

**Pengaruh *Back Rolling Massage* Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin
:Literature Review**

Farda Amalia^{1*}, Lisda Handayani², Desilestia Dwi Salmarini³

^{1,2}Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia

³Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia

E-mail: fardaamaliasm@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Nyeri persalinan merupakan proses fisiologis yang akan disebabkan oleh proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik. Dampak nyeri persalinan berlebihan dapat membuat stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi inersia uteri yang menyebabkan terjadinya pertus lama. Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Penatalaksanaan dalam mengatasi nyeri persalinan dengan cara non farmakologis dengan metode *back rolling massage*. Maka dari itu penulis tertarik untuk mengambil literature review yang berjudul, Pengaruh *Back Rolling Massage* Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin.

Tujuan: Menggali informasi dan menganalisa pengaruh *back rolling massage* terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin

Metode: Rancangan penelitian adalah literature review. Kriteria artikel yang diambil berdasarkan kata kunci, tahun, judul, abstrak, full paper dan menjawab tujuan penelitian yang bersumber dari Google scholar. Jumlah artikel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 10 artikel.

Hasil: Penggunaan *Back Rolling Massage* sangat berpengaruh dalam mengatasi nyeri persalinan. Teknik-teknik yang dapat digunakan ialah pijatan yang dilakukan di tulang belakang mulai dari costa ke 5 6 sampai scapula dalam durasi 3-5 menit selama 30 menit dan atau pada saat kontraksi.

Simpulan: Teknik *Back Rolling Massage* mempunyai pengaruh yang efektif mengatasi nyeri persalinan.

Kata Kunci: *Back Rolling Massage*, Nyeri Persalinan

The Effect of back massage on labor pain on mothers giving birth :Literature review

Abstract

Background: Labor pain is a physiological process that will be caused by the process of cervical dilatation, hypoxia of uterine muscles during contractions, ischemia of the corpus uteri and stretching of the lower segment of the uterus and nerve compression in the cervix. The impact of excessive labor pain can be stressful which causes excessive release of hormones such as catecholamines and steroids which can cause interference with the strength of uterine contractions resulting in uterine inertia which causes prolonged labor. Various efforts are made to reduce pain in labor, both pharmacologically and non-pharmacologically. Management in overcoming labor pain in a non-pharmacological way with the back rolling massage method. Therefore the authors are interested in taking a literature review entitled, *The Effect of Back Rolling Massage on Labor Pain in Maternity*.

Objective: To explore information and analyze the effect of back rolling massage on labor pain in laboring mothers.

Methods: The research design is literature review. The criteria for articles taken based on keywords, year, title, abstract, full paper and answer the research objectives sourced from Google scholar. The number of articles used in this study was 10 articles.

Results: The use of Back Rolling Massage is very influential in overcoming labor pain. The techniques that can be used are massage performed on the spine starting from the 5th costa 6 to the scapula in a duration of 3-5 minutes for 30 minutes and or during contractions.

Conclusion: Back rolling massage technique has an effective effect on labor pain.

Keywords: Back Rolling Massage, Labor Pain

Pendahuluan

Persalinan digambarkan sebagai salah satu penyebab rasa nyeri yang paling kuat yang pernah dialami. Kuatnya ketakutan dan kecemasan yang dialami ibu berkaitan dengan semakin besarnya rasa sakit yang dialami. Rasa takut menyebabkan ketegangan pada tubuh terutama pada rahim. Kondisi ini dapat menghambat proses persalinan alami,

memperlama persalinan, dan menimbulkan nyeri yang hebat (Nadiya & Salamuna, 2019).

Menurut laporan World Health Organization (WHO) yang terbaru AKI di dunia mencapai angka 295.000 jiwa. Dimaa terbagi atas beberapa kawasan Asia Tenggara 52.980, pasifik Barat 9.885, Amerika 8.424, Afrika 192.337, Eropa 1.422 dan Mediterania 29.589 (Aisyah, 2021).

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) angka kematian ibu turun dari 4.999 tahun 2015 menjadi 4.912 di tahun 2016 dan di tahun 2017 (6 bulan terakhir) sebanyak 1.712 kasus. Demikian pula jumlah kasus kematian bayi turun dari 33.278 di tahun 2015 menjadi 32.007 pada tahun 2016, tahun 2017 di 6 bulan terakhir sebanyak 10.294 kasus. Dalam rangka mewujudkan Keluarga Indonesia Sehat, Kementerian Kesehatan telah melaksanakan berbagai program selama dua tahun terakhir. Seperti capaian di lingkup Kesehatan Masyarakat (Kesmas) meliputi penurunan angka kematian ibu dan angka kematian bayi (Aisyah, 2021).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2020 didapatkan angka kematian ibu dan anak tahun 2019 tercatat ada 92 kasus kematian sementara ada 811 kasus kematian bayi. Sejak Januari 2020, terjadi penurunan. Data yang dirilis Dinkes Kalsel mencatat ada 48 kasus kematian ibu, serta 441 kematian bayi (Aisyah, 2021).

Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh

hampir semua ibu bersalin. Nyeri persalinan merupakan sebuah pengalaman subjektif disebabkan oleh iskemik otot uteri, penarikan dan traksi ligament uteri, traksi ovarium, tuba fallopii dan distensi bagian bawah uteri, otot dasar panggul dan perineum. Nyeri persalinan mulai timbul pada kala I fase laten dan fase aktif, pada fase laten terjadi pembukaan serviks sampai 3cm bisa berlangsung selama 8 jam. Nyeri disebabkan oleh kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Dengan seiring bertambahnya intensitas dan frekuensi kontraksi uterus nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, puncak nyeri terjadi pada fase aktif dimana pembukaan lengkap sampai 10 cm dan berlangsung sekitar 4,6 jam untuk primipara dan 2,4 jam untuk multipara (Shanti, 2018).

Penyebab nyeri dalam persalinan salah satunya adalah pada kala I. Kejadian nyeri kala I diawali dengan adanya kontraksi uterus yang menyebar dan membuat abdomen kram. Nyeri dikala I disebabkan oleh meregangnya uterus dan terjadinya efisement (pendataran) dan dilatasi serviks. Intensitas nyeri kala I

bervariasi sesuai kemajuan dari dilatasi serviks yaitu kala I fase laten pembukaan 0-3 cm nyeri dirasakan sakit dan tidak nyaman dan kala I fase aktif pembukaan 4-7 cm nyeri agak menusuk dan pembukaan 7-10 cm nyeri menjadi lebih hebat, menusuk dan kaku (Sitorus & R, 2021).

Dampak nyeri persalinan berlebihan dapat membuat stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Wijaya et al., 2018).

Nyeri persalinan dapat dikendalikan dengan 2 metode yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Metode penghilang rasa nyeri secara farmakologis adalah metode penghilang rasa nyeri dengan menggunakan obat-obat kimiawi, sedangkan metode non

farmakologis adalah metode penghilang rasa nyeri secara alami tanpa menggunakan obat-obat kimiawi yaitu teknik relaksasi, yang merupakan tindakan eksternal yang mempengaruhi respon internal individu terhadap nyeri. Manajemen nyeri dengan tindakan relaksasi mencakup relaksasi nafas dalam (Shanti, 2018)

Metode *back rolling massage* atau pijat oksitosin adalah intervensi yang mudah dilakukan tenaga kesehatan maupun keluarganya untuk membantu ibu mengurangi tingkat nyeri persalinan. Metode ini bermanfaat untuk mengurangi nyeri persalinan sangat diperlukan untuk mengurangi komplikasi pada ibu dan janin pada saat proses dan setelah persalinan, sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan angka kematian ibu secara tidak langsung berdampak pada pengurangan kerentanan dan mengatasi dampak penyakit (Lubis, 2020).

Back Rolling Masase saat persalinan dapat berfungsi sebagai analgesic epidural yang dapat mengurangi nyeri dan stres, serta dapat memberikan kenyamanan pada ibu

bersalin. Oleh karena itu diperlukan asuhan esensial pada ibu saat persalinan untuk mengurangi nyeri dan stres akibat persalinan yang dapat meningkatkan asuhan kebidanan pada ibu bersalin (Juliastuti & Sulastri, 2019). Dari data latar belakang diatas maka penelitian tertarik mengambil judul pengaruh *back rolling massage* terhadap nyeri persalinan.

Metode

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur review dengan menggunakan beberapa sumber jurnal atau artikel yang dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.

Hasil

Proses pengumpulan literatur dilakukan dengan cara melakukan pemilihan jumlah jurnal atau artikel dari 60 literatur menjadi 10 literatur. Proses pencarian dilakukan melalui elektronik based yang terindeks seperti Google Scholar (n=60).

Pembahasan

Secara fisiologis, Persalinan merupakan suatu proses yang alamiah pada ibu

bersalin akan terjadi kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks. Hal ini akan menyebabkan ibu merasakan nyeri dan sering kali nyeri ini dipersepsikan sebagai pengalaman nyeri paling hebat yang pernah dirasakan oleh ibu bersalin selama hidupnya (Elin Supliyani, 2017).

Menggunakan *Back rolling massage* berpengaruh dalam menurunkan nyeri ibu persalinan. Pernyataan tersebut didukung oleh 10 jurnal yang telah ditelaah dan mendapatkan hasil bahwa adanya pengaruh *back rolling massage* terhadap pengurangan nyeri persalinan.

Berdasarkan hasil penelitian (Wijaya et al., 2018) bahwa ada 2 kelompok yaitu pertama nyeri sebelum diberikan perlakuan ada 47,9% mengalami nyeri ringan dan 52,1% nyeri sedang sedangkan kedua kelompok nyeri yang sudah diberikan *Back rolling massage* ada 10% mengalami nyeri sedang dan 90% nyeri ringan. Artinya terdapat perbedaan tingkat nyeri sesudah dilakukan perlakuan antara masing-masing kelompok perlakuan.

Berdasarkan hasil pengolahan statistic dengan uji chisquare diperoleh nilai P sebesar 0,007. Karena nilai $P (0,007) < 0,05$. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nadiya & Salamuna, 2019) menunjukkan bahwa sesudah dilakukan pemijatan *back rolling massage* tingkat nyeri yang dirasakan mengalami perubahan sehingga ibu bersalin tidak lagi merasa nyeri yang sangat mengganggu. Dapat disimpulkan *back rolling massage* dapat mengatasi nyeri persalinan.

Pengaruh Terapi *Back rolling massage* Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 menurut (Rilyani¹, Dewi Kusumaningsi, 2020) mengatakan bahwa rasa nyeri dalam persalinan menimbulkan gejala yang dapat dikenali. Peningkatan sistem saraf simpatik timbul sebagai respon terhadap nyeri dan dapat mengakibatkan perubahan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan dan warna kulit. Massage secara lembut akan membantu selama persalinan. Hal itu terjadi karena massage merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphine yang merupakan pereda sakit alami. Mekanisme teknik massage dapat

menyebabkan peningkatan endorphine, yang pada gilirannya dapat meredakan nyeri karena merangsang produksi hormon endorphine yang menghilangkan rasa sakit secara alamiah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa massage atau sentuhan yang dilakukan saat terjadinya nyeri persalinan dapat membantu menghilangkan rasa sakit.

Menurut (Ali, 2020) Nyeri saat persalinan disebabkan oleh kontraksi otot-otot rahim dan tekanan pada leher rahim, kandung kemih dan usus oleh kepala bayi. Nyeri ini dapat dirasakan sebagai kram yang kuat di perut, selangkangan, dan punggung, serta perasaan pegal. Nyeri persalinan tidak terkendali, ibu dapat menghadapi risiko tertentu seperti perasaan takut, cemas, tidak berdaya, dan kehilangan kendali selama proses persalinan. Hal ini sejalan dengan (Elin Supliyani, 2017) bahwa Nyeri persalinan apabila tidak diatasi akan menimbulkan masalah lain yaitu meningkatkan rasa takut dan cemas pada ibu. Ketegangan emosi akibat rasa cemas sampai rasa takut akan memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Nyeri bersalin dapat

menimbulkan respon fisiologis yaitu mengurangi kemampuan rahim untuk berkontraksi sehingga memperpanjang waktu persalinan. Nyeri saat persalinan tidak perlu dihilangkan secara total, tetapi sangat penting untuk mengelola dengan baik rasa nyeri secara individual.

Penelitian (Lubis, 2020) mengatakan bahwa rasa takut atau stres secara fisiologis dapat menimbulkan kontraksi uterus menjadi semakin nyeri dan sakit dirasakan. Ibu bersalin yang mengalami stress maka akan merangsang tubuh mengeluarkan hormon stressor yaitu hormon katekolamin dan hormon Adrenalin. Hormon katekolamin ini akan dilepaskan dalam konsentrasi tinggi saat persalinan jika ibu tidak bisa menghilangkan rasa takutnya sebelum melahirkan. membuat tubuh tersebut maka uterus menjadi semakin tegang sehingga aliran darah dan oksigen ke dalam otot-otot uterus berkurang karena arteri mengecil dan menyempit akibatnya adalah rasa nyeri yang tak terelakkan. Dapat disimpulkan bahwa karena adanya nyeri persalinan yang disebabkan oleh kontraksi

uterus sehingga membuat ibu merasa takut dan stress.

Cara mengurangi rasa nyeri persalinan akibat kontraksi yang terjadi di daerah punggung Menurut (Puspitasari & Astuti, 2017) mengatakan bahwa Mengurangi rasa nyeri dengan teknik non-invasif adalah dengan metode masase, baik oleh petugas kesehatan, keluarga pasien, maupun pasien itu sendiri, tetapi kadang kala metode masase yang dilakukan tidak pada tempatnya sehingga hasilnya tidak efisien yang tujuan utamanya adalah relaksasi. Masase pada punggung menstimulasi reseptor yang membuat ibu bersalin lebih nyaman karena terjadi relaksasi otot.

Hal ini sesuai penelitian menurut (Sapna et al., 2020) mengatakan bahwa Tindakan pereda nyeri non-farmakologis seperti dukungan terus menerus, mandi, sentuhan dan pijat, gerakan dan posisi ibu, dan blok air intradermal untuk nyeri punggung di antara tindakan non-farmakologis pijat dapat mengurangi rasa sakit dengan merangsang pelepasan endorfin, merangsang

mekanoreseptor, merangsang sirkulasi dengan hasil meningkatkan oksigenasi ke jaringan dan memfasilitasi ekskresi toksin melalui sistem limfatik. Hal ini sejalan dengan penelitian Menurut (Norma Jeepi Margianti, 2020) mengatakan bahwa *Back rolling massage* merupakan metode non farmakologis yang tidak menyebabkan efek samping pada ibu dan bayi, dibandingkan dengan beberapa metode persalinan yang biasa ibu pilih untuk mengurangi nyeri persalinan, seperti seksio sesarea yang memiliki efek samping yang dapat membahayakan ibu dan juga janinnya. Perlu diperhatikan posisi ibu dan kenyamanan saat melakukan *Back rolling massage* dilakukan ketika ibu mengalami nyeri yang sulit diatasi selama persalinan. Hal ini dapat disimpulkan bahwa *Back rolling massage* merupakan salah satu intervensi non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan.

Back rolling massage atau Pijat oksitosin menurut (Himawati & Kodiyah, 2020) adalah pijatan yang dilakukan di tulang belakang mulai scapula sampai costa ke 5 - 6 yang dapat

menimbulkan efek relaksasi. Relaksasi yang dialami ibu dapat merangsang otak untuk menurunkan kadar hormon adrenalin dan meningkatkan produksi oksitosin yang merupakan faktor timbulnya kontraksi uterus yang adekuat. Langkah-langkah dalam melakukan *back rolling massage* harus diperhatikan dengan baik agar pijatan menghasilkan pengaruh yang optimal, salah satu langkah yang perlu diperhatikan adalah cara pijatan pada setiap ibu dengan postur tubuh yang berbeda, seperti ibu yang gemuk harus dipijat dengan posisi telapak tangan mengepal sedangkan pada ibu dengan tubuh yang kurus atau normal bisa menggunakan jempol tangan kiri dan kanan atau punggung telunjuk kiri dan kanan. Selain itu, durasi pijatan oksitosin pun perlu untuk diperhatikan, waktu yang baik untuk dilakukan pijatan yaitu selama 3-5 menit dan pengulangan hingga 3 kali. Hal ini sejalan dengan penelitian (Wijaya et al., 2018) langkah yang perlu diperhatikan cara pijatan pada ibu yang gemuk harus dipijat dengan posisi telapak tangan mengepal

sedangkan pada ibu dengan tubuh yang kurus atau normal bisa menggunakan jempol tangan. Selain itu, yang baik untuk dilakukan pemijatan yaitu selama 3-5 menit. Dapat disimpulkan bahwa pemijatan back rolling massage ini dilakukan sesuai postur tubuh ibu agar pemijatannya lebih berpengaruh dengan optimal

Back rolling massage sebaiknya pada Pijat pertama dilakukan pada akhir fase laten saat kontraksi dimulai pada pembukaan serviks 3-4 cm. Pijat kedua dan ketiga diterapkan selama dilatasi serviks 5-7 cm dan 8-10 cm, masing-masing; saat kontraksi dimulai. Semua pijat diterapkan selama 30 menit setiap kali pada awal kontraksi di setiap fase periode intra-partum. Pemijatan tersebut dilakukan karna pada saat besarnya pembukaan serviks maka nyeri persalinan yang akan dirasakan ibu semakin meningkat yaitu pada pembukaan 4-6 cm ibu masih merasakan nyeri sedang yang kemudian akan meningkat menjadi nyeri nyeri hebat bahkan sangat hebat ketika memasuki pembukaan 6-9 cm. Jadi setelah dilakukan *Back rolling*

massage, maka kontraksi dievaluasi dengan skala penilaian nyeri *Visual Analog Scale*. Hal ini sesuai dengan hasil skor nyeri sebelum dipijat pada pembukaan serviks 3-4 nyeri sedang 26,6%nyeri ringan 73,3%, 5-7 cm nyeri sedang 80% nyeri ringan 10% nyeri berat 10%, 8-10 nyeri sedang 60 nyeri berat 40% sedangkan skor nyeri sesudah diberikan intervensi pembukaan serviks 3-4 nyeri ringan 100%, 5-7 cm nyeri sedang 6,6%% nyeri ringan 93,3% , 8-10 nyeri sedang 70% nyeri ringan 30%. Dapat disimpulkan bahwa ada pengurangan tingkat nyeri sesudah diberikan pijat *Back rolling massage* pada ibu bersalin kala I.

Berdasarkan artikel yang telah di telaah menggunakan metode *Quasi eksperiment research design, Pretest-Posttest Control Group Design., dan One Shot Case Study* disimpulkan adanya pengaruh *Back rolling massage* terhadap pengurangan nyeri persalinan.

Daftar Pustaka

- Aisyah, putri . lestari. (2021). Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.N Di Wilayah Puskesmas Pekauman Banjarmasin. *Zona Kebidanan*, 11(1), 1–7.
<http://103.124.199.146/ejurnal/index.php/zonabidan/article/viewFile/820/701> [diakses:30 November 2021]
- Ali, Z. (2020). Effect of non-pharmacological methods on vital signs during first stage of labor at Sohag University Hospital. *Assiut Scientific Nursing Journal*, 8(21), 103–112.
<https://doi.org/10.21608/asnj.2020.31874.1021> [diakses:30 November 2021]
- Elin Supliyani. (2017). Pengaruh Masase Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Di Kota Bogor. *Jurnal Bidan*, 3(01), 22–29.
<https://media.neliti.com/media/publications/234041-pengaruh-masase-punggung-terhadap-intens-314866c8.pdf> [diakses:30 November 2021]
- Eni Indrayanti, Kusumastuti, Y. D. A. (2017). Penerapan Pijat Rolling Massage Menggunakan Minyak Lavender Untuk Kelancaran Pengeluaran Asi. *Journal Kesehatan*, 5–16.
<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1519> [diakses:30 November 2021]
- Himawati, L., & Kodiyah, N. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Rumah Sakit Permata Bunda Purwodadi Grobogan. *Journal Of Midwifery*, 8(1), 17–22.
<https://doi.org/10.37676/jm.v8i1.1029> [diakses:30 November 2021]
- Juliastuti, J., & Sulastri, S. (2019). Pengaruh Pemberian Massage Depan (Breast Care) Dan Massage Belakang (Pijat Oksitosin) Terhadap Produksi Asi Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Zainal Abidin Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 12(3), 227–231.
<https://doi.org/10.36911/panmed.v12i3.122> [diakses:30 November 2021]
- Lubis, dinni randayani . maryuni . anggreni leggina. (2020). Efektivitas Massage Punggung Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida & Multigravida. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 5(1), 22–28.
https://repository.binawan.ac.id/1070/1/JIB_Legina_Anggraeni.pdf [diakses:30 November 2021]
- Mayangsaria, D. (2020). Manfaat Rolling Massage Punggung Dan Endhorphin. *Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 162–167.
<https://www.ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/829/520> [diakses:30 November 2021]
- Nadiya, S., & Salamuna, N. (2019). Pengaruh Pijat Punggung Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Persalinan Normal Di Bpm Desita, S,Sit Desa Pulo Ara Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2019. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 5(2), 352.
<https://doi.org/10.33143/jhtm.v5i2.480> [diakses:30 November 2021]
- Norma Jeepi Margianti, A. R. W. (2020).

- Efektivitas Penurunan Nyeri Persalinan Melalui Pijat Punggung Di Rumah Sakit Harapan Bunda Kota Batam. *Zona Kebidanan*, 11(1), 1–7. <http://103.124.199.146/ejurnal/index.php/zonabidan/article/view/818> [diakses:30 November 2021]
- Puspitasari, I., & Astuti, D. (2017). Teknik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 8(2), 100. <https://doi.org/10.26751/jikk.v8i2.289> [diakses:30 November 2021]
- Rilyani1, Dewi Kusumaningsi, S. R. (2020). Pengaruh Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I di Rumah Sakit DKT Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 2(September), 726–735. <https://core.ac.uk/download/pdf/353678396.pdf> [diakses:30 November 2021]
- Sapna, M., Devi, A. M., Deepak, M., & Shalu, M. (2020). Effectiveness Of Back Massage In First Stage Labour Pain Among Pregnant Women. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 07(11), 6644–6652. https://ejmcm.com/article_9427.html [diakses:30 November 2021]
- Seri, U., Sudarto, S., & Nur Akhmad, A. (2019). Pijat Oksitosin Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Pospartum Primipara Di Kota Singkawang. *Jurnal*
- Vokasi Kesehatan*, 5(1), 58. <https://doi.org/10.30602/jvk.v5i1.227> [diakses:30 November 2021]
- Shanti, E. F. A. (2018). Efektifitas Produksi Asi pada Ibu Post Partum dengan Massage Rolling (Punggung). *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 3(1), 76–80. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/MJ/article/view/152/125> [diakses:30 November 2021]
- Sitorus, N. Y., & R, M. (2021). Masase Mengurangi Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 726–730. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i4.5094> [diakses:30 November 2021]
- Wijaya, M., Bewi, D. W. T., & Rahmiati, L. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Nyeri Dan Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah Bidan*, III(3), 27–34. <https://ibi.or.id/jurnal/index.php/jib/article/view/85/61> [diakses:30 November 2021]