

**EFEKTIFITAS MASASE EFFLAURAGE TERHADAP
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER
III DIDESAALANTAN WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KABUN**

SKRIPSI



Oleh :

TRISNA WATI
2339222

**PROGAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
TAHUN 2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul "**Efektifitas *Masase Effleurage* terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Desa Aliantan Wilayah Kerja Puskesmas Kabun**". Telah disetujui sebagai Skripsi dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan.

Pasir Pengaraian, 15 Agustus 2024

PEMBIMBING



Masdi Janiarli, M.Kes
NIDN : 1014019004

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul

**Efektifitas *Masase Effleurage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil
Trimester III di Desa Aliantan Wilayah Kerja Puskesmas Kabun**

Yang menyiapkan dan dipertahankan oleh :

Trisna Wati
NIM:2339222

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji
Pada Tanggal 15 Agustus 2024
Dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Ketua penguji


Masdi Janiah, M.Kes
NIDN : 1014019004

Penguji I


Bdn, Rahmi Fitria, M.biomed
NIDN. 1029058604

Penguji II


Bdn, Andria, M. Biomed
NIDN. 1008058607

Pasir Pengaraian, 15 Agustus 2024

Dekan Fakultas Kesehatan UPP


Rika Herawati, SST., M.Kes
NIDK.887860017

Ketua Program Studi
Sarjana Kebidanan FIK UPP


Andriana, M.Keb
NIDK.88080718

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa berkat Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga dapat terselesaikan skripsi ini dengan judul “efektifitas *Masase Effleurage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Desa Aliantan Wilayah Kerja Puskesmas Kabun” sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan Pendidikan S1 Ilmu Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak, oleh sebab itu penulis mengucapkan Terimakasih kepada :

1. Dr. Hardianto, M. Pd. Selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian
2. Zulkifli, MH, CLA selaku wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian
3. Hidayat, MM selaku Rektor II Universitas Pasir Pengaraian
4. Rika Herawati, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian
5. Andriana, M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian
6. Ns. Sifhaldi, S.Kep Selaku Kepala Puskesmas Kabun yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan Penelitian.
7. Marisal, Selaku Kepala Desa Aliantan yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian.
8. Masdi Janiarli, M. Kes selaku Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan petunjuk selama menyelesaikan skripsi ini
9. Rahmi Fitria, M.Biomed selaku penguji I yang telah memberi kritik dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini
10. Andria, M. Biomed selaku penguji II yang telah memberi kritik dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada Ibu Terkasih dan Suami tercinta dan juga anak tersayang yang banyak memberikan dukungan baik moral maupun finansial sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini

10. Bdn, Andria, M. Biomed selaku penguji II yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan Skripsi ini, agar lebih baik lagi
11. Kepada Ibu Terkasih dan Suami tercinta dan juga anak tersayang yang banyak memberikan dukungan baik moral maupun finansial sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini
12. Rekan – Rekan mahasiswi Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah banyak memberikan waktu, semangat dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.

Pasir Pengaraian, 15 Agustus 2024



Peneliti

RIWAYAT HIDUP PENULIS

I. IDENTITAS PRIBADI

Nama	: Trisna Wati
Tempat / Tanggal Lahir	: Aliantan, 05 September 1994
Jenis Kelamin	: Wanita
Anak Ke	: Tiga dari Tiga bersaudara
Agama	: Islam
Suku / Bangsa	: Melayu (ocu) / Indonesia
Nama Ayah	: Alm. Aliroman
Nama Ibu	: Syamsinar
Alamat	: RT 17 RW 007 Desa Aliantan Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu –Riau.

II. RIWAYAT PENDIDIKAN

Tahun 2001 - 2007	:SD Negeri 002 Kabun-Rohul
Tahun 2008 – 2010	:SMP Negeri 2 Kabun-Rohul
Tahun 2010 – 2013	: SMA Negeri 2 Tambang-Kampar
Tahun 2013 – 2016	: D-III Kebidanan Universitas Abdurrah Pekanbaru
Tahun 2023 – 2024	: Mahasiswi Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian

III. RIWAYAT PEKERJAAN

Tahun 2016 – 2017	: Bekerja di KLINIK Kabunda Kabun
Tahun 2017 – 2018	: Bekerja di Praktek Dr. Anberto
Tahun 2019 – 2020	: Bekerja di Praktek dokter umum Abhar Medical

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SKEMA GAMBAR	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Tenelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. KeaslianPenelitian.....	5
 BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Konsep kehamilan.....	7
1. Definisi Kehamilan	7
2. Tanda dan Gejala Kehamilan	7
3. Usia Kehamilan	12
4. Perubahan Fisiologis	12
B. Konsep Nyeri Punggung	16
1. Definisi Nyeri Punggung	16
2. Gejala Nyeri Punggung	18
3. Penatalaksanaan Nyeri Punggung	19
4. Intesitas Nyeri	21
C. Terapi Masase <i>Effleurage</i>	23
1. Definisi <i>Masase Effleurage</i>	23
2. Metode Gerakan <i>Masase Effleurage</i>	23
3. Langkah – Langkah Metode <i>Masase Effleurage</i>	25
4. Langkah – Langkah Masase <i>Effleurage</i>	25
D. Mekanisme Nyeri Punggung pada Kehamilan trimester III	26
E. Pengaruh Masase <i>Effleurage</i> Terhadap Penurunan Nyeri Punggung .	26
F. Kerangka Teori.....	28
G. Keranka Konsep	29
H. Hipotesis.....	29
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis penelitian dan Desain Penelitian	30
B. Populasi dan Sampel.....	30
C. Ruang lingkup penelitian	30
D. variabel Penelitian	33

