

**PENGARUH PIJAT ENDORPHIN DAN TERAPI MUSIK
KLASIK TERHADAP INTENSITAS NYERI
PERSALINAN KALA I PADA IBU
BERSALIN DI PUSKESMAS
CIRACAS 2026**

SKRIPSI



Oleh :

SHEILA ZIQA PRATAMA

224201516013

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2026**

**PENGARUH PIJAT ENDORPHIN DAN TERAPI MUSIK
KLASIK TERHADAP INTENSITAS NYERI
PERSALINAN KALA I PADA IBU
BERSALIN DI PUSKESMAS
CIRACAS 2026**

SKRIPSI

Diajukan untuk persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh :

SHEILA ZIQA PRATAMA

224201516013

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2026**

SKRIPSI

**PENGARUH PIJAT ENDORPHIN DAN TERAPI MUSIK
KLASIK TERHADAP INTENSITAS NYERI
PERSALINAN KALA I PADA IBU
BERSALIN DI PUSKESMAS
CIRACAS 2026**


Oleh :
SHEILA ZIQA PRATAMA
NPM : 224201516013

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 21 Februari 2026

Pembimbing 1,


Pembimbing 2,


dr. Cholisah Suralaga, M.Kes


Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



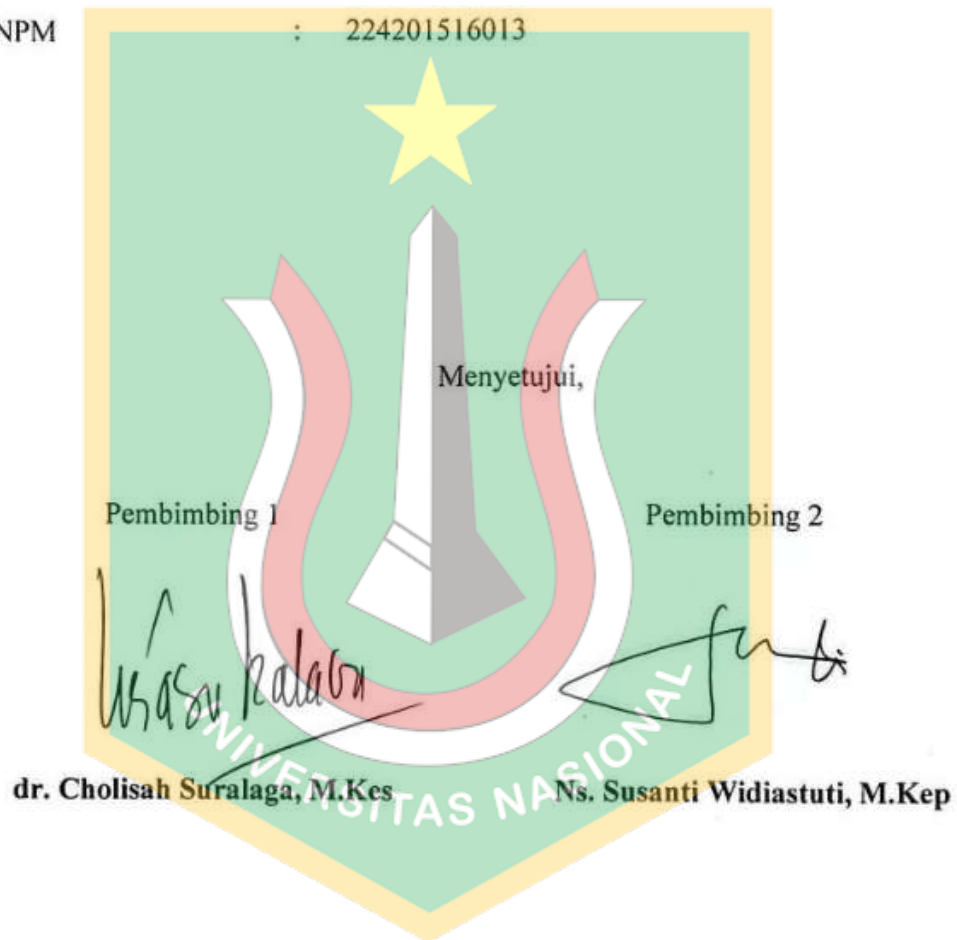

Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

LEMBAR PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG

Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Endorphin dan Terapi Musik Klasik
Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu
Bersalin di Puskesmas Ciracas 2026

Nama Mahasiswa : Sheila Ziqra Pratama

NPM : 224201516013



LEMBAR PERSETUJUAN SESUDAH SIDANG

Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Endorphin dan Terapi Musik
Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala
I Pada Ibu Bersalin di Puskesmas Ciracas 2026

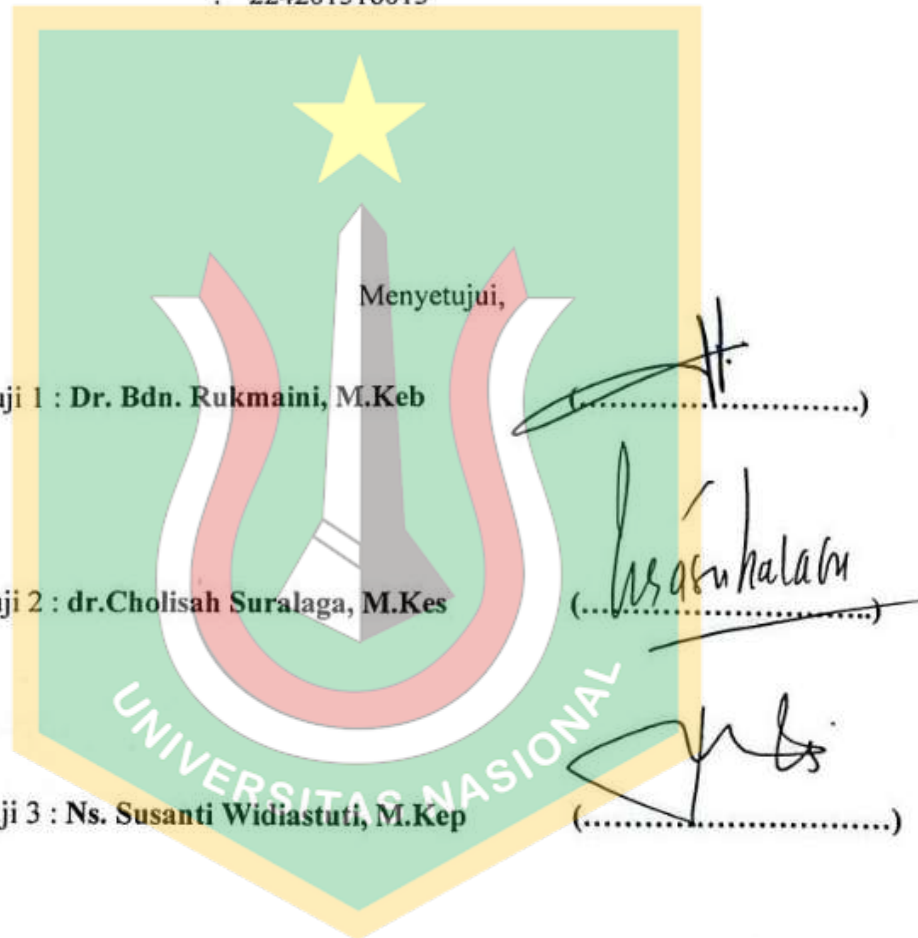
Nama Mahasiswa : Sheila Ziqra Pratama

NPM : 224201516013

Penguji 1 : **Dr. Bdn. Rukmaini, M.Keb**

Penguji 2 : **dr.Cholisah Suralaga, M.Kes**

Penguji 3 : **Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep**



PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Sheila Ziqi Pratama

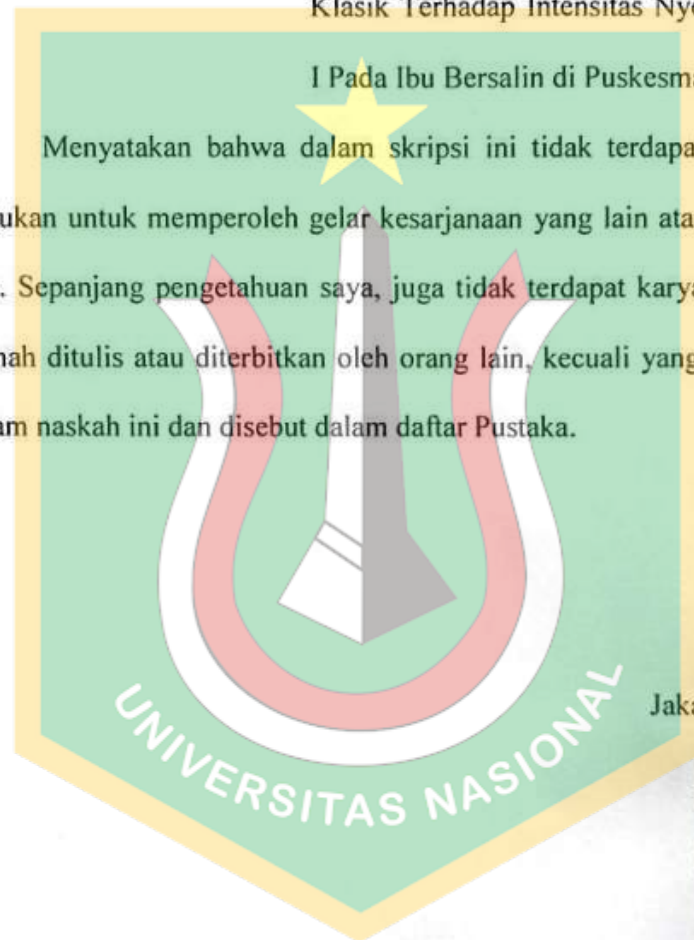
NPM : 224201516013

Judul Penelitian : Pengaruh Pijat Endorphin dan Terapi Musik

Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala

I Pada Ibu Bersalin di Puskesmas Ciracas 2026

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacudam naskah ini dan disebut dalam daftar Pustaka.



Jakarta, 21 Februari 2026



Sheila Ziqi Pratama

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala, atas berkat segala rahmat, nikmat, dan hidayah-Nya yang tiada terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pijat Endorphin dan Terapi Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin di Puskesmas Ciracas Tahun 2026”. Adapun penulisan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada Program Sarjana Keperawatan di Universitas Nasional.

Proses penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya ridho Allah, dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, pada kesempatan ini penulis memberikan ungkapan terima kasih yang tulus kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Tommy J. F. Wowor, S.Kep., MM, M.kep., Ph.D.
3. Ibu dr. Cholisah Suralaga, M.kes selaku pembimbing 1 yang telah memberi masukan, dan memberikan dukungan hangat dalam perjalanan penyusunan skripsi.
4. Ibu Ns. Susanti Widiastusti, M.Kep selaku dosen pembimbing 2 yang juga turut memberikan masukan dan perhatian penuh dalam proses perjalanan skripsi saya.
5. Seluruh bidan, dokter dan rekan mahasiswa lain di ruang bersalin puskesmas ciracas yang menerima saya dengan baik, memberikan masukan dan arahan dengan perhatian sehingga saya merasa nyaman berada di tempat tersebut.

6. Penulis sendiri yaitu Sheila Ziqra Pratama yang telah berjuang untuk menyelesaikan perkuliahan dengan baik sehingga mampu menulis skripsi ini dengan penuh kasih.
7. Kedua orang tua yang telah memberikan banyak pengorbanan, kasih sayang, dukungan, dan kebahagiaan yang tiada henti sampai saat ini. Tanpa tangan mereka penulis tidak mungkin bisa berada di titik ini.
8. Teman-teman yang telah bersama mengukir kisah Melisa, Nadja, Almalisa, Putri, Nabila, Teresia, dan Listya sebagaimana mereka telah menjadi keluarga dalam kehidupan penulis sejauh ini. Kebahagiaan, kehangatan, kasih sayang, dan sedikit perselisihan menambah warna kehidupan.
9. Seseorang yang telah bersedia menampung kesedihan penulis selama menghadapi hal yang tidak sesuai dengan ekspektasi. Dia mampu memberikan kehangatan, kasih, kebahagiaan, masukkan. Berbahagialah dan tetaplah menjadi teman sejati sampai segala harapan yang diimpikan terjadi.
10. Semua pihak yang telah hadir dalam hidup penulis di masa skripsi ini, terima kasih atas segala yang telah diberikan, dan terima kasih telah menjadi pelipur duka ketika penulis merasa dunia sedang tidak baik kepada penulis.

Jakarta, 2 Februari 2026



Sheila Ziqra Pratama

ABSTRAK

PENGARUH PIJAT ENDORPHIN DAN TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I PADA IBU BERSALIN DI PUSKESMAS CIRACAS 2026

Sheila Ziqi Pratama, Cholisah Suralaga, Susanti Widiastuti

Latar Belakang : Angka nyeri persalinan di Indonesia cukup tinggi mencapai nilai (85-90%). Pemberian intervensi non-farmakologis mampu mengurangi intensitas nyeri persalinan dengan melakukan pijat endorphin dan terapi musik klasik. Kedua intervensi ini mampu memberikan sentuhan yang dapat menghambat proses sinyal nyeri mencapai otak akibat adanya pelepasan hormon endorfin.

Tujuan : Mengetahui pengaruh dan perbedaan pengaruh pijat endorphin dan terapi musik klasik terhadap intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin di Puskesmas Ciracas.

Metodologi Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode *Quasy Experimental* dengan rancangan *Two Group Pretest and Posttest Design*. Populasi pada penelitian ini seluruh ibu bersalin di puskesmas ciracas. Pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling* dengan jumlah 30 responden berdasarkan kriteria inklusi

Hasil Penelitian : Hasil analisis univariat pijat endorphin memiliki penurunan terbanyak pada sedikit nyeri (53,3%). Sedangkan hasil terapi musik klasik memiliki penurunan pada lebih nyeri lagi (60%). Hasil analisis bivariat dengan uji *wilcoxon* memperoleh nilai *p-value* (0,000) dan hasil uji *Mann Whitney U* memperoleh nilai *p-value* (0,134).

Simpulan dan Saran : Terdapat pengaruh pijat endorphin dan terapi musik klasik terhadap intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Tidak terdapat perbedaan pengaruh pijat endorphin dan terapi musik klasik terhadap intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Pada ibu bersalin dapat melakukan pijat endorphin dan terapi musik klasik untuk mengurangi rasa nyeri yang timbul.

Kata Kunci : Nyeri, Persalinan Kala I, Pijat Endorphin Terapi Musik Klasik

Kepustakaan : 101 pustaka (2018-2026)

ABSTRACT

THE EFFECT OF ENDORPHIN MASSAGE AND CLASSICAL MUSIC THERAPY ON THE FIRST STAGE LABOR PAIN AMONG MATERNITY WOMEN AT CIRACAS PUBLIC HEALTH CENTER 2026

Sheila Ziqra Pratama, Cholisah Suralaga, Susanti Widiastuti

Background: The prevalence of labor pain in Indonesia remains high, affecting approximately 85–90% of laboring women. Non-pharmacological interventions have been shown to reduce labor pain intensity, including endorphin massage and classical music therapy. These interventions provide sensory stimulation that may inhibit the transmission of pain signals to the brain through the release of endorphins.

Purpose: To determine and compare the effects of endorphin massage and classical music therapy on the first stage labor pain among maternity women at Ciracas Public Health Center.

Methods: A quasi-experimental method with a two-group pretest–posttest design. The population consisted of maternity women at Ciracas Public Health Center. Samples were selected using consecutive sampling, resulting in 30 respondents who met the inclusion criteria.

Results: Univariate analysis showed that endorphin massage resulted in the greatest reduction in mild pain intensity (53.3%), while classical music therapy led to a reduction in moderate pain intensity (60%). Bivariate analysis using the Wilcoxon test yielded a p-value of 0.000, and the Mann–Whitney U test showed a p-value of 0.134.

Conclusion and suggestion: Endorphin massage and classical music therapy both had a significant effect on reducing labor pain intensity during the first stage of labor. However, there was no significant difference in the effectiveness between endorphin massage and classical music therapy. Maternity women are encouraged to use endorphin massage and classical music therapy as non-pharmacological methods to reduce labor pain.

Keywords: endorphin massage, classical music therapy, labor pain, first stage of labor

Bibliography: 101 references (2018 – 2025)



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN SESUDAH SIDANG	v
PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Bagi Responden	7
1.4.2 Bagi Puskesmas Ciracas.....	7
1.4.3 Bagi Tenaga Kesehatan.....	7
1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan	8
1.4.1 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Persalinan	9
2.1.1 Pengertian Persalinan	9
2.1.2 Jenis Persalinan	10
2.1.3 Faktor Proses Persalinan	14
2.1.4 Tanda-tanda Persalinan	16
2.1.5 Kontraksi	18

2.1.6	Tahap Persalinan	19
2.2	Konsep Nyeri Persalinan	25
2.2.1	Pengertian Nyeri Persalinan	25
2.2.2	Etiologi Nyeri Persalinan	27
2.2.3	Fisiologi Nyeri Persalinan.....	27
2.2.4	Faktor-faktor Nyeri Persalinan.....	28
2.2.5	Manajemen Nyeri Persalinan	31
2.2.6	Skala Pengukuran Nyeri.....	35
2.3	Konsep Pijat Endorphin.....	36
2.3.1	Pengertian Pijat Endorphin	36
2.3.2	Teknik Pijat Endorphin	37
2.3.3	Manfaat Pijat Endorphin	38
2.3.4	Penerapan Pijat Endorphin Pada Persalinan	39
2.4	Konsep Terapi Musik Klasik.....	40
2.4.1	Pengertian Terapi Musik Klasik.....	40
2.4.2	Manfaat Terapi Musik Klasik	41
2.4.1	Penerapan Terapi Musik Klasik Pada Persalinan.....	42
2.5	Teori Gate Control.....	43
2.6	Kerangka Teori.....	44
2.7	Kerangka Konsep	44
2.8	Hipotesis Penelitian.....	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		46
3.1	Desain Penelitian	46
3.2	Populasi dan Sampel	47
3.2.1.	Populasi.....	47
3.2.2.	Sampel.....	47
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	48
3.4	Variabel Penelitian	49
3.5	Definisi Operasional.....	49
3.6	Instrumen Penelitian.....	50
3.7	Uji Validitas dan Reabilitas.....	51
3.7.1	Uji Validitas	51
3.7.2	Uji Reabilitas.....	51
3.8	Prosedur Pengumpulan Data	51

3.9	Pengumpulan Data	52
3.10	Pengolahan Data.....	52
3.11	Analisis Data	54
3.11.1	Analisis Univariat.....	54
3.11.2	Analisis Bivariat.....	54
3.12	Etika Penelitian.....	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		57
4.1	Hasil Penelitian.....	57
4.1.1	Karakteristik Responden.....	57
4.1.2	Analisis Univariat.....	58
4.1.3	Analisis Bivariat.....	59
4.1	Pembahasan Penelitian	60
4.2.1	Analisis Univariat.....	60
4.2.2	Analisis Bivariat.....	63
4.2	Keterbatasan Penelitian	68
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		69
5.1	Simpulan.....	69
5.2	Saran	69
5.2.1	Bagi Responden	69
5.2.2	Bagi Puskesmas Ciracas.....	70
5.2.3	Bagi Tenaga Kesehatan.....	70
5.2.4	Bagi Institusi Pendidikan	70
5.2.5	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	70
DAFTAR PUSTAKA		71
LAMPIRAN.....		81