

SKRIPSI

PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIWULAN III SEBELUM DAN SETELAH DILATIH PENGUNAAN *BIRTH BALL* DENGAN MEDIA VIDEO

Studi dilakukan di *Ayrin Mom and Baby Care* Denpasar



Oleh :

MADE FITRI YULIANDARI

NIM: P07124224121

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

SKRIPSI

PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIWULAN III SEBELUM DAN SETELAH DILATIH PENGUNAAN *BIRTH BALL* DENGAN MEDIA VIDEO

Studi dilakukan di *Ayrin Mom and Baby Care* Denpasar

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

**Oleh :
MADE FITRI YULIANDARI
NIM: P07124224121**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL
TRIWULAN III SEBELUM DAN SETELAH DILATIH
PENGUNAAN *BIRTH BALL* DENGAN
MEDIA VIDEO**

Studi dilakukan di *Ayrin Mom and Baby Care* Denpasar

OLEH :

MADE FITRI YULIANDARI
NIM: P07124224121

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Ni Wayan Armini, S.ST.,M.Keb.
NIP : 198101302002122001

Pembimbing Pendamping



Ni Made Dwi Mahayati, S.ST.,M.Keb.
NIP : 198404302008012003

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**


Ni Ketut Somoyani, S.S.T.,M.Biomed
NIP : 196904211989032001

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL
TRIWULAN III SEBELUM DAN SETELAH DILATIH
PENGUNAAN *BIRTH BALL* DENGAN
MEDIA VIDEO**

Studi dilakukan di *Ayrin Mom and Baby Care* Denpasar

Oleh :

MADE FITRI YULIANDARI
NIM: P07124224121

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI: KAMIS

TANGGAL: 15 MEI 2025

TIM PENGUJI :

- | | | |
|---|--------------|---|
| 1. <u>Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb.,S.Kep.,Ners,M.Kes</u> | (Ketua) |  |
| 2. <u>Ni Wayan Armini, S.ST.,M.Keb</u> | (Sekretaris) |  |
| 3. <u>Ni Komang Erny Astiti, SKM.,M.Keb</u> | (Anggota) |  |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR




Ni Ketut Somoyani, S.S.T., M.Biomed
NIP: 196904211989032001

**PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL
TRIWULAN III SEBELUM DAN SETELAH DILATIH
PENGUNAAN *BIRTH BALL* DENGAN
MEDIA VIDEO**

Studi dilakukan di *Ayrin Mom and Baby Care* Denpasar

ABSTRAK

Kehamilan dapat menimbulkan perubahan yang menyebabkan ibu hamil mengalami ketidaknyamanan. Nyeri punggung bawah merupakan salah satu keluhan yang dialami ibu hamil. Penelitian dilakukan di *Ayrin Mom And Baby Care* dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video. Jenis penelitian pre eksperimental dengan *One group Pretest- posttest Design*. Pelaksanaan dimulai dari bulan Maret – April 2025. Intervensi diberikan selama 30 menit, dilakukan dua kali dalam seminggu selama 4 minggu secara rutin di *Ayrin mom and baby care*. Sampel berjumlah 32 orang. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Hasil analisa menunjukkan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video rerata 5,19 dan setelah dilatih didapatkan penurunan rerata menjadi 1,84. Hasil Analisa p value = $0,000 < 0,05$ menunjukkan ada perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di *Ayrin Mom and Baby Care* Denpasar. Ibu hamil diharapkan dapat menggunakan *birth ball* sebagai upaya bantuan dan pengurangan rasa sakit pada punggung bawah.

Kata kunci: nyeri punggung bawah, ibu hamil trimester III, *birth ball*, video

**DIFFERENCE IN BACK PAIN INTENSITY AMONG THIRD
TRIMESTER PREGNANT WOMEN BEFORE AND AFTER
TRAINING IN BIRTH BALL USAGE THROUGH VIDEO MEDIA**

Study conducted at Ayrin Mom and Baby Care Denpasar

ABSTRACT

Pregnancy can cause changes that lead to discomfort for expectant mothers. One of the common complaints experienced by pregnant women is lower back pain. This study was conducted at Ayrin Mom and Baby Care with the aim of identifying the differences in the intensity of lower back pain among third-trimester pregnant women before and after being trained in the use of a birth ball through video media. This research employed a pre-experimental design using one-group pretest-posttest approach. The implementation took place from March to April 2025. The intervention, consisting of 30-minute sessions, was carried out twice a week for four weeks. The sample consisted of 32 participants. A non-probability sampling technique was used with purposive sampling. The results showed that the average lower back pain intensity before the birth ball training was 5.19, and after the training, it decreased to 1.84. Statistical analysis yielded a p -value of $0.000 < 0.05$, indicating a significant difference in the intensity of lower back pain among third- trimester pregnant women before and after the birth ball training with video media at Ayrin Mom and Baby Care. Pregnant women are encouraged to use birth balls as a means of support and to alleviate lower back pain.

Keywords: lower back pain, third-trimester pregnant women, birth ball, video

RINGKASAN PENELITIAN

PERBEDAAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIWULAN III SEBELUM DAN SETELAH DILATIH PENGGUNAAN *BIRTH BALL* DENGAN MEDIA VIDEO

Studi dilakukan di Ayrin *Mom and Baby Care* Denpasar

Kehamilan dapat menimbulkan perubahan-perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikologis, perubahan tersebut menyebabkan ibu hamil mengalami ketidaknyamanan. Nyeri punggung bawah merupakan salah satu keluhan umum yang dialami oleh ibu selama masa kehamilan. Puncak kejadian nyeri punggung bawah terjadi pada triwulan II dan III kehamilan. Terapi non farmakologi sederhana yang dapat diberikan kepada ibu hamil untuk membantu mengurangi masalah nyeri punggung salah satunya melalui pemberian *birth ball*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di Ayrin *Mom and Baby Care* Denpasar.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *pre eksperimental*. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *One group Pretest-posttest Design*. Pada penelitian ini pengukuran intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan di Ayrin *Mom and Baby Care* Denpasar pada bulan Maret- April tahun 2025. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini menurut rumus besar sampel adalah 29 orang dan besar sampel ditambahkan sebanyak 10% sehingga jumlah sampel menjadi

sebanyak 32 orang. Uji normalitas data menggunakan uji Shapiro Wilk dan memperoleh data yang berdistribusi normal, sehingga analisis selanjutnya menggunakan uji Paired T-Test.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video rerata intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebesar 5,19 termasuk tingkat nyeri sedang, nilai terendah adalah 3 sedangkan nilai tertinggi adalah 7. Hasil penelitian setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video rerata intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebesar 1,84 termasuk tingkat nyeri ringan, nilai terendah adalah 0 sedangkan nilai tertinggi adalah 3. Hasil penelitian ini menunjukkan setelah pemberian metode *birth ball* rerata intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III mengalami penurunan dari tingkat nyeri sedang menjadi tingkat nyeri ringan. Hasil uji statistic *Paired t Test* didapatkan $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$ menunjukkan ada perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video, selain itu dapat dilihat adanya penurunan intensitas nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah diberikan metode *birth ball* sebesar 3,344.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video rerata 5,19 termasuk tingkat nyeri sedang sedangkan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video terjadi rerata 1,84 termasuk tingkat nyeri ringan. Hasil uji *Paired t Test* didapatkan $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$ menunjukkan ada perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III

sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di Ayrin *Mom and Baby Care* Denpasar, selain itu dapat dilihat adanya penurunan intensitas nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah diberikan pemberian metode *birth ball* sebesar 3,344. Saran bagi bidan adalah diharapkan untuk mengikuti pelatihan tentang metode *birth ball* sehingga dapat menerapkan metode *birth ball* sebagai salah satu management nyeri nonfarmakologi khususnya bagi ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah sedangkan bagi ibu hamil diharapkan dapat menggunakan *birth ball* sebagai upaya bantuan dan pengurangan rasa sakit pada punggung bawah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Triwulan III Sebelum dan Setelah Dilatih Penggunaan *Birth Ball* dengan Media Video” sesuai rencana. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran pembuatan skripsi ini, yakni yang terhormat:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners., M.Kes. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar sekaligus pembimbing utama karena atas bimbingan dan masukannya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Ni Made Dwi Mahayati, S.ST.,M.Keb. selaku pembimbing pendamping karena atas masukan dan bimbingannya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Gst Ayu Atun Luviana, A.Md. Keb., SE selaku pemilik *Ayrin Mom and Baby care* yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian dari skripsi ini.
5. Suami, keluarga, teman dan kerabat yang telah memberikan semangat dan doa dalam penyusunan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih perlu disempurnakan. Penulis mengharapkan kritik dan saran membangun dari pembaca, dosen pembimbing atau teman-teman demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini. Demikian yang dapat penulis sampaikan, terima kasih.

Denpasar, 7 Mei 2025

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Made Fitri Yuliandari

NIM : P07124224121

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2025

Alamat : Banjar Batur, desa Peguyangan Kaja, Jl. Ayani Utara no.
541 Denpasar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul: Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Triwulan III Sebelum dan Setelah Dilatih Penggunaan *Birth Ball* dengan Media Video (Studi dilakukan di *Ayrin Mom and Baby Care* Denpasar) adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat 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.

Denpasar, 8 Mei 2025 Yang
membuat
pernyataan

Made Fitri Yuliandari NIM:
P07124224121

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Made Fitri Yuliandari

NIM : P07124224121

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2025

Alamat : Banjar Batur, desa Peguyangan Kaja, Jl. Ayani Utara no.
541 Denpasar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul: Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Triwulan III Sebelum dan Setelah Dilatih Penggunaan *Birth Ball* dengan Media Video (Studi dilakukan di Ayrin Mom and Baby Care Denpasar) adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat 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.

f.

Denpasar, 8 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Made Fitri Yuliandari
NIM: P07124224121

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	x
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan.....	5
D. Manfaat.....	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 8
A. Konsep Nyeri Punggung Bawah pada Kehamilan.....	8
B. Konsep <i>Birth Ball</i>	24
C. Konsep <i>Birth Ball</i> dengan Media Video.....	28
 BAB III KERANGKA KONSEP.....	 32
A. Kerangka Konsep.....	32
B. Variabel dan Definisi Operasional.....	33

C. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB IV METODE PENELITIAN.....	36
A. Jenis Penelitian.....	36
B. Alur Penelitian.....	37
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	38
D. Populasi dan Sampel.....	38
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	40
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	45
G. Etika Penelitian.....	48
BAB V Hasil Penelitian.....	51
A. Hasil Penelitian.....	51
B. Pembahasan.....	55
BAB VI Penutup.....	63
A. Simpulan.....	63
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....	21
Gambar 2 Berdiri Bersandar di Atas Bola.....	27
Gambar 3 Berlutut dan Bersandar di Atas Bola.....	28
Gambar 4 Jongkok Bersandar pada Bola.....	28
Gambar 5 Kerangka Konsep Penelitian.....	32
Gambar 6 Alur Penelitian.....	33

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional Penelitian.....	34
Tabel 2 Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian.....	52
Tabel 3 Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Triwulan III Sebelum Dilatih Penggunaan <i>Birth Ball</i> Dengan Media Video.....	53
Tabel 4 Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Triwulan III Setelah Dilatih Penggunaan <i>Birth Ball</i> Dengan Media Video.....	53
Tabel 5 Uji Normalitas Data.....	54
Tabel 6 Hasil Analisis Perbedaan.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Realisasi Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2. Realisasi Biaya Penelitian
- Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6. Standar Prosedur Operasional (SOP) Penggunaan *Birth Ball*
- Lampiran 7. Tabulasi Data
- Lampiran 8. Hasil Analisis data
- Lampiran 9. Ethical Approval
- Lampiran 10. Surat Ijin Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 11. Surat Keterangan Penelitian Lampiran
- 12. Dokumentasi
- Lampiran 13. Surat Hak Kekayaan Intelektual (HKI)
- Lampiran 14. Hasil Turnitin

Exclude matches

Off