

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
DENGAN TERAPI *EFFLEURAGE MASSAGE* PADA
IBU HAMIL TRIMESTER III DI UPTD
PUSKESMAS I DENPASAR BARAT**



Oleh :

NI LUH PUTU NOVI ARDANI

NIM. P07120325074

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2026**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
DENGAN TERAPI *EFFLEURAGE MASSAGE* PADA
IBU HAMIL TRIMESTER III DI UPTD
PUSKESMAS I DENPASAR BARAT**

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

Oleh:

NI LUH PUTU NOVI ARDANI

NIM. P07120325074

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN
TERAPI EFFLEURAGE MASSAGE PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS
I DENPASAR BARAT**

Diajukan oleh:

NI LUH PUTU NOVIARDANI
NIM. P07120325074

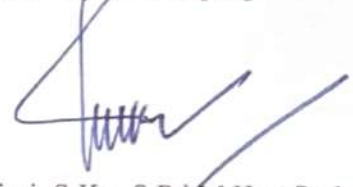
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed.
NIP.196211081982122001

Pembimbing Pendamping



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

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I Made Sukarna, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIP.196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN TERAPI EFFLEURAGE MASSAGE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR BARAT

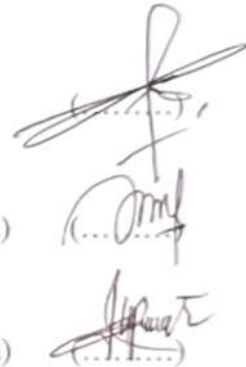
Diajukan oleh:

NI LUH PUTU NOVIARDANI
NIM. P07120325074

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI: SELASA
TANGGAL: 19 MEI 2026

TIM PENGUJI:

1. Suratiah, S.Kep.Ners.M.Biomed (Ketua)
NIP. 197112281994022001
2. Ni Luh Ketut Suardani, S,Kep.Ners.M.Kes (Anggota)
NIP. 197602262001122003
3. Dra. I.D.A Ketut Surinati., S.Kep.,Ns.M.Kes (Anggota)
NIP. 196412311985032010



MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



KI Made Sukaria, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIP.196812311992031020

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi *Effleurage Massage* pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat” dengan tepat waktu. Karya Ilmiah Akhir Ners ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Peneliti menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan, arahan, kritik, dan saran dari berbagai pihak. Melalui kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada pihakpihak yang telah membantu untuk menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini:

1. Dr. Erika Yulita Ichwan, SST, M.Keb, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
2. I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar yang sudah memberikan bimbingan serta semangat dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Nengah Runiari, S.Kp, S.Pd., M.Kep, Sp.Mat selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar dan selaku pembimbing pendamping, yang telah memberikan masukan serta bimbingan selama penulis menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Denpasar.

4. Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.BioMed selaku pembimbing utama yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. dr. Lina Muji Rahayu selaku Kepala UPTD Puskesmas I Denpasar Barat yang telah memberikan izin penelitian
6. Seluruh dosen serta staff di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama menempuh pendidikan.
7. Keluarga dan orang tua peneliti yang telah memberikan doa dan dukungan dari awal perkuliahan sampai proses penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
8. Sahabat dan teman-teman peneliti yang telah memberikan dukungan selama menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
9. Semua pihak yang tidak bisa disebut satu persatu yang telah membantu peneliti sampai terselesaikannya Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Penulis menyadari penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini jauh dari kata sempurna, oleh karenanya penulis memohon maaf atas kesalahan maupun kekurangan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dan bersedia menerima kritik yang membangun. Harapan penulis semoga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat bermanfaat bagi bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Denpasar, 10 Mei 2026

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Luh Putu Novi Ardani
NIM : P07120325074
Program Studi : Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2025
Alamat : Br. Siladumi, Desa Peringsari, Kec. Selat, Karangasem

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir dengan judul “Asuhan Keperawatan Nyeri Akut dengan Intervensi *Effleurage Massage* pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners 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 pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 10 Mei 2026

Yang Membuat Pernyataan



Ni Luh Putu Novi Ardani

NIM. P07120325074

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN
TERAPI *EFFLEURAGE MASSAGE* PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS
I DENPASAR BARAT**

Ni Luh Putu Novi Ardani
Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar
Email: noviard2211@gmail.com

ABSTRAK

Kehamilan merupakan fase penting dalam kehidupan wanita yang disertai perubahan fisiologis. Pada trimester III, pembesaran uterus dapat menyebabkan nyeri punggung bawah. Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Intervensi nonfarmakologis yang aman dan efektif adalah *effleurage massage*, yaitu usapan lembut dan berkesinambungan menggunakan pangkal telapak tangan untuk merangsang pelepasan endorfin, sehingga menurunkan persepsi nyeri pada ibu hamil. Penulisan karya ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III. Metode yang digunakan adalah desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Hasil pengkajian pada pasien kelolaan pertama menunjukkan adanya rasa tidak nyaman akibat nyeri punggung bawah. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan dalam asuhan ini yaitu gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan. Intervensi yang diberikan meliputi manajemen nyeri dan edukasi perawatan kehamilan. Implementasi dilakukan selama tiga kali kunjungan dengan waktu 45 menit. Hasil evaluasi menunjukkan status kenyamanan meningkat. Disimpulkan bahwa terapi ini dapat membantu meningkatkan kenyamanan pada ibu hamil.

Kata kunci: gangguan rasa nyaman; *effleurage massage*; kehamilan

**NURSING CARE FOR COMFORT DISTURBANCE USING
EFFLEURAGE MASSAGE THERAPY IN THIRD
TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT UPTD
PUSKESMAS I DENPASAR BARAT**

Ni Luh Putu Novi Ardani
Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar
Email: noviard2211@gmail.com

ABSTRACT

Pregnancy is an important phase in a woman's life accompanied by physiological changes. In the third trimester, enlargement of the uterus may cause lower back pain. Pain management can be carried out through both pharmacological and non-pharmacological approaches. A safe and effective non-pharmacological intervention is effleurage massage, which involves gentle and continuous stroking using the palms of the hands to stimulate endorphin release, thereby reducing pain perception in pregnant women. This scientific paper aims to describe nursing care for impaired comfort in third-trimester pregnant women. The method used was a descriptive design with a case study approach. The assessment results of the first managed patient indicated discomfort due to lower back pain. The nursing diagnosis established in this care was impaired comfort related to adaptation changes during pregnancy. The interventions provided included pain management and pregnancy care education. The implementation was carried out over three visits, each lasting 45 minutes. The evaluation results showed an improvement in comfort status. It can be concluded that this therapy may help improve comfort in pregnant women.

Keywords: Impaired comfort; effleurage; pregnancy

RINGKASAN PENELITIAN

ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN TERAPI *EFFLEURAGE MASSAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR BARAT

Kehamilan adalah fase signifikan yang melibatkan berbagai perubahan fisiologis dan psikologis. Prevalensi global nyeri punggung pada ibu hamil dilaporkan sebesar 40,5%. Angka tersebut menunjukkan peningkatan prevalensi pada trimester III kehamilan, yaitu mencapai 47,8%. Penyebab nyeri ini dikaitkan dengan peningkatan berat janin, perubahan postur tubuh, peningkatan kadar hormon relaxin dan progesteron, yang melonggarkan ligamen dan otot panggul, dan peningkatan tekanan pada tulang belakang karena pertumbuhan rahim. Perubahan ini menyebabkan lordosis berlebihan (peningkatan kelengkungan tulang belakang bagian bawah), menyebabkan pemendekan dan ketegangan otot, dan menggeser pusat gravitasi tubuh ke depan.

Dampak nyeri selain ketidaknyamanan, nyeri punggung bawah dapat membatasi aktivitas fisik, mengganggu tidur, menyebabkan kelelahan, dan stres psikologis. Manajemen yang tidak memadai dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan dan mempengaruhi kesiapan ibu untuk melahirkan dan perawatan bayi. Pendekatan non-farmakologi, meskipun perawatan farmakologis efektif, mereka memiliki keterbatasan pada wanita hamil karena potensi efek samping dan biaya yang lebih tinggi. Metode non-farmakologis, seperti *effleurage massage*, lebih disukai karena non-invasif, mudah diterapkan, efektif, dan memiliki efek samping minimal. *Effleurage massage* sebagai adalah teknik pemijatan yang lembut, terus menerus, berirama yang dilakukan dengan telapak tangan di permukaan kulit. Pemijatan ini bertujuan untuk merangsang pelepasan endorfin, mengurangi persepsi rasa sakit, dan meningkatkan relaksasi. Secara fisiologis, ini meningkatkan sirkulasi darah, aliran oksigen ke jaringan, dan mengurangi ketegangan otot.

Efektivitas, penelitian telah menunjukkan bahwa *effleurage massage* efektif dalam mengurangi intensitas nyeri punggung bawah pada wanita hamil trimester ketiga. Telah diamati untuk secara signifikan menurunkan intensitas nyeri dari tingkat sedang hingga ringan setelah beberapa hari intervensi. Indikasi teknik ini diindikasikan untuk berbagai kondisi yang berkaitan dengan ketegangan otot dan

nyeri ringan hingga sedang, termasuk nyeri punggung bawah pada wanita hamil, kejang otot, kelelahan fisik, stres ringan atau kecemasan, gangguan tidur karena ketidaknyamanan fisik, dan ketidaknyamanan kehamilan umum. Kontraindikasi, terlepas dari manfaatnya, *effleurage massage* dikontraindikasikan pada kasus luka terbuka, infeksi atau peradangan kulit, gangguan pembekuan darah, pembengkakan parah atau trombosis, nyeri akibat kondisi medis serius, dan kehamilan rumit tanpa pengawasan medis. Penilaian menyeluruh terhadap kondisi pasien sangat penting sebelum aplikasi.

Proses dan hasil keperawatan, pengkajian keperawatan, melibatkan pengumpulan data subjektif dan objektif terkait dengan gangguan rasa nyaman pada wanita hamil trimester ketiga, menggunakan alat seperti *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk intensitas nyeri. Temuan utama sering termasuk keluhan nyeri punggung bawah, mengeluh tidak nyaman, sulit tidur, meringis, tampak gelisah, dan perubahan postur tubuh (*lordosis*). Diagnosis keperawatan utama adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan dibuktikan mengeluh tidak nyaman, gelisah, mengeluh sulit tidur, tidak mampu rileks, pola eliminasi berubah, postur tubuh berubah. Rencana keperawatan keperawatan berfokus pada intervensi utama yaitu manajemen nyeri dan intervensi pendukung edukasi perawatan kehamilan.

Implementasi dilakukan selama tiga hari berturut-turut, setiap sesi berlangsung 45 menit. Melibatkan mempersiapkan pasien dan lingkungan, menjelaskan prosedur, dan menerapkan pukulan lembut dan berirama ke punggung atau perut. Evaluasi menggunakan format SOAP (subjektif, objektif, penilaian, perencanaan) menunjukkan hasil positif. Pasien melaporkan penurunan intensitas nyeri (misalnya, dari NRS 5-6 menjadi 2 (0-10)), peningkatan kualitas tidur, gelisah menurun, dan mengeluh tidak nyaman menurun. Hasil ini menunjukkan bahwa pijat *effleurage* secara efektif meningkatkan kenyamanan pada wanita hamil trimester ketiga.

Kesimpulannya, *effleurage massage* adalah intervensi non-farmakologis yang aman, efektif, dan berharga untuk mengelola nyeri punggung bawah akut pada wanita hamil trimester ketiga. Manfaatnya melampaui penghilang rasa sakit untuk mencakup relaksasi dan peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan, menjadikannya komponen penting dari perawatan ibu.

DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS	i
KARYA ILMIAH AKHIR NERS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
RINGKASAN PENELITIAN	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penulisan.....	6
1. Tujuan umum	6
2. Tujuan khusus	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat teoritis	7
2. Manfaat praktis	7
E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Kehamilan Trimester III	9
1. Definisi kehamilan	9
2. Perubahan Fisiologi pada Kehamilan	9
3. Tanda dan bahaya kehamilan trimester III.....	12
B. Masalah Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III	15
1. Definisi.....	15
2. Faktor penyebab gangguan rasa nyaman	16

3.	Dampak gangguan rasa nyaman	18
4.	Pengukuran skala nyeri	19
5.	Penatalaksanaan nyeri	21
C.	Konsep Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III	24
1.	Pengkajian keperawatan.....	24
2.	Diagnosis Keperawatan	32
3.	Rencana keperawatan.....	33
4.	Implementasi keperawatan.....	35
5.	Evaluasi keperawatan.....	36
D.	Konsep Intervensi <i>Effleurage Massage</i>	37
1.	Definisi <i>effleurage massage</i>	37
2.	Efek <i>effleurage massage</i>	38
3.	Indikasi <i>effleurage massage</i>	39
4.	Kontraindikasi <i>effleurage massage</i>	39
5.	Manfaat <i>effleurage massage</i>	40
6.	Penatalaksanaan teknik <i>effleurage massage</i>	41
	BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	44
A.	Pengkajian Keperawatan.....	44
B.	Diagnosis Keperawatan	53
1.	Analisis data.....	54
2.	Perumusan diagnosis keperawatan	55
C.	Rencana Keperawatan.....	56
D.	Implementasi Keperawatan.....	61
E.	Evaluasi Keperawatan.....	72
	BAB IV PEMBAHASAN.....	78
A.	Analisis Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan <i>Effleurage Massage</i> pada Ibu Hamil Trimester III	78
1.	Pengkajian keperawatan.....	78
2.	Diagnosis keperawatan	81
3.	Perencanaan keperawatan	83
4.	Implementasi keperawatan.....	85
5.	Evaluasi keperawatan.....	87

B. Analisis Intervensi <i>Effleurage Massage</i> pada Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman	89
BAB V PENUTUP.....	92
B. Simpulan	92
C. Saran	94
1. Bagi perawat di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	94
2. Bagi peneliti selanjutnya.....	94
3. Bagi masyarakat.....	94

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Analisa Data Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman	32
Tabel 2 Rencana Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman	33
Tabel 3 Pengkajian Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	44
Tabel 4 Analisis Data Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	54
Tabel 5 Rencana Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ny. W di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	56
Tabel 6 Rencana Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ny. M di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	59
Tabel 7 Implementasi Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ny. W di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	62
Tabel 8 Implementasi Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ny. M di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	67
Tabel 9 Evaluasi Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ny. W dan Ny. M di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Alat Ukur Nyeri <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....	20
Gambar 2 Alat Ukur Nyeri <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	20
Gambar 3 Alat Ukur Nyeri <i>Face Pain</i>	21
Gambar 4 Ilustrasi Gambar Langkah 11	42
Gambar 6 Ilustrasi Gambar Langkah 12.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.....	101
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Terapi <i>Effleurage Massage</i> pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.....	103
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	104
Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan.....	105
Lampiran 5 Standar Prosedur Operasional (SPO) <i>Effleurage Massage</i>	108
Lampiran 6 Bukti Penyelesaian Administrasi	111
Lampiran 7 Surat Ijin Pengambilan Data.....	112
Lampiran 8 Surat Balasan Permohonan Ijin Pengambilan Data	113
Lampiran 9 Surat Mohon Ijin Penelitian.....	114
Lampiran 10 Surat Balasan Permohonan Ijin Penelitian	115
Lampiran 11 Bukti Bimbingan.....	116
Lampiran 12 Hasil Turnitin.....	120
Lampiran 13 Dokumentasi.....	123