E. Defenisi operasional.....	33
F. Jenis Data	34
G. Teknik Pengumpulan Data	35
H. Instrumen Penelitian.....	36
I. pengolahan Data.....	36
J. Analisis Data.....	37

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Penelitian	39
B. Hasil Penelitian	39
C. Pembahasan.....	43

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	45

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 3.2 Definisi Operasional	33
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.	40
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi nyeri punggung ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah dilakukan masase effleurage.	41
Tabel 4.3 Rata- rata frekuensi nyeri punggung ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah dilakukan masase effleurage.	42
Tabel 4.4 Hasil Analisis pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung sebelum dan sesudah diberikan masase effleurage.....	42

DAFTAR SKEMA GAMBAR

Gambar 2.1 Numeric Rating Scale.....	22
Gambar 2.2 Metode usapan Ringan	24
Gambar 2.3 Metode Gerakan Melingkar Lebar	24
Gambar 2.4 Metode Gerakan Gelombang	25
Gambar 2.5 Kerangka Teori.....	28
Gambar 2.6 Kerangka Konsep	29

Program Studi S1Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian

Skripsi, 09 Juni 2024

Trisna Wati

**Efektivitas Masase Efflaurage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil
Trimester III DidesaAliantan Wilayah Kerja Puskesmas Kabun**

ABSTRAK

Nyeri punggung pada ibu hamil merupakan masalah yang sangat sering terjadi pada kehamilan khususnya di trimester III. Keadaan ini disebabkan oleh perubahan fisiologis kehamilan seperti system musculoskeletal,relaksasi sendi,pengaruh hormone,perubahan postur tubuh sehingga menimbulkan rasa ketidaknyamanan pada ibu hamil. Keluhan nyeri punggung dapat diatasi dengan menggunakan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Pendekatan nonfarmakologi diantaranya dengan masase efflaurage,.masase efflaurage merupakan gerakan tekanan tangan pada jaringan lunak otot atau ligamentum dengan menggunakan 3 metode yaitu usapan ringan,gerakan melingkar,dan gerakan seperti gelombang. Masase effleurage merupakan aplikasi dari teori *gate control* yang dapat menutup gerbang untuk memghambat perjalanan rangsangan nyeri pada pusat yang lebih tinggi dapat system saraf pusat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas masase efflaurage terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, Dengan menggunakan desain *eksperimental*. teknik pengambilan sampel non-probabilitas adalah t eknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel dilakukan dengan cara memilih responden dengan sampel 23 orang ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung. Alat ukur penelitian yang digunakan Lembar Kuesioner. Uji statistic yang digunakan adalah uji T-dependen. Hasil Penelitian menunjukan bahwa nilai rata-rata frekuensi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan masase efflaurage adalah 8,22 dan nilai rata-rata frekuensi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sesudah diberikan masase efflaurage adalah 3,39. Hasil uji statistic dengan nilai *p-value* = 0,000 dengan taraf signifikasi <0,005, maka H0 ditolak dan Ha diterima. Kesimpulan penelitian ini adalah ada efektivitas pemberian masase efflaurage terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Diharapkan bagi masyarakat khususnya ibu hamil dapat memanfaatkan masase efflaurage yang telah diajarkan sebagai pengobatan atau pengurangan intensitas nyeri punggung sebelum menggunakan obat analgetik selama kehamilan.

Kata kunci : Masase efflaurage ;nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

Pasir pengaraian university midwifery study Program
Thesis,06 march 2024

Trisna wati

Effectiveness of Efflaurage Massage Against Back Pain in Pregnant Women in the Third Trimester in Aliantan Village, Kabun Community Health Center Working Area

ABSTRACT

Back pain in pregnant women is a very common problem during pregnancy, especially in the third trimester. This situation is caused by physiological changes in pregnancy such as the musculoskeletal system, joint relaxation, the influence of hormones, changes in body posture, causing discomfort in pregnant women.

Back pain complaints can be treated using pharmacological and non-pharmacological therapy. Non-pharmacological approaches include efflaurage massage. Efflaurage massage is a hand pressure movement on soft tissue, muscles or ligaments using 3 methods, namely light rubbing, circular movements and wave-like movements. Effleurage massage is an application of gate control theory which can close the gate to inhibit the passage of pain. The aim of this study was to determine the effectiveness of efflaurage massage in reducing back pain in third trimester pregnant women. The type of research used is quantitative, By using an experimental design. The non-probability sampling technique is a purposive sampling technique, namely sampling is carried out by selecting respondents with a sample of 23 pregnant women in the third trimester who experience back pain.

The research measuring tool used is the Questionnaire Sheet. The statistical test used is the T-dependent test. The research results showed that the average value of the frequency of back pain in pregnant women in the third trimester before being given efflaurage massage was 8.22 and the average value of the frequency of back pain in pregnant women in the third trimester after being given efflaurage massage was 3.39. Statistical test results with a p-value = 0.000 with a significance level <0.005 , then H_0 is rejected and H_a is accepted. The conclusion of this study is that there is effectiveness of giving efflaurage massage for back pain in third trimester pregnant women. It is hoped that the public, especially pregnant women, can take advantage of the efflaurage massage that has been taught as a treatment or to reduce the intensity of back pain before using analgesic drugs during pregnancy.

Key words: Efflaurage massage; back pain in third trimester pregnant women.