



## IMPLEMENTASI DEEP BACK MASSAGE PADA NY. U DENGAN NYERI PERSALINAN KALA I

Dini Risty Lestari\*, Siti Haniyah

Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Jl. Raden Patah No.100, Kedunglongsir, Ledug, ]Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah 53182, Indonesia

\*[Diniristyalestari8@gmail.com](mailto:Diniristyalestari8@gmail.com)

### ABSTRAK

Persalinan merupakan suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (bayi dan plasenta) secara alami, yang dimulai dengan adanya kontraksi yang adekuat pada uterus, pembukaan dan penipisan serviks. Proses persalinan terjadi pada kehamilan cukup bulan yaitu usia kehamilan 37-42 minggu. Pada saat proses persalinan secara fisiologis ibu inpartum akan mengalami nyeri persalinan, dimana nyeri ini terjadi karena adanya kontraksi didalam rahim. Kontraksi ini menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut bagian bawah dan menjalar kearah paha. Tindakan dapat dilakukan untuk adaptasi nyeri persalinan dengan terapi non farmakologi yaitu dengan menerapkan teknik deep back massage. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui asuhan keperawatan maternitas dengan intervensi penerapan teknik deep back massage terhadap adaptasi nyeri persalinan kala I di Puskesmas Ajibarang I. Jenis penelitian ini yaitu studi kasus, sampel yang digunakan adalah ibu hamil yang mengalami nyeri persalinan kala I dengan jumlah sampe 1 orang. Studi kasus yang peneliti gunakan merupakan lima tahap proses keperawatan meliputi pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Hasil studi kasus yang didapatkan pada pasien setelah dilakukan teknik deep back massage selama 3x3 jam pasien menunjukkan penurunan tanda dan gejala nyeri. Studi kasus ini menunjukkan bahwa terapi teknik deep back massage dapat membantu menurunkan tingkat nyeri dan membuat pasien lebih rileks pada ibu bersalin kala I.

Kata kunci: deep back massage; nyeri persalinan; persalinan kala I

### IMPLEMENTATION OF DEEP BACK MASSAGE IN NY. U WITH PAIN IN THE FIRST STAGE OF LABOR

### ABSTRACT

*Childbirth is a natural process of expelling the products of conception (baby and placenta), which begins with adequate contractions of the uterus, opening and effacement of the cervix. The birthing process occurs at term pregnancy, namely 37-42 weeks of gestation. During the birth process, physiologically the inpartum mother will experience labor pain, where this pain occurs due to contractions in the uterus. These contractions cause pain in the waist, lower abdominal area and radiate towards the thighs. Actions can be taken to adapt to labor pain with non-pharmacological therapy, namely by applying the deep back massage technique. The aim of this research is to determine maternity nursing care with the intervention of applying the deep back massage technique to adapt to pain in the first stage of labor at the Ajibarang I Community Health Center. This type of research is a case study, the sample used is pregnant women who experienced pain in the first stage of labor with a number of up to 1 person. . The case study that the researcher used is the five stages of the nursing process including nursing assessment, nursing diagnosis, nursing intervention, nursing implementation and nursing evaluation. The results of the case study obtained in patients after the deep back massage technique was carried out for 3x3 hours showed a decrease in signs and symptoms of pain. This case study shows that deep back massage technique therapy can help reduce pain levels and make patients more relaxed in the first stage of labor.*

Keywords: deep back massage; first stage of labor; labor pain

## PENDAHULUAN

Persalinan adalah rangkaian peristiwa keluarnya bayi yang sudah cukup berada dalam rahim ibunya, dengan disusul oleh keluarnya plasenta dan selaput janin dari tubuh ibu (Dewi, 2023). Persalinan atau kelahiran merupakan proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan 37-42 minggu dengan adanya kontraksi dalam rahim (Irawati dkk, 2019). Jumlah ibu yang melahirkan di Indonesia tercatat sebanyak 5.050.637 orang pada tahun 2019, menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) dan diperkirakan jumlah kelahiran di Indonesia akan meningkat hingga 20%. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2015 mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup, turun dibandingkan tahun 2012 yang sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Target penurunan angka kematian pada tahun 2030 adalah 131 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2019).

