

SKRIPSI
PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III SEBELUM DAN
SESUDAH DIBERIKAN *MASSAGE EFFLEURAGE*

Studi Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas I Dinas
Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur
Tahun 2023



Oleh :
LUH PUTU NITA FEBIARTINI
NIM. P07124222134

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2023

SKRIPSI

**PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III SEBELUM DAN
SESUDAH DIBERIKAN *MASSAGE EFFLEURAGE***

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

Oleh :

**LUH PUTU NITA FEBIARTINI
NIM. P07124222134**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III SEBELUM DAN
SESUDAH DIBERIKAN *MASSAGE EFFLEURAGE***

OLEH

**LUH PUTU NITA FEBIARTINI
NIM. P071240222134**

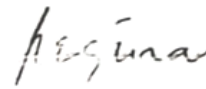
TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



**Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T, MPH
NIP. 197508252000722002**

Pembimbing Pendamping:



**drg. Regina Tedjasulaksana, M. Biomed
NIP. 196102041989022001**

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



**Dr. Ni Nyoman Budjani, S.Si.T., M.Biomed
NIP. 197002181989022002**

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III SEBELUM DAN
SESUDAH DIBERIKAN *MASSAGE EFFLEURAGE***

Oleh :

LUH PUTU NITA FEBIARTINI
NIM. P071240222134

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 22 MEI 2023

TIM PENGUJI :

1. Gusti Ayu Marhaeni, SKM.,M.Biomed (Ketua) (.....)
2. Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T..MPH (Sekretaris) (.....)
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb (Anggota) (.....)

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR

Dr. Ni Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed
NIP. 197002181989022002

**THE DIFFERENCES OF LOW BACK PAIN INTENSITY IN THE 3RD TRIMESTER
PREGNANT WOMEN BEFORE AND AFTER
GIVEN AN EFFLEURAGE MASSAGE**

ABSTRACT

Low back pain (LBP) is a physiological disorder in third trimester pregnant women in the musculoskeletal system. Non-pharmacological therapy in the form of effleurage massage can be given to third trimester pregnant women who experience lower back pain which is carried out for 5 days with the help of their husbands. This study aims to determine differences in the intensity of low back pain before and after being given an effleurage massage. This type of research is pre-experimental with one group pretest and posttest design. This research was conducted in March-May 2023 with a total of 31 respondents who were taken using a purposive sampling technique. The instruments used in this study were videos and observation sheets with a numerical rating scale (NRS). The results of the normality test with the Shapiro Wilk test showed that the data were not normally distributed so that the data analysis used the Wilcoxon test with a significance level of $p\text{-value} < 0.05$. The results show that the median before being given massage effleurage is 5 and the median after being given massage effleurage is 2, so the conclusion in this study is that H_0 is rejected and H_a is accepted. The researchers suggestions are that the UPTD Health Center I of the East Denpasar District Health Office will inform and apply non-pharmacological massage effleurage therapy to third-trimester pregnant women who complain of low back pain by providing video shows during class for pregnant women.

Keywords: *back pain; pregnant women; massage effleurage*

**PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA
IBU HAMIL TRIMESTER III SEBELUM DAN SESUDAH
DIBERIKAN *MASSAGE EFFLEURAGE***

ABSTRAK

Nyeri punggung bawah atau *low back pain* (LBP) merupakan salah satu gangguan fisiologis pada ibu hamil trimester III pada bagian sistem muskuloskeletal. Terapi non farmakologi berupa *massage effleurage* dapat diberikan kepada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah yang dilakukan selama 5 hari dengan dibantu suami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage*. Jenis penelitian ini adalah *pre-eksperimental* dengan *one group pretest and posttest design*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Mei 2023 dengan jumlah responden 31 orang yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa video dan lembar observasi dengan *numeric rating scale* (NRS). Hasil uji normalitas dengan uji *Shapiro Wilk* didapatkan data tidak berdistribusi normal sehingga analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan $p\text{-value} < 0,05$. Hasil menunjukkan median sebelum diberikan *massage effleurage* sebesar 5 dan median setelah diberikan *massage effleurage* sebesar 2, maka kesimpulan dalam penelitian ini H_0 ditolak dan H_a diterima. Saran peneliti diharapkan kepada UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur agar menginformasikan dan menerapkan terapi non farmakologi *massage effleurage* kepada ibu hamil trimester III yang mengeluh nyeri punggung bawah dengan memberikan tayangan berupa video pada saat kelas ibu hamil.

