

**TINJAUAN NARATIF PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* DAN
COUNTER PRESSURE SAAT PERSALINAN TERHADAP
PENGELUARAN HORMON ENDORFIN**



Skripsi

Diajukan ke Program Studi S1 Kebidanan Departemen Kebidanan Fakultas
Kedokteran Universitas Andalas untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan

Oleh :

WADRATUL JANNAH RIZAL

No.BP. 2010331013

Pembimbing :

1. Yulizawati, SST., M. Keb
2. Prof. dr. Hardisman, M. HID., Dr.PH. FRSPH

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN DEPARTEMEN KEBIDANAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG 2023**

ABSTRACT

THE EFFECT OF ENDORPHIN MASSAGE AND COUNTER PRESSURE DURING LABOR ON ENDORPHIN HORMONE RELEASE

By

**Wadratul Jannah Rizal, Yulizawati, Hardisman, Firdawati, Rauza Sukma
Rita, Erda Mutiara Halida**

Labor pain is a subjective experience associated with uterine contractions, stretching of the cervix, and descent of the fetal head. Non-pharmacological therapy continues to be developed in the world of obstetrics which aims to provide comfort during the birthing process. Endorphin massage and counter pressure are non-pharmacological therapies that can stimulate the release of endorphins and reduce pain and anxiety during childbirth. This study aims to determine the effect of endorphin massage and counter pressure during labor on the release of endorphin hormones and their benefits.

This type of research is a narrative literature review, was conducted from January 2023 to Februari 2024. The search for articles was accessed through the Pubmed database, Garuda Portal, ScienceDirect and Google Scholar. Thirty-two research articles were analyzed, articles were selected based on inclusion and exclusion criteria.

Thirty-two research articles were analyzed for study. The results showed that endorphin massage and counter pressure can be used as interventions to overcome and reduce labor pain and anxiety through the help of endorphin hormones which are useful for a smooth delivery process.

The influence of endorphin massage and counter pressure during labor on the release of endorphin hormones which are useful for reducing labor pain, reducing anxiety, increasing comfort and speeding up the labor process.

Keyword: Endorphin massage, counter pressure, hormone beta-endorphin level, labor pain.

ABSTRAK

PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* DAN *COUNTER PRESSURE* SAAT PERSALINAN TERHADAP PENGELUARAN HORMON ENDORFIN

Oleh

Wadratul Jannah Rizal, Yulizawati, Hardisman, Firdawati, Rauza Sukma
Rita, Erda Mutiara Halida

Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif yang berhubungan dengan kontraksi uterus, peregangan serviks, serta penurunan kepala janin. Terapi non farmakologi terus dikembangkan di dunia kebidanan yang bertujuan untuk memberikan kenyamanan pada proses persalinan. *Endorphin massage* dan *counter pressure* menjadi salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat merangsang pengeluaran hormon endorfin dan menurunkan nyeri serta kecemasan saat persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *endorphin massage* dan *counter pressure* saat persalinan terhadap pengeluaran hormon endorfin serta manfaatnya.

Jenis penelitian ini adalah studi literatur yang dilakukan pada bulan Januari 2023 hingga Februari 2024. Pencarian artikel diakses melalui database *Pubmed*, Portal Garuda, *ScienceDirect*, dan *Google Scholar*. Tiga puluh dua artikel dianalisis, artikel dipilih berdasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi.

Tiga puluh dua artikel penelitian dilakukan analisis untuk dipelajari. Didapatkan hasil bahwa *endorphin massage* dan *counter pressure* dapat digunakan sebagai intervensi dalam mengatasi dan menurunkan nyeri serta kecemasan persalinan melalui bantuan hormon endorfin yang bermanfaat untuk kelancaran proses persalinan.

Adanya pengaruh *endorphin massage* dan *counter pressure* saat persalinan terhadap pengeluaran hormon endorfin yang bermanfaat untuk menurunkan nyeri persalinan, menurunkan kecemasan, meningkatkan kenyamanan serta mempercepat proses persalinan.

Kata Kunci: Pijat endorfin, counter pressure, kadar hormon beta-endorphin, nyeri persalinan.