Persalinan terjadi karena adanya kontraksi uterus, pembukaan dan penipisan serviks, dan penurunan kepala janin yang dapat menyebabkan nyeri persalinan. Nyeri persalinan terjadi pada kala I yang disebabkan oleh stimulus yang disalurkan oleh syaraf pada serviks dan uterus. Intensitas nyeri tergantung pada kekuatan kontraksi dan tekanan yang ditimbulkan saat kontraksi. Nyeri persalinan menyebabkan peningkatan tekanan darah, denyut nadi, frekuensi pernafasan, metabolisme keringat berlebih, pembesaran pupil mata, dan ketegangan pada otot (Dewi, 2023). Nyeri hebat pada kala I jika tidak dapat teratas dengan baik, dapat menimbulkan kecemasan serta ketakutan sehingga kebutuhan oksigen meningkat, otot menjadi tegang serta tekanan darah meningkat, keadaan ini akan merangsang katekolamin yang dapat menyebabkan ketidakadekuatan kontraksi sehingga mengakibatkan partus lama dan bisa memicu penekanan pengeluaran hormon oksitosin dalam tubuh, karena meningkatnya pengeluaran hormon progesterone yang menghambat terjadinya kontraksi, sehingga berdampak melemahnya kontraksi uterus ibu, dan keadaan ini menyebabkan kala I memanjang, fetal distress serta memungkinkan berdampak lebih buruk lagi seperti IUFD Intra Uterin Fetal Distress atau gawat janin (Rahmawati et al., 2022)

Nyeri persalinan dapat dikurangi dengan cara farmakologi maupun nonfarmakologi. Pengelolaan nyeri persalinan secara non farmakologi mempunyai beberapa keuntungan melebihi pengelolaan nyeri secara farmakologis. Tubuh memiliki pereda nyeri alamiah yaitu endorphin. Endorpin bisa diperoleh dengan masase (Taqiyah & Jama, 2021). Masase adalah melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri. Salah satu metode massage yang bisa digunakan yaitu Deep back massage (Rahmawati et al., 2022). Teknik deep back massage adalah penekanan pada sacrum yang dapat mengurangi ketegangan pada sendi sacroiliakus dari posisi oksiput posterior janin sehingga dapat memberikan kenyamanan pada ibu saat bersalin, dengan melakukan penekanan pada daerah sacrum pada saat ada kontraksi selama 20 menit dengan frekuensi 30- 40x gosokan permenit, sekitar 6-8 kali penekanan dengan menggunakan telapak tangan bagian bawah, dengan kekuatan tekanan bertumpu pada pangkal lengan, dengan gerakan seperti mengelus-elus pada ibu bersalin kala 1 fase aktif di lakukan tiga kali siklus pada fase aktif kala I persalinan dengan pembukaan 4-7 cm (Elawanti et al., 2021)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Elawanti et al., 2021) menunjukan bahwa dengan dilakukannya terapi deep back massage tingkat nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif mengalami penurunan, dilihat dari signifikansi hasil uji paired t-test nilai p-value = 0,000 yang artinya terdapat pengaruh deep back massage terhadap nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Penelitian lain juga menjelaskan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan teknik deep back massage dengan diinterpretasikan bahwa  $p\text{ value }0.000 < \alpha 0.05$  yang berarti H1 di terima dan H0 ditolak (Saputri et al., 2023a). Penelitian lain yang dilakukan oleh (Pake &

Adesta, 2023) hasil setelah dilakukan asuhan keperawatan dengan masalah nyeri persalinan berhubungan dengan kontraksi uterus dan dilatasi serviks dapat teratasi yaitu sebelum diberi terapi deep back massage pada klien 1 skala nyeri 6 sesudah 4. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan yaitu mengetahui asuhan keperawatan maternitas dengan intervensi penerapan teknik deep back massage terhadap adaptasi nyeri persalinan kala I di Puskesmas Ajibarang I

## METODE

Asuhan ini dilaksanakan di Puskesmas Ajibarang 1 pada tahun 2023. Sampel dalam penelitian ini adalah Ny. U dengan kriteria kehamilan aterm, tidak memiliki gangguan kulit pada daerah sacrum, kooperatif dan dapat berkomunikasi dengan baik. Asuhan yang diberikan adalah deep back massage untuk mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin. Metode massase yang diberikan dengan cara melakukan gosokan lembut, dan ada sedikit tekanan dengan menggunakan kedua tangan pada daerah sacrum. Metode ini diberikan selama 20 menit dengan frekuensi 30-40x gosokan permenit. Massage dilakukan selama ibu sedang berkontraksi. Nyeri akan diukur dengan menggunakan Visual Analogue Scale (VAS). VAS merupakan alat pengukuran intensitas nyeri yang dianggap paling efisien yang telah digunakan dalam penelitian dan pengaturan klinis. VAS umumnya disajikan dalam bentuk horizontal yang cara penyajiannya diberikan angka 0-10 yang masing-masing nomor dapat menunjukkan intensitas nyeri yang dirasakan oleh pasien.

## HASIL

### Pengkajian dan Analisis Data

Hasil pengkajian pasien Ny. U dengan usia kehamilan 38 minggu 3 hari pasien datang dengan keluhan perut kencang, mules dan nyeri mulai dari jam 05.00 pagi Pada kala I persalinan nyeri disebabkan oleh adanya kontraksi uterus yang menyebabkan dilatasi dan penipisan serviks serta iskemi pada uterus. Nyeri akibat dilatasi dan iskemia pada uterus ini adalah nyeri visceral yang dirasakan ibu pada bagian bawah abdomen dan menyebar ke daerah lumbal, punggung dan paha. Nyeri tersebut dirasakan ibu saat kontraksi dan menurun atau menghilang pada interval kontraksi. Nyeri ini terjadi karena adanya transmisi implis nyeri melalui saraf tertentu. Pada kala I persalinan impuls saraf berasal dari serviks dan korpus uteri kemudian ditransmisikan oleh serabut saraf afferent melalui pleksus uterus, pleksus pelviks, pleksus hipogastrik inferior, middle, posterior dan masuk ke lumbal kemudian masuk ke spinal (Saputri *et al.*, 2023b)

### Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan nyeri persalinan berhubungan dengan kontraksi uterus dirumuskan berdasarkan data pengkajian diantaranya pasien mengatakan nyeri perut, kencang, dan mulus. Pasien tampak meringis dan memegang perutnya serta tampak gelisah. Penyebab nyeri pada persalinan meliputi faktor fisiologis dan psikologis, faktor fisiologis merupakan intensitas rasa nyeri yang bertambah dari pembukaan satu sampai sepuluh semakin bertambah tinggi dan semakin sering sebanding dengan kekuatan kontaksi dan tekanan bayi terhadap struktur panggul, diikuti regangan bahkan perobekan jalan lahir. Sedangkan faktor psikologis merupakan rasa takut dan cemas yang berlebihan, rasa cemas yang berlebihan ini akan mempengaruhi rasa nyeri. Respon fisiologis yang tidak teratasi dengan baik akan menimbulkan masalah lain yaitu respon psikologis meningkatnya kecemasan (Rositawati & Rohimah, 2023).

Nyeri hebat pada kala I jika tidak dapat teratasi dengan baik dapat menimbulkan kecemasan serta ketakutan sehingga kebutuhan oksigen meningkat, otot menjadi tegang serta serta tekanan darah meningkat, keadaan ini akan merangsang katekolamin yang dapat

menyebabkan ketidak adekuatan kontraksi sehingga mengakibatkan partus lama dan memicu penekanan pengeluaran hormon oksitosin dalam tubuh, karena meningkatnya pengekuan hormon progesterone yang menghambat terjadinya kontraksi, sehingga berdampak melemahkan kontraksi uterus ibu dan keadaan ini menyebabkan kala I memanjang, fetal distres serta memungkinkan berdampak lebih buruk lagi seperti IUFD atau gawat janin (Taqiyah & Jama, 2021).

### **Intervensi Keperawatan**

Penetapan tujuan serta kriteria hasil pasien Ny. U mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) yakni setelah diberikan asuhan keperawatan 3x3 jam diharapkan Tingkat nyeri, meringis dan gelisah menurun. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) intervensi utama yang disebut manajemen nyeri dan intervensi dukungan dalam bentuk Pendidikan perawatan intranatal dan intervensi inovatif berdasarkan konsep *evidence based practice* serta konsep penelitian terkait teknik *deep back massage* untuk menurunkan tingkat nyeri pasien. Setelah mengetahui diagnosa keperawatan yang tepat untuk pasien, selanjutnya perawat menentukan serta Menyusun perencanaan keperawatan. Rencana asuhan yang disusun oleh perawat harus disesuaikan dengan kondisi pasien berdasarkan pengkajian dan diagnosa keperawatan (Simanullang, 2019).

