

ABSTRAK

Di Indonesia sebesar 15% ibu mengalami komplikasi persalinan dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan. menyatakan nyeri persalinan ringan terjadi pada 15 kasus, nyeri sedang 35%, nyeri berat 30%, dan nyeri ekstrim terjadi pada 20% kasus. nyeri persalinan merupakan rasa nyeri yang dirasakan saat menjelang persalinan akibat otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi yang akan menimbulkan stress yang dapat memicu pelepasan hormon katekolamin dan steroid. dampak dari nyeri persalinan dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus dan memperpanjang proses persalinan. penatalaksanaan nyeri persalinan dapat dilakukan dengan cara non farmakologis salah satunya *endorphin massage*. *endorphin massage* atau pijat *endorphin* sangat mudah dilakukan, tidak mengeluarkan biaya dan tanpa efek samping negatif. *endorphin massage* adalah teknik sentuhan dan pijatan ringan untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan yang dilakukan menjelang persalinan. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas *endorphin massage* untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin. metode penelitian ini adalah telaah pustaka dengan mengkaji 5 artikel penelitian. hasil telaah pustaka mengungkapkan bahwa *endorphin massage* adalah salah satu cara mengurangi intensitas nyeri persalinan non farmakologis yang sangat efektif dan mudah untuk dilakukan. simpulan efektifitas *endorphin massage* dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan secara signifikan