Jurnal Abdimas Pamenang - JAP
E-ISSN : 2964 - 9625
P-ISSN : 2988 - 327X
DOI : 10.53599
Vol. 2 No. 2, Juli 2024, 86 - 92

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MELALUI PEMBERIAN EDUKASI KESEHATAN TENTANG MASSAGE EFFLEURAGE UNTUK MENGURANGI TINGKAT NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

EFFORTS TO INCREASE KNOWLEDGE OF PREGNANT WOMEN THROUGH PROVIDING HEALTH EDUCATION ABOUT MASSAGE EFFLEURAGE TO REDUCE THE LEVEL OF LABOR PAIN DURING THE ACTIVE PHASE

Rika Oktapianti[1], Dempi Triyanti[2]
1,2 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang
*korespondensi Penulis : rika.oktapianti@yahoo.co.id

Abstrak

Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi atau pemendekan otot rahim yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke paha. Pada kala I fase aktif, ibu bersalin banyak yang mengalami nyeri berat. Upaya non farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah pemberian terapi massage effleurage. Effleurage adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus. Massage effeluarge ini sangat bermafaat bagi ibu guna dapat meningkatkan penghilang rasa sakit dan memberikan perasaan relaksasi dan memberikan kontak fisik dengan ibu bersalin sehingga dapat berpotensi memberikan perasaan relaksaasi dan mengurangi stress emosional ibu dalam menghadapi persalinan. Pemberian edukasi kesehatan tentang massage effleurage penting untuk diberikan kepada ibu untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam mengurangi rasa nyeri pada saat bersalin terutama pada kala I fase aktif. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang massage effleurage untuk mengurangi rasa nyeri pada persalinan kala I fase Aktif. Metode yang dilakukan yaitu penyuluhan dan pelatihan massage effleurage kepada peserta penyuluhan. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil yang ada di Praktik Mandiri Bidan Desi Fitriani sebanyak 14 orang. Media yang digunakan adalah leaflet yang berisikan tentang informasi massage effleurage. Selama proses penyuluhan berlangsung peserta sangat antusias mendengarkan dari awal sampai akhir kegiatan. Hasil pengabdian Masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu dan skill atau keterampilan dalam melakukan massage effluarge sebanyak 78,6%. Hal ini menunjukkan adanya pertanyaan secara lisan terhadap narasumber/petugas dan pada saat sesi tanya jawab dan hasil evaluasi mengenai massage effleurage yang dapat mengurangi tingkat nyeri pada saat persalinan. Dengan dilakukan edukasi massage effleuarge ini dapat mengurangi rasa nyeri pada saat bersalin terutama pada kala I persalinan dan dapat membuat ibu lebih relaksasi fisik dan mental ibu sehingga bisa memberikan perasaan menyenangkan dan menenangkan pada persalinan nanti.

.

Kata kunci : Pengetahuan, Ibu Hamil, Massage Effleurage

Abstract

Pain in labor is a manifestation of contractions or shortening of the uterine muscles that cause pain in the waist, abdominal area and radiate to the thighs. During the first active phase, many maternity mothers experience severe pain. Non-pharmacological efforts made to reduce pain are the provision of massage effleurage therapy. Effleurage is a massage technique in the form of gentle, slow and long or uninterrupted strokes. This effleurage massage is very useful for mothers to be able to improve pain relief and provide a feeling of relaxation and provide physical contact with maternity mothers so that it can potentially provide a feeling of relaxation and reduce maternal emotional stress in the face of labor. It is important to provide health education about effleurage massage to mothers to increase maternal knowledge in reducing pain during childbirth, especially during the first stage of the active phase. The purpose of this community service is to

Submitted : 14 Mei 2024
Accepted : 28 Juni 2024
Website : jurnal.stikespamenang.ac.id | Email : jurnal.pamenang@gmail.com

Jurnal Abdimas Pamenang - JAP
E-ISSN : 2964 - 9625
P-ISSN : 2988 - 327X
DOI : 10.53599
Vol. 2 No. 2, Juli 2024, 86 - 92

increase the knowledge of pregnant women about massage efflleurage to reduce pain in labor when I. The method carried out is counseling and massage effleurage training to counseling participants. The target of this community service is 14 pregnant women in the Midwife Desi Fitriani Independent Practice. The media used is a leaflet containing information about massage effleurage. By doing massage effleuarge education, it can reduce pain during labor, especially during labor and can make mothers more relaxed physically and mentally so that they can provide a pleasant and soothing feeling in labor later.

Keywords : Knowledge, Pregnant Women, Massage efflleurage

Pendahuluan

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun ke dalam jalan lahir. Kelahiran adalah proses dimana janin dan ketuban didorong keluar melalui jalan lahir (Saragih, 2017). Persalinan merupakan proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan 37-42 minggu, dimana janin dilahirkan secara spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin (Herinawati dkk, 2019). Kala I persalinan adalah permulaan kontraksi persalinan sejati, yang ditandai oleh perubahan serviks yang progresif yang diakhiri dengan pembukaan lengkap (10 cm) pada primigravida kala I yang berlangsung kira-kira 13 jam, sedangkan pada multigravida kira-kira 7 jam. Kemajuan persalinan pada kala I fase aktif merupakan saat yang paling melelahkan, berat, dan kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri, dalam fase ini kebanyakan ibu merasakan sakit yang hebat karena kegiatan rahim mulai lebih aktif.

Sekitar 90% ibu bersalin selalu disertai rasa nyeri sedangkan rasa nyeri pada persalinan merupakan hal yang lazim terjadi. Nyeri selama persalinan merupakan proses fisiologis dan psikologis. Dari hasil penelitian dilaporkan dari 2.700 ibu bersalin hanya 15% persalinan yang berlangsung dengan nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat. Nyeri hebat pada proses persalinan menyebabkan ibu mengalami gangguan psikologis, 87% postpartum blues yang terjadi dari 2 minggu pasca persalinan sampai 1 tahun, 10% Depresi, dan 3% dengan Psikosa (Rosnani dkk, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan judul penelitian "Pengaruh Metode Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Di PMB Desi Fitriani Palembang Tahun 2023", didapatkan hasil dari 12 ibu hamil, terdapat 2 orang yang mengetahui manfaat pijat / Massage Effleurage dan hal itupun tidak didukung dengan keterampilan melakukan pijat / massase effleurage yang benar. Karena sebagian besar ibu-ibu hanya mengetahui ibu hamil boleh dipijat bagian kepala, tangan dan lengan selama ada keluhan kehamilan.

Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi atau pemendekan otot rahim yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke paha (Judha, 2016). Pada kala I fase aktif, ibu bersalin banyak yang mengalami nyeri berat. Upaya non farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah pemberian terapi massage effleurage.

Bidan dalam memberikan asuhan pelayanan kebidanan harus memperhatikan kenyamanan ibu melahirkan salah satunya adalah penanganan nyeri persalinan. Teknik pengontrolan nyeri sering terlupakan ketika memberikan asuhan kebidanan, sehingga akan menyebabkan ibu bersalin memiliki pengalaman persalinan yang buruk, trauma persalinan yang dapat memberikan dampak pada kejadian postpartum blues. Oleh karena sangat penting untuk penolong persalinan memenuhi kebutuhan ibu akan rasa aman dan nyaman (Rajbaran dkk, 2017).

Upaya untuk menurunkan nyeri pada persalinan dapat dilakukan baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding dengan metode non farmakologi, namun metode farmakologi lebih mahal, dan berpotensi mempunyai efek samping yang kurang baik. Metode non farmakologi lebih murah, simpel, efektif dan tanpa efek yang merugikan dan dapat

Submitted : 14 Mei 2024
Accepted : 28 Juni 2024
Website : jurnal.stikespamenang.ac.id | Email : jurnal.pamenang@gmail.com

meningkatkan kepuasan selama persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya (Anita W, 2021)

Salah satu metode yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan secara non farmakologi adalah dengan metode massase. Massase adalah melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot, atau ligamentum, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi dan atau memperbaiki sirkulasi. Metode massase terdiri dari beberapa metode meliputi metode effleurage, metode counterpressure, metode deep back massage, metode abdominal lifting. Tetapi kadang kala metode massase yang dilakukan tidak pada tempatnya sehingga hasilnya tidak effisien. Salah satu contohnya pada pelaksanaan tehnik deep back massage dimana seharusnya pelaksanaan dilakukan tepat pada daerah sacrum dengan telapak tangan dan posisi ibu dalam keadaan berbaring miring tetapi kadang kala penatalaksanaan tidak sesuai sehingga nyeri yang dirasakan oleh pasien tidak berkurang. Hal ini mungkin diakibatkan oleh posisi ibu tidak dalam keadaan berbaring miring, atau penekanannya tidak tepat pada daerah sacrum (Darmawan & Waslia, 2018).

Effleurage adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus. Teknik ini menimbulkan efek relaksasi. Dalam persalinan, effleurage dilakukan dengan menggunakan ujung jari atau telapak tangan yang ditekan lembut dan ringan. Lakukan usapan dengan ringan dan tanpa tekanan kuat, tetapi usahakan ujung jari atau telapak tangan tidak lepas dari permukaan kulit. Pijat ini menggunakan telapak tangan didaerah perut ibu bersalin dan dilakukan pemijatan sesuai dengan pernapasan selama kontraksi (Waslia D, 2018).

Pemberian edukasi kesehatan tentang massage effleurage penting untuk diberikan kepada ibu untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam mengurangi rasa nyeri pada saat bersalin terutama pada kala I fase aktif. Berdasarkan uraian diatas penyuluh memiliki ketertarikan untuk memberikan edukasi kesehatan pada ibu hamil yang ada di Praktik Klinik Mandiri Bidan Desi Fitriani, sebagai salah satu pencegahan supaya ibu mengurangi rasa nyeri pada saat persalinan kala I. Kegiatan ini diharapkan agar ibu mampu meningkatkan pengetahuan tentang massage effeluarge agar pada saat persalinan kala I rasa nyeri yang terjadi akan bisa diatasi oleh ibu dan ibu bisa lebih nyaman dan santai pada saat menjelang persalinan.

Metode

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan edukasi tentang massage effleurage. Metode pelaksanaan dilakukan yaitu penyuluhan dan pelatihan massage effleurage kepada peserta penyuluhan. Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah para ibu hamil Trimester III sebanyak 14 peserta di Praktik Mandiri Bidan Desi Fitriani Palembang. Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 25 - 26 Juli 2023 dengan jumlah 8 peserta hari pertama dan 6 peserta hari kedua, dengan tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai berikut :

1. Persiapan Kegiatan
   Melakukan persiapan dan survey lokasi pengabdian masyarakat, serta koordinasi dengan pihak Praktik Mandiri Bidan Desi Fitriani terkait perizinan serta jadwal pelaksanaan kegiatan, melakukan perekrutan mahasiswa sebagai anggota tim pengabdian masyarakat yang bekerjasama dengan UPT-PPM. Memberikan pembekalan kepada anggota tim dan mempersiapkan sarana dan prasarana untuk memberikan penyuluhan atau edukasi tentang kekurangan energi kronik.

2. Pelaksanaan Kegiatan
   Alat bantu yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat (penyuluhan) ini yaitu mengunakan leaflet yang diberikan kepada ibu hamil tentang massage effleurage. Sebelum melakukan kegiatan edukasi ini ibu diberikan beberapa pertanyaan dalam bentuk pre test tentang massage effeluarge. Kemudian kegiatan edukasi dan pelatihan dilakukan oleh petugas penyuluhan. Petugas membuka sesi tanya jawab dan memberikan follow up, dan

terakhir petugas akan memberikan beberapa pertanyaan kembali sebagai post test dari kegiatan ini. Kegiatan ini dilakukan sekitar 90 menit. Adapun uraian kegiatan yang dilakukan adalah pertama dengan melakukan sosialisasi atau pengenalan supaya saat kegiatan dilakukan ada interaksi yang baik antara pemberi materi dan peserta selama 5 menit. Setelah pengenalan, kegiatan dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan tentang massage effluarge selama 30 menit. Adapun materi yang disampaikan meliputi pengertian atau definisi, tujuan, manfaat serta tehnik effleurage. Kemudian dilakukan sesi tanya jawab yang dilakukan setelah pemberian materi selama 15 menit, dan ada 3 peserta yang memberikan pertanyaan. Selanjutnya dilakukan sesi pelatihan atau tata cara massage effleurage selama 30 menit. Dan terakhir dilakukan sesi penutupan acara penyuluhan dengan melakukan evaluasi akhir kegiatan ini sekitar 10 menit dan hasil evaluasi (posttest) pada ibu hamil terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang massage effleurage, yang mana pengetahuan ibu baik sebanyak 78,6%, pengetahuan cukup sebanyak 14,3% dan pengetahuan kurang sebanyak 7,1%.

Hasil

Kegiatan penyuluhan ini berlangsung 2 hari pada hariselasa dan rabu, tanggal 25-26 Juli 2023, dimulai dari jam 09.00-10.30 WIB dimana penyuluhan kesehatan dilakukan berdurasi 90 menit. Peserta yang hadir sebanyak 8 orang hari pertama dan 6 orang hari kedua.

