

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TENTANG NYERI PERSALINAN KALA I

¹Srianty Siregar, ²Novita Sari Batubara, ³Ratna Dewi Siregar

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aufo Royhan Di Kota Padangsidempuan, Indonesia
(sriantysiregar1988@gmail.com, 082276457864)

ABSTRAK

Nyeri yang timbul merupakan suatu tanda awal proses persalinan kala I dan akan berlanjut sampai kala IV persalinan. Intensitas nyeri yang dialami ibu semakin lama akan semakin meningkat akibat kontraksi yang semakin lama semakin meningkat. *World Health Organization* sebanyak 90% wanita hamil dan melahirkan mengalami rasa nyeri, rasa takut saat persalinan. Rasa nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stres. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil primigravida tentang nyeri persalinan kala I di Wilayah Kerja Puskesmas Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2022. Jenis penelitian adalah *kuantitatif* dengan desain *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah sebanyak 38 orang Januari-Juli 2022. Sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil primigravida sebanyak 38 orang dengan menggunakan metode *total sampling*. Analisa yang digunakan adalah univariat dengan hasil menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang nyeri persalinan kala I berada pada pengetahuan kurang sebanyak 25 orang (65,8%). Disarankan pada ibu hamil dapat aktif menambah pengetahuan ibu tentang kehamilannya terutama tentang nyeri persalinan kala I sehingga dalam kehamilan ibu dapat segera diatasi dan dapat menurunkan angka kesakitan ibu.

Kata Kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil Primigravida, Nyeri Persalinan

ABSTRACT

Pain arising is an early sign of the first stage of labor and will continue until the fourth stage of labor. The pain intensity of mother will increase over time due to increasing contractions. According to the World Health Organization, 90% of pregnant and childbirth women had pain and fear during childbirth. Pain arising can affect the mother's condition in the form of fatigue, fear, worry and lead to stress. The purpose of this study was to describe Primigravida Pregnant Women's Knowledge of First Stage of Labor Pain in Pinangsori Health Center the Working Area, Central Tapanuli Regency 2022. The study used quantitative method with a descriptive design. The population was all primigravida pregnant women in Pinangsori Health Center Working Area, Central Tapanuli Regency about 38 people from January to July 2022. The sample in this study was all 38 primigravida pregnant women by using the total sampling method. The data were analysed by using univariate. The results showed that the knowledge of pregnant women about the first stage of labor pain was lack about 25 people (65.8%). It is suggested that pregnant women can be more active to explore knowledge of their pregnancies especially about first stage of labor pain in order to be treated immediately and can reduce maternal morbidity.

Keywords: Knowledge, Primigravida Pregnant Women, Labor Pain

1. PENDAHULUAN

Persalinan suatu yang menggembirakan, namun rasa gembira itu dapat berubah menjadi suatu rasa takut dan cemas ketika seorang ibu

merasakan nyeri persalinan ketika kontraksinya menjadi lebih intens (Sholehah dkk, 2020). Rasa nyeri pada kehamilan dan persalinan “sinyal” untuk memberitahukan kepada ibu bahwa dirinya telah memasuki tahap proses persalinan.

Kontraksi menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha. Konstraksi ini menyebabkan adanya pembukaan serviks (Wijayanti & Fariya, 2020).

Nyeri yang timbul merupakan suatu tanda awal proses persalinan kala I dan akan berlanjut sampai kala IV persalinan. Intensitas nyeri yang dialami ibu semakin lama akan semakin meningkat akibat kontraksi yang semakin lama semakin meningkat; amplitudo meningkat, frekuensi semakin sering, dan durasi semakin lama. Intensitas nyeri ini lebih bersifat subjektif, hanya seberapa lama, sering, dan hebatnya intensitas nyeri itu berbeda pada setiap ibu. Ada ibu yang nampaknya lebih bisa menahan nyeri, tetapi ada ibu yang berteriakteriak (Prawirohardjo, 2018).

World health Organization sebanyak 90% wanita hamil dan melahirkan mengalami rasa nyeri, rasa takut saat persalinan. Amerika Serikat mendapatkan 70% sampai 80% wanita yang melahirkan berlangsung dengan rasa nyeri. Berbagai cara dilakukan agar ibu melahirkan tidak selalu merasa nyeri dan akan merasakan nyaman. Rasa nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stres. Stres dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama (Lilis dkk, 2020).

Pusat Data Persatuan Rumah Sakit seluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 22% 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 (Indratningrum, 2020).

Data di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2020, menunjukkan 54% ibu primigravida mengalami nyeri berat, 46% mengalami nyeri sedang sampai ringan. Dapat disimpulkan bahwa nyeri persalinan yang dialami ibu primigravida mayoritas pada skala nyeri sedang hingga berat. Sedangkan Lamaze dalam Bobak menyatakan bahwa 85-90% persalinan berlangsung dengan nyeri, dan hanya 10-15% persalinan yang berlangsung tanpa rasa nyeri (Jasmi dkk, 2020).

Rasa nyeri merupakan suatu hubungan kompleks antara berbagai macam faktor fisik dan psikis. Salah satu dari faktor psikis adalah rasa takut. Rasa takut akan menghalangi proses

persalinan karena ketika tubuh manusia mendapat sinyal rasa takut, tubuh akan mengaktifkan pusat siaga dan pertahanan. Akibatnya, pusat mengirimkan darah keseluruh organ yang terlibat untuk suatu proses siaga (*running or fighting process*). Karena rahim bukan merupakan organ yang terlibat dalam proses siaga, rahim hanya mendapat sedikit aliran darah. Oleh karenanya, dapat menghalangi proses persalinan dan meningkatkan rasa nyeri serta menyebabkan waktu melahirkan menjadi lebih memanjang (Rusdiatin dan Damasta, 2017).

Kekhawatiran dan ketidaktahuan menimbulkan ketegangan, stres, dan kecemasan yang menyebabkan rasa nyeri menjadi bertambah buruk, dan dapat menciptakan rasa nyeri yang sebenarnya hanya sedikit sekali terasa. Informasi, pengetahuan, sikap dan dukungan dapat mengatasi kecemasan dan kekhawatiran, dan juga akan membantu untuk menghilangkan rasa nyeri (Anggraeni, 2020).

Penanggulangan nyeri pada persalinan sangat penting karena akan dapat memperbaiki keadaan fisiologis dan psikologi ibu dan bayi baru lahir serta mengurangi kematian ibu dan janin. Penanggulangan nyeri persalinan dapat dikendalikan dengan 2 metode yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Metode 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 caranya dengan melakukan teknik relaksasi, yang merupakan tindakan eksternal yang mempengaruhi respon internal individu terhadap nyeri (Bisman, 2017).

Triwidiyantari dan Pramesti (2018) “gambaran pengetahuan ibu bersalin tentang relaksasi nafas dalam pengurangan nyeri persalinan”. Hasil penelitian bahwa pengetahuan responden dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh pendidikan responden yang sebagian besar berpendidikan sampai pada tingkat SLTA. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki ibu tentang nyeri persalinan.

Kriscanti (2021) “gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil trimester III tentang teknik manajemen nyeri persalinan”. Hasil penelitian bahwa pengalaman nyeri sebelumnya tidak selalu berarti bahwa individu tersebut akan menerima nyeri dengan lebih mudah pada masa

persalinan. Kejadian nyeri mempengaruhi cara seseorang berespons terhadap nyeri, bagi beberapa orang nyeri masa lalu dapat saja menetap dan tidak terselesaikan, ambang rasa nyeri pada multipara lebih tinggi dibanding primipara.

Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang kehamilan, persalinan dan nifas yaitu dengan melaksanakan kelas ibu. Kelas ibu adalah kelompok belajar ibu dengan umur kehamilan empat minggu sampai 36 minggu dengan jumlah peserta sepuluh orang. Fasilitator kelas ibu adalah seorang bidan dengan materi yang bersumber dari buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak) dan lembar balik. Setelah mengikuti kelas ibu, diharapkan ibu hamil memahami mengenai segala hal seputar persalinan, sehingga ibu dapat menghadapi persalinan dengan percaya diri dengan kata lain ibu siap menghadapi persalinan (Kartini dkk, 2019).

Data Puskesmas Pinangsori Kecamatan Pinangsori, jumlah ibu hamil primigravida tahun 2019 sebanyak 20 orang, tahun 2020 sebanyak 25 orang, tahun 2021 sebanyak 34 orang dan pada tahun 2022 bulan Januari-Februari kehamilan berada pada primigravida sebanyak 38 orang dari 214 sasaran ibu hamil. Berdasarkan survey awal yang dilakukan dengan wawancara kepada 5 orang ibu hamil primigravida, didapatkan beberapa ibu hamil yang tidak mengetahui nyeri persalinan kala I. Masih kurangnya kemauan ibu hamil untuk mengikuti penyuluhan kesehatan yang sudah di laksanakan oleh Puskesmas, sehingga membuat banyak ibu hamil yang belum mengerti sepenuhnya tentang pengurangan nyeri persalinan. Pengenalan pengurangan nyeri persalinan sedini mungkin akan lebih baik untuk ibu hamil.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran pengetahuan ibu hamil primigravida tentang nyeri persalinan kala I di Wilayah Kerja Puskesmas Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2022. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil primigravida tentang nyeri persalinan kala I di Wilayah Kerja Puskesmas Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2022.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif* dengan desain *deskriptif* bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil primigravida tentang nyeri persalinan kala I di Wilayah Kerja Puskesmas Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2022. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah. Alasan peneliti adalah karena masih terdapat ibu hamil primigravida tidak mengetahui proses persalinan dan pengurangan nyeri persalinan. Alasan peneliti memilih lokasi tersebut karena lokasi terjangkau dekat dan cukup mengetahui kondisi perkembangan pendidikan di lokasi yang menjadi tujuan penelitian. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2021–September 2022.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah sebanyak 38 orang Januari-Agustus 2022. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik *total sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 38 orang.

Prosedur penelitian dimulai dari pengumpulan data yaitu pertama peneliti mengajukan izin penelitian kepada Kepala Puskesmas Pinangsori, kemudian meminta izin untuk melakukan penelitian kepada responden dan menjelaskan tujuan diadakannya penelitian ini serta meminta persetujuan responden. Seluruh responden menandatangani lembar *informed consent* sebelum pengisian lembar kuesioner, kemudian peneliti menyebar kuisisioner kepada responden. Peneliti mengumpulkan kembali lembar kuisisioner setelah responden selesai mengisi. Peneliti memeriksa kelengkapan kuisisioner apabila ada jawaban kuisisioner yang belum lengkap dan mengumpulkannya kembali. Data yang diperoleh kemudian diolah dengan menggunakan bantuan komputer melalui tahapan *editing, coding, scoring, data entry dan tabulating*.

3. HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Kelurahan Albion Prancis Kecamatan Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2022

Karakteristik	f	%
Umur		
20-35 tahun	30	78,9

>35 tahun	8	21,1
Pendidikan		
SD	3	7,9
SMP	6	15,8
SMA	15	39,5
Perguruan Tinggi	14	36,8
Pekerjaan		
Bekerja	18	47,4
Tidak Bekerja	20	52,6
Jumlah	38	100

Tabel 1 dapat diketahui bahwa mayoritas responden berumur 20-35 tahun 30 orang (78,9%) dan minoritas berumur >35 tahun 8 orang (21,1%). Berdasarkan pendidikan responden mayoritas berpendidikan SMA 15 orang (39,5%) dan minoritas berpendidikan SD 3 orang (7,9%). Berdasarkan pekerjaan responden mayoritas tidak bekerja 20 orang (52,8%) dan minoritas bekerja 18 orang (47,4%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Nyeri Persalinan Kala I Di Wilayah Kerja Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2022

Pengetahuan Ibu Hamil	f	%
Baik	13	34,2
Kurang	25	65,8
Jumlah	38	100

Tabel 2 dapat diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil primigravida tentang nyeri persalinan kala I mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 25 orang (65,8%) dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 13 orang (34,2%).

4. PEMBAHASAN

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Nyeri Persalinan Kala I

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pinangsori Kabupaten Tapanuli tengah Tahun 2022 didapatkan pengetahuan ibu hamil primigravida tentang nyeri persalinan kala I mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 25 orang (65,8%) dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 13 orang (34,2%). Responden yang

memiliki pengetahuan kurang dimana kurang aktif dalam mencari informasi mengenai nyeri persalinan kala I dimana relaksasi dapat mengurangi rasa nyeri persalinan seperti melalui tenaga kesehatan, ataupun media informasi seperti media sosial, televisi, dan lain-lain. Selain itu baiknya pengetahuan responden dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh umur responden yang sebagian besar berumur 20-35 tahun.

Selain itu responden berpengetahuan kurang dikarenakan faktor umur mayoritas berumur 20-35 tahun sebanyak 30 orang (78,9%). Hasil penelitian Davim (2017) menunjukkan pada umur ibu yang masih muda (<20 tahun) organ reproduksi dan emosional belum cukup matang dan beresiko tinggi mengganggu perkembangan janin, sehingga mengakibatkan rasa takut terhadap kehamilan dan persalinan dikarenakan di usia tersebut ibu belum siap untuk hamil. Usia 20-35 tahun adalah masa dimana ibu hamil memiliki resiko kesehatan paling rendah. Secara umum masa ini disebut sebagai masa ideal untuk hamil dan melahirkan. Kehamilan di usia tua (>35 tahun) menimbulkan kecemasan terhadap kehamilan dan persalinan serta alat alat reproduksi ibu yang fungsinya mulai menurun.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Kumalasari (2017) semakin meningkat umur seseorang maka persentase berpengetahuan semakin baik karena disebabkan oleh akses informasi, wawasan, dan mobilitas yang masih rendah. Semakin meningkatnya umur dan tingkat kematangan maka kekuatan seseorang dalam berpikir dan bekerja juga akan lebih matang. Pada usia >30 tahun biasanya ibu lebih memiliki pengalaman bagaimana menahan nyeri persalinan.

Hal ini di dukung oleh penelitian Karlina (2018) usia wanita yang terlalu muda dan terlalu tua dapat mengeluhkan tingkat nyeri persalinan yang berbeda dan meningkatnya usia maka toleransi nyeri semakin meningkat pula. Selain itu bahwa usia berhubungan secara tidak langsung dengan nyeri persalinan karena mempengaruhi emosi seseorang dan berpengaruh pada harapan selama perawatan persalinan. Sehingga dalam penelitian ini rentang usia yang dipilih yaitu usia 20-35 tahun agar dapat meminimalkan bias karena faktor usia.

Berdasarkan hasil kuesioner didapatkan responden dengan mayoritas pendidikan SMA sebanyak 15 orang (39,5%). Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita

tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup (Prawirohardjo, 2018).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Ayu (2017) tingkat pendidikan responden diketahui sebagian besar 49 (90,7%) adalah SMA. Tingkat pendidikan mempengaruhi persepsi seseorang dalam merasakan nyeri pada proses modulasi. Proses ini yang menyebabkan persepsi nyeri menjadi subyektif dan ditentukan arti suatu input nyeri. Pengetahuan tentang pengelolaan nyeri dapat diperoleh dari pengalaman klien sendiri atau dari sumber lain, sehingga tingkat pendidikan bukan merupakan variabel yang dapat mempengaruhi persepsi nyeri.

Kemudian berdasarkan kuesioner menunjukkan lebih banyak responden yang tahu tentang nyeri pada saat persalinan dapat dikurangi yaitu sebanyak 21 orang (55,3%), sedangkan yang tidak tahu sebanyak 17 orang (44,7%). Hasil penelitian di dukung oleh penelitian Triwidiyanti dan Pramesti (2018) dalam meningkatkan dan mempertahankan pengetahuan responden, upaya yang dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan mengenai relaksasi dalam pengurangan nyeri persalinan melalui media leaflet. Relaksasi dalam persalinan penting untuk dilakukan karena ibu bersalin yang sulit beradaptasi dengan rasa nyeri persalinan dapat menyebabkan tidak terkoordinasinya kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan perpanjangan kala I persalinan dan kesejahteraan janin terganggu (Sulistiyawati, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian Haslin (2018) persalinan dan kelahiran merupakan proses fisiologis yang menyertai kehidupan setiap wanita. Walaupun persalinan merupakan proses yang fisiologis, namun pada umumnya persalinan dapat menjadi menakutkan karena disertai nyeri yang berat dan terkadang dapat menimbulkan kondisi mental yang mengancam. Penerapan metode teknik relaksasi napas dalam pada proses persalinan berpengaruh terhadap intensitas nyeri persalinan. Ibu yang diberikan metode pada proses persalinan mengalami intensitas nyeri persalinan yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang tidak di berikan teknik relaksasi

napas dalam dalam proses persalinan.

Hal ini diperkuat oleh teori Notoatmodjo (2014) bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia yaitu: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan merupakan dasar untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan nyeri persalinan dinilai melalui beberapa komponen antara lain konsep proses terjadinya persalinan dan nyeri yang dirasakan saat kala I.

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan bersifat sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya (Ulinnuha, 2017). Sesuai dengan teori Sri (2017) bahwa nyeri pada kala pembukaan adalah disebabkan oleh membukanya mulut rahim misalnya peregangan otot polos merupakan rangsang yang cukup untuk menimbulkan nyeri, terdapat hubungan yang erat antara besarnya pembukaan mulut rahim dan intensitas nyeri (makin membuka makin nyeri), terdapat hubungan antar timbulnya kontraksi rahim, rasa nyeri terasa kira-kira 15-30 detik setelah mulainya kontraksi rahim.

Asumsi peneliti menyatakan bahwa terdapat 25 orang (65,8%) ibu hamil primigravida tidak mengetahui tentang nyeri persalinan kala I. Hal ini dikarenakan kurangnya informasi yang didapatkan responden mengenai relaksasi dalam persalinan. Pemberian informasi dan latihan mengenai relaksasi nafas mulai dapat di aplikasikan mulai dari kehamilan saat trimester tiga. Pengurangan nyeri persalinan dapat dilakukan dengan menekankan pemberian informasi mengenai persiapan persalinan serta latihan teknik bernafas. Dengan didapatkan informasi, diharapkan rasa takut dan cemas pada ibu bersalin akibat ketidaktahuan dapat berkurang sampai dengan hilang.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pengetahuan ibu hamil primigravida tentang nyeri persalinan kala I di Wilayah Kerja Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2022 mayoritas pengetahuan kurang 25 orang (65,8%).

Saran

Diharapkan melalui penelitian ini wawasan peneliti bertambah luas, pengalaman untuk mengembangkan penelitian yang lebih baik pada penelitian selanjutnya. Peneliti harus lebih banyak membaca referensi berupa buku cetak, jurnal – jurnal terkini yang lebih banyak untuk penunjang materi. Diharapkan ibu hamil dapat aktif menambah pengetahuan ibu tentang kehamilannya terutama tentang nyeri persalinan kala I sehingga dalam kehamilan ibu dapat segera diatasi dan dapat menurunkan angka kesakitan ibu.

6. REFERENSI

- Anggraeni Ryke. (2021). *Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Relaksasi Nafas Dalam Pengurangan Intensitas Nyeri Persalinan Tahun 2022*. Skripsi
- Ayu & Supliyani. (2017). *Karakteristik Ibu Bersalin Kaitannya Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Di Kota Bogor*. Jurnal Kebidanan, 204-210
- Davim, RMB, Torres GV & Melo, ES. (2017). *Nonpharmacological Strategies on Pain Relief During Labor : Pre-testing of an Instrument*. Jurnal Rev LatinoAm Enfermagem. Volume 12 No 2
- Haslin Shafira. (2018). *Pengaruh Tehnik Napas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif Di Klinik Pratama Tanjung Kecamatan*
- Indratningrum R. (2020). *Penerapan Terapi Music Instrumental Terhadap Nyeri Persalinan Fase Aktif Kala I Di Rumah Bersalin Aulia Mojosongo Boyolali Tahun 2019*. Stikes Aisyiyah
- Iswidayanti Santi. (2021). *Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda-Tanda Bahaya Kehamilan Di Wilayah Kerja Unit Pelayanan Terpadu Daerah Puskesmas Mengwi II*. Skripsi
- Jasmi, Elly Susilawati, dan Ana Andriani. (2020). *Pengaruh Rose Effleurage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Primigravida Di BPM Ernita Pekanbaru*. JOMIS (Journal Of Midwifery Science). Vol 4 No 1, Januari 2020. P-ISSN: 2549-2543. E-ISSN: 2579-7077
- Karlina Finta Isti. (2018). *Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Aromaterapi Lavender Secara Inhalasi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Fisiologis Pada Primipara Inpartu Kala Satu Fase Aktif Di BPM Kota Mataram*. FKUB
- Kartini Farida., Ova Emilia., Djaswadi dan Yayi Suryo. (2019). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Mengenai Persalinan*. Jurnal Kebidanan Dan Keperawata 'Aisyah, 15 (2), 2019, 202-211
- Kemendes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kriscanti Ayu Puti Retno. (2021). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Teknik Manajemen Nyeri Persalinan Non Farmakologi Di Puskesmas IV Denpasar Selatan Tahun 2021*. Karya Tulis Ilmiah
- Kumalasari EP. (2017). *Studi Tentang Manfaat Aromaterapi (Aroma Lavender) Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Ibu Pada Persalinan Kala I Fase Aktif di Bidan Praktek Swasta Wilayah Kerja Puskesmas Nglelih Kecamatan Pesantren Kota Kediri*. Laporan penelitian. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Mitra Husada
- Lilis Dewi Nopiska, Lia Artikasari dan Yayang Sukmawati. (2020). *Pengaruh Hydrotherapy Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di BPM Latifah*. Jambura Journal Of Health Sciences And Research. Vol 3. No.1 (2021) : Januari
- Maryunani, Anik. (2015). *Nyeri Dalam Persalinan Teknik Dan Cara Penanganannya*. Jakarta: Trans Info Medika
- Masturoh Imas dan Nauri Anggita. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Bahan Ajar Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan*. Jakarta: Kemenkes RI
- Rohani, Saswita.R, dan Marisah. (2013). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Persalinan*. Jakarta: Salemba Medika
- Rusdatin & Darmasta. (2017). *Pengaruh Pemberian Teknik Akupresur Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I di Rumah Sakit Rajawali Citra Potorono Banguntapan Bantul 2007*. Diakses dari <http://p3m.amikom.ac.id/p3m/80%20>
- Sondakh. (2013). *Asuhan Kebidanan Persalinan*
- Sri, Kartika Yohana dan Fathunikmah Hubungan. (2017). *Teknik Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*

Pada Ibu Bersalin Normal Di Klinik Pratama Jambu Mawar dan Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru Tahun 2017. Jurnal Poltekkes Kemenkes Riau : Jurnal Ibu dan Anak

Triwidiyantari Dyah dan Pramesti Ramadhini. (2018). *Gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Tentang Relaksasi Nafas Dalam Pengurangan Nyeri Persalinan Di Puskesmas Padasuka.* Jurnal Sehat Masada, Volume XII Nomor 1 Januari 2018

Ulinnuha Tomy Nur. (2017). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis.* Stikes Insan Cendekia Medika

Vika Elinta Yanski. (2013). *Gambaran Pengetahuan Ibu Tetang Nyeri Persalinan Normal Kala I Di BPS Titin Widyaningsih Pontianak Tahun 2013.* Karya Tulis Ilmiah Akademi Kebidanan Santa Benedica

Wijayanti Rina dan Fariya Azzuri Rahman (2020). *Efektivitas Pernafasan Dalam Dan Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Di Puskesmas Kecamatan Tanah Abang Periode Januari 2020.* Akademi Kebidanan RSPAD Gatot Soebroto