.

Meskipun pijat endorphen dan pijat oksitosin menggunakan mekanisme yang berbeda dalam mengurangi nyeri, keduanya memiliki hasil yang serupa dalam menurunkan intensitas nyeri. Pijat endorphen bekerja dengan merangsang pelepasan hormon endorphen yang memiliki efek analgesik alami, sedangkan pijat oksitosin merangsang pelepasan hormon oksitosin yang memberikan efek relaksasi dan menenangkan (Roesli, 2021). Kedua hormon ini mempengaruhi sistem saraf pusat dan membantu mengurangi persepsi nyeri, sehingga mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan selama persalinan (Astuti, 2020).

Menurut teori manajemen nyeri, pijat endorphen dan pijat oksitosin dapat dianggap sebagai bentuk intervensi non-farmakologis yang memanfaatkan mekanisme alami tubuh untuk mengurangi nyeri (Harmayani, 2022). Kombinasi dari efek fisiologis dan psikologis dari kedua pijat ini membantu ibu merasa lebih rileks dan lebih mampu mengatasi rasa sakit yang muncul selama persalinan. Dengan meningkatkan pelepasan hormon yang menenangkan, baik endorphen maupun oksitosin, pijat ini memaksimalkan kemampuan tubuh untuk mengurangi rasa sakit secara alami.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pijat endorphen dan pijat oksitosin sama-sama efektif dalam mengurangi nyeri persalinan. Studi oleh Lestari (2021) menunjukkan bahwa kedua teknik pijat ini memberikan penurunan skala nyeri yang serupa, dengan p-value <0,05, pada ibu bersalin selama kala I fase aktif. Penelitian lain oleh Dewi (2022) juga mendukung kesimpulan ini, di mana ibu yang diberikan pijat endorphen dan pijat oksitosin mengalami penurunan nyeri rata-rata sebesar 30%, dengan hasil yang signifikan secara statistik. Kedua penelitian ini mendukung temuan bahwa baik pijat endorphen maupun pijat oksitosin adalah metode yang efektif untuk mengurangi nyeri persalinan.

Asumsi peneliti adalah bahwa baik pijat endorphen maupun pijat oksitosin efektif dalam mengurangi nyeri persalinan karena keduanya merangsang pelepasan hormon yang berperan dalam mengurangi persepsi nyeri dan meningkatkan relaksasi. Peneliti berasumsi bahwa kedua teknik ini dapat digunakan secara bersamaan atau terpisah tergantung pada preferensi dan kondisi ibu bersalin, karena keduanya terbukti memberikan efek yang serupa dalam manajemen nyeri persalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan pada Ny. N dan Ny. Y dengan gangguan tidur maka hasil sebagai berikut:

- a. Terdapat efektivitas sebelum dan sesudah diberikan pijat endorphen terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin dengan skor NRS dari 7 pada kunjungan pertama menjadi 4 pada kunjungan kedua dan tetap 4 pada kunjungan ketiga.
- b. Terdapat efektivitas sebelum dan sesudah diberikan pijat oksitosi terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin dengan skor NRS dari 7 pada kunjungan pertama menjadi 4 pada kunjungan kedua dan tetap 4 pada kunjungan ketiga.
- c. Tidak terdapat perbedaan antara pemberian pijat endorphen dan oksitosin dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin dimana kedua intervensi ini sama-sama efektif.

Saran

- 1) Bagi Klien
Hasil penelitian ini diharapkan ibu dalam persalinan kala I yang mengalami nyeri persalinan dapat mengetahui dan menerapkan massage endorphine sebagai upaya penurunan tingkat intensitas nyeri persalinan
- 2) Bagi TPMB
Dapat memberikan sarana informasi atau pengetahuan bagi tenaga kesehatan khususnya bagi Bidan Praktik Mandiri untuk dapat digunakan sebagai salah satu alternatif terapi tanpa obat-obatan untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan.
- 3) Bagi Peneliti Selanjutnya
Dapat berfungsi sebagai referensi atau bahan untuk di jadikan pedoman bagi rekan-rekan yang ingin melanjutkan penelitian tentang pijat endorphan terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Arianti, D, Restipa, L. (2019). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Nyeri Persalinan Ibu Primigravida Kala 1 di Wilayah Kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang, Prosiding SainsTeKes MIPAKes UMRI.
- [2] Chakti, I. O., Indrayani, D., Sariaty, S., Studi, P., Profesi, P., Politeknik, B., Kemenkes, K., Kebidanan, J., Kesehatan, P., & Bandung, K. (2022). Pengaruh Teknik Pijat Oksitosin Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan: Evidence Based Case Report (EBCR). *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(2), 212–221.
- [3] Christiana, I., & Kusumawati, D. (2021). Pengaruh Kombinasi Pijat Endorphan Dan Murrotal Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Di Pmb Ny. N Paspan Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific)* <https://doi.org/10.33023/jikep.v7i2.848>
- [4] Dewie, A., & Kaparang, M. J. (2020). Efektivitas Deep Back Massage dan Massage Endorphan terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di BPM Setia. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 43–49. <https://doi.org/10.33860/jik.v14i1.85>
- [5] Dyah, dkk. (2018). NYERI PERSALINAN. *STIKes Majapahit*. Handayani, D., . J., Octavariny, R., & Ginting, D. Y. (2021). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Di Klinik Juliana Tanjung Morawa. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 3(2), 116–120. <https://doi.org/10.35451/jkk.v3i2.644>
- [6] Himawati, I., & kodyah, N. (2020). pengaruh pijat oksitosin terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin di rumah sakit permata bunda purwodadi grobogan. *journal of midwifery*, 8(1), 17–22. <https://doi.org/10.37676/jm.v8i1.1029>
- [7] Himawati, Laily Kodyah, N. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Rumah Sakit Permata Bunda Purwodadi Grobogan. *Journal Of Midwifery*, 8(1), 17 22. <https://doi.org/10.37676/jm.v8i1.1029>
- [8] Karuniawati, B. (2020). Efektivitas Massage Endorphan dan Counter Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 27. <https://doi.org/10.33757/jik.v4i1.256>
- [9] Kemenkes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta
- [10] Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphan Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 15–21.

- <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.43>
- [11] Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphen Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 15–21. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.43>
- [12] Kundaryanti, evi rizkiyani, j. A. S. (2023). Perbandingan nyeri persalinan pada ibu yang mendapatkan pijat oksitosin dengan pijat endorphen. *Jurnal menara medika*, 6(1), 1–23.
- [13] Kuswandi, L. (2019). *Hynobirting a Gentle Way to Give Birth*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- [14] Maryunani, A. (2020). *Nyeri Dalam Persalinan Teknik Dan Cara Penanganannya*. Jakarta: Trans Info Media.
- [15] Meinasari Kurnia Dewi. (2023). Pengaruh pijat endorphen terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala i fase aktif studi kasus pada ibu bersalin di pmb m kota bekasi. 2(8), 3069–3077.
- [16] Nasution, N, H. (2021). Pengaruh Pijat Endorphen Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan.
- [17] Nisa Ana Zumrotun, Indah puspitasari, p. R. N. (2023). Efektivitas kombinasi pijat endorphen dan audio analgesik untuk menurunkan nyeri persalinan kala. *Jurnal ilmu keperawatan dan kebidanan*, 14(2), 437–445.
- [18] Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. PT. Bina Pustaka.
- [19] Putri, A., Dewi, S., Rosiana Gumela, D., Novitarini, O., Susanti, T., Rahmadhani, W., & Novyriana, E. (2022). Oxytocin Massage to Reduce Labour's Pain and Improve the Contraction. *Journal of Sexual and Reproductive Health Sciences*, 1(2), 34–41.
- [20] Rini Kundaryanti, Evi Rizkiyani, J. A. S. (2023). Perbandingan Nyeri Persalinan Pada Ibu Yang Mendapatkan Pijat Oksitosin Dengan Pijat Endorphen. 6(1), 1–23.
- [21] Saleha. (2023). Efektifitas pijat oksitosin mengurangi nyeri persalinan 1. *Prosiding simposium kesehatan nasional*.
- [22] Siti KholifatulMarhamah, Rini Susianti, Ria Elita, Revi Anggraini, Vitra Vica, A. (2022). Pengaruh Endorphen Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I di BPM Rini Susianti., *Amd.Keb.* 2(2).
- [23] Sulfianti, S. (2020). *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Yayasan Kita Menuli.
- [24] Tanjung Wiwi Wardani, A. A. (2019). Efektivitas Endorphen Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia ...*, 4(2), 48–53. <http://jurnal.stikes-aufa.ac.id/index.php/health/article/view/65>

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN