



Systemetic Literature Review : Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Persalinan

Alvin Alvani Tresna Ambari

Program Studi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, STIKes Respati, Tasikmalaya, Indonesia

Email: aalvani68@yahoo.com

Abstract

Childbirth is a natural process, this process, although natural, is often accompanied by quite intense pain, especially in the first stage of labor. Pain in the first stage of labor can have a significant psychological and physical impact on the mother. (1) The Indonesian Hospital Association Data Center explains that 15% of mothers in Indonesia experience labor complications and 21% state that the labor they experience is a painful labor because they feel very painful, while 63% do not receive information about the preparations that must be made to reduce pain during labor. One non-pharmacological approach that can be applied in labor pain management is the effleurage massage technique. Effleurage massage is a light massage technique with stroking movements that can provide relaxation to tense muscles, relieve physical and emotional tension, and reduce pain perception. The application of this technique is expected to have a positive impact on the level of intranatal maternal comfort during the first stage of labor. (2) The purpose of this literature review research is to determine the technique of reducing labor pain. The research method used is a literature review. Article searches were carried out on Google Scholar and Pubmed with the keywords techniques for reducing labor pain. The selected articles are Indonesian and English articles published from 2018 to 2024 in 5 journals that can be accessed in full text in pdf format. The results of the study showed that there was an effect of effleurage massage on labor pain.

Keywords: *Effleurage Massage, Pain Reduction, Labor.*

Abstrak

Melahirkan merupakan suatu proses alamiah, proses ini, meskipun alami, seringkali disertai oleh rasa nyeri yang cukup intens, terutama pada kala 1 persalinan. Nyeri melahirkan kala 1 dapat memberikan dampak psikologis dan fisik yang signifikan pada ibu.⁽¹⁾ Pusat Data Persatuan Rumah Sakit Seluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri yang sangat, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang dapat diterapkan dalam manajemen nyeri melahirkan adalah teknik massage effleurage. Massage Effleurage merupakan teknik pijat ringan dengan gerakan membelai yang dapat memberikan relaksasi pada otot-otot yang tegang, meredakan ketegangan fisik dan emosional, serta mengurangi persepsi nyeri. Penerapan teknik ini

Penulis Korespondensi:

Alvin Alvani Tresna Ambari | aalvani68@gmail.com

diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap tingkat kenyamanan ibu intranatal selama kala 1 persalinan.⁽²⁾ Tujuan penelitian literature review ini adalah untuk mengetahui teknik mengurangi nyeri pada persalinan. Metode penelitian yang digunakan yaitu literature review. Penelusuran artikel dilakukan pada google scholar dan pubmed dengan kata kunci teknik mengurangi nyeri persalinan. Artikel yang dipilih adalah artikel berbahasa Indonesia dan berbahasa Inggris yang dipublikasikan sejak 2018 sampai dengan 2024 sebanyak 5 jurnal yang dapat diakses full text dalam format pdf. Hasil penelitian menunjukkan terdapat Efek massage effleurage terhadap nyeri persalinaan.

Kata Kunci: Massage Effleurage, Penurunan Nyeri, Persalinan.

PENDAHULUAN

Bersalin dan melahirkan adalah hal fisiologis, kelahiran bayi merupakan hal sangat yang diharapkan oleh ibu dan keluarga. Peristiwa fisiologis saat bersalin kadang memunculkan suatu trauma terhadap ibu dikarenakan rasa nyeri yang dirasakannya. Beberapa ibu bahkan merasa takut untuk mengalami kehamilan lagi karena mengkhawatirkan kemungkinan mengalami rasa sakit yang serupa, terutama bagi ibu yang pertama kali melahirkan dan menghadapi persalinan yang menyakitkan.⁽³⁾

Nyeri merupakan suatu masalah yang kompleks. *International Society For The Study of Pain* menjelaskan bahwa nyeri adalah hal yang tidak menyenangkan dalam pengalaman emosional dan sensori akibat kerusakan jaringan secara aktual ataupun potensial atau menunjukkan adanya kerusakan.⁽¹⁾ Nyeri persalinan adalah suatu kondisi fisiologis normal yang terjadi pada ibu melahirkan. Nyeri dapat menimbulkan rasa takut dan kegelisahan, yang bisa meningkatkan tingkat stres dan perubahan pada fisiologis. Rasa sakit dan kecemasan bekerja sama dan bersirkulasi, saling memperburuk.⁽²⁾

Di Indonesia, angka perempuan melahirkan melalui operasi caesar adalah 17,0% dan telah melampaui standar rata-rata jumlah operasi caesar yang ditetapkan WHO. Penyebab rasa cemas atau nyeri hebat tanpa komplikasi (non-indikasi medis) adalah dilakukannya operasi caesar, yaitu berdasarkan indikasi, persalinan lama karena kelelahan.⁽⁴⁾

Nyeri saat melahirkan dapat dikelola melalui dua metode, yaitu farmakologis dan non farmakologis. Pendekatan farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan kimia, sementara pendekatan non farmakologis dilakukan secara alami tanpa menggunakan obat-obatan kimia. Ini melibatkan teknik relaksasi seperti pernapasan dalam, relaksasi otot, pijatan, musik, hypno, dan aromaterapi.⁽⁵⁾

Metode nyeri persalinan dapat diterapkan secara Non farmakologis. Metode farmakologis terbukti lebih efektif mengurangi nyeri persalinan, tetapi biayanya lebih mahal dan memiliki potensi efek samping yang merugikan bagi ibu maupun janin, metode non farmakologis lebih aman dan mengacu kepada asuhan sayang ibu. Adapun beberapa teknik nonfarmakologis yang dapat meningkatkan kenyamanan dan memiliki pengaruh pada coping yang efektif pada pengalaman persalinan salah satunya adalah Effleurage Massage (Safitri, 2017). Teknik *Massage Effleurage* merupakan metode bebas obat untuk membantu mengurangi rasa sakit ibu saat melahirkan. *Massage Effleurage* menimbulkan impuls yang disalurkan melalui serabut saraf besar ke permukaan kulit, serabut saraf besar ini akan menutup transmisi sinyal nyeri sehingga otak tidak menerima sinyal nyeri karena terhalang oleh rangsangan tersebut dan dengan demikian teknik pijat, dapat mengaktifkan senyawa endorpin yang terdapat pada kulit, neuron tulang belakang dan sinapsis otak, sehingga transmisi sinyal nyeri dapat terhambat sehingga akan mengubah persepsi nyeri. Selain mengurangi rasa sakit, metode ini juga bisa mengurangi kekakuan otot serta meningkatkan peredaran darah di wilayah yang terasa nyeri.⁽⁶⁾

Dalam kajian terkait hal ini masih minimnya literatur yang secara khusus membandingkan efektivitas *Effleurage Massage* dengan teknik non-farmakologis lain seperti aromaterapi, relaksasi napas dalam, dan hipnoterapi dalam manajemen nyeri persalinan. Sebagian besar penelitian yang ada masih bersifat terpisah dan terbatas pada populasi atau setting tertentu. Dengan demikian, diperlukan telaah pustaka yang lebih luas untuk menilai potensi *Effleurage Massage* sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif, murah, mudah diterapkan, dan aman untuk mengurangi nyeri persalinan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan tinjauan pustaka mengenai pengaruh effleurage massage terhadap nyeri persalinan. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi petugas kesehatan dan masyarakat dalam pengurangan nyeri pada saat ibu mengalami nyeri persalinan.

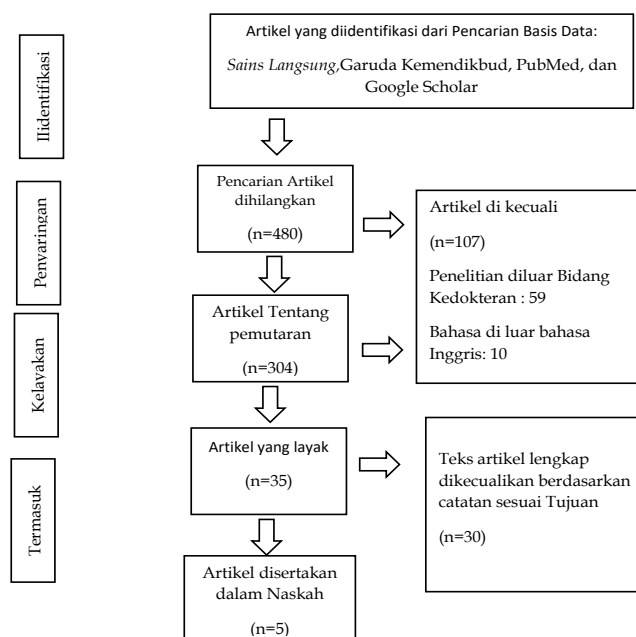
METODE

Strategi Pencarian Literatur

Metode yang digunakan adalah tinjauan pustaka. Metode pencarian literatur menggunakan strategi sistematis, salah satunya adalah pencarian artikel melalui database yang ada di jaringan. Pencarian database yang digunakan adalah ScienceDirect, Garuda Kemendikbud, PubMed, dan Google Scholar. Penelitian dilakukan dengan rentang tahun 2018-2024 dengan kata kunci pada pencarian : Massage Effleurage, Penurunan Nyeri, Persalinan. Artikel yang ditemukan dari empat database harus memenuhi kriteria inklusi: (1) artikel berbahasa Inggris dan Indonesia, (2) metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan mixmethods, dan (3) subjek penelitian adalah ibu bersalin.

Prosedur dan Analisis Artikel

Prosedur pelaksanaan tinjauan pustaka menggunakan pedoman prisma dengan langkah-langkah sebagai berikut: (1) mencari artikel dengan kata kunci yang telah dipilih pada empat database dan dicatat secara manual. (2) proses penyaringan dilakukan dengan filter dalam pemilihan database dan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan, (3) menganalisis artikel ke dalam tabel. Proses identifikasi artikel dengan pedoman prisma memperoleh hasil sebagai berikut:



Gambar 1. Article selection process

HASIL

Hasil pencarian dari empat database diperoleh 2.210 kemudian dikurangi dengan screening dari seleksi 480 database dan secara manual menjadi 304. Dilanjutkan judul dan abstrak 35 artikel, analisis judul, pembacaan abstrak, kesesuaian latar belakang, tujuan penelitian, metode, sampel, dan hasil penelitian diperoleh 5 artikel sesuai dengan tujuan pembuatan artikel. Lima artikel dianalisis menggunakan tabel.

No	Penulis	Judul	Tahun	Metode	Hasil
1	Nelly Karlinah	<i>Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif</i>	2022	Quasi experiment	Ada pengaruh effleurage massage terhadap tingkat nyeri pada persalinan kala I fase aktif dengan nilai P value 0,002.
2	P. Wulandari	<i>Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di Ruang Bougenville Rsud Tugurejo Semarang</i>	2018	Quasi experiment	Ada pengaruh massage effleurage terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang.
3	Ani Lismiyati ¹ , Windha Widyastuti ²	<i>Penerapan Massage Effleurage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Primigravida Di Ruang Bersalin Rs Qim Batang</i>	2024	Pendekatan deskriptif	Terapi massage effleurage efektif terhadap penurunan intensitas tingkat nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif, dengan penurunan skala nyeri sebesar 2-3 skala. Terbukti pada penerapan teknik massage effleurage terjadi penurunan skala dari skala 8 menjadi skala 5, tahap ke dua pemijatan dari skala 9 menjadi 6 dan tahap ke 3 dari skala tidak tertahankan menjadi skala 8. Hal ini dapat disimpulkan bahwa massage

No	Penulis	Judul	Tahun	Metode	Hasil
					effleurage mampu menurunkan intensitas nyeri pada pasien ibu persalinan kala 1 fase aktif di Rumah Sakit QIM Batang.
4	Andi Nurhikma Mahdi ¹ .La Ode Swardin ² . Fitri Dwi Cahyani ³	<i>Effleurage Massage Yang Diberikan Suami Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Ruang Bersalin Rsud Kabupaten Buton Selatan</i>	2024	Quasi Experiment	Effleurage Massage oleh suami secara signifikan mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif, dari rata-rata 5-10 sebelum intervensi menjadi 3-8 setelahnya ($p = 0,000 < 0,05$) di RSUD Kabupaten Buton Selatan.
5	Sofil Widad ¹ , Baitus Sholehah ² , Novela Eka Candra Dewi ³	<i>Penerapan Tehnik Effleurage Massage Pada Ny. D Kala I Persalinan Dengan Masalah Nyeri Di Ruangank Vk</i>	2024	Pendekatan Deskriptif	Terdapat pengaruh pada Ny. D dalam penerapan teknik effleurage massage dengan durasi 10 menit selama persalinan kala 1 dengan masalah nyeri memberikan manfaat yang signifikan dalam pengelolaan nyeri dan kesejahteraan ibu saat melahirkan.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nelly Karlinah dari responden 10 orang didapatkan hasil Frekuensi nyeri persalinan sebelum diberikan effleurage massage mayoritas nyeri sedang sebanyak 90,0%. Frekuensi frekuensi nyeri persalinan sesudah diberikan effleurage massage mayoritas nyeri menurun menjadi nyeri ringan sebanyak 90,0% yang berarti ada pengaruh effleurage massage terhadap tingkat nyeri pada persalinan kala I fase aktif dengan nilai P value 0,002.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Priharyanti Wulandari¹), Prasita Dwi Nur Hiba didapatkan bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah mayoritas responden mengalami nyeri berat sebelum dilakukan massage effleurage sebanyak 18 orang (78,3%). 2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah mayoritas responden mengalami nyeri sedang sesudah dilakukan massage effleurage sebanyak 16 orang (69,6%). 3. Hasil penelitian yang telah di uji dengan Wilcoxon dengan nilai $z = -4,359$ dan nilai $p\text{-value } 0,000 \leq 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian membuktikan bahwa “Ada pengaruh massage effleurage terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang”.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Ani Lismiyati¹, Windha Widyastuti² didapatkan hasil bahwa Terapi massage effleurage efektif terhadap penurunan intensitas tingkat nyeri

pada persalinan kala 1 fase aktif, dengan penurunan skala nyeri sebesar 2-3 skala. Terbukti pada penerapan teknik *massage effleurage* terjadi penurunan skala dari skala 8 menjadi skala 5, tahap ke dua pemijatan dari skala 9 menjadi 6 dan tahap ke 3 dari skala tidak tertahankan menjadi skala 8. Hal ini dapat disimpulkan bahwa *massage effleurage* mampu menurunkan intensitas nyeri pada pasien ibu persalinan kala 1 fase aktif di Rumah Sakit QIM Batang.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Andi Nurhikma Mahdi¹, La Ode Swardin², Fitri Dwi Cahyani³ hasil rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi yaitu terdapat tingkat nyeri sedang dan nyeri berat terkontrol dengan nilai tingkat nyeri terendah 5 dan tertinggi 10. Hasil rata-rata tingkat nyeri sesudah diberikan intervensi satu kali yaitu terdapat penurunan tingkat nyeri dengan nilai tingkat nyeri terendah 3 dan tertinggi 8. Ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah mendapatkan dukungan suami berupa *Effleurage Massage* di Ruang Bersalin RSUD Kabupaten Buton Selatan. Ada pengaruh dukungan suami berupa *Effleurage Massage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif dengan nilai $\rho = 0,000 < 0,05$ di Ruang Bersalin RSUD Kabupaten Buton Selatan.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Sofil Widad¹, Baitus Sholehah², Novela Eka Candra Dewi³ didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh dalam penerapan teknik *effleurage massage* dengan durasi 10 menit selama persalinan kala 1 dengan masalah nyeri memberikan manfaat yang signifikan dalam pengelolaan nyeri dan kesejahteraan ibu saat melahirkan. Kesimpulan: Penerapan teknik *effleurage massage* dengan masalah nyeri dapat menjadi komponen yang berharga dalam manajemen nyeri selama persalinan kala 1. Hal ini tidak hanya membantu mengurangi nyeri fisik, tetapi juga memberikan dukungan emosional dan meningkatkan pengalaman persalinan secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan total 5 jurnal yang telah dianalisis membahas tentang pengaruh *effleurage massage* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin. Rata-rata pemberian intervensi yang diberikan berpengaruh signifikan.

PEMBAHASAN

Penelitian-penelitian yang diulas dalam literature review ini menunjukkan konsistensi bahwa teknik *effleurage massage* memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengurangi intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Dari kelima studi tersebut semua studi menyatakan adanya penurunan skala nyeri setelah intervensi dilakukan, meskipun tingkat penurunan dan desain pengukuran bervariasi.