*Deep back massage* sangat baik dan merupakan cara lembut untuk membantu ibu bersalin merasa lebih segar selama persalinan. Sentuhan dan kelembutan massage membuat ibu bersalin menjadi lebih rileks. Suatu penelitian menunjukkan bahwa wanita yang mendapatkan *massage* selama 20 menit setiap jam selama fase persalinan aktif merasa lebih tenang dan lebih terbebas dari nyeri. Hal ini terjadi karena massage dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa *endorphine* yang ada didalam tubuh dan merupakan pereda sakit alami. Endorphine ini dapat menciptakan perasaan nyaman dan enak (Nurulicha & Ashanti, 2019).

### **Implementasi Keperawatan**

Implementasinya meliputi penatalaksanaan dan manifestasi Tindakan keperawatan yang sudah dilakukan, sesuai dengan teori yang digunakan serta Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) sebagai pedoman. Pada studi kasus ini, keseluruhan Tindakan keperawatan yang direncanakan sudah diimplementasikan ke pasien. Implementasi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik nonfarmakologi untuk menurunkan nyeri dengan teknik deep back massage selama 20 menit dengan frekuensi 30- 40x gosokan permenit, sekitar 6-8 kali penekanan dengan menggunakan telapak tangan bagian bawah, dengan kekuatan tekanan bertumpu pada pangkal lengan. Penelitian lain juga menjelaskan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan teknik deep back massage dengan diinterpretasikan bahwa  $p$  value  $0.000 < \alpha 0.05$  yang berarti  $H_1$  di terima dan  $H_0$  ditolak (Saputri *et al.*, 2023a).

### **Evaluasi Keperawatan**

Hasil evaluasi keperawatan pada pasien Ny. U setelah diterapkannya asuhan keperawatan dalam 3x3 jam adalah Tingkat nyeri menurun dibuktikan dengan keluhan nyeri menurun, tampak meringis dan gelisah menurun. Pada bagian *assessment* masalah keperawatan nyeri melahirkan berhubungan dengan kontraksi uterus teratasi sebagian, planning hentikan intervensi karena sudah memasuki kala II. Hasil dari evaluasi keperawatan diharapkan sesuai dengan tujuan serta kriteria hasil yang ditetapkan diperencanaan. Kriteria hasil yang dicapai sebagaimana meliputi pasien mengatakan nyeri berkurang, pasien tampak meringis berkurang pasien tampak gelisah berkurang yang artinya terdapat pengaruh pemberian terapi *deep back massage* untuk nyeri persalinan pada Ny.U penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mely, 2023) secara statistic didapatkan  $p$  ( $0,000$ )  $<$  ( $0,05$ ). Hal ini

menunjukkan bahwa Ha diterima bahwa teknik deep back massage memiliki dampak pada nyeri persalinan kala I yang artinya dapat mengurangi nyeri kala I fase aktif persalinan.

Penelitian lain juga menyatakan perbedaan tingkat intensitas nyeri ibu hamil dengan proses persalinan secara pervaginam setelah diberikan perlakuan pre-test dan post-test yang artinya ada pengaruh pemberian masase punggung terhadap Tingkat intensitas nyeri pada persalinan kala I. Berdasarkan hasil skor rata rata nyeri di dapatkan hasil analisa univariat menunjukkan bahwa terdapat penurunan rata rata skor nyeri yang dimana pre test masase punggung memiliki rata rata 6,23 sedangkan post test masase punggung menjadi 5,14 dengan selisih rata rata sebesar 1,09. Dari hasil penelitian ini diperoleh intensitas nyeri sebelum dilakukan masase yaitu dengan skala nyeri 6 (34,3%) dan setelah dilakukan masase punggung yaitu dengan skala nyeri 3 sebanyak (11,4%) (Rejeki et al., 2022).

## PEMBAHASAN

Responden untuk penelitian studi kasus ini merupakan ibu yang sedang mengalami nyeri persalinan kala I. Nyeri pada persalinan kala I ditimbulkan oleh stimulus yang dihantarkan melalui saraf pada leher rahim (serviks) dan rahim atau uterus bagian bawah. Nyeri ini merupakan nyeri visceral yang berasal dari kontraksi uterus (Alam, 2020). Penurunan intensitas nyeri pada Ny. U setelah diberikan terapi *deep back massage* yang awalnya skala nyerinya 7 menjadi 5 hal disebabkan karena terapi *deep back massage* dapat menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada sistem saraf pusat. *Deep back massage* adalah penekanan pada sacrum yang dapat mengurangi ketegangan sendi sacroiliakus dari posisi oksiput posterior janin. Metode *deep back massage* merupakan metode massase dan sentuhan untuk membantu ibu lebih rileks dan nyaman selama persalinan. Sebuah penelitian menyebutkan ibu yang dipijat selama 20 menit setiap jam selama tahapan persalinan akan lebih bebas dari rasa sakit, karena pijat merangsang tubuh melepaskan senyawa *endorphin* yang merupakan pereda sakit alami dan menciptakan perasaan nyaman (Taqiyah & Jama, 2021).

Ilustrasi *Gate Control Theory* bahwa serabut nyeri membawa stimulasi nyeri ke otak lebih kecil dan perjalanan sensasinya lebih lambat dari pada serabut sentuhan yang luas. Ketika sentuhan dan nyeri dirangsang bersamaan, sensasi sentuhan berjalan ke otak dan menutup pintu gerbang dalam otak, pembatasan jumlah nyeri dirasakan dalam otak (Pratiwi, I.G & Maruni, W.D, 2019). *Deep Back Massage* dapat mengurangi ketegangan pada sendi sacroiliakus karena posisi oksiput posterior depan. Ini adalah metode massase dan sentuhan yang dimaksudkan untuk membuat ibu lebih santai dan nyaman selama persalinan. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa ibu yang menerima pijatan selama dua puluh menit setiap jam selama tahap persalinan akan merasa lebih nyaman, yang mengurangi rasa sakit mereka (Mely, 2023). Teori Gate Control juga menyatakan bahwa selama proses persalinan impuls nyeri berjalan dari uterus sepanjang serat-saraf besar ke arah uterus ke substansi gelatinosa di dalam spinal kolumna, sel-sel transmisi memproyeksi pesan nyeri ke otak. Adanya pemberian *deep back massage* mengakibatkan pesan yang berlawanan yang lebih kuat, cepat dan berjalan sepanjang serat saraf kecil. Pesan yang berlawanan ini menutup gate substansi gelatinosa lalu memblokir pesan nyeri sehingga otak tidak mencatat pesan nyeri tersebut (Fitrianingsih & Prianti, 2023).

Ketika sentuhan *deep back massage* dan nyeri dirangsang bersamaan, sensasi sentuhan berjalan ke otak dan menutup pintu gerbang dalam otak, pembatasan jumlah nyeri dirasakan dalam otak. Pijatan yang diberikan secara teratur dengan latihan pernafasan selama kontraksi digunakan untuk mengalihkan wanita dari nyeri selama kontraksi. Massage mempunyai efek

distraksi juga dapat meningkatkan pembentukan endorphin dalam sistem kontrol dasenden. Massage dapat membuat pasien lebih nyaman karena masssage membuat relaksasi otot (Nurmalitasari, 2020). Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya oleh (Ashanti & Nurulicha, 2019) yang berjudul Pengaruh Deep Back Massage Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Bersalin Siti Khodijah Jakarta Selatan berdasarkan pada hasil penelitian, dengan jumlah sampel 20 orang ibu bersalin kala 1 fase aktif pembukaan 4-7 cm yang mendapatkan deep back massage selama 20 menit setiap jam menunjukkan bahwa adanya pengaruh sebelum dan sesudah *deep back massage* mengalami penurunan tingkat nyeri selama kontraksi.

Dampak metode deepback massage adalah meningkatkan pelepasan endorphin, selain mengurangi nyeri juga dapat meningkatkan kerja oksitosin dalam membantu kontraksi miometrium pada proses pembukaan. Pada responden yang diberikan metode deepback massage dilakukan penekanan pada sakrum saat awal kontraksi. Penekanan dapat dilakukan dengan tangan yang dikepalkan seperti bola tenis pada sakrum 2,3,4. Minta ibu untuk menarik napas yang dalam lalu keluarkan dengan lembut sambil memejamkan mata (Utari, 2022). Pada hasil evaluasi yang diperoleh, pemberian terapi *deep back massage* menunjukkan hasil dapat mengatasi masalah keperawatan nyeri persalinan. Hal ini memberikan efek lebih rileks dan segar selama persalinan. *Massage* selama 20 menit setiap jam selama fase persalinan aktif merasa lebih tenang dan lebih terbebas dari nyeri. Hal ini terjadi karena *massage* dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa *endorphine* yang ada didalam tubuh dan merupakan pereda sakit alami. *Endorphine* ini dapat menciptakan perasaan nyaman dan enak.

Pada studi kasus ini, peneliti hanya mengandalkan *assessment* perawatan dan skala *Visual Analoge Scale* dan tidak menggunakan NRS (*Numerical Rating Scales*) untuk membandingkan Tingkat nyeri pasien. NRS adalah alat untuk mengumpulkan data Tingkat pasien baik sebelum dan sesudah. Peneliti berasumsi bahwa terapi deep back massage memiliki khasiat untuk meredakan nyeri pada ibu hamil yang mengalami nyeri persalinan kala I karena pijatan yang diberikan dapat membantu pasien mengalihkan dan beradaptasi terhadap nyeri persalinan.

## SIMPULAN

Ibu hamil atas nama Ny.U dengan usia 31 tahun, dengan umur kehamilan 38 minggu 3 hari dating dengan keluhan perut kencang, nyeri perut. Pasien tampak meringis dan memegang perutnya serta pasien tampak gelisah. Sehingga dapat ditetapkan diagnosa yaitu nyeri persalinan berhubungan dengan kontraksi uterus. Intervensi yang ditetapkan meliputi intervensi utama yaitu manajemen nyeri dan intervensi inovatif berupa pemberian terapi deep back massage. Implementasi keperawatannya melakukan Teknik deep back massage. Evaluasi keperawatan yang didapatkan pada Ny.U adalah pasien mengatakan nyeri berkurang. Masalah keperawatan nyeri persalinan teratasi sebagian serta pertahankan kondisi pasien.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alam, H. S. (2020). Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Metode Akupreseur. CV. Media Sains Indonesia.
- Dewi, M. K. (2023). Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Studi Kasus Pada Ibu Bersalin Di Pmb M Kota Bekasi. Sentri: Jurnal Riset Ilmiah, 2(8), 3069–3077. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i8.1339>

- Dewi, M. M. (2023). Literature Review : Birth Ball untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(2), 62–69. <https://doi.org/10.48092/jik.v9i2.191>
- Elawanti, E., Aulya, Y., & Widowati, R. (2021). Pengaruh Deep Back Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Puskesmas Cisolok Kabupaten Sukabumi Tahun 2021. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah Kesehatan Politeknik Medica Farma Husada Mataram*, 7(2), 217–221. <https://doi.org/10.33651/jpkik.v7i2.264>
- Keperawatan, J., Kesehatan, D., & Punggung, T. M. (2023). Penerapan Teknik Massage Punggung Terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Intrapartum Lucina Lele Pake , Regina Ona Adesta \* Universitas Nusa Nipa Pendahuluan Meningkatkan derajat kesehatan yang adil dan merata diperlukan sikap respo. 10(2).
- Mely, P. dkk. (2023). Pengaruh Deep Back Massage Teknik Friction Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Terawas Kabupaten Musi Rawas Tahun 2023. 11(2), 331–338.
- Nurulicha, & Ashanti, L. (2019). Pengaruh Deep Back Massage Terhadap Tingkat Klinik Bersalin Siti Khodijah Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Kebidanan*, VOL. VIII, 2.
- Rahmawati, R., Wahyuni Sundari, S., & Patimah, M. (2022). Penatalaksanaan Deep Back Massage Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas*, 6(2), 62–69. <https://doi.org/10.35568/bimtas.v6i2.2912>
- Rejeki, S., Novianti, T. W., Machmudah, M., & Khayati, N. (2022). Deep Back Massage as Therapy For Labor Pain In The 1st Stage. *Media Keperawatan Indonesia*, 5(1), 67. <https://doi.org/10.26714/mki.5.1.2022.67-72>
- Rositawati, & Rohimah, E. S. (2023). Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dan Deep Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Di Rsud Sayang Cianjur. *Jurnal Ilmiah Penelitian Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*, 6(2).
- Saputri, I. F., Sustamy, R. P., Ilmu, F., Universitas, K., & Bersalin, I. (2023a). Pengaruh Teknik Deep Back Massage Terhadap Intensitas. 4(2), 483–488.
- Saputri, I. F., Sustamy, R. P., Ilmu, F., Universitas, K., & Bersalin, I. (2023b). Pengaruh Teknik Deep Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Jurnal Bidan Pintar*, 4(2), 483–488.
- Taqiyah, Y., & Jama, F. (2021). Terapi Deep Back Massage Efektif Terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di RSUD Kota Makassar Yusrah. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(4), 163–167.
- Utari. (2022). Efektivitas Deepback Massage Dan Effleurage Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di BPM KATMI Tahun 2022 Al-Ghonny. *Pendidikan Dan Konseling*, 105(2), 79. <https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>.

