

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
DENGAN KOMBINASI TERAPI *MASSAGE EFFLEURAGE*
DAN AROMATERAPI LAVENDER PADA
IBU HAMIL TRIMESTER III DI
PRAKTIK MANDIRI BIDAN**



**Kemenkes
Poltekkes Denpasar**

OLEH:

NI KADEK PUTRI RUKMINI

NIM. P07120325032

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

JURUSAN KEPERAWATAN

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

DENPASAR

2026

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN
DENGAN KOMBINASI TERAPI *MASSAGE EFFLEURAGE*
DAN AROMATERAPI LAVENDER PADA
IBU HAMIL TRIMESTER III DI
PRAKTIK MANDIRI BIDAN**

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

**Oleh:
NI KADEK PUTRI RUKMINI
NIM. P07120325032**

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

LEMBAR PERSETUJUAN

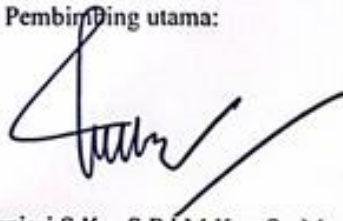
**LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN
KOMBINASI TERAPI *MASSAGE EFFLEURAGE* DAN AROMATERAPI
LAVENDER PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN**

**Diajukan Oleh:
NI KADEK PUTRI RUKMINI
NIM. P07120325032**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing utama:



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

Pembimbing pendamping:



Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep.Ners., M.Kes
NIP. 197602262001122003

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



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

LEMBAR PENGESAHAN

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN
KOMBINASI TERAPI *MASSAGE EFFLEURAGE* DAN AROMATERAPI
LAVENDER PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN**

Diajukan Oleh:

**NI KADEK PUTRI RUKMINI
NIM. P07120325032**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 18 MEI 2026

TIM PENGUJI:

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



**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul **“Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Dengan Kombinasi Terapi *Massage Effleurage* Dan Aromaterapi Lavender Pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan”** tepat pada waktunya. Penyusunan karya ilmiah ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Erika Yulita Ichwan, SST.,M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan dan Program Studi Profesi Ners.
2. I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan KIAN ini.
3. Nengah Runiari, S.Kp.,S.Pd.,M.Kep.,Sp.Mat., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan KIAN ini.
4. Ni Rai Sintarini, M.Kes., selaku pemilik dan bidan di Praktik Mandiri Bidan yang telah memberikan kesempatan serta membantu dalam proses pengambilan data.
5. Nengah Runiari, S.Kp.,S.Pd.,M.Kep.,Sp.Mat selaku dosen pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan dalam penyusunan KIAN ini.
6. Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep.Ners.,M.Kes selaku dosen pembimbing

pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, bimbingan, dukungan serta mengarahkan penulis dalam menyelesaikan laporan KIAN ini.

7. I Wayan Candra, S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan selama menempuh pendidikan Profesi Ners.
8. Seluruh civitas akademika Poltekkes Kemenkes Denpasar atas ilmu, dukungan, dan motivasi yang diberikan.
9. Orang tua tercinta, I Nyoman Gunawan dan Ni Wayan Pilih Astuti, serta Ni Luh Erawati Utami, Str.Ak dan I Komang Gede Ary Chandra selaku saudara penulis yang telah memberikan dorongan semangat, motivasi serta moral maupun material.
10. Pendamping penulis Gede Andika Saputra, S.Tr.T yang telah memberikan dukungan selama proses penyusunan karya ilmiah ini.
11. Semua pihak yang telah membantu yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa KIAN ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan karya ilmiah ini.

Denpasar, Mei 2026

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Kadek Putri Rukmini
NIM : P07120325032
Program Studi : Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2025/2026
Alamat : Perum. BKR III Gg. Krisna Blok E No.7, Ungasan, Kuta Selatan, Badung

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Dengan Kombinasi Terapi *Massage Effleurage* dan Aromaterapi Lavender pada Ibu Hamil Trimester III di Praktik Mandiri Bidan 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



Ni Kadek Putri Rukmini
NIM. P07120325032

**ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN
KOMBINASI TERAPI *MASSAGE EFFLEURAGE* DAN AROMATERAPI
LAVENDER PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTIK
MANDIRI BIDAN**

Ni Kadek Putri Rukmini

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

email: putrirukminii3@gmail.com

ABSTRAK

Kehamilan trimester III merupakan fase akhir kehamilan yang sering disertai nyeri punggung bawah sehingga menimbulkan gangguan rasa nyaman. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas hidup ibu hamil, seperti gangguan tidur, kelelahan, dan keterbatasan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan intervensi nonfarmakologis yang aman dan efektif. Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan mengetahui gambaran asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman melalui kombinasi terapi *massage effleurage* dan aromaterapi lavender pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan. Metode yang digunakan adalah studi kasus pada dua ibu hamil trimester III dengan keluhan nyeri punggung bawah selama Januari hingga April 2026. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, telaah dokumentasi buku KIA. Hasil pengkajian menunjukkan pasien mengeluh nyeri punggung bawah, gelisah, sulit tidur, dan tidak rileks. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan adaptasi kehamilan. Intervensi yang diberikan berupa manajemen nyeri dan perawatan kehamilan trimester III dengan kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi lavender. Evaluasi menunjukkan penurunan intensitas nyeri, peningkatan relaksasi, serta perbaikan kenyamanan pada kedua pasien. Kesimpulannya, kombinasi terapi tersebut efektif sebagai alternatif intervensi nonfarmakologis bagi ibu hamil trimester III. Terapi dilakukan sesuai standar keperawatan maternitas dan memberikan efek menenangkan melalui stimulasi relaksasi otot serta pengurangan ketegangan fisik maupun psikologis selama masa kehamilan pada ibu hamil.

Kata Kunci: Gangguan Rasa Nyaman, Nyeri Punggung, *Massage Effleurage*, Aromaterapi Lavender, Ibu Hamil Trimester III

***NURSING CARE FOR DISCOMFORT USING A COMBINATION OF
EFFLEURAGE MASSAGE THERAPY AND LAVENDER AROMATHERAPY
IN THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT AN INDEPENDENT
MIDWIFERY PRACTICE***

Ni Kadek Putri Rukmini

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

email: putrirukminii3@gmail.com

ABSTRACT

The third trimester of pregnancy is the final phase of pregnancy, often accompanied by lower back pain that causes discomfort. This condition can affect the quality of life of pregnant women, including sleep disturbances, fatigue, and limitations in daily activities. Therefore, safe and effective non-pharmacological interventions are needed. This study aimed to describe nursing care for discomfort through the combination of effleurage massage therapy and lavender aromatherapy in third trimester pregnant women at an independent midwifery practice. The method used was a case study involving two third trimester pregnant women with complaints of lower back pain from January to April 2026. Data were collected through interviews, observation, physical examination, and documentation. The assessment results showed that the patients complained of lower back pain, restlessness, difficulty sleeping, and inability to relax. The nursing diagnosis established was discomfort related to pregnancy adaptation. The interventions provided included pain management and third trimester pregnancy care combined with effleurage massage therapy and lavender aromatherapy. The evaluation showed a decrease in pain intensity, increased relaxation, and improved comfort in both patients. In conclusion, the combination therapy was effective as a non-pharmacological intervention alternative for third trimester pregnant women. The therapy was carried out according to maternal nursing standards and provided a calming effect through muscle relaxation stimulation and reduction of physical and psychological tension during pregnancy in pregnant women.

Keywords: Impaired Comfort, Lower Back Pain, Effleurage Massage, Lavender Aromatherapy, Third Trimester Pregnancy

RINGKASAN PENELITIAN

ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN KOMBINASI TERAPI *MASSAGE EFFLEURAGE* DAN AROMATERAPI LAVENDER PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN

Oleh: Ni Kadek Putri Rukmini

Kehamilan trimester III merupakan fase akhir kehamilan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisiologis dan psikologis sebagai bentuk adaptasi tubuh ibu terhadap pertumbuhan janin. Salah satu keluhan yang paling sering dialami adalah nyeri punggung bawah yang dapat menimbulkan gangguan rasa nyaman. Nyeri ini terjadi akibat perubahan postur tubuh, peningkatan berat badan, serta pengaruh hormonal yang menyebabkan pelonggaran ligamen dan peningkatan tekanan pada tulang belakang. Apabila tidak ditangani dengan baik, nyeri punggung bawah dapat berdampak pada kualitas hidup ibu hamil, seperti gangguan tidur, kelelahan, keterbatasan aktivitas, serta peningkatan stres dan kecemasan.

Data penelitian menunjukkan bahwa prevalensi nyeri punggung pada ibu hamil cukup tinggi, baik secara global maupun di Indonesia, sehingga diperlukan penanganan yang efektif dan aman. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui intervensi nonfarmakologis seperti *massage effleurage* dan aromaterapi lavender yang diketahui memiliki efek relaksasi, meningkatkan sirkulasi darah, serta membantu menurunkan persepsi nyeri. Peran perawat sangat penting dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada ibu hamil.

Dalam karya ilmiah ini, penulis melibatkan 2 ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah. Pada tahap pengkajian, kedua pasien mengeluh nyeri punggung bawah, tampak gelisah, sulit tidur, dan tidak mampu rileks. Berdasarkan data tersebut, ditegakkan diagnosis keperawatan gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan yang ditandai dengan keluhan nyeri punggung, gelisah, dan perubahan pola tidur. Selanjutnya, penulis menyusun intervensi berupa manajemen nyeri, perawatan kehamilan trimester III, serta inovasi kombinasi terapi *massage effleurage* dan aromaterapi lavender.

Setelah dilakukan implementasi sesuai dengan rencana yang telah disusun, dilakukan evaluasi keperawatan yang menunjukkan bahwa terjadi penurunan

intensitas nyeri pada kedua pasien, ibu tampak lebih rileks, serta mengalami peningkatan kenyamanan. Selain itu, kualitas tidur ibu juga membaik dan aktivitas sehari-hari menjadi lebih optimal. Secara keseluruhan, kombinasi terapi *massage effleurage* dan aromaterapi lavender terbukti efektif dalam menurunkan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III serta dapat dijadikan sebagai alternatif intervensi nonfarmakologis dalam praktik keperawatan maternitas.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUT	
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	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	5
C. Tujuan Penulisan.....	6
1. Tujuan umum	6
2. Tujuan khusus	6
D. Manfaat Penulisan.....	7
1. Manfaat teoritis.....	7
2. Manfaat praktis.....	7
E. Metode Penulisan Karya Tulis Ilmiah	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Dasar Kehamilan Trimester III.....	10
1. Pengertian kehamilan trimester III.....	10
2. Perubahan fisiologis pada ibu hamil trimester III	10
3. Perubahan psikologis pada ibu hamil trimester III.....	11
4. Keluhan umum pada kehamilan trimester III.....	12
5. Tanda bahaya pada ibu hamil trimester III.....	13

B.	Konsep Nyeri Punggung Bawah pada Kehamilan Trimester III	14
1.	Definisi nyeri punggung bawah pada trimester III.....	14
2.	Etiologi nyeri punggung	15
3.	Faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pada kehamilan.....	16
4.	Fisiologis nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III	17
5.	Komplikasi nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III	19
6.	Dampak nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III	19
7.	Manajemen nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III.....	20
8.	Pengukuran skala nyeri	21
C.	Masalah Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III.....	23
1.	Pengertian gangguan rasa nyaman	23
2.	Tanda dan gejala.....	23
3.	Penyebab	24
4.	Kondisi klinis	25
D.	Konsep Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III	25
1.	Pengkajian Keperawatan	25
2.	Diagnosis Keperawatan.....	34
3.	Intervensi Keperawatan.....	36
4.	Implementasi Keperawatan	40
5.	Evaluasi Keperawatan	42
E.	Konsep <i>Massage Effleurage</i>	43
1.	Definisi <i>massage effleurage</i>	43
2.	Manfaat <i>massage effleurage</i>	43
3.	langkah-langkah pemberian <i>massage effleurage</i>	44
F.	Konsep Aromaterapi Lavender	47
1.	Definisi aromaterapi lavender	47
2.	Manfaat aromaterapi lavender.....	48
3.	Langkah-langkah pemberian aromaterapi lavender	49
G.	Penatalaksanaan Kombinasi Terapi <i>Effleurage Massage</i> dan Aromaterapi Lavender.....	50
	BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	52

A. Pengkajian Keperawatan.....	52
1. Pengkajian identitas.....	52
2. Pengkajian data kesehatan.....	52
3. Pengkajian riwayat obstetri dan ginekologi	53
4. Pengkajian pola fungsional kesehatan.....	54
5. Pemeriksaan fisik	56
B. Diagnosis Keperawatan	58
1. Analisis data	58
2. Perumusan diagnosis keperawatan.....	59
C. Rencana Keperawatan.....	61
D. Implementasi Keperawatan.....	64
E. Evaluasi Keperawatan.....	77
BAB IV PEMBAHASAN.....	79
A. Analisis Asuhan Keperawatan Ibu Hamil Trimester III dengan Gangguan rasa nyaman.....	79
1. Pengkajian keperawatan.....	79
2. Diagnosis keperawatan.....	81
3. Rencana keperawatan	83
4. Implementasi keperawatan	85
5. Evaluasi keperawatan	87
B. Analisa Hasil Tindakan Terapi Kombinasi Massage Effleurage dan Aromaterapi Lavender Terhadap Gangguan rasa nyaman Ibu Hamil Trimester III.	89
BAB V PENUTUP.....	94
A. Kesimpulan	94
B. Saran	95
1. Bagi tenaga kesehatan	95
2. Bagi penulis selanjutnya.....	96
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Analisis Data Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman.....	35
Tabel 2 Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (Manajemen Nyeri & Perawatan Kehamilan Trimester Ketiga).....	37
Tabel 3 Pengkajian Identitas Kasus Kelolaan.....	52
Tabel 4 Pengkajian Data Kesehatan Kasus Kelolaan	52
Tabel 5 Pengkajian Riwayat Obstetri Dan Ginekologi Kasus Kelolaan.....	53
Tabel 6 Pengkajian Pola Fungsional Kesehatan Kasus Kelolaan	54
Tabel 7 Pemeriksaan fisik kasus kelolaan.....	56
Tabel 8 Analisis Data Kasus Kelolaan Pertama Dan Kedua.....	58
Tabel 9 Perencanaan Keperawatan Kasus Pertama (Ny.KM) Dan Kasus Kedua (Ny.N).....	61
Tabel 10 Implementasi Keperawatan Kasus Kelolaan Pertama (Ny.KM)	64
Tabel 11 Implementasi Keperawatan Kasus Kelolaan Pertama (Ny.KM)	71
Tabel 12 Evaluasi Keperawatan Pada Kasus Kelolaan Pertama Dan Kedua.....	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Anatomi Punggung Bawah	15
Gambar 2 <i>Numerik Rating Scale</i>	22
Gambar 3 Meletakkan kedua telapak tangan di area lumbal ke 5	45
Gambar 4 Telapak tangan berbentuk seperti love.....	46
Gambar 5 Mengusap kedua sisi punggung kanan dan kiri pasien	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan KIAN.....	103
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Pelaksanaan KIAN.....	104
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	105
Lampiran 4 SOP Kombinasi <i>Massage Effleurage</i> dan Aromaterapi Lavender ...	109
Lampiran 5 Surat Ijin Penelitian KIAN	111
Lampiran 6 Dokumentasi Asuhan KIAN.....	112
Lampiran 7 Turnitin	113
Lampiran 8 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	115
Lampiran 9 Lembar Bimbingan.....	116
Lampiran 10 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi <i>Repository</i>	117