Di Indonesia, tingginya angka operasi caesar—bahkan mencapai 17–20% di beberapa wilayah (Risesdas, 2018)—masih menjadi tantangan serius dalam upaya promosi persalinan normal. Salah satu faktor penyebabnya adalah ketakutan ibu terhadap nyeri saat bersalin. Penerapan *effleurage massage* sebagai teknik non-farmakologis yang murah, aman, dan mudah dilakukan, berpotensi menjadi intervensi berbasis komunitas maupun fasilitas kesehatan untuk mendukung persalinan normal. Terlebih jika dipadukan dengan peran pasangan, seperti ditunjukkan oleh Mahdi et al., pendekatan ini dapat memperkuat aspek emosional dan dukungan sosial selama proses bersalin. Dengan demikian, hasil dari kelima studi ini memberikan landasan yang kuat bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, untuk mengadopsi *effleurage massage* sebagai bagian dari pelayanan kebidanan yang holistik dan berpusat pada ibu.

Mekanisme Kerja *Effleurage Massage* sendiri secara fisiologis, *effleurage massage* bekerja berdasarkan Gate Control Theory of Pain yang dikemukakan oleh Melzack dan Wall pada tahun 1965 menjelaskan bahwa persepsi nyeri tidak hanya bergantung pada

stimulus nosiseptif yang ditransmisikan ke otak, tetapi juga dipengaruhi oleh mekanisme modulasi di dalam sistem saraf pusat, khususnya pada dorsal horn medula spinalis.

Menurut teori ini, dalam medula spinalis terdapat suatu “gerbang” (gate) neurologis yang mengatur apakah sinyal nyeri akan diteruskan ke otak atau tidak. Sinyal nyeri ditransmisikan melalui serabut saraf kecil berdiameter kecil (A-delta dan C fibers), sedangkan sinyal sentuhan atau tekanan ringan ditransmisikan melalui serabut berdiameter besar (A-beta fibers).⁽¹⁹⁾

Ketika *effleurage massage* dilakukan, sentuhan ringan dan ritmis akan merangsang serabut A-beta. Aktivasi serabut ini akan menghambat transmisi impuls nyeri yang dibawa oleh serabut A-delta dan C ke otak dengan menutup "gerbang" di medula spinalis, sehingga jumlah impuls nyeri yang mencapai otak berkurang dan persepsi nyeri oleh individu pun menurun.

Dengan kata lain, tubuh lebih “memilih” untuk merespons stimulus sentuhan daripada stimulus nyeri, sehingga ibu yang menerima *effleurage massage* cenderung merasakan penurunan intensitas nyeri selama persalinan. Selain itu, aktivasi saraf A-beta juga memicu pelepasan neurotransmitter penghambat nyeri seperti GABA dan enkefalin yang memperkuat efek analgesik alami tubuh.

Persamaan dan Perbedaan Temuan Studi dari kelima jurnal diatas adalah :

Persamaan:

1. Semua studi menunjukkan penurunan skala nyeri pasca intervensi.
2. Teknik dilakukan pada fase aktif kala I, saat kontraksi sudah intens namun belum mencapai puncak nyeri.
3. Durasi dan area pijatan umumnya serupa (10–15 menit di area lumbal atau punggung bawah).

Perbedaan:

1. Subjek: Beberapa studi fokus pada primigravida (misal Wulandari, 2018), sementara studi lain tidak menyebutkan paritas secara spesifik.
2. Pelaksana *massage*: Mahdi et al. menyoroti efek pemberian *massage* oleh suami, yang memiliki dimensi emosional berbeda dan menambah aspek dukungan psikologis.
3. Skala pengukuran nyeri: Tidak semua studi menyebutkan instrumen standar seperti VAS, yang menyulitkan perbandingan langsung antar hasil.

Keterbatasan umum dari lima studi yaitu ukuran sampel kecil dan tidak acak, variasi metode dan alat ukur, yang menyulitkan konsolidasi data kuantitatif secara meta-analitik, kurangnya kontrol terhadap variabel perancu, seperti kecemasan, riwayat nyeri, dan kesiapan psikologis ibu, tidak semua studi menjelaskan protokol standar pijatan, seperti teknik tangan, durasi, dan waktu pemberian intervensi secara detail.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis 5 artikel jurnal dan yang telah dilakukan serta pembahasan yang telah dijabarkan sebelumnya bahwa sebagian besar hasil studi didapatkan bahwa skala nyeri yang dialami oleh ibu pada saat persalinan kala I aktif sebelum diberikan intervensi *Effleurage Massage* sebagian besar adalah nyeri sedang-berat. Setelah dilakukan intervensi pada ibu bersalin kala I fase aktif persalinan didapatkan bahwa skala nyeri yang dialami oleh ibu pada saat persalinan kala I aktif setelah diberikan *Massage Effleurage* sebagian besar adalah nyeri ringan-sedang. Dari keseluruhan hasil review 5 artikel jurnal studi ditemukan bahwa *Massage Effleurage* sangat berpengaruh untuk mengurangi dan menurunkan rasa nyeri persalinan kala I fase

aktif persalinan setelah dilakukan uji statistic pada tiap-tiap artikel jurnal bahwa hasil uji statistic 5 artikel jurnal semuanya mempunyai pengaruh yang signifikan dari pemberian massageeffleurage terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Dalam hal ini tenaga kesehatan sangat berperan penting untuk melakukan intervensi kepada ibu bersalin dengan asuhan sayang ibu dengan cara mengurangi rasa nyeri yang dirasakan ibu saat bersalin menggunakan teknik massage effleurage.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, I. G., Pradnya, I. M., & Risnayanti, N. P. (2016). Pengaruh yang signifikan hypnotherapy terhadap nyeri pada persalinan normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar. *Jurnal Dunia Kesehatan* , 5(2):67-71.
- Anik M. Nyeri Dalam Persalinan. Teknik dan Cara Penanganannya. 2010.
- Asrinah, dkk. Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2010.
- Bobak, I., Lowdermilk, D., & Jensen, M. (2015). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC. Judha, M. (2012). Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan. Yogyakarta:
- Fitrianingsih Y, Prianti VA. (2020). Perbedaan Metode Deep Back Massage dan Metode Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Puskesmas Poned Plered Kabupaten Cirebon Tahun 2017. *Jurnal Care [Internet]*. 2017;5(3):382–92. Available from:<https://jurnal.unitri.ac.id/index.php/care/article/view/706>
- Herinawati H, HIndriati T, Novilda A. Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Mandiri Bidan Latifah Kota Jambi Tahun 2019. *J Ilm Univ Batanghari Jambi [Internet]*. 2019;3(19):590–601. Available from: <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i3.764>
- Kozier, B. (2010). Buku Ajar Fondamental Keperawatan. Jakarta: EGC.
- Kurniarum A. Asuhan Kebidanan Persalinan BBL. Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan; 2016.
- Kusuma, T. E. (2013). Bebas Hipertensi dengan Self Hypnosis. Jakarta: Noura Books (Mizan Grup).
- Madden, K., Middleton, P., Cyna, A. M., Matthewson, M., & Jones, L. (2016). Hypnosis for pain management during labour and childbirth. *Cochrane Database of Systematic Reviews* , Issue 5. Art. No.: CD009356.DOI: 10.1002/14651858.CD009356.pub3.
- Nuha Medika. Kemenkes RI. (2014). Situasi Kesehatan Ibu. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Nursalam, Pradanie, R., & Trisnadewi, I. A. (2008). Pengaruh metode relaksasi hypnobirthing terhadap toleransi nyeri dan respons kecemasan pada ibu inpartu kala I fase aktif. *Jurnal Ners* , Vol.3 No.1 April 2008 : 54- 60.

- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2013). *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process and Practice*. Elsevier Mosby.
- Simkin, P. 2005. *Buku Saku Persalinan*. Jakarta:EGC
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. EGC.
- Sunarsih, S., & Sari, T. P. (2020). Nyeri persalinan dan tingkat kecemasan pada ibu inpartu kala I fase aktif. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(4), 327–332. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i4.1365>
- The Southeast Asian Journal of Midwifery , Vol. 2, No.1, Oktober 2016, Hal: 24 – 3
- Triyani, S., Fatimah, & Aisyah. (2016). Pengaruh Hypnosis Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Nullipara triwulan 3 pada masa persiapan menghadapi persalinan di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat.
- Yuliatun L. *Penanganan Nyeri Persalinan Dengan Metode Nonfarmakologi*. Malang: Bayumedia Publishing; 2008.
- Yulizawati, dkk. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Persalinan*. Sidoarjo: Indonesia Pustaka; 2019.