

EFEKTIVITAS PIJAT ENDORPHINE DAN BONAPACE TERHADAP PENURUNAN RASA NYERI PERSALINAN KALA I PADA PRIMIPARA**Engeng Daryanti^{1*}, Meti Sulastri², Heni Nurakilah³, Maria Ulfah Jamil⁴,
Lina Marlina⁵**¹⁻⁵Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti KencanaEmail Korespondensi: engeng.daryanti@bku.ac.id

Disubmit: 24 Oktober 2023

Diterima: 21 November 2023

Diterbitkan: 01 Januari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i1.12769>**ABSTRACT**

Pain is a natural process in the birth process. If it cannot be handled properly, it can cause other problems, for example increased anxiety during childbirth so that the production of the hormone adrenaline increases and can result in vasoconstriction which causes the mother's blood flow to the fetus to decrease. The fetus will experience hypoxia while the mother will experience prolonged labor and can increase systolic and diastolic pressure. Problems that occur during the first stage of labor, primiparous mothers experience an increase in the level of pain during the first stage, so it needs to be anticipated to reduce the pain, this encourages mothers who are about to give birth to choose surgery because they don't want to feel the pain. To analyze the effectiveness of endorphine massage with bonapace in reducing pain in the first stage of labor in primiparas. The method used was quasi-experimental with a pretest-posttest only control group design. Data analysis was carried out before and after the procedure using the Wilcoxon test, while to determine the effectiveness of the endorphine and Bonapace massage procedures using the Mann Whitney test. The results obtained showed that the endorphine and bonapace massage procedures each showed a p value of <0.005, which means that there was a significant difference in the mean of labor pain during the first active phase in primiparous mothers before and after the endorphine massage, as well as for bonapace. The results of the analysis carried out on these two actions obtained a p value of 0.74 (more than 0.005), this shows that there is no difference in the effectiveness of endorphine and bonapace massage in reducing pain in the first stage of labor in primiparas in the Malangbong Community Health Center working area. There is an effect of endorphine massage on reducing pain in the first stage of labor in primiparas and there is also an effect of bonapace on reducing pain in the first stage of labor in primiparas in the working area of the Malangbong Community Health Center, but there is no difference in the effectiveness of endorphine massage and bonapace in reducing pain during labor. I in primipara.

Keywords: *Massage Endorphine, Bonapace, Pain Labour***ABSTRAK**

Nyeri adalah proses alamiah dalam proses persalinan. Apabila tidak bisa diatasi dengan baik, dapat menimbulkan masalah lain misalnya meningkatnya

kecemasan pada saat menghadapi persalinan sehingga produksi hormon adrenalin meningkat dan bisa mengakibatkan vasokonstriksi yang menyebabkan aliran darah ibu ke janin menurun. Janin akan mengalami hipoksia sedangkan ibu akan mengalami persalinan lama dan dapat meningkatkan tekanan sistolik dan diastolic (Solehati, 2018). Permasalahan yang terjadi pada proses persalinan kala I ibu primipara didapatkan tingkat nyeri saat proses kala I meningkat, sehingga perlu diantisipasi untuk mengurangi rasa sakit tersebut, hal ini mendorong ibu yang akan melahirkan memilih jalan dengan operasi karena tidak ingin merasakan rasa sakit. Untuk menganalisis keefektifitasan antara pijat endorphine dengan bonaface dalam menurunkan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara. Metode yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan rancangan *preetest-posttest only control group design*. Analisis data dilakukan sebelum dan sesudah tindakan menggunakan *uji wilcoxon*, sedangkan untuk mengetahui efektivitas dari tindakan pijat endorphine dan bonapace dengan *uji mann whitney*. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa tindakan pijat endorphine dan bonapace masing-masing menunjukkan nilai $p < 0,005$ yang artinya terdapat perbedaan rerata nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara yang bermakna sebelum dan sesudah tindakan pijatan endorphine, begitu juga untuk bonapace. Hasil analisis yang dilakukan pada kedua tindakan ini mendapatkan nilai $p 0,74$ (lebh dari $0,005$), hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan efektivitas pijat endorphine dan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara di wilayah kerja Puskesmas Malangbong. Ada pengaruh pijatan endorphine terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara dan ada pengaruh juga dari bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara di wilayah kerja Puskesmas Malangbong, akan tetapi tidak ada perbedaan efektivitas pijat endorphine dan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara.

Kata Kunci: Pijat Endorphine, Bonapace, Nyeri Persalinan

PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran merupakan kejadian yang fisiologis, persalinan adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan yaitu 37-42 minggu, lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin. Persalinan juga disertai rasa nyeri yang membuat ibu diliputi rasa takut dan cemas. Beberapa penelitian mengatakan pada persalinan masyarakat dahulu, 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, 2018).

Nyeri yang terjadi pada proses persalinan kala I dapat mempengaruhi kondisi ibu seperti kelelahan, rasa takut, khawatir, dan menimbulkan stress. Stress dapat mengakibatkan melemahkan kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama (Ani, 2016). Menurut beberapa ahli, rasa nyeri yang terjadi pada proses persalinan terjadi akibat kerusakan jaringan yang nyata (Judha, 2013).

Nyeri pada proses persalinan kala I bisa diatasi dengan cara farmakologis (dengan obat-obatan) dan non farmakologis (tanpa obat-obatan). Penatalaksanaan non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri persalinan dengan tanpa efek samping yang akan memengaruhi

kondisi pada ibu bersalin dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya (Puspitasari, 2015).

Menurut penelitian Nailufar F dkk (2021) yang bertujuan menganalisis keefektifan terapi massage euffleurage dengan terapi aroma lavender dan terapi metode bonapace terhadap nyeri persalinan yang dilakukan pada 3 kelompok yaitu kelompok terapi kombinasi massage effleurage dan aromaterapi lavender, kelompok terapi bonapace dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skala nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan terapi pada masing-masing metode. Metode terapi lavender dan massage euffleurage lebih efektif dibandingkan metode bonapace (Firdaus, 2021).

Penelitian Hesty dan Sri (2022) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat endorphine terhadap intensitas persalinan kala I, dengan pemberian pijat endorphine selama 5-15 menit dan terbukti ibu merasa lebih rileks dan rasa nyeri berkurang karena ketika diberikan terapi pijat endorphine secara fisiologis tubuh ibu akan merangsang pengeluaran analgesic endogen (endorphine) sehingga dapat menghambat transmisi nyeri dengan cara meningkatkan sirkulasi neurotransmitter dan menurunkan sistem saraf simpatis sehingga terjadi penurunan ketegangan otot (Wulandary dan Mulyati, 2022).

KAJIAN PUSTAKA

Nyeri persalinan adalah sensasi yang tidak menyenangkan akibat stimulasi saraf sensorik. Rasa nyeri ini bersifat personal dan setiap orang mengartikan rasa nyeri yang dirasakan berbeda terhadap stimulus yang sama tergantung pada ambang

nyeri yang dimilikinya. Nyeri persalinan merupakan masalah rasa nyaman yang sering terjadi pada ibu yang akan melahirkan dan dapat disebabkan karena proses pembukaan mulut Rahim ketika bayi bergerak untuk melewati jalan lahir (Uliyah, 2015).

Nyeri pada kala I terutama ditimbulkan oleh stimulus yang dihantarkan melalui saraf pada leher rahim (serviks) dan rahim/uterus bagian bawah. Nyeri ini merupakan nyeri visceral yang berasal dari kontraksi uterus dan adneksa. Intensitas nyeri berhubungan dengan kekuatan kontraksi dan tekanan yang ditimbulkan (Maryunani, 2010).

Nyeri akan bertambah dengan adanya kontraksi isometrik pada uterus yang melawan hambatan oleh leher rahim/uterus dan perineum. Selama persalinan bila serviks uteri/leher rahim dilatasi sangat lambat atau bilamana posisi fetus (janin) abnormal menimbulkan distorsi mekanik, kontraksi kuat disertai nyeri hebat. Hal ini karena uterus berkontraksi isometric melawan obstruksi. Kontraksi uterus yang kuat merupakan sumber nyeri yang kuat (Judha, 2012).

Penatalaksanaan farmakologis pada nyeri persalinan meliputi analgesia yang menurunkan dan mengurangi rasa nyeri dan anesthesia yang menghilangkan sensasi bagian tubuh baik parsial maupun total.

Beberapa penanganan nyeri nonfarmakologis diantaranya dengan massage. Pijatan merupakan terapi nyeri dengan menggunakan refleksi lembut untuk menahan, menggosok, atau meremas bagian tubuh yang nyeri seperti pada bahu, leher, wajah, pinggang, dan punggung. Tindakan utama massage dianggap menutup gerbang untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi

pada system saraf pusat, yang kemudian rangsangan taktil dan perasaan positif yang berkembang ketika dilakukansentuhan yang penuh perhatian dan empatik, bertindak memperkuat efek massase untuk mengendalikan nyeri (Febriana, 2020).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan efektifitas pijat endorphine dan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara.

Adakah pengaruh efektivitas pijatan endorphine dan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest only control group design*, yaitu dengan membandingkan perbedaan hasil antara 2 kelompok yang diberikan intervensi pada kelompok yang diberikan pijat endorphine dan bonaface (Creswell, 2013).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I primipara selama periode penelitian. Teknik pemilihan sample pada penelitian ini dilakukan dengan cara purposive sampling.

Variable yang diteliti adalah rasa nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan tindakan pijat endorphine dan bonapace. Nyeri persalinan akan diukur menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Setelah dilakukan uji normalitas, analisa data sebelum dan sesudah dilakukan tindakan pijat endorphine serta sebelum dan sesudah diberikan tindakan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara menggunakan uji *Wilcoxon*. Selanjutnya di analisis untuk menilai efektivitas pijat endorphine dan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara dengan menggunakan *uji mann whitney*.

Penelitian ini dilaksanakan selama 3 bulan dari bulan Juni-Agustus 2023 di Wilayah Kerja Puskesmas Malangbong.

Uji layak etik dilakukan di Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Bhakti Kencana dengan Nomor 157/09.KEPK/UBK/IX/2023.

HASIL PENELITIAN

1. Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Kala I Sebelum dan Sesudah diberikan Pijat Endorphine

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Kala I Sebelum dan Sesudah Pijat Endorphine

Kategori Nyeri	Tindakan			
	Pre-Test		Post-Test	
	n	%	n	%
1-3	-	-	-	-
4-6	6	42,8	10	71,4
7-9	8	57,1	4	28,5
10	-	-	-	-
Total	14	100	14	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa rasa nyeri yang dirasakan sebelum tindakan pijatan

endorphine, dominan pada skala 7-9 sebanyak 8 orang (57,1%) dan terdapat responden sebanyak

6 orang (42,8%) berada pada skala 4-6. Akan tetapi setelah diberikan tindakan pijat endorphine, rasa nyeri persalinan mengalami penurunan ke skala 4-6 sebanyak 10 orang (71,4%) dan yang masih

merasakan nyeri di skala 7-9 sebanyak 4 orang (28,5%).

2. Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Kala I Sebelum dan Sesudah diberikan Bonapace

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nyeri Persalinan Kala I Sebelum dan Sesudah diberikan Bonapace

Kategori Nyeri	Tindakan			
	Pre-Test		Post-Test	
	n	%	n	%
1-3	-	-	-	-
4-6	5	35,7	8	57,1
7-9	9	64,2	6	42,8
10	-	-	-	-
Total	14	100	14	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi nyeri persalinan kala I pada primipara sebelum tindakan bonapace paling dominan berada pada skala 7-9 sebanyak 9 orang (64,2%) dan skala 4-6 sebanyak 5 orang (35,7%). Akan tetapi setelah dilakukan tindakan bonapace rasa

nyeri persalinan dominan berada dalam skala 4-6 sebanyak 8 orang (57,1%) dan skala 7-9 sebanyak 6 orang (42,8%).

3. Hasil Uji Statistik Pijat Endorphine dan Bonapace Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Persalinan Kala I pada Primipara

Tabel 3. Hasil Uji Statistik Metode Pijat Endorphine dan Bonapace Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Pada Primipara

Tindakan	n	Rerata ± s.d	p
Sebelum		2,64 ± 0,64	0,004
Sesudah		2,29 ± 0,84	
Sebelum		2,69 ± 0,64	
Sesudah		2,07 ± 0,70	

4. Efektivitas Pijat Endorphine dan Bonapace Terhadap Penurunan

Rasa Nyeri Persalinan Kala I Pada Primipara

Tabel 4. Efektivitas Pijat Endorphine dan Bonapace Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Pada Primipara

Tindakan	n	Rerata ± s.d	p
Pijat Endorphine	14	2,29 ± 0,84	
Bonapace	14	2,07 ± 0,70	

Tabel 3 memperlihatkan hasil analisis bivariat pada tindakan pijat endorphine

menunjukkan nilai p 0,004 dan tindakan bonapace menunjukkan nilai p 0,015. Dengan nilai $\alpha < 0,05$

maka artinya terdapat perbedaan rerata kategori nyeri persalinan kala I yang bermakna sebelum dan sesudah diberikan tindakan pijat endorphine. Begitu juga untuk tindakan bonapace terdapat perbedaan rerata kategori nyeri persalinan kala I yang bermakna sebelum dan sesudah tindakan bonapace.

PEMBAHASAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang dialami oleh seorang perempuan setelah melewati kehamilan. Begitupun dengan nyeri persalinan yang sering dirasakan ibu pada proses kelahiran merupakan hal yang fisiologis. Namun rasa nyeri yang dialami ibu pada proses persalinan mengalami perbedaan, nyeri persalinan ini merupakan salahsatu ketidaknyamanan dalam proses persalinan (Alleemudder, 2015). Rasa nyeri tersebut diakibatkan karena dilatasi serviks, kompresi saraf di serviks, iskemia korpus uteri, hipoksia otot uterus, dan peregangan yang terjadi pada segmen bawah uterus. Metode yang digunakan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan bisa dilakukan dengan farmakologis dan non farmakologis. Metode non farmakologis salahsatunya dengan menggunakan tindakan pijat endorphine dan bonapace (Bonapace, 2013).

Pengaruh Pijat Endorphine terhadap Penurunan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Pada Primipara

Sebelum dilakukan tindakan pijat endorphine, nyeri persalinan yang dominan terjadi pada skala 7-8 sebanyak 8 orang (57,1%) sedangkan yang mengalami nyeri skala 4-6 sebanyak 6 orang (42,8%). Setelah diberikan tindakan pijat endorphine skala nyeri mengalami penurunan yang bermakna, pada skala 7-9

Tabel 4 menunjukkan analisis data bahwa dari tindakan pijat endorphine dan bonapace ternyata mendapatkan hasil $p > 0,05$, artinya tidak ada perbedaan efektivitas dari pijat endorphine dan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara.

menjadi 4 orang (28,5%) dan skala 4-6 menjadi 10 orang (71,4%). Hal ini sejalan dengan beberapa teori hasil penelitian terdahulu.

Pijat endorphin merupakan sebuah teknik sentuhan dan pemijatan ringan yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh ibu bersalin pada kala I dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Pijat Endorphine dilakukan pada dilatasi serviks 4-5 cm dan dilakukan pada saat ibu merasakan nyeri, pemijatan dilakukan didaerah lengan dengan ujung jari dan daerah punggung membentuk huruf V. Pijat ini dilakukan kurang lebih 30 menit atau sampai ibu dapat merasakan kenyamanan dan dapat dilakukan berulang. Disela tidak kontraksi berikan ibu makan dan minum untuk menambah energi (Azizah, dkk, 2015).

Penelitian yang dilakukan Nurul Ayati (2020), menunjukkan bahwa pengaruh Endorphine massage terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin didapatkan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$) yaitu terdapat pengaruh positif massage endorphine terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I. Sebelum diberikan massage endorphine mengalami nyeri berat sebanyak 18 orang, dan sesudah diberikan menjadi nyeri sedang

sebanyak 17 orang, massage endorphine dilakukan selama kontraksi.

Fitriana (2017), dalam penelitiannya tentang pengaruh pijat endorphine terhadap intensitas nyeri kala I pada primipara diperoleh hasil ada pengaruh pijat endorphine terhadap nyeri persalinan bahkan memberikan rasa tenang dan nyaman dalam menghadapi proses persalinan, tidak menimbulkan efek samping yang membahayakan dan dapat menurunkan kecemasan sehingga nyeri yang ditimbulkan saat bersalin dapat berkurang.

Penelitian Antik (2018), juga menghasilkan hal yang sama, dimana Ketika sebelum diberikan Endorphin Massage masih terdapat nyeri sangat berat dan dominan terdapat rasa nyeri berat. Sedangkan Ketika sudah diberikan Endorphin Massage, variasi rasa nyeri yang dirasakan responden adalah nyeri yang sedang serta tidak ada lagi terasa nyeri sangat berat. Hal itu dikarenakan karena bekerjanya hormon endorphine saat diberikan perlakuan Massage Endorphin sehingga ibu bersalin mengalami relaksasi.

Pengaruh Bonapace Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Pada Primipara

Sebelum dilakukan tindakan bonapace skala nyeri pada persalinan kala I yang dialami oleh ibu dominan berada di skala 7-9 sebanyak 9 orang (64,2%) dan skala 4-6 sebanyak 5 orang (35,7%). Sedangkan setelah dilakukan tindakan bonapace nyeri pada persalinan mengalami penurunan, skala 7-9 sebanyak 6 orang (42,8%) dan skala 4-6 sebanyak 8 orang (57,2%). Beberapa peneliti sebelumnya menghasilkan hal yang sama.

Teknik bonapace dimulai dari melakukan intervensi atau kontrol sistem saraf pusat dengan cara

teknik pernafasan, relaksasi, pijatan ringan pada punggung saat ibu merasakan ada kontraksi, kemudian pemberian analgesik hiperstimulasi selama kontraksi dengan cara mendampingi selama proses persalinan (Bonapace, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nailufar (2021) menyatakan bahwa metode bonapace dapat mengurangi nyeri persalinan secara signifikan karena menggabungkan beberapa tehnik penurunan nyeri secara non farmakologi yaitu relaksasi pernafasan dan pendampingan keluarga yang dapat menurunkan hormon stressor sehingga ibu bisa menjadi lebih tenang dan kontraksi berlangsung aman, alami, dan lancar.

Efektivitas Pijat Endorphine dan Bonapace Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Pada Primipara

Dari uji statistik yang dilakukan untuk menguji efektivitas pijat endorphine dan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan efektifitas diantara keduanya, menurut asumsi peneliti, hal ini mungkin kedua metode tersebut pada prinsipnya sama-sama memberikan rasa nyaman dan tenang dan merangsang hormon endorphine.

Ditunjang dengan yang dikemukakan oleh Aprilia, manfaat dari pijat endorphine untuk mengendalikan rasa nyeri serta rasa sakit yang menetap, mengendalikan perasaan stress, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Para ilmuwan juga menemukan bahwa beta-endorphine dapat mengaktifkan NK (Natural Killer) cells tubuh manusia dan mendorong sistem kekebalan tubuh melawan sel-sel kanker. Teknik endorphine massage ini dipakai untuk

mengurangi perasaan tidak nyaman dan meningkatkan relaksasi yang memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit.

Tehnik bonapace merupakan salah satu metode non-farmakologis.

Manajemen nyeri dengan metode farmakologi lebih efektif dibandingkan dengan metode non farmakologi, hanya saja metode farmakologi lebih mahal dan sangat berpotensi mempunyai banyak efek samping. Metode bonapace menggunakan beberapa tehnik manajemen nyeri untuk mengontrolnya berdasarkan tiga model modulasi nyeri neurofisiologis, yang pertama adalah pengendalian sistem saraf pusat melalui pernafasan, relaksasi dan pengaturan kognitif, yang kedua adalah penggunaan stimulus, dan yang ketiga menurunkan penghambat oleh hiperstimulasi akupresure sehingga bonapace efektif dalam penanganan nyeri persalinan pada kala I.

Pijatan ataupun penekanan pada bagian tubuh tertentu dinilai menciptakan stimulus yang dapat mengganggu jalannya transmisi nyeri ke bagian otak, yang secara efektif mampu menutup pintu gerbang untuk penerimaan nyeri, dan juga merangsang pelepasan endorphine dan meningkatkan kadar serotinin untuk menghambat transmisi sinyal saraf berbahaya untuk otak.

Relaksasi selama proses persalinan dan pendampingan keluarga sangat mempengaruhi psikologis ibu bersalin dan sistem kerja otak dalam mengontrol rasa nyeri selama persalinan. Titik yang digunakan dalam metode bonapace menyebabkan rilis simultan dari energi yang lebih rendah serta pengurangan nyeri. Metode bonapace merupakan metode yang mengkombinasikan beberapa tehnik non farmakologi diantaranya

relaksasi, pijatan, akupresure, dan pendampingan keluarga.

Hasil penelitian terhadap perbandingan efektivitas pijat endorphine dan bonapace terhadap penurunan nyeri kala I primipara didapatkan tidak ada perbedaan. Menurut asumsi peneliti terhadap hasil penelitian ini dikarenakan antara pijat endorphine dengan bonapace adalah sama-sama melakukan pijatan walaupun dengan tehnik berbeda. Kedua tehnik ini sama-sama memberikan rasa nyaman dan tenang terhadap ibu primipara dalam menghadapi nyeri yang dirasakan ketika persalinan pada kala I.

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat endorphine terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara dan terdapat pengaruh bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara di wilayah kerja Puskesmas Malangbong, akan tetapi tidak terdapat perbedaan efektivitas antara pijat endorphine dan bonapace terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I pada primipara.

Saran bagi bidan yang bertugas di wilayah kerja Puskesmas Malangbong pijat endorphine dan bonapace dapat dilakukan sebagai salah satu alternatif non farmakologis dalam mengurangi rasa nyeri pada proses persalinan dan memberikan rasa nyaman kepada ibu.

DAFTAR PUSTAKA

azizah, & Et Al. (2013). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan Ibu Primipara Di Bps

- S Dan B. *Jurnal Kebidanan*, Vol. 2, No.1.
- Azkiya, F., & Fairuza, F. (2023). Efektifitas Pemberian Massage Counter Pressure Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Pada Kala I Fase Aktif Persalinan Normal. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 5, No.2, 69-74.
- Bonapace. (2013). Evaluation Of The Bonapace Metod A Specific Educational Intervention To Reduce Pain During Childbirth . *Jurnal Of Pain Research*.
- Creswell, J. W. (2013). *Research Design : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Moxed, Terjemahan Fawaid A*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dewi, A., & Kaparang, M. J. (2020, Mei). Effectiveness Deep Back Massage And Massage Endorphin Against Intensity Of Pain In. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14, No 1, 43-49.
- Firdaus, N., Setiawati, I., & Fahmi, N. F. (2021, Maret). Studi Komparasi Terapi Kombinasi Eufleurage Dan Aroma Terapi Lavender Dengan Metode Bonapace Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Primigravida Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Obsgin*(Issn 2685-7987).
- Fitriana, & Putri, N. A. (2017). Pengaruh Pijat Endorphine Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Pada Ibu Primipara. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13 No. 1.
- Hairunisyah, R., Jamila, & Setiawati. (2023). Pengaruh Teknik Massage Counter Pressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I. *Journal Of Health Science And Research*, 5, No 4.
- Judha, Muhammad, & F.A. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan* (Vol. 2). Yogyakarta: Pustaka Cendekia.
- Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala Pada Ibu Bersalin. *Journal For Quality In Women Health*, 3 No 1, 15-21.
- M, A. (2015). *Analgesia For Labor. An Evidence Based Insight For The Obstetrician And Cynaecologist*.
- Maryunani, A. (2016). *Manajemen Kebidanan Terlengkap*. Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- Nurchayanti, F. D., Admasari, Y., & Yunita, A. (2020, September). Perbedaan Intensitas Nyeri Pada Pasien Inpartu Kala I Fase Aktif Dengan Tehnik Eufleurage. *Indonesian Jurnal Of Health Development Vol 2, No. 2*.
- Prawirohardjo, S. (2018). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Jakarta: Pt. Bina Pustaka Sarwono.
- Puspitasari, E. (2014). *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Rosemary, M. (2003). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: Egc.
- Solehati, T. (2018). *Terapi Non Farmakologi Nyeri Pada Persalinan. Systematic Review*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah.
- Tanjung, W. W., & Antoni, A. (2019). Efektifitas Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Indonesian Health Scientific Journal*, 4, No 2.
- Wulandari, H. F., & Mulyati, S. (2022, April 03). Pijat Endorphine Efektif Mengurangi Nyeri Kala I Persalinan. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2.
- Yuliatun, L. (2008). *Penanganan Nyeri Persalinan Dengan Metode Non Farmakologis*.

