

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI PIJAT PUNGGUNG PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA
NYAMAN DI PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN**



**Kemenkes
Poltekkes Denpasar**

Oleh :

IGUSTI NGURAH WAHYU KRISNA
NIM. P07120121016

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIPLOMA III
DENPASAR
2024**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI PIJAT PUNGGUNG PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA
NYAMAN DI PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli
Madya Keperawatan pada Program Studi D III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar

Oleh :

I GUSTI NGURAH WAHYU KRISNA

NIM. P07120121016

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIPLOMA III
DENPASAR
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI PIJAT PUNGGUNG PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA
NYAMAN DI PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN**



Diajukan Oleh :

I GUSTI NGURAH WAHYU KRISNA

NIM. P07120121016

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

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

Pembimbing Pendamping

**Dra. I D.A. Kt Surinati.,S.Kep.,Ners.,M.Kes
NIP. 196412311985032010**

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**

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

LEMBAR PENGESAHAN
IMPLEMENTASI TERAPI PIJAT PUNGGUNG PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA
NYAMAN DI PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN



Diajukan Oleh :
I GUSTI NGURAH WAHYU KRISNA
NIM: P07120121016

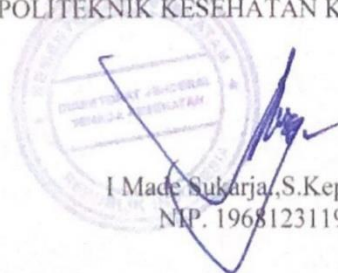
TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU
TANGGAL : 29 MEI 2024

TIM PENGUJI:

- | | | |
|---|-----------------|---------|
| 1. Suratiah, S.Kep, Ners, M.Biomed
NIP. 197112281994022001 | (Ketua Penguji) | (.....) |
| 2. Ni Nyoman Hartati, S.Kep, Ns, M.Biomed
NIP. 196211081982122001 | (Anggota I) | (.....) |
| 3. Dr Nyoman Ribek, S.Pd.,S.Kep.Ners.,M.Pd
NIP. 196106061988031002 | (Anggota II) | (.....) |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



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

SURAT PENYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : I Gusti Ngurah Wahyu Krisna
NIM : P07120121016
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2023/2024
Alamat : Jl. Yossudarso, No.23 Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir ini dengan judul “Implementasi Terapi Pijat Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Puskesmas IV Denpasar Selatan” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti tugas akhir ini **bukan** hasil karya saya atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI. No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undang yang berlaku

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 23 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



I Gusti Ngurah Wahyu Krisna

NIM.P07120121016

RINGKASAN PENELITIAN

Implementasi Terapi Pijat Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Puskesmas IV Denpasar Selatan

Nama Peneliti :

I Gusti Ngurah Wahyu Krisna
P07120121016
wahyukrisna660@gmail.com

Selama kehamilan, perempuan mengalami berbagai perubahan fisik dan emosional selama 9 bulan. Sebagian besar mengalami ketidaknyamanan fisik dan psikologis, seperti nyeri punggung bawah yang sering terjadi sejak awal kehamilan. Sekitar 70% calon ibu mengalami nyeri punggung bagian bawah selama kehamilan, yang intensitasnya cenderung meningkat dari trimester II ke trimester III. Penyebabnya bisa bervariasi, termasuk perubahan anatomi tubuh karena peningkatan ukuran rahim yang menekan struktur tertentu. Prevalensi masalah ini bervariasi di seluruh dunia, dengan sekitar sepertiga wanita hamil di negara berkembang mengalami ketidaknyamanan tersebut.

Keluhan nyeri punggung bawah umumnya meningkat pada trimester ketiga, dengan sekitar 40,7% wanita hamil di Inggris melaporkannya. Gangguan ini juga dapat berdampak psikologis, meningkatkan kecemasan dan mengganggu mobilitas. Risiko nyeri punggung bawah pada kehamilan berikutnya meningkat jika ibu hamil sebelumnya telah mengalaminya. Pentingnya pemahaman dampak fisik dan psikologis ini untuk penyediaan perawatan yang tepat, seperti terapi pijat yang dapat membantu mengurangi ketidaknyamanan dan meningkatkan kualitas hidup ibu hamil pada trimester III. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari penerapan terapi pijat pada ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan pada trimester III di Puskesmas IV Denpasar Selatan.

Desain yang digunakan pada penelitian studi kasus ini adalah jenis studi kasus deskriptif dengan bentuk studi kasus mendalam. Penelitian ini hanya menggunakan 1 orang ibu hamil trimester III yang mengalami gangguan rasa nyaman. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan studi dokumentasi.

Hasil penelitian pada pengkajian ditemukan data pasien memiliki keluhan nyeri pada punggung. Diagnosis keperawatan yang dirumuskan yaitu gangguan rasa nyaman berhubungan dengan kehamilan dibuktikan dengan pasien mengeluh nyeri bagian punggung, merasa ingin muntah, tidak berminat makan, mulutnya terasa asam, pasien mengeluh sering menelan dan wajah pasien tampak pucat. Intervensi yang direncanakan yaitu manajemen gangguan rasa nyaman, serta intervensi pendukung berupa terapi pijat.

Implementasi keperawatan yang telah dilakukan yaitu 1x30 menit selama 3 kali kunjungan pada tanggal 25 Mei 2024. Implementasi yang diberikan sesuai dengan standar intervensi keperawatan Indonesia (SIKI, 2018) adalah intervensi utama dengan manajemen nyeri dan intervensi pendukung dengan pemberian terapi pijat. Hasil dari evaluasi keperawatan, pasien mengatakan nyerinya sudah menurun, tidak ada perasaan ingin muntah, tidak ada perasaan asam di mulut, pasien tidak terlihat tidak nyaman, pasien mengatakan frekuensi menelan menurun serta tampak pucat pada wajah pasien membaik. Dari hasil pengukuran *rhodes index discomfort disorder vomiting and reaching* sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat, terjadi penurunan tingkat nyeri dan aktivitasnya sudah tidak terlalu terganggu dari skor 16 menjadi skor 3. Penurunan rasa nyeri terjadi karena pengaruh terapi pijat, dimana terapi ini dapat membantu mengurangi tingkat nyeri dan muntah. Sehingga masalah keperawatan gangguan rasa nyaman teratasi sebagian dengan pemberian terapi pijat yang terbukti dapat menurunkan tingkat nyeri yang terjadi pada ibu hamil trimester III.

Kesimpulan terapi pijat dapat mengurangi tingkat nyeri pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman. Untuk mengatasi rasa nyeri pada pasien ibu hamil disarankan untuk menggunakan terapi pijat karena efektif untuk mengurangi tingkat nyeri yang menyebabkan gangguan rasa nyaman.

**IMPLEMENTATION OF BACK MASSAGE THERAPY ON
PREGNANT WOMEN IN THE THIRD TRIMESTER WITH
COMFORT DISTURBANCES AT OF PUBLIC HEALTH
CENTER IV SOUTH DENPASAR**

ABSTARCT

Low back pain is a common complaint among pregnant women, particularly during the third trimester. This review aims to summarize the current understanding of the causes and prevalence of low back pain in pregnancy, as well as its impact on the quality of life of affected women. The prevalence of low back pain in pregnancy varies significantly across different regions, with a reported incidence of 15-45% annually. Factors contributing to the development of low back pain include anatomical changes in the body during pregnancy, particularly the increased pressure on the lower back due to the growing uterus. Additionally, postural changes, such as a forward leaning posture, and psychological factors can also contribute to the onset of low back pain. The management of low back pain in pregnancy involves a multidisciplinary approach, including physical therapy, pain management, and lifestyle modifications. The use of numerical rating scales and verbal rating scales can help assess the severity of pain and monitor treatment outcomes. This review highlights the importance of addressing low back pain in pregnancy to improve the overall well-being of affected women and reduce the risk of complications during childbirth. Further research is needed to better understand the mechanisms underlying low back pain in pregnancy and to develop effective interventions for its management.

Keywords: Low Back Pain, Pregnancy, Trimester III, Back Massage Therapy, Comfort Disturbances

IMPLEMENTASI TERAPI PIJAT PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN

ABSTRAK

Nyeri punggung bagian bawah adalah keluhan yang umum dihadapi oleh ibu hamil, terutama pada trimester ketiga. Penelitian ini bertujuan untuk menyajikan pemahaman terkini tentang penyebab dan prevalensi nyeri punggung bagian bawah selama kehamilan, serta dampaknya terhadap kualitas hidup wanita yang terkena. Prevalensi nyeri punggung bagian bawah selama kehamilan berbeda secara signifikan di berbagai wilayah, dengan insiden yang dilaporkan sekitar 15-45% setiap tahun. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap pengembangan nyeri punggung bagian bawah termasuk perubahan anatomis tubuh selama kehamilan, terutama peningkatan tekanan pada tulang belakang akibat pertumbuhan rahim. Selain itu, perubahan postur dan faktor psikologis juga dapat berkontribusi terhadap timbulnya nyeri punggung bagian bawah. Pengelolaan nyeri punggung bagian bawah selama kehamilan melibatkan pendekatan multidisiplin, termasuk terapi fisik, pengelolaan nyeri, dan modifikasi gaya hidup. Penggunaan skala penilaian numerik dan skala penilaian verbal dapat membantu mengevaluasi tingkat keparahan nyeri dan memantau hasil pengobatan. Penelitian ini menyorot pentingnya mengatasi nyeri punggung bagian bawah selama kehamilan untuk meningkatkan kesejahteraan overall wanita yang terkena dan mengurangi risiko komplikasi selama persalinan. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami lebih lanjut mekanisme yang mengarah pada nyeri punggung bagian bawah selama kehamilan dan mengembangkan intervensi efektif untuk pengelolaannya.

Kata Kunci: Nyeri Punggung Bagian Bawah, Kehamilan, Trimester III, Terapi Pijat Punggung, Gangguan Rasa Nyaman.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan Syukur dipanjatkan dihadapan tuhan yang maha esa, atas karunia-nya peneliti dapat menyelesaikan usulan penelitian dengan judul “Implementasi Terapi Pijat Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Puskesmas IV Denpasar Selatan” tepat pada waktunya. Usulan penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan D-III Keperawatan di Poltikenik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Usulan penelitian ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya bukan hanyausaha dari penulis sendiri, melainkan berkat dorongan serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk ini melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Kep.,Ns.,Str. Keb.,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program Pendidikan D-III Keperawatan.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja, S. Kep., M.Kep, selaku ketua jurusan keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
3. Bapak I Nengah Sumirta, SST, S. Kep., NS. M.Kes, selaku kaprodi D-III Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
4. Ibu Nengah Runiari.,S.Kp.,S.Pd.,M.Kep.,Sp.Mat, selaku pembimbing utama yang telah meluangkan banyak waktu untuk membimbing, membagi pengetahuan, memberikan arahan dan masukan serta konsepkonsep dalam proses penyusunan usulan penelitian ini.
5. Ibu Dra. I D.A.Ketut Surinati.S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan banyak waktu untuk membimbing, membagi pengetahuan, memberikan arahan dan masukan serta konsepkonsep dalam proses penyusunan usulan penelitian ini.

6. Seluruh dosen yang terlibat dalam pengantar pembelajaran riset keperawatan yang telah memberikan ilmu sangat bermanfaat, sehingga penulis dapat Menyusun usulan penelitian dengan baik dan sesuai dengan yang diharapkan.

7. Orang tercinta dan keluarga tercinta yang senantiasa ikhlas memberikan doa dan dukungan moral kepada peneliti dalam menyelesaikan penyusunan usulan penelitian ini.

8. Teman-teman seperjuangan yang sudah memberikan doa dan juga dukungan dalam proses pembuatan dan penyusunan usulan penelitian ini.

Menyadari keterbatasan yang dimiliki, peneliti meyakini bahwa usulan penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, sehingga kritik dan saran maupun masukan yang sifatnya membangun sangatlah diperlukan demi perbaikan di masa yang akan datang serta demi kesempurnaan usulan penelitian yang disusun oleh penulis.

Denpasar, Mei 2024

Peneliti

I Gusti Ngurah Wahyu Krisna

NIM. P07120121016

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG	i
USULAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
RINGKASAN PENELITIAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	1
BAB I PENDAHULUAN.....	
A. Latar Belakang	2
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Studi Kasus	
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Studi Kasus.....	
1. Manfaat Teoritis.....	7
2. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	
A. Prinsip-prinsip Teori Ibu Hamil Trimester III	9
1. Pemahaman Gangguan Rasa Nyaman.....	9

2. Pemicu Gangguan pada Rasa Nyaman.....	9
3. Pengertian dari Kehamilan Fase Trimester III.....	10
4. Perubahan Fisik yang Terjadi Pada Trimester III Kehamilan.....	11
5. Teknik Pemijatan	14
B. Prinsip-Prinsip Kehamilan yang mengalami Nyeri Pada Punggung	
1. Penjelasan Nyeri Pada Punggung	15
2. Mekanisme Penyebab Rasa Sakit	17
3. Aspek-Aspek yang Mempengaruhi Nyeri Punggung.....	18
4. Akibat dari Nyeri Punggung	20
5. Prinsip Dasar Masalah Keperawatan	24
6. Konsep asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III.....	25
BAB III METODEDE STUDI KASUS.....	
A. Definisi Studi Kasus	46
B. Subjek Studi Kasus	46
C. Fokus Studi Kasus.....	47
D. Definisi Operasional Studi Kasus	47
E. Instrumen Studi Kasus	48
F. Metode Pengumpulan Data.....	49
G. Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus.....	49
H. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	52
I. Analisis Data dan Penyajian Data	52
J. Etika Studi Kasus	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
1. Pengkajian Keperawatan	56
2. Diagnosis Keperawatan.....	63

3. Intervensi Keperawatan	64
4. Implementasi Keperawatan	71
5. Evaluasi Keperawatan	74
A. Pembahasan.....	75
B. Keterbatasan	80
BAB V PENUTUP.....	
A. Kesimpulan	81
B. Saran	82

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Gejala dan tanda mayor gangguan rasa nyaman	32
Tabel 2 Gejala minor gangguan rasa nyaman.....	32
Tabel 3 Intervensi keperawatan gangguan rasa nyaman	36
Tabel 4 Intervensi keperawatan gangguan rasa nyaman	64
Tabel 5 Implementasi asuhan keperawatan.....	71
Tabel 6 Evaluasi asuhan keperawatan	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Numerik Rating Scale	21
Gambar 2 Verbal Rating Scale.....	22
Gambar 3 Wong Baker Face Pain Rating Scale.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal kegiatan penelitian	84
Lampiran 2 Rencana anggaran biaya penelitian	85
Lampiran 3 Lembar permohonan menjadi responden	86
Lampiran 4 Lembar persetujuan responden	87
Lampiran 5 Informed consent	88
Lampiran 6 Kuisisioner skala nyeri Numeric rating scale (NRS)	90
Lampiran 7 Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi pijat	91
Lampiran 8 Kuesioner	93
Lampiran 9 Kisi – Kisi Kuesioner	95
Lampiran 10 Surat Studi Pendahuluan	97
Lampiran 11 Bukti Proses Bimbingan.....	98
Lampiran 12 Bukti Penyelesaian Administrasi	99
Lampiran 13 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	100
Lampiran 14 Hasil Turnitin.....	101
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian	103
Lampiran 16 Dokumentasi Pelaksanaan Implementasi Terapi Pijat.....	104
Lampiran 17 Kode Etik.....	105