Kata kunci: nyeri punggung; ibu hamil; *massage effleurage*

RINGKASAN PENELITIAN

PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN *MASSAGE EFFLEURAGE*

Oleh : Luh Putu Nita Febiartini (P07124222134)

Kehamilan merupakan proses yang fisiologis yang diawali dari masa konsepsi sampai lahirnya janin. Kehamilan yang normal berlangsung selama 280 hari atau setara dengan 40 minggu atau 9 bulan 7 hari yang dihitung sejak hari pertama haid terakhir. Kehamilan yang dibagi menjadi 3 trimester yaitu trimester I yang dimulai dari hari haid pertama haid terakhir sampai 3 bulan atau 0-13 minggu, trimester II yang dimulai dari bulan keempat sampai dengan 6 bulan (14-27 minggu) dan trimester III dari bulan ketujuh sampai 9 bulan (28-40 minggu) (Fatimah, 2017).

Salah satu perubahan fisik yang terjadi pada sistem muskuloskeletal selama kehamilan terjadi secara bertahap dan peningkatan berat badan yang menyebabkan terjadinya keluhan nyeri punggung bawah terutama pada trimester III. Angka prevalensi nyeri punggung yang tinggi selama kehamilan telah dilaporkan di Eropa, Amerika, Australia, Cina, termasuk daerah pegunungan di Taiwan dan daerah pedesaan Afrika serta di antara wanita kelas atas di Nigeria. Diantara wanita yang mengalami nyeri punggung selama kehamilan, sekitar 16% telah melaporkan lokasi nyeri punggung selama 12 minggu kehamilan pertama, 67% pada minggu ke-24, dan 93% pada minggu ke-36 (Kristiansson, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 869 ibu hamil di Amerika Serikat, Inggris, Norwegia dan Swedia menunjukkan prevalensi nyeri punggung bawah pada ibu hamil sekitar 70-86% (Gutke, 2018). Hasil penelitian Ramachandra (2015) di India menyatakan bahwa prevalensi nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III yaitu 33,7% terjadi pada 261 wanita hamil.

Penanganan nyeri punggung bawah saat kehamilan sangat diperlukan untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan ini, diantaranya yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Perlu diperhatikan efek samping ketika menggunakan terapi farmakologis bagi ibu hamil karena penggunaan analgesik untuk mengurangi nyeri punggung bawah. Menurut studi dari Norwegia Institut Kesehatan Masyarakat menyatakan bahwa penggunaan jangka

panjang analgesic seperti parasetamol selama kehamilan dapat meningkatkan risiko dan efek merugikan pada perkembangan anak (Brandlistuen dkk, 2013).

Mengingat dampak yang diakibatkan terapi farmakologis tersebut maka terapi non farmakologis perlu dilakukan untuk mengurangi keluhan nyeri punggung bawah yang dialami oleh ibu hamil trimester III yaitu dengan *massage effleurage*. Teknik *massage effleurage* merupakan terapi nonfarmakologi yang aman, tidak menimbulkan efek samping, tidak mengeluarkan biaya dan dapat dilakukan oleh suami sendiri maupun orang lain sehingga peneliti memilih terapi non farmakologi berupa *massage effleurage*. Ada beberapa teknik pijatan *effleurage* yang dapat diberikan salah satunya adalah metode usapan ringan yang membuat tubuh menjadi rileks (Sari dan Farida, 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage*. Penelitian ini dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur, rancangan pada penelitian ini menggunakan *pre experimental* dengan *one grup pre test-post test design*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan 31 responden termasuk *drop out* 10%. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu pemberian *massage effleurage* sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini yaitu intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III. Pada hasil analisis komparatif dalam penelitian ini menggunakan uji non parametrik yaitu uji *Wilcoxon* diperoleh nilai $p=0,000$ atau $\alpha < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil intensitas nyeri sebelum diberikan *massage effleurage* dengan nilai median 5. Hasil intensitas nyeri sesudah diberikan *massage effleurage* dengan nilai median 2. Hasil penelitian sejalan dengan Wulandari dan Andryani (2019) yang menyatakan bahwa *massage effleurage* yang dilakukan selama 10 menit pada bagian punggung ibu hamil trimester III dapat memberikan rasa nyaman dan rileks.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada perbedaan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage*. Pada UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur disarankan dapat memberikan informasi tentang penanganan nyeri punggung bawah secara non farmakologi pada ibu hamil trimester III untuk melakukan *massage effleurage* serta dapat mengakses video *massage effleurage* di *youtube*. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih mendalam dengan mempertimbangkan adanya kelompok kontrol sebagai media pembandingan

agar mengetahui keefektifitasan dari *massage effleurage* dengan terapi non farmakologi lainnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini yang berjudul **“Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Dan Sesudah Diberikan *Massage Effleurage*”** dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan.

Dalam penelitian ini peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan yang peneliti miliki. Namun berkat banyak pihak yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu telah memberikan semangat, menambah pengetahuan, pemahaman dan kemampuan yang sangat berarti bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Dalam kesempatan ini, peneliti mengucapkan rasa terima kasih dan penghormatan kepada :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb, M.Kes Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Dr. Ni Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar
3. Ni Wayan Armini, SST., M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
4. Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T, MPH selaku pembimbing utama yang telah banyak membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
5. drg. Regina Tedjasulaksana, M. Biomed selaku pembimbing pendamping yang telah banyak membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh staf di jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah membantu dalam pengurusan administrasi skripsi.

7. dr. I Gusti Ayu Mirah Herawati selaku Kepala UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur.
8. Orang Tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, dukungan dan motivasi.
9. Semua teman-teman dan sahabat yang selalu meberikan dukungan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, peneliti mengucapkan terimakasih dan semoga skripsi ini dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti lain.

Denpasar, Mei 2023

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Luh Putu Nita Febiartini

NIM : P07124222134

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2023

Alamat : Jl. Dewi Sri Gg. Salak 1C No. 9, Batubulan, Sukawati,
Gianyar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan *Massage Effleurage* adalah benar **karya sendiri atau bukan hasil karya orang lain**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2023

Yang membuat pernyataan



Luh Putu Nita Febiartini

NIM. P07124222134

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>ABSTRACT</i>	5
ABSTRAK.....	6
RINGKASAN PENELITIAN.....	7
KATA PENGANTAR	10
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	10j
DAFTAR ISI.....	13
DAFTAR TABEL.....	15
DAFTAR GAMBAR.....	16
DAFTAR LAMPIRAN.....	17
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Nyeri Punggung Bawah Pada Kehamilan.....	Error! Bookmark not defined.
B. <i>Massage Effleurage</i>	Error! Bookmark not defined.
BAB III KERANGKA KONSEP	Error! Bookmark not defined.
A. Kerangka Konsep Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Variabel dan Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
C. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB IV METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Alur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Populasi dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
F. Pengolahan dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.

G. Teknik Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
H. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
C. Kelemahan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

- Tabel 1 Definisi Operasional Variabel**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Usia Kehamilan, dan Pekerjaan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3 Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Sebelum Diberikan Massage Effleurage**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4 Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Sesudah Diberikan Massage Effleurage**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 5 Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan Massage Effleurage **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>Numeric Rating Scale</i>	12
Gambar 2 Usap Ringan <i>Massage Effleurage</i>	17
Gambar 3 Gerakan Melingkar <i>Massage Effleurage</i>	17
Gambar 4 Gerakan Gelombang <i>Massage Effleurage</i>	18
Gambar 5 Kerangka Konsep	21
Gambar 6 Rancangan Penelitian	26
Gambar 7 Alur Penelitian	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2 Rancangan Anggaran Penelitian
- Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 5 Pedoman Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6 SOP *Massage Effleurage*
- Lampiran 7 *Checklist Massage Effleurage*
- Lampiran 8 Perhitungan Besar Sampel
- Lampiran 9 *Ethical Approval*
- Lampiran 10 Rekomendasi Penelitian
- Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 12 Surat Pernyataan Hak Kekayaan Intelektual
- Lampiran 13 Hasil Analisis Data
- Lampiran 14 Master Tabel
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian