

Pengaruh Teknik Rebozo *Shake the Apple Tree* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di TPMB Muarrafah Kota Surabaya

Musrifah¹, Nova Elok Mardliyana^{2*}, Annisa Wigati Rozifa³

Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

*Alamat korespondensi Email: novaelokm@um-surabaya.ac.id

ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang sering menimbulkan ketidaknyamanan dan kecemasan pada ibu bersalin. Salah satu intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri adalah teknik relaksasi *Rebozo Shake The Apple Tree*. Teknik ini dilakukan dengan cara sederhana, yaitu membungkus kain jarik di panggul ibu saat kontraksi mulai terasa semakin kuat dan sering. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh teknik *Rebozo Shake The Apple Tree* terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di TPMB Muarrafah Kota Surabaya. Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2022 menggunakan alat ukur skala NRS, gymball, kain jarik, matras, dan jam tangan dengan desain quasi experiment pendekatan kuantitatif jenis *nonequivalent control group design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah 50 responden yang dibagi menjadi 25 kelompok intervensi dan 25 kelompok kontrol. Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 ($<0,05$) dengan mean selisih pada teknik *Rebozo Shake The Apple Tree* sebesar 4,840. Hasil tersebut menunjukkan bahwa teknik *Rebozo Shake The Apple Tree* lebih efektif dibandingkan asuhan standar dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif, sehingga dapat menjadi salah satu pilihan dalam penatalaksanaan nyeri persalinan karena terbukti memberikan pengaruh yang signifikan. Kata kunci: *Rebozo Shake The Apple Tree*, nyeri persalinan.

Kata kunci: Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree*, Nyeri Persalinan

ABSTRACT

Pain in labor is a physiological condition that can cause discomfort and anxiety during the delivery process. One of the non-pharmacological interventions to reduce pain is relaxation using the Rebozo Shake The Apple Tree Technique. This technique is performed simply by wrapping a cloth around the mother's pelvis when contractions become stronger and more frequent. This study aimed to analyze the effect of the Rebozo Shake The Apple Tree Technique on reducing maternal pain intensity during the first stage of the active phase at TPMB Muarrafah, Surabaya. The research was conducted in December 2022 using the NRS scale, gymball, jarik cloth, mattress, and watch. The study used a quasi-experimental design with a quantitative approach and a nonequivalent control group design. The sampling technique was purposive sampling involving 50 respondents experiencing active phase labor pain, divided into 25 respondents in the intervention group and 25 in the control group. The results using an independent sample t-test showed a p value of 0.000 (<0.05) with a mean difference of 4.840 in the Rebozo Shake The Apple Tree Technique. These findings indicate that the Rebozo Shake The Apple Tree Technique is more effective than standard care in reducing labor pain during the first active phase. Therefore, this technique can be considered an alternative method in managing labor pain as it has a significant effect on pain reduction.

Keywords: Rebozo *Shake The Apple Tree Technique*, Labor Pain

PENDAHULUAN

Nyeri dalam persalinan merupakan bagian yang tidak dapat dihindari dalam proses persalinan (Lyons et al., 2025). ada beberapa rasa nyeri saat persalinan yaitu nyeri ringan, nyeri sedang dan nyeri berat. Namun skala nyeri pada ibu tidak bisa kita sama rata, ada beberapa ibu yang tidak bisa mengontrol rasa nyeri yang normal akibat dari kontraksi rahim dan tekanan dari kepala bayi pada jalan lahir ibu, sehingga rasa nyeri akan bertambah dengan rasa takut, cemas, khawatir atau kelelahan (Simbolon & Siburian, 2021). Sebagian besar (90%) persalinan disertai nyeri. Kejadian nyeri pada ibu bersalin di Indonesia sangat bervariasi. Murray melaporkan kejadian nyeri pada 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% disertai nyeri sangat hebat (Brito et al., 2021).

Nyeri persalinan mulai timbul pada persalinan kala 1. Intensitas nyeri selama persalinan akan mempengaruhi kondisi psikologis ibu, proses persalinan dan kesejahteraan janin, akan tetapi rasa nyeri saat proses persalinan dibutuhkan untuk mendorong janin dalam kandungan turun dan dilatasi serviks, hingga berpengaruh terhadap kelahiran bayi (Dey & Telova, 2022). Nyeri persalinan yang tidak diatasi dengan manajemen nyeri yang benar akan menimbulkan masalah lainnya. Salah satunya timbulnya kecemasan, kelelahan serta stress dan perasaan khawatir. Akibat dari faktor stress ini dapat terjadi ketegangan pada otot polos dan penyempitan pada pembuluh darah (Grizhymalskyi et al., 2021). Kemudian kontraksi uterus akan menurun yang mengakibatkan persalinan lama, hal tersebut akan mempengaruhi kesejahteraan janin sehingga dapat menyebabkan ibu bersalin dengan tindakan *sectio caesarea* (Fitri Lestiawati et al., 2022). Cara mengatasi nyeri persalinan dapat dilakukan dengan metode farmakologi dan non farmakologi. Metode farmakologi dilakukan dengan pemberian obat-obatan, sedangkan metode non farmakologi sangat bervariasi yang dapat diterapkan untuk membantu mengurangi rasa nyeri persalinan antara lain teknik *relaksasi*, *akupresure*, *aromatherapy* dan *massage* (Yusniarita et al., 2021). Salah satu teknik relaksasi untuk pengendalian rasa nyeri non farmakologi dalam proses persalinan adalah menggunakan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* (Nurpratiwi et al., 2024). Teknik Rebozo dilakukan selama persalinan untuk membantu otot-otot dan serat otot dalam ligament uterus rileks sehingga mampu mengurangi rasa sakit ketika adanya kontraksi (Yuriati & Khoiriyah, 2021).

Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* merupakan salah satu yang paling umum dilakukan pada pinggul wanita yang akan melahirkan, dengan gerakan yang terkontrol untuk membantu mengayunkannya dari sisi ke sisi lain sedikit demi sedikit (Simbolon, 2021). Metode *Shake The Apple Tree* sebagai bagian dari Teknik Rebozo memiliki tujuan merelaksasikan otot-otot bagian panggul dan bokong. Metode ini dapat digunakan saat kontraksi dan antara kontraksi. Penggunaan Rebozo atau jarik memberikan sensasi seperti pijatan pada punggung dan perut mereka (Munafiah et al., 2020). Kenyamanan yang muncul dengan menggoyangkan selendang pada daerah pinggul ini juga membuat otot pinggul mereka terasa rileks dan nyaman (Yusniarita et al., 2021). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di TPMB Muarrafah Kota Surabaya.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan *Quasi Experiment* (eksperiment semu) dengan pendekatan kuantitatif (Maciejewski, 2020). dengan *nonequivalent control group design* Gitlin & Czaja, 2025). Penelitian ini menggunakan atau primer yang diperoleh dari hasil pemberian pada kelompok intervensi teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* pada kelompok kontrol diberikan teknik nafas dalam dan *massage* saat persalinan kala 1 fase aktif. Penelitian ini dilakukan di Ruang Bersalin di TPMB Muarrafah Kota Surabaya pada bulan Desember 2022. Populasi penelitian mencakup semua ibu bersalin dalam persalinan kala 1 fase aktif di rentang bulan Juli-September 2022 yang jumlahnya 299 dengan rata-rata perbulannya 100 ibu bersalin. Sedangkan sampel penelitian ini yaitu ibu bersalin kala 1 fase aktif yang mengalami nyeri persalinan kala 1 pada bulan Desember 2022 sejumlah 50 responden. Dari 50 responden yang dijadikan sampel kemudian dikelompokkan menjadi 2, yaitu kelompok intervensi teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* 25 responden dan sebagai kelompok kontrol dilakukan teknik nafas dalam

dan *massage* 25 responden. Selanjutnya peneliti akan menilai skala nyeri untuk mengukur nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dalam kelompok intervensi dan juga kelompok kontrol dengan menggunakan skala nyeri Observasi Perilaku. Sebelum melakukan penelitian, peneliti memperhatikan etika dalam penelitian Adapun bentuk etika penelitian yang dilakukan adalah : *Informed concent, Anonimity, Confidentialit, Beneficiency, Protective from discomfort.*

HASIL

Berikut hasil penelitian :

Analisa Univariat

Tabel Kesalahan! Tidak ada teks dari gaya yang ditentukan dalam dokumen..1 Distribusi Frekuensi

Karakteristik Responden di TPMB Muarrofah Kota Surabaya		
Karakteristik	Frequency	Persentase
Usia		
<20 th	1	2
20-35 th	46	92
>35th	3	6
Pendidikan		
SD	7	14
SMP	6	12
SMK/SMA	33	66
S1	4	8
Pekerjaan		
IRT	48	96
Swasta	2	4
Paritas		
Primipara	22	44
Multipara	28	56
Total	50	100

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa umur ibu bersalin kala I fase aktif di Tempat Praktik Mandiri Bidan Muarrofah Kota Surabaya sebagian besar usia ibu 20-35 tahun sebanyak 46 orang (92.0%) dan lebih sedikit usia <20 tahun sebanyak 1 orang (2.0%). Karakteristik berdasarkan pendidikan mayoritas berpendidikan menengah atas (SMA) yaitu sebanyak 33 orang (66.0%) dan minoritas berpendidikan Sarjana sebanyak 4 orang (8.0%) dan mayoritas bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 48 orang (96.0%) dan minoritas pekerjaan ibu adalah swasta sebanyak 2 orang (4.0%). Berdasarkan paritas mayoritas responden multipara adalah sebanyak 28 orang (56.0%) sedangkan primipara sebanyak 22 orang (44.0%).

Tabel Kesalahan! Tidak ada teks dari gaya yang ditentukan dalam dokumen..2 Ditribusi Frequency Tingkat Nyeri Sebelum diberikan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* dan Asuhan Standart Pada Ibu Bersalin Di TPMB Muarrofah Kota Surabaya

Tingkat Nyeri	Kelompok Intervensi (Teknik Rebozo <i>Shake The Apple Tree</i>)		Kelompok Kontrol (Asuhan Standar)	
	Frequency	Persentase	Frequency	Persentase
Tidak Nyeri	0	0	0	0
Nyeri Ringan	0	0	0	0
Nyeri Sedang	1	4	4	16
Nyeri Berat	24	96	21	84
Total	25	100	25	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa presentase intensitas nyeri terbanyak pada kelompok intervensi adalah nyeri berat 96.0%. pada kelompok kontrol intensitas nyeri terbanyak adalah nyeri berat 84.0%. pada kelompok kontrol sebelum diberilakan perlakuan teknik nafas dalam dan *massage* menunjukkan bahwa mayoritas nyeri berat 84% sebanyak 21 responden dan minoritas nyeri sedang 16% sebanyak 4 responden.

Tabel Kesalahan! Tidak ada teks dari gaya yang ditentukan dalam dokumen..3 Distribusi Frequency Tingkat Nyeri Setelah Diberikan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* dan Asuhan Standart Pada Ibu Bersalin Di TPMB Muarrofah Kota Surabaya

Tingkat Nyeri	Kelompok Intervensi (Teknik Rebozo <i>Shake The Apple Tree</i>)		Kelompok Kontrol (Asuhan Standart)	
	Frequency	Persentase	Frequency	Persentase
Tidak Nyeri	0	0	0	0
Nyeri Ringan	17	68	0	0
Nyeri Sedang	8	32	14	56
Nyeri Berat	0	0	11	44
Total	25	100	25	100

Dari tabel 4.3 di atas menunjukkan frekuensi tingkat nyeri responden sesudah diberikan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* adalah nyeri ringan 17 orang (68%). Nyeri sedang sebanyak 8 orang (32%). Dari tabel di atas dapat kita ketahui bahwa nyeri persalinan setelah diberikan asuhan standart adalah 56.0% mengalami nyeri berat dan 44.0% mengalami nyeri sedang.

Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh antara variabel dependen (nyeri persalinan kala I fase aktif) dan variabel indenpenden (Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree*).

Tabel Kesalahan! Tidak ada teks dari gaya yang ditentukan dalam dokumen..4 Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di BPM Muarrofah Kota Surabaya Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree*

Variabel	Kelompok Intervensi Teknik Rebozo <i>Shake The Apple Tree</i> (n=25)
----------	---

	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
Pre Intervensi	8.32	1.108
Post Intervensi	3.48	.770
Penurunan Nyeri	4.84	0.338

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa skala nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin dengan mean sebesar 8.32 menurun menjadi 3.48 yang artinya mengalami penurunan skala nyeri sebesar 4.84 dengan standart deviasi sebesar 1.108 menurun menjadi .770 setelah dilakukan penelitian dengan menggunakan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree*.

Tabel Kesalahan! Tidak ada teks dari gaya yang ditentukan dalam dokumen..5 Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di TPMB Muarrafah Kota Surabaya Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penelitian Pada Kelompok Kontrol Asuhan Standart

Variabel	Kelompok Kontrol Asuhan Standart (n=25)	
	<i>Mean</i>	<i>Std.Deviation</i>
Pre Intervensi	7.56	1.294
Post Intervensi	6.60	1.384
Penurunan Nyeri	1.24	-0,09

Dari tabel 4.5 rata-rata nyeri ibu bersalin sebelum diberikan asuhan standart adalah 7.56 dengan standar devisiasi 1.294 dan setelah diberikan asuhan standart maka nyeri ibu bersalin menjadi 6.60 dengan standar devisiasi 1.384 terlihat perbedaan nilai dimana adanya penurunan sebelum diberikan asuhan standart dan sesudah diberikan asuhan standart.

Tabel Kesalahan! Tidak ada teks dari gaya yang ditentukan dalam dokumen..6 Uji Independen Sampel t-Test Pengaruh Antara Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* Dan Asuhan Standart Dengan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di TPMB Muarrafah Kota Surabaya

Variabel	Sig	Sig.(2-tailed)
Teknik Rebozo <i>Shake The Apple Tree</i>	.046	.000
Asuhan Standart	.661	.015

Tabel 4.6 menjelaskan bahwa pada analisis bivariat menggunakan independen sampel t-Test didapatkan nilai $p=0.000 < 0.05$ yang berarti Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengurangi nyeri persalinan. Pada kelompok kontrol dengan variabel asuhan standart tidak mempengaruhi nyeri persalinan yang di dapatkan $p=.015 > 0.05$ yang berarti asuhan standart tidak memiliki pengaruh dalam mengurangi nyeri persalinan.

PEMBAHASAN

1. Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Sebelum diberikan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin di TPMB Muarrofah Kota Surabaya sebelum dilakukan intervensi Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* mayoritas ibu mengalami skala nyeri 8 yaitu nyeri berat sebanyak 24 responden 96.0%. dan minoritas responden mengalami nyeri sedang sebanyak 1 orang 4.0%. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin kala 1 fase aktif mengalami nyeri sedang hingga nyeri berat. Sedangkan pada kelompok kontrol sebelum diberikan teknik nafas dalam dan *massage*. pada kelompok kontrol sebelum diberilakan perlakuan teknik nafas dalam dan *massage* menunjukkan bahwa mayoritas nyeri berat 84% sebanyak 21 responden dan minoritas nyeri sedang 16% sebanyak 4 responden.

Hal ini sependapat dengan penelitian oleh (Nurpratiwi, 2020), dengan judul Teknik Rebozo Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Dan Lamanya Persalinan Pada Ibu Multigravida bahwa responden sebelum diberikan intervensi Teknik Rebozo rasa nyeri yang dirasakan ibu bersalin dengan skala nyeri sedang dan berat yang mana responden merasakan rasa sakit, menangis, berteriak secara umum tidak bisa mengantisipasi rasa nyeri persalinan yang dialami. Dari hasil analisis *dependent sampel t-test* terlihat nilai signifikan 2 arah (*2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara pre dan post pada intervensi teknik Rebozo.

2. Nyeri Persalinan Sesudah Dilakukan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree*

Sebagian besar ibu bersalin di TPMB Muarrofah Kota Surabaya sesudah dilakukan intervensi Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* mayoritas ibu mengalami nyeri ringan sebanyak 17 responden 68.0% dan minoritas ibu mengalami nyeri sedang sebanyak 8 responden 32.0% yang mana ada penurunan skala nyeri dari sebelum dilakukan intervensi Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* dan setelah dilakukan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree*. Pada kelompok kontrol dapat kita ketahui bahwa nyeri persalinan setelah diberikan asuhan standart adalah 56.0% mengalami nyeri berat dan 44.0% mengalami nyeri sedang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan oleh penelitian (Yusniarita et al., 2021) tentang pemberian Teknik Rebozo dalam persalinan kala 1 fase aktif mengalami penurunan nyeri persalinan yang sangat signifikan bahwa setelah dilakukan Teknik Rebozo sebagian besar ibu bersalin (81,8%) rileks saat menghadapi nyeri atau kontraksi, merasakan nyaman, dan dapat mengatur nafas dengan baik dan nyeri yang didapatkan dapat teralihkan. Hasil dari penelitiannya didapat bahwa teknik jarik efektif terhadap penurunan skala nyeri pada ibu bersalin, dengan nilai $p < 0,000 (< 0,005)$, dan Metode jarik shake the apple tree efektif dalam

peningkatan persepsi nyeri persalinan sebelum dan sesudah intervensi, dengan nilai $p = 0.000$ (<0.05). Saran bagi ibu yang akan bersalin dapat menggunakan metode jarik shake the apple tree sebagai penanganan nyeri persalinan.

3. Pengaruh Teknik Rebozo Shake The Apple Tree *Shaking The Apple Tree* Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di TPMB Muarrafah Kota Surabaya dengan hasil uji statistik menggunakan *independen sampel t-Test* diperoleh adanya perubahan yang signifikan dengan nilai $p = 0.000 < 0.05$ hal ini menunjukkan bahwa Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengurangi nyeri persalinan, Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif. Sedangkan pada kelompok kontrol dengan variabel asuhan standart data yang diperoleh tidak mempengaruhi terhadap nyeri persalinan karna yang di dapatkan $p = 0.015 > 0.05$ yang berarti asuhan standart tidak memiliki pengaruh dalam mengurangi nyeri persalinan. yang artinya pada Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* menunjukkan lebih efektif dibandingkan dengan asuhan standart pada kelompok kontrol pada penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di TPMB Muarrafah Kota Surabaya.

Hasil penelitian ini sependapat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Yusniarita et al., 2021). Penelitian ini yang berjudul Efektifitas Teknik Jarik *Shake The Apple Tree* Terhadap Persepsi Nyeri Pada Ibu Bersalin. Hasil dari penelitiannya didapatkan nilai $p = 0.000 < 0.05$ teknik *shake the apple tree* efektif terhadap penurunan skala nyeri ibu bersalin kala I fase aktif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan Teknik Rebozo Shake The Apple Tree, sebagian besar ibu bersalin mengalami nyeri berat pada kala I fase aktif. Hal ini sesuai dengan teori bahwa pada fase aktif terjadi peningkatan intensitas kontraksi, dilatasi serviks, serta tekanan kepala janin yang menyebabkan nyeri meningkat. Faktor psikologis seperti kecemasan dan ketakutan juga dapat memperberat persepsi nyeri. Setelah dilakukan intervensi, terjadi penurunan intensitas nyeri menjadi mayoritas nyeri ringan. Hal ini menunjukkan bahwa Teknik Rebozo Shake The Apple Tree efektif dalam mengurangi nyeri melalui mekanisme relaksasi otot panggul, peningkatan sirkulasi, serta distraksi nyeri. Selain itu, teknik ini juga memberikan efek psikologis berupa rasa nyaman dan rileks sehingga ibu lebih mampu mengontrol respon terhadap nyeri. Hasil ini sejalan dengan penelitian Nurpratiwi (2020) dan Yusniarita et al. (2021) yang menyatakan bahwa teknik rebozo mampu menurunkan intensitas nyeri persalinan secara signifikan.

Berdasarkan uji statistik, Teknik Rebozo Shake The Apple Tree terbukti lebih efektif

dibandingkan asuhan standar dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif. Hal ini dapat dijelaskan melalui teori gate control, dimana stimulasi mekanik seperti goyangan dapat menghambat transmisi impuls nyeri. Menurut peneliti, teknik ini tidak hanya bekerja secara fisik tetapi juga memberikan dukungan psikologis yang penting selama persalinan. Namun, pembahasan ini masih memiliki keterbatasan karena belum mengaitkan secara luas dengan berbagai teori dan faktor lain seperti paritas, kondisi psikologis, dan dukungan keluarga yang dapat mempengaruhi nyeri persalinan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas analisis dengan mempertimbangkan faktor-faktor tersebut agar hasil yang diperoleh lebih komprehensif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif di TPMB Muarrafah Kota Surabaya peneliti menyimpulkan bahwa sebelum dilakukan intervensi Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* mayoritas ibu mengalami nyeri berat. Sesudah diberikan Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* mayoritas ibu mengalami nyeri ringan. Dari hasil penelitian yang sudah di uji dengan independen sampel t-Test Didapatkan nilai $p=0.000 < 0.05$ yang berarti Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree shake the apple tree* memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengurangi nyeri persalinan. Teknik Rebozo *Shake The Apple Tree* menunjukkan lebih efektif dibandingkan dengan asuhan standart dalam kelompok kontrol terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di TPMB Muarrafah Kota Surabaya.

