KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN*MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN *LOW BACK PAIN* (NYERI PUNGGUNG BAWAH) IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI BD. JUNIARSIH PATUMBAK

WIDI WIDIYA
P07520123039

KEMENTERIANKESEHATANREPUBLIKINDONESIA
POLITEKNIKKESEHATANMEDAN
JURUSANKEPERAWATAN
PRODID-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN *LOW BACK PAIN* (NYERI PUNGGUNG BAWAH) IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI BD. JUNIARSIH PATUMBAK

Karya Tulis Ilmiah/Laporan Kasus

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Studi Dan Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) Pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

WIDI WIDIYA
P07520123039

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN *LOW BACK PAIN* (NYERI PUNGGUNG BAWAH) IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI BD. JUNIARSIH PATUMBAK

Diusulkan Oleh

WIDI WIDIYA

P07520123039

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Medan, 18 Juni2026

Menyetujui

Pembimbing Utama	**Pembimbing Pendamping**
(Yufdel S.Kep, Ns, M.Kes)	**(Dina Yusdiana D. S.Kep, Ns., M. Kes)**
NIP.196406251990032002	**NIP. 197606241998032001**

Ketua Prodi D-III Keperawatan Medan

(Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd)
NIP.197011301993033201 3

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN *LOW BACK PAIN* (NYERI PUNGGUNG BAWAH) IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI BD. JUNIARSIH PATUMBAK

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

WIDI WIDIYA

P07520123039

Telah Dipertahankan Didepan Tim Penguji

Pada Tanggal, 18 Juni 2026

		Tanda tangan
1. Ketua penguji	:**Yufdel S.Kep, Ns, M.Kes**	( )
2. Penguji I	: **Dina Indarsita,SST. M.Kes**	( )
3. Penguji II	: **Nani Zulfikar, S.Kep,Ns,M.Kes**	( )

Medan, 18 Juni 2026

Mengetahui :

Ketua Prodi D-III Keperawatan Medan

(Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd)
NIP.197011301993033201 3

FORMAT BIODATAPENULIS



BIODATAPENULIS

Nama	: Widi Widiya
Tempat/Tgllahir	: Duri, 08 Agustus 2004
JenisKelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
AlamatRumah	: Bandar Silou, Dusum II
Nomor HP	: 082362596026

RIWAYATPENDIDKAN

1. SD : SD Taman Pendidikan Panombean
2. SLTP : MTS Al-Washliyah Sei Langgei
3. SLTA : SMK Al-Washliyah 2 Perdagangan

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Widi Widiya

Nim : P07520123039

Program Studi : Diploma III

Jurusan : Keperawatan

Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN *LOW BACK PAIN* (NYERI PUNGGUNG BAWAH) IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI BD. JUNIARSIH PATUMBAK

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 18 Juni 2026



(Widi Widiya)

NIM.P07520123039

ABSTRAK

PENERAPAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN *LOW BACK PAIN* (NYERI PUNGGUNG BAWAH) IBU HAMIL TRIMESTER III DI PRAKTEK BIDAN MANDIRI BD. JUNIARSIH PATUMBAK

Widi Widiya[1], Yufdel S.Kep, Ns, M.Kes[2], Dina Yusdiana D. S.Kep, Ns., M. Kes[3]
Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan
Jl. Bunga Ncole Raya No.95 Kemenangan Tani. Kec. Medan Tuntungan 20136
Email :widiyaw827@gmail.com

Latar Belakang: Nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*) merupakan salah satu keluhan yang sering dialami ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis selama kehamilan. Keluhan ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, kenyamanan, dan kualitas istirahat ibu hamil. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri punggung bawah adalah *massage effleurage*.Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *massage effleurage* terhadap penurunan *Low Back Pain* (nyeri punggung bawah) pada ibu hamil trimester III di Praktik Bidan Mandiri Bd. Juniarsih, S.Keb.
Metode Studi Kasus: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada dua ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah. Pengukuran nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).Penerapan*massage effleurage* dilakukan selama 7 hari berturut-turut dengan durasi 10–15 menit, satu kali sehari. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi.
Hasil: Sebelum dilakukan intervensi, skala nyeri pada responden pertama adalah 6 (nyeri sedang) dan responden kedua 5 (nyeri sedang). Setelah diberikan *massage effleurage* selama 7 hari, skala nyeri pada responden pertama menurun menjadi 2 (nyeri ringan) dan pada responden kedua menjadi 1 (nyeri ringan).Kedua responden juga melaporkan merasa lebih nyaman dan rileks setelah diberikan intervensi.
Kesimpulan dan Saran: Penerapan *massage effleurage* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.*Massage effleurage* dapat dijadikan sebagai salah satu terapi komplementer nonfarmakologis yang dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan untuk membantu mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci:*Massage Effleurage*, Nyeri Punggung Bawah (*Low Back Pain*), Ibu Hamil Trimester III.

IMPLEMENTATION OF EFFLEURAGE MASSAGE TO REDUCE LOW BACK PAIN AMONG THIRD-TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT INDEPENDENT MIDWIFERY PRACTICE BD. JUNIARSIH

Widi Widiya[1], Yufdel S.Kep, Ns, M.Kes[2], Dina Yusdiana D. S.Kep, Ns., M. Kes[3]
Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
Email :widiyaw827@gmail.com

Background : Low back pain is a common physiological complaint among third-trimester pregnant women, primarily driven by postural shifts and gestational biomechanical changes. Unmanaged pain impairs daily activities, sleep quality, and overall maternal comfort. Effleurage massage serves as a non-pharmacological, non-invasive nursing intervention designed to alleviate musculoskeletal discomfort during pregnancy.
Objective : This study evaluated the implementation of effleurage massage in reducing low back pain intensity among third-trimester pregnant women at Independent Midwifery Practice Bd. Juniarsih.
Methods : This descriptive case study evaluated two third-trimester pregnant women presenting with gestational low back pain at Independent Midwifery Practice Bd. Juniarsih. Effleurage massage was administered once daily for seven consecutive days, with each session lasting 10 to 15 minutes. Pain intensity was evaluated before and after the intervention using the Numeric Rating Scale (NRS) alongside clinical observation, structured interviews, and nursing documentation.
Results : Prior to the intervention, baseline Numeric Rating Scale (NRS) scores indicated moderate pain intensity, recorded at 6 for Participant 1 and 5 for Participant 2. Following seven consecutive days of effleurage massage, pain intensity scores decreased markedly to 2 (mild pain) for Participant 1 and 1 (mild pain) for Participant 2. Additionally, both participants reported enhanced physical comfort and muscle relaxation.
Conclusion : The implementation of effleurage massage effectively reduced low back pain intensity in third-trimester pregnant women. This complementary non-pharmacological strategy represents a safe and effective nursing intervention to manage gestational low back pain and enhance maternal well-being in primary healthcare and midwifery settings.

Keywords: effleurage massage, gestational low back pain, non-pharmacological intervention, third trimester

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan Rahmat dan karunia-Nya sehingga penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah yang berjudul Penerapann *Massage effleurage* Terhadap Penurunan Low Back Pain (Nyeri Punggung bawah) Ibu Hamil Trimester III Praktek Bidan Mandiri Bd. Juniarsih S.Keb dapat di selesaikan.

Selanjutnya ucapan terimakasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Yufdel S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Dina Yusdiana D. S.Kep, Ns., M. Kes selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatian dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini,perkenankan pula saya untuk mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Amira Permatasari Tarigan, S.Kep., Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Masnila,S.Pd. S.Kes. Ns. M.Pd selaku ketua Prodi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Dina Indarsita, SST. M.Kes sebagai penguji I dan ibu Nani Zulfikar,S.Kep,Ns,M.Kes selaku penguji II atas yang telah memberi masukan dan menguji proposal ini.
5. Ibu Bd.Juniarsih S.Keb dan semua staf Klinik yang telah memberikan izin Di Praktek Bidan Mandiri Bd. Juniarsih S.Keb sebagai tempat penelitian
6. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta, orang hebat yang selalu menjadi penyemangat tempat mengadu dan berkeluh kesah, serta doa dan dukungan,kasih sayang, motivasi dan materi yang selalu berkecukupan.
7. Kakak dan adik sebagai saudara kandung sekaligus sahabat tempat dimana berkeluh kesah tanpa menyembunyikan sesuatu dan selalu memberikan semangat untuk penulis. Dan juga seluruh keluarga yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang menyediakan tempat tinggal, materi dan memberikan kasih sayangn ketika kedua orang tua penulis tidak lagi bersama.
8. Seluruh Dosen, Instruktur, dan Staf Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Terimakasih penulis ucapkan kepada teman-teman penulis se-angkatan Jurusan

Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan atas kebersamaan,dan suka duka yang telah kita lewati serta dukungan dan doa yang diberikan kepada penulis Penulis terlah berusaha sebaik-baiknya untuk Menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.Harapan peneliti karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi peningkatan jurusan keperawatan.

Medan, 18Juni 2026

Peneliti

Widi Widiya

NIM. P07520123039

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....**ii**

FORMAT BIODATAPENULIS ..... **iii**

BIODATAPENULIS ..... **iii**

RIWAYATPENDIDKAN ..... **iii**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....**iv**

ABSTRAK .....**v**

ABSTRACT.....**vi**

KATA PENGANTAR.....**vii**

DAFTAR ISI.....**ix**

DAFTAR TABEL.....**xi**

DAFTAR GAMBAR.....**xii**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**

BAB I PENDAHULUAN ..... Error! Bookmark not defined.

A. Latar Belakang ..... **Error! Bookmark not defined.**

B. Rumusan Masalah ..... **Error! Bookmark not defined.**

C. Tujuan Studi Kasus ..... **Error! Bookmark not defined.**

D. Manfaat Studi Kasus..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... Error! Bookmark not defined.

A. Konsep Dasar *Massage Effleurage* ..... **Error! Bookmark not defined.**

B. Konsep Dasar Nyeri Punggung Bawah**Error! Bookmark not defined.**

C. Konsep Dasar Kehamilan Trimester III**Error! Bookmark not defined.**

BAB III METODE STUDI KASUS ..... Error! Bookmark not defined.

A. Rancangan Studi Kasus ..... **Error! Bookmark not defined.**

B. Subjek Studi Kasus..... **Error! Bookmark not defined.**

C. Fokus Studi..... **Error! Bookmark not defined.**

D. Defenisi Operasional Prosedur ..... **Error! Bookmark not defined.**

E. Instrumen Studi Kasus..... **Error! Bookmark not defined.**

F. Metode Pengumpulan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**

G. Lokasi dan waktu penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**

H. Data Penyajian..... **Error! Bookmark not defined.**

I. Etika Studi Kasus ..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN ..... Error! Bookmark not defined.

A. Hasil Studi Kasus ..... **Error! Bookmark not defined.**

B. Pembahasan..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN ..... Error! Bookmark not defined.

C. Kesimpulan..... **Error! Bookmark not defined.**

D. Saran..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA ..... Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1Standart Operasional Prosedur.....9
Tabel 3.1Defenisi Operasional prosedur.....27
Tabel 4.1Karakteristik Responden Di Praktek Bidan Mandiri Bd.Juniarsih S.Keb.....34
Tabel 4.2Identifikasi Data Ibu hamil Trimester III Sebelum diberikan Penerapan *Massage Effleurage*.....35
Tabel 4.3 Penerapan *Massage Effleurage*.....37
Tabel 4.4Hasil Skala Nyeri Sesudah Pemberian Tindakan *Massage effleurage*.....38
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Di Praktek Bidan Mandiri Bd. JuniarsihS.Keb .34

Tabel 4.2 Identifikasi Data Ibu hamil Trimester III Sebelum diberikan Penerapan*Massage Effleurage*.....35
Tabel 4.3 Penerapan Tindakan *Massage Effleurage*.....37
Tabel 4.4 Perbandingan Skala Nyeri Sesudah dan sebelum Pemberian Tindakan *Massage effleurage* *38*

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Nyeri Punggung Bawah (*Low Back Pain*)..... 12
Gambar 2 Curva Lumbal Ibu Hami..... 16
Gambar 3 Skala Nyeri *Verbal Descriptor Scale* *17*
Gambar 4 Skala Nyeri *Visual Analog Scale* *18*
Gambar 5 Skala Nyeri Wong Baker *Pain Rating Scale*..... *19*
Gambar 6 Skala Nyeri *Numeric Rating Scale*..... *19*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi Responden 50

Lampiran 2 Surat persetujuan Menjadi Responden 51

Lampiran 3 SOP Pelaksanaan *Massage effleurage* *52*

Lampiran 4 Ethical Approval *56*

Lampiran 5 Karakteristik Dua Responden 57

Lampiran 6 Lembar Observasi Skala Nyeri *Neumeric Rating Scale* 59

Lampiran 7 Tabel Penerapan 61

Lampiran 8 Lembar Observasi Skala Nyeri 67

Lampiran 9 Tabel Perbandingan 69

Lampiran 10 Surat Izin Survey awal 70

Lampiran 11 Surat Balasan Survey Awal 71

Lampiran 12 Surat Izin Penelitian 72

Lampiran 13 Surat Balasan Penelitian Selesai 73

Lampiran 14 Lembar Konsultasi Bimbingan 74

Lampiran 15 Dokumentasi 75

Lampiran 15 Turnitin 76