

LITERATURE REVIEW: EFEKTIVITAS EFFLEURAGE MASSAGE TERHADAP TINGKAT NYERI PERSALINAN PADA IBU BERSALIN

¹Ni Putu Wiryastuti Sri Pratami Devi, ²Ni Komang Yuni Rahyani, ³Made Widhi Gunapria Darmapatni

¹⁻³Poltekkes Kemenkes Denpasar, Denpasar, Indonesia

*Korespondensi: wiryastutisri13@gmail.com

ABSTRACT

Background: Labor is a physiological process that is commonly accompanied by pain, causing discomfort, anxiety, and fear that may interfere with maternal well-being and labor progress. Effleurage massage is a complementary, non-pharmacological intervention used to reduce labor pain. **Purpose:** This study aimed to evaluate the effectiveness of effleurage massage in reducing pain intensity during the first stage of labor. **Method:** A literature review was conducted using articles retrieved from Google Scholar. An initial search identified 45 articles, and after screening based on publication year (2021–2026), relevance, and inclusion criteria, 10 research articles were included for analysis. Data were extracted and synthesized descriptively. **Results:** The findings consistently showed that effleurage massage reduced labor pain by promoting relaxation, decreasing muscle tension, improving blood circulation, and stimulating endorphin release through the gate control mechanism. Most studies also reported improved maternal comfort during labor. **Conclusion:** In conclusion, effleurage massage is an effective, safe, affordable, and easy-to-apply complementary therapy that can be integrated into midwifery care to reduce labor pain and enhance maternal comfort.

Keywords: Effleurage Massage, Labor Pain, First Stage Of Labor, Complementary Therapy, Maternal Comfort

ABSTRAK

Latar belakang: Persalinan merupakan proses fisiologis yang sering disertai nyeri sehingga dapat menimbulkan ketidaknyamanan, kecemasan, dan menghambat kemajuan persalinan. *Massage effleurage* merupakan salah satu terapi komplementer nonfarmakologis yang digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas *massage effleurage* dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I. **Metode:** Metode yang digunakan adalah *literature review* dengan menelusuri artikel melalui Google Scholar. Dari 45 artikel yang ditemukan, setelah seleksi berdasarkan tahun publikasi (2021–2026), kesesuaian topik, dan kriteria inklusi, diperoleh 10 artikel penelitian yang dianalisis secara deskriptif. **Hasil:** Hasil telaah menunjukkan bahwa *massage effleurage* efektif menurunkan intensitas nyeri

melalui peningkatan relaksasi, pengurangan ketegangan otot, perbaikan sirkulasi darah, serta stimulasi pelepasan endorfin melalui mekanisme *gate control*. Sebagian besar penelitian juga melaporkan peningkatan kenyamanan ibu selama persalinan. **Simpulan:** Disimpulkan bahwa *massage effleurage* merupakan terapi komplementer yang efektif, aman, ekonomis, dan mudah diterapkan sebagai bagian dari asuhan kebidanan untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan ibu bersalin.

Kata kunci: *Massage Effleurag*, Nyeri Persalinan, Persalinan Kala I, Terapi Komplementer, Kenyamanan Ibu

PENDAHULUAN

Masa persalinan merupakan fenomena alamiah yang bagi kebanyakan perempuan secara subjektif dirasakan sebagai proses nyeri yang menimbulkan kecemasan dan takut secara bersamaan. Nyeri dalam persalinan adalah bagian yang tidak dapat dihindari dalam proses persalinan. Intensitas nyeri selama persalinan memengaruhi keadaan psikologi ibu, kelancaran proses persalinan serta keadaan janin (Saifuddin, 2020). Gerakan kontraksi rahim menyebabkan otot-otot dinding rahim mengkerut, menjepit pembuluh darah, vagina dan jaringan lunak di sekitarnya merenggang, sehingga terasa nyeri. Keadaan mental ibu (ketakutan, cemas, khawatir atau tegang) serta hormone prostaglandin yang meningkat sebagai respon terhadap stress. Intensitas nyeri selama kala I fase aktif ini diakibatkan oleh kekuatan kontraksi dan tekanan yang dibangkitkan. Semakin besar distensi abdomen, intensitas nyeri menjadi lebih berat. Nyeri dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernafasan, keringat, ketegangan otot dan konsentrasi ibu selama persalinan menjadi terganggu. Jika ibu tidak dapat menahan rasa nyeri, semua itu bisa berefek buruk terhadap kelancaran persalinan sehingga terjadi persalinan lama. Ini akan mengakibatkan distress pada bayi dan mempengaruhi bayi yang akan dilahirkan (Cunningham, 2022).

Terapi komplementer dapat digunakan untuk mengurangi nyeri, kecemasan dan perasaan tidak nyaman pada ibu bersalin, terapi ini mudah didapatkan dan bisa dilakukan dengan *massage effleurage*. yaitu suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan tangan melekat pada bagian-bagian tubuh yang digosok dengan ringan dan menenangkan (Ernawati dkk., 2020). *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 (Anggraeni dkk., 2020).

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk mempelajari lebih dalam tentang pemberian asuhan komplementer *Massage effleurage* untuk mengurangi nyeri pada ibu bersalin. Studi ini adalah tinjauan literature yang berusaha mengkaji lebih lanjut informasi mengenai pengaruh *Massage effleurage* untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin.

METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah studi Literature Review yang bertujuan untuk menghimpun informasi mengenai pengaruh *Massage effleurage* untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin. Proses pengkajian dimulai dengan mengidentifikasi jurnal artikel yang berhubungan dengan tema penelitian. Sumber pencarian yang digunakan dalam pencarian Pustaka dan literatur adalah Google Scholer atau cendekia. Pencarian artikel dilakukan dengan mengumpulkan tema pengaruh *Massage effleurage* serta efeknya pada ibu bersalin. Kriteria inklusi pencarian sumber literatur adalah tahun penerbitan artikel mulai dari tahun 2021 sampai dengan tahun 2026 Kata kunci pencarian adalah komplementer, pengaruh *Massage effleurage* untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin. Kriteria artikel yang masuk dalam review adalah: Observasional, analitik case control, review, kuasi eksperimental. Berdasarkan hasil pencarian awal diperoleh 45 artikel yang relevan dengan kata kunci yang digunakan. Setelah dilakukan proses seleksi berdasarkan tahun publikasi, kesesuaian judul, abstrak, dan isi artikel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, diperoleh 10 artikel yang memenuhi syarat untuk dianalisis. Data dari artikel terpilih kemudian

diekstraksi, dibandingkan, dan dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi pengaruh *massage effleurage* dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin.

HASIL

Pencarian literatur melalui Google Scholar menggunakan kata kunci *massage effleurage*, *nyeri persalinan*, dan *komplementer* menghasilkan 45 artikel yang relevan. Selanjutnya dilakukan proses seleksi berdasarkan tahun publikasi (2021–2026), kesesuaian judul, abstrak, isi artikel, serta kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil seleksi menunjukkan bahwa sebanyak 10 artikel memenuhi kriteria dan digunakan dalam *literature review* ini. Seluruh artikel dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi efektivitas *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I.

Sepuluh artikel yang direview terdiri atas berbagai desain penelitian, yaitu *quasi experiment* (5 artikel), studi kasus/deskriptif (3 artikel), *randomized controlled trial* (1 artikel), dan eksperimen (1 artikel). Mayoritas penelitian dilakukan di Indonesia pada praktik mandiri bidan, klinik, maupun rumah sakit, sedangkan dua penelitian dilakukan di luar negeri, yaitu di Arab Saudi dan Turki. Seluruh penelitian mengevaluasi efektivitas *massage effleurage*, baik sebagai intervensi tunggal maupun dikombinasikan dengan aromaterapi lavender, *deep back massage*, atau latihan pernapasan dalam menurunkan nyeri persalinan kala I. Ringkasan karakteristik artikel disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan Artikel Yang Direview

Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
Juliarti dkk. (2024)	Efektifitas <i>Deep Back Massage Dan Effluarge Massage</i> Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Di PMB Fatma Susanti Pekanbaru	Metode analitik kuantitatif dengan Eksperimen, dengan rancangan pendekatan two group pretest posttest	Hasil penelitian didapatkan terdapat perbedaan yang signifikan post test pada kelompok <i>Deep Back Massage dan Effelurage Massage</i> dengan p value 0,017 (<0,05), dengan perbedaan mean skor kelompok <i>Deep Back</i>

Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
			Massage 3,22 sedangkan mean skor kelompok Effelurage Massage 4,22. Pemberian Deep Massage lebih efektif menurunkan nyeri persalinan.
Sitompul (2024)	Efektifitas Aroma Terapi Lavender dan Massage Effleurage terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Primigravida Di Klinik Pratama Tanjung	Penelitian kuantitatif, eksperimen semu	Tingkat nyeri persalinan sebelum diberikan aromaterapi lavender dan <i>massage effleurage</i> adalah dengan tingkat nyeri sedang sebanyak 15 orang (31.2%) dan nyeri berat sebanyak 33 orang (68.8%). Tingkat nyeri persalinan sesudah diberikan aromaterapi lavender dan <i>massage effleurage</i> adalah dengan tingkat nyeri ringan sebanyak 18 orang (37.5%), nyeri sedang sebanyak 23 orang (47.9%) dan nyeri berat sebanyak 7 orang (14.6%). Diperoleh nilai $P=0,02$ ($\alpha < 0,05$), menunjukkan pemberian aromaterapi lavender dan <i>massage effleurage</i> sangat efektif pada penurunan tingkat nyeri pada pasien Kala I Primigravida di Klinik Pratama Tanjung
Zanah & Armalini (2022)	Efektivitas effleurage massage dengan aromaterapi	<i>Quasy Experimental research design</i> dengan <i>one group</i>	Sebelum pemberian terapi <i>effleurage massage</i> dengan aromaterapi lavender nilai mean adalah 6,00 dan

Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
	lavender untuk menurunkan nyeri persalinan di Pmb Yenita Kota Pariaman	<i>pre test - post test design</i>	mengalami penurunan setelah pemberian effleurage massage dengan aromaterapi lavender yaitu 4,00. Dapat disimpulkan bahwa aromaterapi efektif terhadap penurunan nyeri persalinan pada kala I dengan perbedaan mean sebesar 2,00
Kurniawaty dkk. (2023)	Penerapan Massage Effleurage pada Ibu Kala 1 Persalinan Dengan Masalah Nyeri	Deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan	Setelah dilakukan teknik massage effleurage terjadi penurunan skala nyeri pada pasien kala I persalinan pada Ny.D dari skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 5 dan pada Ny.H dari skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 4. Diharapkan Massage Effleurage dapat dilakukan sebagai salah satu metode untuk mengurangi tingkat nyeri ibu bersalin kala I fase aktif.
Falina dkk. (2024)	Efektifitas Massage Effleurage untuk Mengurangi Nyeri Pada Kala I Persalinan Primigravida	Studi kasus	Diperoleh bahwa jumlah ibu bersalin primigravida di PMB Chrysa Falina sebelum dilakukan perlakuan keseluruhan merasakan skala nyeri kategori berat dengan nilai 7 sd 10 yaitu sebanyak 9 orang (100%) Setelah diberikan perlakuan diperoleh hasil

Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
			bahwa jumlah ibu bersalin primigravida di PMB ChrysaFalina terjadi penurunan skala nyeri numerik setelah dilakukan <i>Massge effleurage</i> yaitu skala nyeri numerik menjadi nyeri sedang berjumlah 9 orang (100%).
Fitria & Herawati (2022)	Pengaruh Massage Effleurage dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I di PMB Bidan Lilis Tanah Tinggi Kota Tangerang	<i>quasi eksperimen (two group pre-test post test)</i>	Skala nyeri pada kelompok sebelum diberikan <i>massage effleurage</i> yaitu 9,47 dengan standar deviasi 0,51. Setelah dilakukan <i>massage effleurage</i> skala nyeri yaitu 7,13 dengan standar deviasi 0,74. Hasil nilai p 0,000; a=0,05. Berarti <i>massage effleurage</i> berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin
(Baljon dkk., 2022)	<i>Effectiveness of Breathing Exercises, Foot Reflexology and Massage (BRM) on Maternal and Newborn Outcomes Among Primigravidae in Saudi Arabia: A Randomized Controlled Trial</i>	Uji coba terkontrol acak (RCT) single-blind-paralel	Sebanyak 225 peserta diacak untuk kontrol (n = 112) dan kelompok intervensi (113). BRM menurunkan intensitas nyeri persalinan pada 60 menit setelah intervensi selama (1,3 vs 3,5, F = 102,5, p < 0,001) dan setelah kontraksi (0,4 vs 2,4, F = 63,6, p < 0,001) dan juga menurunkan kecemasan (2,9 vs 4,2, F =

Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
			80,4, p <0,001). BRM secara bersamaan menurunkan adrenokortikotropik (ACTH) (133 vs 209 pg/mL, p <0,001), kortisol (1231 vs 1360 nmol/mL, p = 0,003), dan oksitosin (159 vs 121 pg/mL, p <0,001). Ini juga mempersingkat durasi persalinan (165 vs 333 menit, p <0,001).
Türkmen & Oran (2021)	<i>The Effect of Effleurage Massage and heat application on labor pain and comfort: A quasi-randomized controlled experimental study</i>	<i>Quasy Experiment dengan design non equivalent control group design</i>	Rata-rata skor nyeri pada HAG (4,56 ± 0,67) selama 4-5 cm pembukaan serviks secara signifikan lebih rendah dibandingkan pada MG (5,03 ± 1,06) atau CG (5,23 ± 0,72) (p <0,05). Rata-rata skor nyeri pada HAG (6,80±0,7) dan MG (7,30±0,8) selama 6-7 cm pelebaran serviks secara signifikan lebih rendah dibandingkan pada CG (7,70±0,5) (p <0,001). Selain itu, perbedaan yang signifikan secara statistik ditemukan antara rata-rata skor total CCQ (HAG: 31.06±3.46, CG: 27.66±3.85, p <0.05), rata-rata skor kenyamanan fisik CCQ (HAG: 13.16±1.89, CG: 11.03±1.80, p <0,001), rata-rata skor tingkat kenyamanan lega CCQ (HAG: 11,23±1,43, CG: 10,00±2,01, p <0,05) dan

Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
			rata-rata skor tingkat kenyamanan transendensi CCQ (HAG: 19,83±2,37, CG: 17,66±2,15, p < 0,05) dan HAG dan CG selama 8-9 cm pembukaan serviks.
Amin dkk. (2021)	Teknik Massage Effleurage Untuk Mengurangi Nyeri Melahirkan Kala I di Rumah Sakit Swasta Palembang	Deskriptif dalam bentuk studi kasus .	Teknik atau metode <i>massage effleurage</i> berpengaruh secara efektif dan signifikan untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami oleh ibu inpartu pada persalinan kala I.
Utari & Futriani (2022)	Efektivitas Deepback Massage Dan Effleurage Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di BPM KATMI Tahun 2022	Quasi experiment dengan two group pre-test and post-test non equivalen control groups design	Nilai mean kelompok pre-post deepback massage < pre-post effleurage massage (1.667 < 3000) dengan nilai t yaitu 13.229 < 21.737, dan nilai p: 0.000 < 0.05. Ada pengaruh deepback massage dan effleurage massage pada penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif

Berdasarkan hasil telaah terhadap sepuluh artikel, seluruh penelitian menunjukkan bahwa *massage effleurage* memberikan pengaruh positif terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I. Penelitian Juliarti dkk. (2024), Fitria dan Herawati (2022), Utari dan Futriani (2022), serta Sitompul (2024) menunjukkan adanya penurunan nyeri yang bermakna secara statistik setelah pemberian *massage effleurage* dengan nilai p<0,05. Penelitian Zanah dan Armalini (2022) juga menunjukkan penurunan rerata skala nyeri dari 6,00 menjadi 4,00 setelah pemberian *massage effleurage* yang dikombinasikan dengan aromaterapi lavender.

Hasil yang serupa ditemukan pada penelitian Kurniawaty dkk. (2023), Falina dkk. (2024), dan Amin dkk. (2021) yang melaporkan penurunan skala nyeri setelah intervensi *massage effleurage* pada ibu bersalin kala I. Selain itu, penelitian Baljon dkk. (2022) menunjukkan bahwa kombinasi *breathing exercise, foot reflexology*, dan *massage* mampu menurunkan intensitas nyeri, kecemasan, kadar hormon stres, serta memperpendek lama persalinan. Penelitian Türkmen dan Oran (2021) juga melaporkan bahwa *massage* memberikan skor nyeri yang lebih rendah dibanding kelompok kontrol serta meningkatkan kenyamanan ibu selama persalinan.

Secara umum, seluruh artikel menunjukkan hasil yang konsisten bahwa *massage effleurage* merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan, meningkatkan relaksasi, serta memberikan pengalaman persalinan yang lebih nyaman bagi ibu.

PEMBAHASAN

Dalam studi literatur ini terdapat 10 jurnal yang membahas tentang pengaruh *Massage effleurage* untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin. Setelah dilakukan pengkajian terhadap kesepuluh literatur diatas didapatkan seluruh artikel menyatakan bahwa *massage effleurage* berpengaruh dalam mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin kala I. Studi literatur menunjukkan *massage effleurage* adalah metode non-farmakologis yang efektif untuk menurunkan nyeri pada ibu bersalin. *Massage effleurage* bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, menghangatkan otot abdomen, dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental (Anggraeni dkk., 2020). *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 yang dapat “menutup gerbang” untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada sistem saraf pusat serta aman apabila dikombinasikan bersama dengan metode non-farmakologis atau terapi konvensional lainnya (Falina dkk., 2024). Berbagai penelitian yang dianalisis dalam literature review ini menunjukkan hasil yang konsisten bahwa teknik *effleurage massage* memiliki efektivitas yang

signifikan dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Kelima penelitian yang ditelaah sama-sama menunjukkan adanya penurunan skala nyeri setelah pemberian intervensi, meskipun terdapat perbedaan pada besarnya penurunan nyeri maupun metode pengukuran yang digunakan pada masing-masing penelitian.

Di Indonesia, angka persalinan melalui operasi sesar yang masih cukup tinggi, yaitu berkisar antara 17–20% di beberapa wilayah berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, menjadi tantangan tersendiri dalam upaya meningkatkan persalinan normal. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya angka tersebut adalah rasa takut ibu terhadap nyeri selama proses persalinan. Oleh karena itu, penerapan *effleurage massage* sebagai salah satu metode nonfarmakologis yang aman, ekonomis, dan mudah diterapkan memiliki potensi besar untuk digunakan baik di masyarakat maupun di fasilitas pelayanan kesehatan sebagai upaya mendukung persalinan normal. Selain itu, apabila teknik ini dikombinasikan dengan keterlibatan pasangan, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian Mahdi et al., intervensi ini dapat memberikan dukungan emosional dan sosial yang lebih optimal selama proses persalinan berlangsung (Fitria & Herawati, 2022).

Secara fisiologis, mekanisme kerja *effleurage massage* dapat dijelaskan melalui *Gate Control Theory of Pain* yang dikemukakan oleh Melzack dan Wall pada tahun 1965. Teori ini menjelaskan bahwa persepsi nyeri tidak hanya dipengaruhi oleh rangsangan nosiseptif yang dihantarkan ke otak, tetapi juga oleh proses modulasi yang terjadi pada sistem saraf pusat, khususnya di *dorsal horn* medula spinalis. Menurut teori tersebut, pada medula spinalis terdapat suatu “gerbang” neurologis yang berfungsi mengatur apakah impuls nyeri akan diteruskan menuju otak atau tidak. Impuls nyeri dihantarkan melalui serabut saraf berdiameter kecil, yaitu serabut A-delta dan serabut C, sedangkan rangsangan berupa sentuhan atau tekanan ringan dihantarkan melalui serabut A-beta yang berdiameter lebih besar.

Saat *effleurage massage* diberikan, gerakan sentuhan yang lembut, teratur, dan ritmis akan merangsang aktivasi serabut A-beta. Aktivasi serabut ini akan menghambat penghantaran impuls nyeri yang dibawa oleh serabut A-delta dan C menuju otak melalui mekanisme “penutupan gerbang” pada medula spinalis. Akibatnya, jumlah impuls nyeri yang mencapai otak menjadi berkurang sehingga persepsi nyeri yang dirasakan ibu juga menurun. Dengan kata lain, tubuh cenderung lebih merespons rangsangan sentuhan dibandingkan rangsangan nyeri, sehingga ibu yang mendapatkan intervensi *effleurage massage* akan merasakan penurunan intensitas nyeri selama proses persalinan. Selain itu, stimulasi pada serabut A-beta juga dapat memicu pelepasan neurotransmitter penghambat nyeri, seperti GABA dan enkefalin, yang semakin memperkuat mekanisme analgesik alami tubuh (Gaballah dkk., 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan temuan hasil dari kesepuluh jurnal, mengungkapkan bahwa penerapan asuhan kebidanan komplementer *massage effleurage* berpengaruh dengan baik dalam mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin kala I, sehingga memberikan rasa nyaman pada ibu dan dapat melalui masa persalinan dengan aman, nyaman dan fisiologis. Saran yang dapat diberikan untuk pelaksanaan literature review selanjutnya adalah sumber literatur yang digunakan lebih banyak sehingga mampu memperoleh artikel yang lebih lengkap dan baik, serta ambang tahun pencarian jurnal dengan kata kunci yang ditetapkan adalah lima tahun terakhir agar mendapatkan literature terkini.

DAFTAR REFERENSI

- Amin, M., Jaya, H., & Harahap, A. Q. U. (2021). Teknik *massage effleurage* untuk mengurangi nyeri melahirkan kala I di Rumah Sakit Swasta Palembang. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 224–231.
- Anggraeni, L., Muzayyana, Agustini, R. D., Wijayanti, W., Choirunissa, R., Carolin, B. T., Juwita, N., Jaelani, S. H., Yulianingsih, E., Aulya, Y., Atikah, S., Nurhidayah, & Sudaryati, N. L. G. (2020). *Pelayanan Kebidanan Komplementer* (H. Akbar, Ed.). CV. Media Sains Indonesia.
- Baljon, K., Romli, M. H., Ismail, A. H., Khuan, L., & Chew, B.-H. (2022). Effectiveness of breathing exercises, foot reflexology and massage (BRM) on maternal and newborn outcomes among primigravidae in Saudi Arabia: a randomized controlled trial. *International journal of women's health*, 279–295.

- Cunningham. (2022). *Obstetri Williams Edisi 26*. EGC.
- Ernawati, E., Ratna, R., & Pota, R. (2020). Literature Review: Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Persalinan Normal. *JIKP Jurnal Ilmiah Kesehatan PENCERAH*, 9(02), 147–154.
- Falina, C., Utami, I. T., Handayanti, R., & Susanti, Y. (2024). Efektifitas Massage Effleurage untuk Mengurangi Nyeri Pada Kala I Persalinan Primigravida. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(6), 2797–2809.
- Fitria, A., & Herawati, I. (2022). Pengaruh Massage Effleurage dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I di PMB Bidan Lilis Tanah Tinggi Kota Tangerang. *Wellness And Healthy Magazine*, 4, 275–282.
- Gaballah, S., El-Deen, D. S., & Hebesy, M. I. (2023). Effect of effleurage massage therapy on sleep disturbance, fatigue, pain, and anxiety in patients with multiple sclerosis: A quasi-experimental study. *Applied Nursing Research*, 73, 151719.
- Juliarti, W., Megasari, K., & Husanah, E. (2024). Efektifitas Deep Back Massage Dan Effluarge Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Di Pmb Fatma Susanti Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 9(1), 294–301.
- Kurniawaty, K., Sunarmi, S., & Fathia, N. A. (2023). Penerapan Massage Effleurage Pada Ibu Kala 1 Persalinan Dengan Masalah Nyeri. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, 8(1).
- Paseno, M., Situngkir, R., Pongantung, H., Wulandari, F., & Astria, D. (2019). Massage counter pressure and massage effleurage effectively reduce labor pain. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo)*, 7(1), 20–32.
- Saifuddin, A. B. (2020). *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono .
- Sitompul, H. S. (2024). Efektifitas Aroma Terapi Lavender dan Massage Effleurage terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Primigravida Di Klinik Pratama Tanjung Tahun 2022. *Journal Health Of Education*, 4(1), 88–100.
- Türkmen, H., & Oran, N. T. (2021). Massage and heat application on labor pain and comfort: A quasi-randomized controlled experimental study. *Explore*, 17(5), 438–445.
- Utari, A.-G. D., & Futriani, E. S. (2022). Efektivitas Deepback Massage Dan Effleurage Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di BPM KATMI Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 480–490.
- Wati, M. F., Susilawati, E., Yansartika, Y., & Yunizar, A. (2022). Pengaruh Masase Effleurage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 1(2), 25–29.
- Zanah, M., & Armalini, R. (2022). Efektivitas Effleurage Massage Dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Bpm Yenita Kota Pariaman. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 11(2), 128–135.