Saran bagi peneliti dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta memberikan pengetahuan langsung dalam melakukan penelitian terhadap penurunan nyeri pada persalinan kala I fase aktif. Sedangkan, bagi Penelitian Selanjutnya Agar dapat mengembangkan penelitian ini hingga lebih baik lagi dengan variabel yang berbeda dan sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Brito, A. P. A., Caldeira, C. F., & Salvetti, M. de G. (2021). Prevalence, characteristics, and impact of pain during the postpartum period. *Revista Da Escola De Enfermagem Da Usp*, 55. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019023303691>
- Dey, T. N., & Telova, Y. (2022). Effects of Counseling on the Preparation of Labor For pain of Labor. *Jurnal Kebidanan Kestra*, 4(2), 46–51. <https://doi.org/10.35451/jkk.v4i2.971>
- Fitri Lestiwati, P., Warastuti, D., & Trina Arlym, L. (2022). Pengaruh Massage Counterpressure Terhadap Penurunan Nyeri Ibu Bersalin Kala I: Systematic Literatur Review.

- Gitlin, L. N., & Czaja, S. J. (2025). *Designing comparison and control groups*. 311–335. <https://doi.org/10.1016/b978-0-443-21664-0.00005-2>
- Grizhymalskiy, Y. V., Harha, A. I., & Sulimenko, Y. V. (2021). A modern approach to pain relief in labour. *Pain Medicine*, 5(4), 36–42. <https://doi.org/10.31636/PMJUA.V5I4.6>
- Lyons, P., McLaughlin, N., & Tulimiero, M. (2025). Pain Management in Labor. *Handbook of Psychiatric Disorders in Adults in the Primary Care Setting*, 177–180. https://doi.org/10.1007/978-3-032-07609-0_22
- Maciejewski, M. L. (2020). *Quasi-experimental design*. 4(1), 38–47. <https://doi.org/10.1080/24709360.2018.1477468>
- Munafiah, D., Astuti, L. P., Parada, M. M., & Demu, M. R. M. (2020). Manfaat Teknik Rebozo Terhadap Kemajuan Persalinan. *Midwifery Care Journal*, 1(3), 23–27. <https://doi.org/10.31983/micajo.v1i3.5756>
- Nurpratiwi, yulidian et all. (2020). Teknik Rebozo Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Dan Lamanya Persalinan Pada Ibu Multigravida. 4, 293–304.
- Nurpratiwi, Y., Armi, A., Setiawati, Y., & Azizah, N. N. (2024). Pengaruh teknik rebozo shake the apple (rsta) terhadap intensitas nyeri persalinan kala i fase aktif pada ibu primigravida. *Jurnal Medika Malahayati*. <https://doi.org/10.33024/jmm.v8i1.13128>
- Simbolon, G. A. H. (2021). Menguji Efektifitas Teknik Rebozo Dalam Persalinan. *Media Sains Indonesia*.
- Simbolon, G. A. H., & Siburian, U. D. (2021). Efektifitas Teknik Rebozo dalam Lama Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin Primigravida di Wilayah Kabupaten Tapanuli Utara Bulan Januari s/d Oktober 2020. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(1), 140. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i1.4686>
- Yuriati, P., & Khoiriyah, E. (2021). Persalinan Nyaman Dengan Teknik Rebozo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 287. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i2.1052>
- Yusniarita, Y., Mahita, H., & Utario, Y. (2021). Efektivitas Teknik Jarik Shaking the Apple Tree Terhadap Persepsi Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 15(2), 105–111. <https://doi.org/10.36082/qjk.v15i2.274>