Pemberian penyuluhan atau pelatihan edukasi massage effeluarge kepada ibu hamil merupakan suatu strategi yang efektif untuk meningkatkan pemahaman dan praktik kesehatan ibu dengan memantau kondisi ibu hamil. Berikut tabel hasil pengabdian masyarakat tentang penyuluhan massage effeluarge untuk mengurangi rasa nyeri persalinan kala I yang di lakukan di Praktik Mandiri Bidan Desi Firtiani yaitu:

Tabel.1. Hasil Pengetahuan Ibu Hamil melalui edukasi kesehatan tentang Massage Effleurage di PMB Desi Fitriani Palembang 2023

Pengetahuan Ibu	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Baik	6	42,9	11	78,6
Cukup	3	21,5	2	14,3
Kurang	5	35,6	1	7,1
Total	14	100	14	100

Berdasarkan hasil pretest yang didapat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang message effleurage adalah sebagian besar ibu hamil pengetahuannya baik sebanyak 6 (42,9 %), dan sebagian kecil ibu pengetahuannya cukup sebanyak 3 (21,5 %). Setelah dilakukan pemberian edukasi kesehatan tentang massage effleurage terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang edukasi massage effeluarge untuk mengurangi tingkat nyeri pada persalinan. Dibuktikan dengan hasil posttest terhadap 14 ibu hamil didapatkan sebagian besar ibu hamil pengetahuannya baik sebanyak 11 (78,6 %) dan sebagian kecil ibu pengetahuan kurang sebanyak 1 (7,1 %). Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat (penyuluhan) ini didapatkan hasil yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang edukasi massage effeluarge sebagai salah satu metode yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan secara non farmakologi.

Gambar 1. Foto Kegiatan Pengabdian Masyarakat di PMB Desi Fitriani Palembang.

Pembahasan

Berdasarkan 14 orang ibu hamil didapatkan hasil pretest yang dilakukan pada ibu hamil sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang massage effleurage didapatkan sebagian besar ibu pengetahuan baik sebanyak 6 (42,9 %) dan sebagian kecil ibu pengetahuan cukup sebanyak 3 (21,5 %). Setelah dilakukan pemberian edukasi kesehatan tentang massage effleurage unuk mengurangi tingkat nyeri persalian kala I fase aktif didapatkan terjadinya peningkatan pengetahuan ibu yaitu sebagian besar ibu pengetahuan baik sebanyak 11 (78,6 %), dan sebagian kecil ibu pengetahuan kurang sebanyak 1 (7,1 %).

Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi atau pemendekan otot rahim yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke paha (Judha, 2016). Pada kala I fase aktif, ibu bersalin banyak yang mengalami nyeri berat. Upaya non farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah pemberian terapi massage effleurage.

Effleurage adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus. Teknik ini menimbulkan efek relaksasi. Dalam persalinan, effleurage dilakukan dengan menggunakan ujung jari yang ditekan lembut dan ringan. Lakukan usapan dengan ringan dan tanpa tekanan kuat, tetapi usahakan ujung jari tidak lepas dari permukaan kulit (Waslia D, 2018).

Massage effleurage bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, menghangatkan otot abdomen, dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental. Massage effleurage merupakan teknik relaksasi yang aman, mudah, tidak perlu biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain. Tindakan utama effleurage massage merupakan aplikasi dari teori Gate Control yang dapat "menutup gerbang" untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada sistem saraf pusat. Dalam persalinan, pijat effleurage dilakukan dengan menggunakan ujung jari atau telapak tangan yang ditekan lembut dan ringan. Lakukan usapan dengan ringan dan tanpa tekanan kuat, tetapi usahakan ujung jari atau telapak tangan tidak lepas dari permukaan kulit. Pijat ini menggunakan telapak tangan didaerah perut ibu bersalin dan dilakukan pemijatan sesuai dengan pernapasan selama kontraksi

Pentingnya dilakukan pemberian edukasi kesehatan tentang massage effleurage guna mengurangi rasa nyeri pada saat bersalin terutama pada kala I. selain itu, massage effleurage ini dapat meningkatkan sirkulasi darah, menghangatkan otot perut dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental sehingga memberikan perasaan menyenangkan dan menenangkan untuk manajemen nyeri persalinan (Haghighi, Nahid bolbol., Masoumi, S.Z., Kazemi, 2016)

Hasil ini sesuai dengan teori (Judha, 2016), yang menyebutkan bahwa massage merupakan salah satu metode untuk mengurangi nyeri persalinan non farmakologis. Massage effleurage dapat memberikan efek positif untuk mengatasi nyeri yang dialami responden jika penatalaksanaan terapi benar-benar dilakukan dengan benar dan responden yang merasakan terapi tersebut benar-benar siap menerima proses selama terapi makan dengan demikian terapi massage effleurage akan menimbulkan efek yang positif untuk mengatasi nyeri yang sedang dialami oleh responden.

Hasil ini sesuai dengan penelitian (Qurniasih, 2017) tentang efektifitas massage effleurage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Kota Yogyakarta yang menyatakan massage effleurage berpengaruh terhadap penurunan

intensitas nyeri yang ditunjukkan dengan nilai OR sebesar 3,45 yang berarti ibu yang memperoleh massage effleurage berpeluang 3,45 kali mengalami nyeri sedang dibandingkan dengan ibu yang diberi perawatan standar. Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan (Susilawati, 2018) effleurage dan teknik massage conterpressure terhadap rasa nyeri persalinan normal pada primigravida di Langsa pada tahun 2017 yang menyatakan menunjukkan bahwa teknik Massage Effleurage lebih efektif dari pada teknik Massage 42 Conterpressure dalam mengurangi nyeri persalinan normal kala I fase aktif.

Bidan dalam memberikan asuhan pelayanan kebidanan harus memperhatikan kenyamanan ibu melahirkan salah satunya adalah penanganan nyeri persalinan. Teknik pengontrolan nyeri sering terlupakan ketika memberikan asuhan kebidanan, sehingga akan menyebabkan ibu bersalin memiliki pengalaman persalinan yang buruk, trauma persalinan yang dapat memberikan dampak pada kejadian postpartum blues. Oleh karena sangat penting untuk penolong persalinan memenuhi kebutuhan ibu akan rasa aman dan nyaman (Rajbaran dkk, 2017).

Kesimpulan

Dari hasil evaluasi terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang massage effleurage untuk mengurangi tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu hamil didapatkan ibu hamil dengan pengetahuan baik sebesar 78,6%, pengetahuan cukup 14,3% dan pengetahuan kurang sebanyak 7,1%. Saran untuk pihak Praktik Mandiri Bidan agar dapat memotivasi ibu setiap kunjungan antenatal dan memberikan edukasi tentang metode apa saja yang bisa mengurangi nyeri persalinan secara non farmakologi yang dapat diterapkan ibu hamil agar bisa membuat ibu lebih nyaman, santai dan dapat mengontrol perasaan ibu dalam menghadapi kehamilan dan persalinan.

Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada Pimpinan dan Ketua UPT-PPM STIK Bina Husada Palembang yang telah memberikan ijin sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana dengan baik. Ucapan terimakasih kepada mahasiswa, peserta dan pihak Praktik Mandiri Bidan Desi Fitriani yang telah bekerja sama dengan baik sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik, lancar dan bermanfaat.

Daftar Pustaka

Anita W. (2021). Terapi Komplementer dengan Massage dalam Nyeri Persalinan. Jurnal Kesehatan Maharatu, 2.

Darmawan & Waslia. (2018). Intensitas Nyeri Persalinan dan Respon Perilaku Pada Primigravida Kala I Fase Aktif Dengan Pemberian Effleurage Massage di PMB Kota Cimahi. Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat (PINLITAMAS 1), 1, 556–563.

Haghighi, Nahid bolbol., Masoumi, S.Z., Kazemi, F. (2016). Effect of Massage Therapy on Duration of Labour: A Randomized Controlled Trial. Journal of Clinical and Diagnostic Research. https://doi.org/10.7860/JCDR/2016/17447.7688.

Herinawati dkk. (2019). Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 3, 590–601.

Judha. (2016). Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan (M. Medika (ed.)).

Qurniasih, N. (2017). Efektivitas Masase Effleuage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Puskesmas Kota Yogyakata. http://digilib.unisayogya.ac.id/2415/1/NASKAH PUBLIKASI_NILA Q.pdf

Rajbaran dkk. (2017). Effect of Massage Therapy on Labor Pain Reduction in Primiparous Women: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Clinical Trials in Iran. Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research, 257–261.

Rosnani dkk. (2021). Teknik Massage Intranatal Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I. Jurnal Keperawatan Merdeka, 1 no 2, 122–127.

Saragih, R. (2017). Pengaruh Dukungan Suami dan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida terhadap Kala I Persalinan Spontan di Klinik Bersalin Swasta Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Tinggi Kota Binjai Tahun 2014. Jurnal Imliah

Kohesi, 1, 95–103.

Susilawati, E. (2018). Efektivitas Pemberian Teknik Massage dan Teknik Massage Conterpressure Terhadap Rasa Nyeri Persalinan Normal Pada Primigravida Di Langsa Tahun 2017. JKb Jurnal Kebidanan, 8, 73–78. https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jkb.v8i1.3737

Waslia D. (2018). Terapi Komplementer Dalam Mengatasi Nyeri Persalinan. Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat (PINLITAMAS 1), 1, 502–507.