- Malang: Banyumedia Publishing.
- Yuliatun, M., & A, H. (2015). *Keterampilan Dasar Klinik Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Azizah, & Et Al. (2013). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan Ibu Primipara Di Bps S Dan B. *Jurnal Kebidanan, Vol. 2, No.1*.
- Azkiya, F., & Fairuza, F. (2023). Efektifitas Pemberian Massage Counter Pressure Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Pada Kala I Fase Aktif Persalinan Normal. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima, 5, No.2, 69-74*.
- Bonapace. (2013). Evaluation Of The Bonapace Metod A Specific Educational Intervention To Reduce Pain During Childbirth . *Jurnal Of Pain Research*.
- Creswell, J. W. (2013). *Research Design : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Moxed, Terjemahan Fawaid A*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dewi, A., & Kaparang, M. J. (2020, Mei). Effectiveness Deep Back Massage And Massage Endorphin Against Intensity Of Pain In. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 14, No 1, 43-49*.
- Firdaus, N., Setiawati, I., & Fahmi, N. F. (2021, Maret). Studi Komparasi Terapi Kombinasi Eufleurage Dan Aroma Terapi Lavender Dengan Metode Bonapace Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Primigravidarum Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Obsgin(Issn 2685-7987)*.
- Fitriana, & Putri, N. A. (2017). Pengaruh Pijat Endorphine Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Pada Ibu Primipara. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, 13 No. 1*.
- Hairunisyah, R., Jamila, & Setiawati. (2023). Pengaruh Teknik Massage Counter Pressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I. *Journal Of Health Science And Research, 5, No 4*.
- Judha, Muhammad, & F.A. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan (Vol. 2)*. Yogyakarta: Pustaka Cendekia.
- Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala Pada Ibu Bersalin. *Journal For Quality In Women Health, 3 No 1, 15-21*.
- M, A. (2015). *Analgesia For Labor. An Evidence Based Insight For The Obstetrician And Cynaecologist*.
- Maryunani, A. (2016). *Manajemen Kebidanan Terlengkap*. Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- Nurchahyanti, F. D., Admasari, Y., & Yunita, A. (2020, September). Perbedaan Intensitas Nyeri Pada Pasien Inpartu Kala I Fase Aktif Dengan Tehnik Euflarage. *Indonesian Jurnal Of Health Development Vol 2, No. 2*.
- Prawirohardjo, S. (2018). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Jakarta: Pt. Bina Pustaka Sarwono.
- Puspitasari, E. (2014). *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Rosemary, M. (2003). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: Egc.
- Solehati, T. (2018). *Terapi Non Farmakologi Nyeri Pada Persalinan. Systematic Review*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah.