

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**  
**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN**  
**DENGAN *ENDORPHIN MASSAGE* PADA IBU HAMIL**  
**TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS MARGA II**  
**TAHUN 2023**



**Oleh :**  
**NI PUTU TISNA DAMAYANTI**  
**NIM. P07120322032**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLTEKES KEMENKES DENPASAR**  
**JURUSAN KEPERAWATAN**  
**PRODI PROFESI NERS**  
**DENPASAR**  
**2023**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN  
DENGAN *ENDORPHIN MASSAGE* PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS MARGA II  
TAHUN 2023**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners  
Jurusan Keperawatan**



**Oleh :**

**NI PUTU TISNA DAMAYANTI**

**NIM. P07120322032**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PRODI PROFESI NERS  
DENPASAR  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN  
*ENDORPHIN MASSAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III  
DI UPTD PUSKESMAS MARGA II  
TAHUN 2023

Diajukan oleh:

**NI PUTU TISNADAMAYANTI**

**NIM. P07120322032**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :

Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp. Mat  
NIP. 197202191994012001

Dr. Drs. I DM Ruspawan, S.Kp., M. Biomed  
NIP. 196005151982121001

MENGETAHUI :

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR

Ners. I Made Sukarja, S.Kep, M.Kep  
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN  
ENDORPHIN MASSAGE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III  
DI UPTD PUSKESMAS MARGA II  
TAHUN 2023**

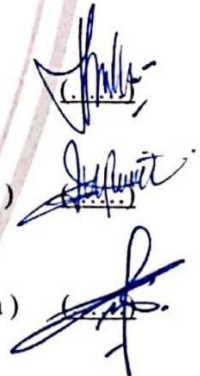
Diajukan oleh:  
**NI PUTU TISNA DAMAYANTI**  
NIM.P07120322032

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : SENIN  
TANGGAL : 15 MEI 2023**

**TIM PENGUJI :**

1. Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed (Ketua)  
NIP. 196211081982122001
2. Dra. I.D.A. Ketut Surinati, S.kep., Ns., M.Kes (Anggota )  
NIP. 196412311985032010
3. Suratih, S.Kep.,Ns.,M.Biomed ((Anggota )  
NIP.197112281994022001



MENGETAHUI :  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

Ners. I Made Sukarja, S.Kep, M.Kep  
NIP. 196812311992031020

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN  
ENDORPHIN MASSAGE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III  
DI UPTD PUSKESMAS MARGA II  
TAHUN 2023**

**Ni Putu Tisna Damayanti**

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : [tisnadamayanti24@gmail.com](mailto:tisnadamayanti24@gmail.com)

**ABSTRAK**

Konsepsi menandai awal dari proses kehamilan, yang diakhiri dengan lahirnya janin. Ibu hamil mengalami perubahan selama masa kehamilannya, meliputi perubahan fisiologis, psikologis, dan adaptasi. Ibu hamil dapat mengalami perubahan yang mengakibatkan berbagai keluhan atau ketidaknyamanan. Dari 28 hingga 40 minggu kehamilan adalah trimester III. Nyeri punggung merupakan salah satu gejala ketidaknyamanan bagi ibu hamil trimester III. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III yang mengalami nyeri punggung di UPTD Puskesmas Marga II. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus, menggunakan dua responden ibu hamil trimester III. Hasil pengkajian diperoleh bahwa ibu hamil mengeluh tidak nyaman karena nyeri punggung, tampak gelisah, pola eliminasi meningkat dan postur tubuh tampak lordosis. Rencana keperawatan meliputi intervensi utama terapi pemijatan (*endorphin massage*) dan intervensi pendukung berupa perawatan kehamilan trimester kedua dan ketiga, dengan luaran yang diharapkan adalah status kenyamanan meningkat. Implementasi keperawatan dilakukan sesuai intervensi keperawatan yang sudah direncanakan selama tiga kali pertemuan selama 1 jam dalam seminggu. Evaluasi keperawatan menunjukkan tujuan tercapai, yaitu status kenyamanan meningkat dibuktikan dengan tercapainya seluruh luaran yang sudah ditetapkan. Kesimpulan dari hasil penelitian pemberian *endorphin massage* sebagai intervensi yang dapat meningkatkan kenyamanan pada ibu hamil trimester III yang mengalami gangguan rasa nyaman.

Kata kunci : Ibu hamil trimester III, gangguan rasa nyaman, *endorphin massage*.

**NURSING CARE OF COMFORT DISORDERS WITH ENDORPHIN  
MASSAGE FOR THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN  
AT THE UPTD HEALTH CENTER MARGA II IN 2023**

**ABSTRACT**

*Conception marks the beginning of the process of pregnancy, which ends with the birth of the fetus. Pregnant women experience changes during their pregnancy, including physiological, psychological and adaptation changes. Pregnant women can experience changes that result in various complaints or discomfort. From 28 to 40 weeks of pregnancy is the III trimester. Back pain is a symptom of discomfort for third trimester pregnant women. This study aims to determine Nursing Care for Impaired Feelings of Comfort in Third Trimester Pregnant Women who experience back pain at the UPTD Health Center Marga II. The research method used was a case study, using two third trimester pregnant women as respondents. The results of the study found that pregnant women complained of discomfort due to back pain, seemed restless, increased elimination patterns and body postures appeared lordosis. The nursing plan included the main intervention of massage therapy (endorphin massage) and supporting interventions in the form of second and third trimester pregnancy care, with good expected is the comfort status increases. Nursing implementation is carried out according to planned nursing interventions for three meetings for 1 hour a week. Nursing evaluation shows that the goal is achieved, namely the comfort status increases as evidenced by the achievement of all the outcomes that have been set. The conclusion from the results of research on giving endorphins massage as an intervention that can increase comfort in third trimester pregnant women who experience comfort disorders.*

*Keywords : third trimester pregnant women, comfort disorder, endorphin massage*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas Asung Kerta Wara Nugraha-Nya, sehingga Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan *Endrophin Massage* pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas Marga Tahun 2023” dapat saya selesaikan tepat pada waktunya.

Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini tidak mungkin dapat diselesaikan tanpa bimbingan dan dukungan dari semua pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini perkenankan saya untuk menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Kp., Ns., S.Tr.Keb, M.Kes. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung dalam pendidikan Profesi Ners di Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja. S.Kep. M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan motivasi selama menjalani masa perkuliahan.
3. Ibu NLK Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An. selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, serta dukungan.
4. Ibu Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp. Mat selaku pembimbing utama yang telah secara saksama dan penuh kesabaran mencurahkan pikiran, waktu, dan tenaga, serta semangat dan doa selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners
5. Bapak Dr. Drs. I DM Ruspawan. S.Kp., M. Biomed selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran mencurahkan pikiran, waktu, dan tenaga serta motivasi dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners.

6. Seluruh dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan ilmu, bimbingan, serta dukungan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
7. Orang tua, keluarga, sahabat, dan diri sendiri yang selalu berusaha, memberikan semangat dan doa dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners Ini.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini masih belum sempurna, oleh karena itu dengan kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan kritik membangun untuk penelitian ini agar dapat memberikan manfaat bagi peneliti serta penelitian selanjutnya.

Denpasar, April 2023

Peneliti



## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penulisan .....	5
D. Manfaat Penulisan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Konsep Kehamilan Trimester III .....	7
B. Konsep Dasar Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III .....	15
C. Aspek Gangguan Rasa Nyaman Trimester III.....	24
D. Konsep Dasar Endorphin Massage .....	37
BAB III METODE PENYUSUNAN KARYA ILMIAH .....	41
A. Jenis Penelitian.....	41

B. Alur Penyusunan .....	42
C. Tempat dan Waktu Pengambilan Kasus .....	43
D. Populasi dan Besar Sampel.....	43
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	45
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	46
G. Etika Penyusunan Karya Ilmiah.....	48
BAB IV LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA.....	50
A. Pengkajian Keperawatan .....	50
B. Diagnosis Keperawatan.....	60
C. Rencana Keperawatan .....	62
D. Implementasi Keperawatan.....	67
E. Evaluasi Keperawatan .....	81
BAB V PEMBAHASAN .....	82
A. Analisis Asuhan Keperawatan .....	82
B. Analisis Intervensi <i>Endorphin Massage</i> .....	89
C. Alternatif Pemecahan yang Dapat Dilakukan.....	91
BAB VI PENUTUP .....	93
Simpulan .....	93
Saran .....	95
DAFTAR PUSTAKA .....	96
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Gejala dan Tanda Gangguan Rasa Nyaman.....	32
Tabel 2	Rencana Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman.....	33
Tabel 3	Pengkajian Keperawatan Ny. YS dan Ny.WR pada Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Endorphin Massage di UPTD Puskemas Marga II Tahun 2023.....	50
Tabel 4	Analisis Data Ny. YS dan Ny.WR pada Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Endorphin Massage di UPTD Puskemas Marga II Tahun2023.....	60
Tabel 5	Rencana Keperawatan Ny. YS dan Ny.WR pada Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Endorphin Massage di UPTD Puskemas Marga II Tahun 2023.....	63
Tabel 6	Implementasi Keperawatan Ny. YS pada Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Endorphin Massage di UPTD Puskemas Marga II Tahun 2023.....	67
Tabel 7	Implementasi Keperawatan Ny.WR pada Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Endorphin Massage di UPTD Puskemas Marga II Tahun 2023.....	74
Tabel 8	Evaluasi Keperawatan Ny. YS dan Ny.WR pada Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Endorphin Massage di UPTD Puskemas Marga II Tahun 2023.....	81

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>Visual Analog Scale</i> .....	20
Gambar 2 <i>Numeric Rating Scale</i> .....	21
Gambar 3 <i>Verbal Rating Scale</i> .....	21
Gambar 4 <i>Wong Baker Face</i> .....	22
Gambar 5 <i>Endorphin Massage</i> .....	40
Gambar 6 Alur penelitian pada asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III dengan endorphin massage diUPTD Puskesmas Marga II tahun 2023.....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Realisasi Jadwal Kegiatan Penelitian

Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian

Lampiran 3 Standar Prosedur Operasional (SPO) *Endophin Massage*

Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 6 Surat Ijin Pengambilan Data

Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 8 Bukti Penyelesaian administrasi

Lampiran 9. Bukti Bimbingan

Lampiran 10 Dokumentasi Implementasi Keperawatan

Lampiran 11 Hasil Uji Turnitin

Lampiran 12 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository