DAFTAR PUSTAKA

Asmita, D., & Nurhayati. (2022). Pijat *effleurage* sebagai terapi nonfarmakologis dalam menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Indonesia, 13*(2), 95–102.

Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2024). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara.

Fatimah, F., & Nuryaningsih, N. (2017). Asuhan kebidanan kehamilan. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Fitriani, & Wahyuni. (2022). *Hubungan nyeri punggung dengan kualitas tidur pada ibu hamil trimester III.*

Herdman, T. H., & Kamitsuru, S. (Eds.). (2021). *NANDA International Nursing Diagnoses: Definitions and Classification 2021–2023*. Thieme.

Indriani, D., dkk. (2025). Pengukuran intensitas nyeri menggunakan *Face Pain Scale (FPS), Verbal Rating Scale (VRS), Numeric Rating Scale (NRS),* dan *Visual Analog Scale (VAS).*

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., & Alden, K. R. (2020). *Maternity and Women's Health Care* (12th ed.). Elsevier.

Mardiani, N., & Resna, M. N. (2022). Pengaruh terapi massage *effleurage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat, 7*(2), 108–114. https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3509

Mashudi. (2021). *Konsep Dasar Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Nova, & Zagoto. (2020). Nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi, 5*(2), 120–127.

Palopadang, M. F., & Hidayah, N. (2019). Evaluasi dalam proses keperawatan. Makassar: Pustaka Taman Ilmu.

Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. (2021). *Fundamentals of Nursing* (10th ed.). St. Louis, MO: Elsevier.

Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., Hall, A., & Ostendorf, W. (2023). *Fundamentals of Nursing* (11th ed.). St. Louis, MO: Elsevier.

PPNI. (*2017).* Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI): Definisi dan Indikator Diagnostik *(Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.*

2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI): Definisi dan Indikator Diagnostik*. Edisi 1. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.*

(2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI): Definisi dan Tindakan Keperawatan *(Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.*

(2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI): Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Edisi 1. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.*

(2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI): Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*. Edisi 1. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.*

Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu Kebidanan* (Edisi ke-4). Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Raja, S. N., Carr, D. B., Cohen, M., Finnerup, N. B., Flor, H., Gibson, S., & Vader, K. (2020). *The revised International Association for the Study of Pain definition of pain: Concepts, challenges, and compromises*. *Pain, 161*(9), 1976–1982. https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001939

Retnosari, E., Riagustina, N., Pastuty, R., & Wilma. (2025). Efek pijat *effleurage* dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Genta Kebidanan, 14*(2). https://doi.org/10.36049/jgk.v14i2.269

Rismalinda, & Karminingsih, M. (2021). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan. Jakarta: CV Trans Info Media

Rismalinda, & Karminingsih. (2021). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Trans Info Media.

Salari, N., *et al.* (2023). The global prevalence of low back pain in pregnancy*: A comprehensive systematic review and meta-analysis. BMC Pregnancy and Childbirth*, 23, 830.

Sari, & Fitriani. (2023). Edukasi teknik nonfarmakologis dalam mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, 8*(2), 115–122.

Sari, D., & Farida, N. (2021). Kombinasi teknik *effleurage* massage dan terapi akupresur terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Malahayati, 7*(4), 728–734.

Sari, Rahayu, & Handayani. (2023). Nyeri punggung pada ibu hamil trimester III akibat perubahan biomekanik selama kehamilan. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Ibu, 8*(2), 100–108.

Sitorus, R., Simamora, L., & Hutagalung, E. (2023). Hubungan usia kehamilan dengan kejadian nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Kota Medan. Jurnal Kebidanan, 13(2), 98–105.

Viana, M., Mulyani, & Meinarisa. (2025). Efektivitas *effleurage* massage terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, 10*(2), 120–128.

Wahyuni. (2018). Nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Ibu, Vol. 6(2), 85–92.

Walyani, E. S. (2019). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

World Health Organization. (2023). *Low back pain*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/low-back-pain

Wulandari, & Rahmawati. (2024). *Pengaruh pendidikan kesehatan mengenai pijat effleurage terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester III. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Ibu, 9*(2), 115–123.

Yulizawati, dkk. *(2022).* Gambaran nyeri punggung pada ibu hamil trimester III berdasarkan aktivitas sehari-hari. Jurnal Kebidanan, *8(2), 100–108.*

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Survei Awal

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 02 Juni 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/٩١٤.ط/ 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Survey Awal

Kepada Yth:

Kepala Klinik Pratama Sarfina

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Prodi Ners TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun (KIAN) Karya Ilmiah Akhir Ners di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Wandha Mustika Sugiarto	P0712062567	Penerapan Pijat *Effleruage* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Pinggang Di Klinik Pratama Sarfina

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.Amira P.S.Tarigan, S.Kep, Ns,M.Kes
NIP. 197103162002122001

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 2 Balasan Surat Izin Survei Awal

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA

Jl. Cinta Karya No 60 B, Kel. Sari Rejo, Kec. Medan Polonia, Kota Medan 20157

Telp/Hp : 0852 6163 2229 Email : klinikpratamasarfinasembiring@gmail.com

Nomor : 69/Bal/KPS/VI/2026 Medan, 04 Juni 2026
Lamp : -
Hal : Balasan Izin Survey Awal

Kepada Yth :
Ketua Politeknik Kesehatan Medan
Di
Tempat

Dengan Hormat, Sehubungan dengan surat dari Politeknik Kesehatan Medan Medan Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/913.B/2026 Tentang izin Penelitian Maka dengan ini, yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : dr. Shafira Noverina
Jabatan : Pimpinan Klinik

Menerangkan Bahwa :

NO	NAMA	NIRM	PRODI/JURUSAN
1	Wandha Mustika Sugiarto	P0712062567	Ners

Telah Kami setujui untuk melaksanakan Riset di klinik Pratama Rawat Inap Sarfina sebagai syarat penyusunan (KIAN) Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul :

"Penerapan Pijat Effleruage Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Pinggang Di Klinik Pratama Sarfina"

Demikianlah surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Medan, 04 Juni 2026
Pimpinan Klinik

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA

(dr. Shafira Noverina)

CS Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 3 *Ethical Clereance*

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.3571/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : WANDHA MUSTIKA SUGIARTO
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"PENERAPAN PIJAT EFFLEURAGE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN NYERI PUNGGUNG DI KLINIK PRATAMA SARFINA"

"APPLICATION OF EFFLEURAGE MASSAGE ON PREGNANT WOMEN IN THE THIRD TRIMESTER WITH BACK PAIN AT PRATAMA SARFINA CLINIC"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 13 Agustus 2026 sampai dengan tanggal 13 Agustus 2027.

This declaration of ethics applies during the period August 13, 2026 until August 13, 2027.

August 13, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 4 Surat Izin Penelitian

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 15 Juni 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/ 1013 / 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:

Kepala Klinik Pratama Sarfina

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Prodi Ners TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun (KIAN) Karya Ilmiah Akhir Ners di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Wandha Mustika Sugiarto	P0712062567	Penerapan Pijat *Effleruage* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Di Klinik Pratama Sarfina

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.Amira P.S.Tarigan, S.Kep, Ns,M.Kes
NIP. 197703162002122001

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 5 Surat Balasan Izin Penelitian

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA

Jl. Cinta Karya No 60 B, Kel. Sari Rejo, Kec. Medan Polonia, Kota Medan 20157
Telp/Hp : 0852 6163 2229 Email : klinikpratamasarfinasemburna@gmail.com

Nomor : 162/Bal/KPS/VI/2026 Medan, 17 Juni 2026
Lamp : -
Hal : Balasan Izin Penelitian

Kepada Yth :
Ketua Poltekkes Kemenkes Medan
Di
Tempat

Dengan Hormat, Sehubungan dengan surat dari Poltekkes Kemenkes Medan Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/1013/2026 Tentang izin Penelitian Maka dengan ini, yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : dr.Shafira Noverina
Jabatan : Pimpinan Klinik

Menerangkan Bahwa :

NO	NAMA	NPM	PRODI/JURUSAN
1	Wandha Mustika Sugiarto	P0712062567	Keperawatan

Telah Kami setujui untuk melaksanakan Riset di klinik Pratama Rawat Inap Sarfina sebagai syarat Pelaksanaan Penyusunan Karya ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan Judul :

"Penerapan Pijat Effleruage Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Di Klinik Pratama Sarfina"

Demikianlah surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Medan, 17 Juni 2026
Pimpinan Klinik

(dr. Shafira Noverina)

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 6 Surat Selesai Penelitian

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA
JL Cinta Karya No 60 B, Kel. Sari Rejo, Kec. Medan Polonia, Keta Medan 20157
Telp/Hp : 0852 6163 2229 Email : klinikpratamasarfinasembiring@rmail.com

Nomor : 166/Bal/KPS/VI/2026 Medan, 10 Juli 2026
Lamp : -
Hal : Selesai Penelitian

Kepada Yth :
Ketua Poltekkes Kemenkes Medan
Di
Tempat

Dengan Hormat, Sehubungan dengan surat dari Poltekkes Kemenkes Medan Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/1013/2026 Tentang selesai Penelitian Maka dengan ini, yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : dr.Shafira Noverina
Jabatan : Pimpinan Klinik

Menerangkan Bahwa :

NO	NAMA	NPM	PRODI/JURUSAN
1	Wandha Mustika Sugiarto	P0712062567	Keperawatan

Telah melaksanakan penelitian di Klinik Pratama Rawat Inap Sarfina sebagai syarat pelaksanaan penyusunan karya ilmiah akhir ners (KIAN) dengan Judul :

"Penerapan Pijat Effleruage Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Di Klinik Pratama Sarfina"

Demikianlah surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Medan, 10 Juli 2026
Pimpinan Klinik

(dr. Shafira Noverina)

Lampiran 7 Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN
MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Judul : Penerapan Pijat *Effleurage* pada Ibu Hamil Trimester III dengan Nyeri Punggung di Klinik Pratama Sarfina
Peneliti : Wandha Mustika Sugiarto
NIM : P0712062567

Saya adalah mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan Program Profesi Ners yang akan melaksanakan asuhan keperawatan dalam rangka penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul "Penerapan Pijat *Effleurage* pada Ibu Hamil Trimester III dengan Nyeri Punggung di Klinik Pratama Sarfina".

Setelah memperoleh penjelasan dari peneliti mengenai tujuan, manfaat, prosedur pelaksanaan, serta kegiatan yang akan dilakukan, dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam Karya Ilmiah Akhir Ners tersebut. Saya memahami bahwa keikutsertaan saya bersifat sukarela tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun. Saya juga memahami bahwa tindakan yang diberikan berupa pijat *effleurage* merupakan terapi nonfarmakologis yang dilakukan sesuai prosedur, serta tidak menimbulkan risiko yang membahayakan bagi saya maupun janin. Seluruh data dan informasi yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.

Saya menyadari bahwa saya berhak mengundurkan diri sebagai responden kapan saja tanpa dikenakan sanksi apa pun. Saya berharap hasil Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan pelayanan keperawatan, khususnya pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.

Demikian lembar persetujuan ini saya buat dengan penuh kesadaran tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun. Atas perhatian dan kesediaannya saya ucapkan terima kasih.

Medan, ... 2026
Responden,

(.....)

Lampiran 8 SOP Pijat *Effleurage*

Kemenkes Poltekkes Medan	**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PIJAT *EFFLEURAGE***
Pengertian	Pijat *Effleurage* merupakan teknik relaksasi berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus.
Tujuan	Terapi komplementer untuk ibu hamil guna mengurangi nyeri punggung
Persiapan	**A. Persiapan Alat dan Bahan** 1. Minyak lotion/baby oil/minyak zaitun 2. Handuk besar dan handuk kecil **B. Persiapan Pasien** 1. Pasien Bersedia sukarela 2. Memiliki kemampuan untuk fokus 3. Memahami komunikasi verbal 4. Pasien diminta untuk berada dalam posisi duduk atau miring ke kiri/kanan
Prosedur Pelaksanaan	**A. Prainterasksi** 1. Mencuci tangan 2. Menyiapkan alat dan bahan **B. Tahap Orientasi** 1. Beri salam terapeutik dan memperkenalkan diri 2. Menanyakan keluhan pasien 3. Menjelaskan pengertian, manfaat dan prosedur tindakan Pijat *Effleurage* pada pasien 4. Beri pasien kesempatan untuk bertanya 5. Menanyakan persetujuan dan kesiapan pasien **C. Tahap Kerja** 1. Menjaga privasi pasien 2. Membantu pasien melepaskan baju bagian atas dan selimut dengan handuk besar bagian yang tidak disentuh 3. Mengatur posisi pasien senyaman mungkin, miring kiri dengan diganjal guling atau duduk diganjal bantal 4. Menginstruksikan klien untuk menarik nafas dalam melalui hidung dan mengeluarkan lewat mulut secara perlahan sampai pasien merasa rileks 5. Menuangkan minyak lotion pada tgelapak tangan kemudian gosokkan kedua tangan hingga hangat 6. Meletakkan kedua tangan pada punggung pasien, mulai gerakkan menekan di bagian lumbal 5 menggunakan telapak tangan

	7. Mengusap dan bergerak menekan punggung lurus menuju atas, setelah sampai punggung bagian atas kembali lagi ke lumbal 5 dengan mengusap kedua sisi punggung kanna kiri 8. Melakukan gerakkan naik turun dan berirama kurang lebih 15 menit 9. Membersihkan sisa minyak pada punggung pasien dengan handuk kecil 10. Membantu merapikan pasien ke posisi semula **D. Terminasi** 1. Memberitahu pasien tindakan sudah selesai 2. Melakukan evaluasi setelah pemijatan 3. Berikan umpan balik positif 4. Kontrak waktu pertemuan selanjutnya 5. Saalam terapeutik untuk mengakhiri intervensi 6. Mencuci tangan **E. Dokumentasi** 1. Mendokumentasikan hasil tindakan yang telah dilakukan meliputi respons pasien, tingkat nyeri sebelum dan sesudah tindakan, serta kondisi pasien setelah pemijatan

Lampiran 9 SAP Pijat *Effleurage*

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)
PERSIAPAN PERSALINAN

Pokok Bahasan	: Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil Trimester III dengan Nyeri Punggung
Sub Pokok Bahasan	: Penerapan Pijat *Effleurage* untuk Mengurangi Nyeri Punggung
Sasaran	: Ibu Hamil Trimester III (Ny. M)
Tempat	: Rumah Ny. M
Penyuluh	: Wandha Mustika Sugiarto
Tanggal	:
Waktu	: ± 30 menit

A. Tujuan Instruksional Umum

Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang pijat *effleurage* selama ±30 menit, Ny. M mampu memahami manfaat serta mempraktikkan teknik pijat *effleurage* sebagai upaya mengurangi nyeri punggung selama kehamilan trimester III.

B. Tujuan Instruksional Khusus

1. Setelah mengikuti pendidikan kesehatan, Ny. M dapat:
2. Menjelaskan pengertian nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
3. Menjelaskan penyebab nyeri punggung selama kehamilan.
4. Menjelaskan pengertian pijat *effleurage.*
5. Menyebutkan manfaat pijat *effleurage.*
6. Menjelaskan langkah-langkah melakukan pijat *effleurage*.
7. Menyebutkan hal-hal yang perlu diperhatikan sebelum melakukan pijat *effleurage.*

C. Metode

1. Ceramah
2. Tanya jawab
3. Demonstrasi

D. Media

1. Leaflet
2. Poster
3. Baby oil

E. Materi

Terlampir

F. Kegiatan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluh	Sasaran
1	Pembukaan	5 menit	1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Kontrak waktu 4. Menjelaskan tujuan penyuluhan 5. Menggali pengetahuan ibu mengenai nyeri punggung	- Menjawab salam - Mendengarkan Menjawab pertanyaan
2	Kegiatan Inti	20 menit	1. Menjelaskan pengertian nyeri punggung 2. Menjelaskan penyebab nyeri punggung 3. Menjelaskan pengertian pijat *effleurage* 4. Menjelaskan manfaat pijat *effleurage* 5. Mendemonstrasikan langkah-langkah pijat *effleurage* 6. Memberikan kesempatan bertanya	- Mendengarkan - Bertanya - Mengamati demonstrasi - Mempraktikkan kembali
3	Penutup	5 menit	1. Menyimpulkan materi 2. Memberikan leaflet	- Mendengarkan - Menjawab salam

			3. Memberikan motivasi agar melakukan pijat *effleurage* dengan benar 4. Mengucapkan salam	

G. Evaluasi

1. Struktur
   - Waktu, tempat, dan media sesuai rencana.
   - Leaflet tersedia.
   - Poster tersedia.
2. Proses
   - Ny. M aktif bertanya.
   - Ny. M memperhatikan demonstrasi.
   - Ny. M mampu mengikuti langkah-langkah pijat.
3. Hasil
   - Setelah penyuluhan, Ny. M mampu:
   - Menjelaskan pengertian pijat *effleurage.*
   - Menyebutkan minimal 4 manfaat pijat *effleurage.*
   - Menjelaskan langkah-langkah pijat *effleurage.*
   - Mempraktikkan pijat *effleurage* dengan benar.

H. Referensi

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)**.** Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Prawirohardjo, S. (2020). Ilmu Kebidanan (Edisi ke-4). Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., & Alden, K. R. (2020). Maternity and Women's Health Care (12th ed.). Elsevier.

Walyani, E. S. (2019). Asuhan Kebidanan pada Kehamilan**.** Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Rismalinda, & Karminingsih. (2021). Asuhan Kebidanan Kehamilan**.** Jakarta: Trans Info Media.

Asmita, D., & Nurhayati. (2022). Pijat *effleurage* sebagai terapi nonfarmakologis dalam menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III**.** *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(2), 95–102.

MATERI PENYULUHAN

A. Pengertian Nyeri Punggung

Nyeri punggung merupakan salah satu ketidaknyamanan yang paling sering dialami ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis selama kehamilan. Nyeri biasanya dirasakan pada daerah punggung bawah karena pembesaran uterus, perubahan postur tubuh, serta meningkatnya beban pada otot dan ligamen. Keluhan ini umumnya muncul pada trimester III seiring bertambahnya usia kehamilan (Prawirohardjo, 2020).

B. Penyebab Nyeri Punggung

Menurut Prawirohardjo (2020) dan Walyani (2019), nyeri punggung pada ibu hamil disebabkan oleh:

1. Pembesaran uterus.
2. Bertambahnya berat badan.
3. Pergeseran pusat gravitasi tubuh.
4. Peningkatan lordosis lumbal.
5. Pengaruh hormon relaksin yang menyebabkan ligamen lebih longgar.

C. Pengertian Pijat *Effleurage*

Pijat *effleurage* merupakan teknik pijatan ringan menggunakan telapak tangan dengan gerakan mengusap secara perlahan dan berirama pada daerah punggung. Teknik ini bertujuan meningkatkan relaksasi, memperlancar sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta membantu menurunkan intensitas nyeri (Rismalinda & Karminingsih, 2021).

D. Manfaat Pijat *Effleurage*

Menurut Lowdermilk et al. (2020), manfaat pijat *effleurage* yaitu:

1. Mengurangi nyeri punggung.
2. Mengurangi ketegangan otot.
3. Memberikan efek relaksasi.
4. Memperlancar sirkulasi darah.
5. Membantu meningkatkan kualitas tidur.
6. Meningkatkan kenyamanan ibu hamil.

E. Langkah-Langkah Melakukan Pijat *Effleurage*

Persiapan

1. Cuci tangan.
2. Siapkan baby oil.
3. Jelaskan prosedur kepada ibu.
4. Pastikan ibu dalam keadaan nyaman.

Posisi

1. Posisikan ibu:
2. Miring ke kiri
3. atau
4. Duduk condong ke depan sambil memeluk bantal.

Cara Melakukan

1. Tuangkan baby oil secukupnya pada telapak tangan.
2. Letakkan kedua telapak tangan pada daerah punggung bawah.
3. Lakukan usapan lembut dari bawah ke atas mengikuti otot punggung.
4. Lanjutkan dengan gerakan melingkar kecil menggunakan kedua telapak tangan.
5. Gunakan tekanan ringan.
6. Ulangi gerakan secara perlahan dan berirama.
7. Lakukan selama ±15 menit.
8. Akhiri dengan usapan ringan.

F. Hal-hal yang Perlu Diperhatikan

Menurut Buku KIA (Kemenkes RI, 2022), pijat *effleurage* tidak dianjurkan apabila:

1. Terjadi perdarahan.
2. Ketuban pecah.
3. Mengalami kontraksi sebelum waktunya.
4. Kehamilan risiko tinggi tanpa anjuran tenaga kesehatan.
5. Nyeri hebat.
6. Demam.
7. Terdapat luka pada daerah yang akan dipijat.
8. Selama pemijatan:
9. Gunakan tekanan yang ringan.
10. Hentikan bila ibu merasa tidak nyaman.
11. Lakukan di tempat yang tenang dan nyaman.

G. Manfaat Setelah Melakukan Pijat *Effleurage*

1. Nyeri punggung berkurang.
2. Otot menjadi lebih rileks.
3. Tidur lebih nyenyak.
4. Aktivitas sehari-hari menjadi lebih nyaman.
5. Ibu mampu melakukan teknik pijat secara mandiri bersama keluarga.

Lampiran 10 Poster



Lampiran 11 Leaflet


SUMBER
Prawirohardjo (2020)
Walyani (2019)
Lowdermilk et al. (2020)
Rismalinda & Karminingsih (2021)
Buku KIA Kemenkes RI (2022)
Kesehatan Ibu, Kesehatan Bangsa
Ibu sehat, bayi sehat, keluarga bahagia
PIJAT EFFLEURAGE
Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III
"Sentuhan lembut untuk ibu hamil yang lebih nyaman."
NAMA
Wandha Mustika Sugiarto
NIM
P0712062567
INSTITUSI
Poltekkes Kemenkes Medan
Apa Itu Nyeri Punggung?
Nyeri punggung merupakan keluhan yang sering dialami ibu hamil trimester III akibat perubahan postur tubuh, pembesaran rahim, meningkatnya beban otot, serta perubahan hormon selama kehamilan.
Penyebab
Pembesaran uterus
Berat badan bertambah
Pergeseran pusat gravitasi
Lordosis meningkat
Hormon relaksin


Apa Itu Pijat Effleurage?
Pijat Effleurage merupakan teknik pijatan lembut menggunakan telapak tangan dengan gerakan mengusap perlahan pada punggung bawah untuk membantu mengurangi nyeri, meningkatkan relaksasi, dan memberikan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III.
Manfaat
Mengurangi nyeri
Relaksasi
Melancarkan sirkulasi darah
Mengurangi ketegangan otot
Tidur lebih nyenyak
Meningkatkan kenyamanan
Relaksasi
Sentuhan Lembut
Tidur Nyenyak
Cara Melakukan
Persiapan
Cuci tangan
Siapkan baby oil
Jelaskan prosedur
Pastikan ibu nyaman
BABY OIL
Posisi
Miring ke kiri
atau
Duduk condong sambil memeluk bantal
Langkah
Oleskan baby oil.
Letakkan kedua telapak tangan di punggung bawah.
Usap dari bawah ke atas.
Gerakan melingkar kecil.
Tekanan ringan.
Ulangi perlahan selama ±15 menit.
Akhiri dengan usapan lembut.
±15 menit
Baby Oil
Sentuhan Lembut
Gerakan Perlahan
Jangan Dilakukan Bila
Perdarahan
Ketuban pecah
Kontraksi dini
Kehamilan risiko tinggi tanpa anjuran tenaga kesehatan
Demam
Luka pada area pijat
Setelah Melakukan Pijat
Nyeri berkurang
Otot rileks
Tidur lebih nyenyak
Aktivitas lebih nyaman
Dapat dilakukan bersama keluarga
Pijat Effleurage merupakan terapi komplementer yang aman bila dilakukan dengan teknik yang benar dan tidak menggantikan pemeriksaan kehamilan rutin.
Alami
Nyaman
Aman untuk Ibu Hamil
Bersama Keluarga

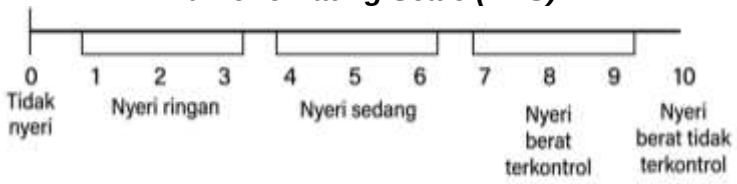
Lampiran 12 Lembar Observasi

LEMBAR OSBERVASI
PENERAPAN PIJAT *EFFLEURAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN NYERI PUNGGUNG

Identitas Pasien
Nama pasien **:**
Usia kehamilan **:**
Tanggal observasi **:**
Tanda-tanda vital
- Tekanan Darah :
- Nadi :
- Pernafasan :
- Suhu :

Petunjuk Pengisian **:** Pasien hanya menunjuk angka berdasarkan skala nyeri 0-10 berdasarkan angka *Numeric Rating Scale (NRS)* yang menggambarkan tingkat nyeri yang dirasakan.

Numeric Rating Scale (NRS)



Skala nyeri sebelum dilakukan pijat *effleurage* :
Skala nyeri setelah dilakukan pijat *effleurage* :

Keterangan angka :
0: Tidak Nyeri
- Kondisi: Sama sekali tidak ada rasa sakit atau tidak nyaman yang dirasakan. Tubuh terasa normal.

1–3: Nyeri Ringan *(Mild Pain)*
- **Skala 1:** Nyeri sangat ringan, seperti gatal, kesemutan, atau gigitan nyamuk. Hampir tidak terpikirkan jika sedang sibuk.
- **Skala 2:** Nyeri ringan yang sedikit terasa, seperti lecet kecil atau cubitan. Terkadang disadari, tapi tidak mengganggu fokus.
- **Skala 3:** Nyeri mulai terasa jelas dan mengganggu, seperti otot tegang atau luka sayat kertas. Namun, kamu masih bisa beradaptasi dan beraktivitas normal tanpa hambatan.

4–6: Nyeri Sedang *(Moderate Pain)*
- **Skala 4:** Nyeri yang cukup kuat hingga tidak bisa diabaikan. Pasien masih bisa melakukan aktivitas atau percakapan, tetapi fokusnya terbagi untuk menahan rasa sakit (misal: sakit kepala ringan, sakit gigi ringan).
- **Skala 5:** Nyeri yang lebih mengikat. Pasien tidak bisa mengabaikan rasa sakit ini selama lebih dari beberapa menit. Mulai mengganggu kualitas tidur atau konsentrasi bekerja.
- **Skala 6:** Nyeri yang menusuk atau berdenyut kuat. Pasien kesulitan

untuk berkonsentrasi penuh dan mulai membatasi gerakan tubuh tertentu agar nyerinya tidak bertambah parah.

7–9: Nyeri Berat Terkontrol *(Severe Pain - Controlled)*

- **Skala 7:** Nyeri yang sangat parah hingga menghalangi kamu untuk tidur, membaca, atau mengobrol santai. Pasien membutuhkan usaha keras atau posisi tertentu untuk menahannya.
- **Skala 8:** Nyeri yang luar biasa hebat. Kemampuan berkomunikasi mulai menurun; pasien mungkin hanya bisa mengerang, meringis, atau merespons dengan kalimat pendek. Aktivitas fisik total terhenti.
- **Skala 9:** Nyeri yang menyiksa hingga pasien tidak mampu lagi menoleransinya secara fisik maupun mental. Fokus hidupnya saat itu hanyalah rasa sakit tersebut.

10: Nyeri Berat Tidak Terkontrol *(Worst Pain Imaginable - Uncontrolled)*

- Kondisi: Rasa sakit paling ekstrem yang bisa dibayangkan (seperti melahirkan tanpa bius, kecelakaan fraktur tulang parah, atau serangan jantung hebat). Pasien biasanya sudah kehilangan kontrol diri, berteriak, menangis histeris, atau bahkan jatuh pingsan karena tubuh tidak sanggup menahan rasa sakitnya.

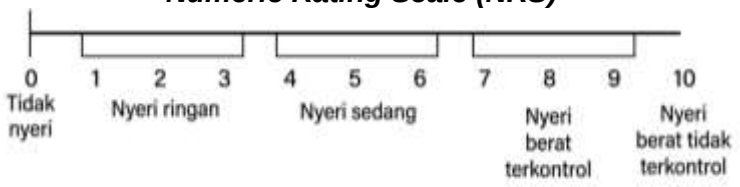
Lembar Observasi hari 1

LEMBAR OSBERVASI
PENERAPAN PIJAT *EFFLEURAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN NYERI PUNGGUNG

Identitas Pasien
Nama pasien **:** Ny. M
Usia kehamilan **:** 32 Minggu
Tanggal observasi **:** Kamis, 28 Mei 2026
Tanda-tanda vital
- Tekanan Darah : 120/80 mmHg
- Nadi : 86 x/i
- Pernafasan : 20 x/i
- Suhu : 36,5 °C

Petunjuk Pengisian **:** Pasien hanya menunjuk angka berdasarkan skala nyeri 0-10 berdasarkan angka *Numeric Rating Scale (NRS)* yang menggambarkan tingkat nyeri yang dirasakan.

Numeric Rating Scale (NRS)



Skala nyeri sebelum dilakukan pijat *effleurage* : 6
Skala nyeri setelah dilakukan pijat *effleurage* : 5

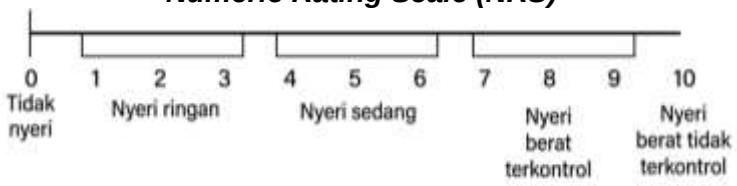
Lembar Observasi hari 2

LEMBAR OSBERVASI
PENERAPAN PIJAT *EFFLEURAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN NYERI PUNGGUNG

Identitas Pasien
Nama pasien **:** Ny. M
Usia kehamilan **:** 32 Minggu
Tanggal observasi **:** Jum'at, 29 Mei 2026
Tanda-tanda vital
- Tekanan Darah : 110/80 mmHg
- Nadi : 82 x/i
- Pernafasan : 19 x/i
- Suhu : 36,3 °C

Petunjuk Pengisian **:** Pasien hanya menunjuk angka berdasarkan skala nyeri 0-10 berdasarkan angka *Numeric Rating Scale (NRS)* yang menggambarkan tingkat nyeri yang dirasakan.

Numeric Rating Scale (NRS)



Skala nyeri sebelum dilakukan pijat *effleurage* : 6
Skala nyeri setelah dilakukan pijat *effleurage* : 5

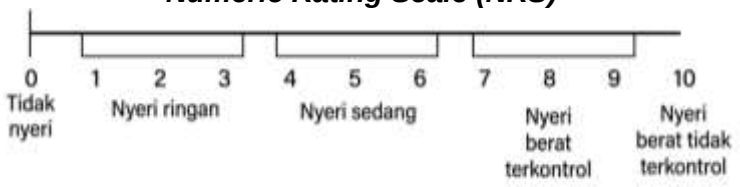
Lembar Observasi hari 3

LEMBAR OSBERVASI
PENERAPAN PIJAT *EFFLEURAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN NYERI PUNGGUNG

Identitas Pasien
Nama pasien **:** Ny. M
Usia kehamilan **:** 32 Minggu
Tanggal observasi **:** Sabtu, 30 Mei 2026
Tanda-tanda vital
- Tekanan Darah : 130/80 mmHg
- Nadi : 88 x/i
- Pernafasan : 21 x/i
- Suhu : 36,7 °C

Petunjuk Pengisian **:** Pasien hanya menunjuk angka berdasarkan skala nyeri 0-10 berdasarkan angka *Numeric Rating Scale (NRS)* yang menggambarkan tingkat nyeri yang dirasakan.

Numeric Rating Scale (NRS)



Skala nyeri sebelum dilakukan pijat *effleurage* : 5
Skala nyeri setelah dilakukan pijat *effleurage* : 4

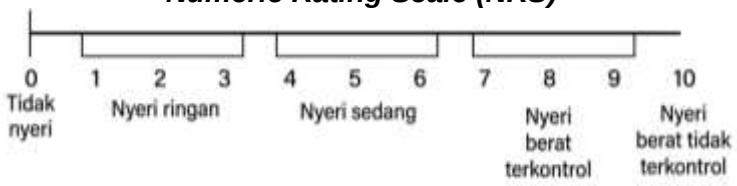
Lembar Observasi hari 4

LEMBAR OSBERVASI
PENERAPAN PIJAT *EFFLEURAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN NYERI PUNGGUNG

Identitas Pasien
Nama pasien **:** Ny. M
Usia kehamilan **:** 32 Minggu
Tanggal observasi **:** Minggu, 31 Mei 2026
Tanda-tanda vital
- Tekanan Darah : 110/80 mmHg
- Nadi : 83 x/i
- Pernafasan : 19 x/i
- Suhu : 36,4 °C

Petunjuk Pengisian **:** Pasien hanya menunjuk angka berdasarkan skala nyeri 0-10 berdasarkan angka *Numeric Rating Scale (NRS)* yang menggambarkan tingkat nyeri yang dirasakan.

Numeric Rating Scale (NRS)



Skala nyeri sebelum dilakukan pijat *effleurage* : 4
Skala nyeri setelah dilakukan pijat *effleurage* : 3

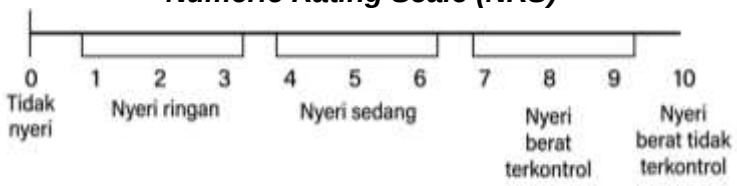
Lembar Observasi hari 5

LEMBAR OSBERVASI
PENERAPAN PIJAT *EFFLEURAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN NYERI PUNGGUNG

Identitas Pasien
Nama pasien **:** Ny. M
Usia kehamilan **:** 32 Minggu
Tanggal observasi **:** Senin, 01 Juni 2026
Tanda-tanda vital
- Tekanan Darah : 110/70 mmHg
- Nadi : 87 x/i
- Pernafasan : 20 x/i
- Suhu : 36,4 °C

Petunjuk Pengisian **:** Pasien hanya menunjuk angka berdasarkan skala nyeri 0-10 berdasarkan angka *Numeric Rating Scale (NRS)* yang menggambarkan tingkat nyeri yang dirasakan.

Numeric Rating Scale (NRS)



Skala nyeri sebelum dilakukan pijat *effleurage* : 3
Skala nyeri setelah dilakukan pijat *effleurage* : 2

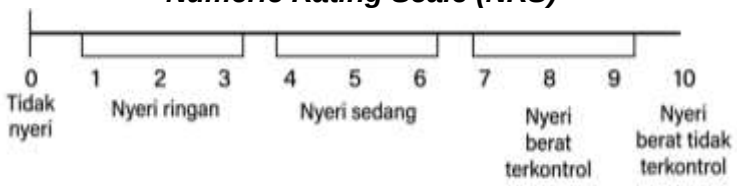
Lembar Observasi hari 6

LEMBAR OSBERVASI
PENERAPAN PIJAT *EFFLEURAGE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN NYERI PUNGGUNG

Identitas Pasien
Nama pasien **:** Ny. M
Usia kehamilan **:** 32 Minggu
Tanggal observasi **:** Selasa, 02 Juni 2026
Tanda-tanda vital
- Tekanan Darah : 120/80 mmHg
- Nadi : 85 x/i
- Pernafasan : 19 x/i
- Suhu : 36,6 °C

Petunjuk Pengisian **:** Pasien hanya menunjuk angka berdasarkan skala nyeri 0-10 berdasarkan angka *Numeric Rating Scale (NRS)* yang menggambarkan tingkat nyeri yang dirasakan.

Numeric Rating Scale (NRS)



Skala nyeri sebelum dilakukan pijat *effleurage* : 2
Skala nyeri setelah dilakukan pijat *effleurage* : 1

Lampiran 13 Lembar Kegiatan Pembimbing Utama

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KIAN

Nama Mahasiswa : **Wandha Mustika Sugiarto**
Nomor Induk Mahasiswa : **P0712062567**
Nama Pembimbing Utama : **Masnila, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Pd**
Judul Karya Ilmiah Akhir Ners : **Penerapan Pijat *Effleurage* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Di Klinik Pratama Sarfina**

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama
1	29-04-2026	Konsultasi telaah jurnal dan konsultasi judul KIAN		
2	30-04-2026	Pengajuan judul KIAN		
3	01-05-2026	ACC judul KIAN		
4	25-05-2026	Konsultasi BAB I dan II		
5	26-05-2026	Konsultasi revisi BAB I dan II		
6	02-06-2026	ACC BAB I, BAB II dan konsultasi BAB III		
7	03-06-2026	Revisi BAB III dan konsultasi BAB IV dan V		
8	05-06-2026	ACC BAB III & konsultasi revisi BAB IV & V		
9	08-06-2026	Konsultasi revisi BAB IV dan V		
10	09-06-2026	Konsultasi revisi BAB IV dan V		
11	11-06-2026	ACC BAB IV dan V		
12	12-06-2026	Revisi akhir KIAN		
13	15-06-2026	ACC Karya Ilmiah Akhir Ners		
14	28-06-2026	Konsultasi revisi BAB I-V setelah sidang		
15	29-06-2026	ACC revisi setelah sidang		
16	30-06-2026	ACC final KIAN		

Medan, 1 Juli 2026
Mengetahui
Ketua Prodi Profesi Ners Keperawatan

Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198008292002122002

Lampiran 14 Lembar Kegiatan Pembimbing Pendamping

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KIAN

Nama Mahasiswa : **Wandha Mustika Suglarto**
Nomor Induk Mahasiswa : **P0712062567**
Nama Pembimbing Pendamping : **Tiurlan M. Doloksaribu, S.Kep., Ns., M.Kep**
Judul Karya Ilmiah Akhir Ners : **Penerapan Pijat *Effleurage* Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Di Klinik Pratama Sarfina**

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing Pendamping
1	25-05-2026	Konsultasi penulisan BAB I dan BAB II		
2	26-05-2026	Revisi penulisan BAB I dan BAB II		
3	29-05-2026	Revisi penulisan BAB I dan BAB II		
4	03-06-2026	ACC penulisan BAB I dan BAB II		
5	05-06-2026	Konsultasi penulisan BAB III		
6	08-06-2026	Revisi penulisan BAB III		
7	09-06-2026	ACC penulisan BAB III dan konsultasi BAB IV		
8	10-06-2026	Konsultasi penulisan BAB IV dan BAB V		
9	11-06-2026	Revisi penulisan BAB IV dan BAB V		
10	12-06-2026	Revisi penulisan BAB IV dan BAB V		
11	15-06-2026	ACC penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners		
12	26-06-2026	Konsultasi revisi penulisan BAB I–V pasca sidang		
13	28-06-2026	Revisi penulisan BAB I–V pasca sidang		
14	29-06-2026	Revisi penulisan BAB I–V pasca sidang		
15	30-06-2026	ACC revisi penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners		

Medan, 1 Juli 2026
Mengetahui
Ketua Prodi Profesi Ners Keperawatan

Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198008292002122002

Lampiran 13 Dokumentasi Pelaksanaan

		
Hari 1 Rabu, 27 Mei 2026	Hari 2 Kamis, 28 Mei 2026	Hari 3 Jum'at, 29 Mei 2026
		
Hari 4 Sabtu, 30 Mei 2026	Hari 5 Minggu, 31 Mei 2026	Hari 6 Senin, 1 Juni 2026
		
Hari 7 Selasa, 02 Juni 2026		

Lampiran 14 Riwayat Hidup Penulis

CV PENELITI



WANDHA MUSTIKA SUGIARTO
Mobile Phone : 082172465646
Email : wandhamustika12@gmail.com

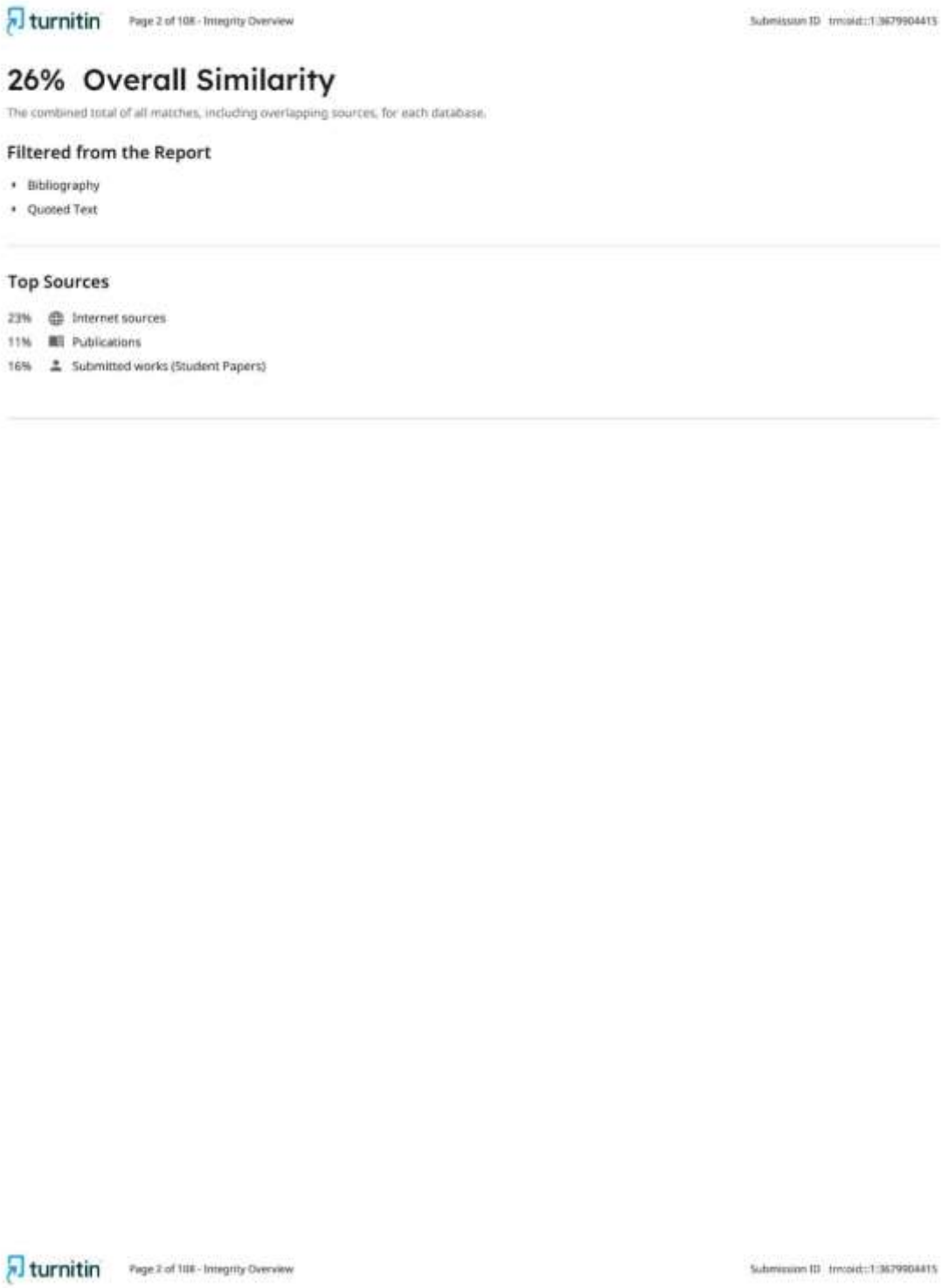
DATA PRIBADI

1.	Nama	: Wandha Mustika Sugiarto
2.	NIM	: P0712062567
3.	Pekerjaan	: Mahasiswa
4.	Program Studi	: Profesi Ners
5.	Institusi	: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
6.	Tempat/Tanggal Lahir	: Tebing Tinggi, 12 Desember 2002
7.	Jenis Kelamin	: Perempuan
8.	Anak Ke	: 1 dari 2 bersaudara
9.	Agama	: Islam
10.	Alamat	: Dusun II, Desa Nagur Pane, Kec. Sipispis, Kab. Serdang Bedagai, Prov. Sumatera Utara
11.	Alamat E-mail	: wandhamustika12@gmail.com
12.	No. Telp/Hp	: 082172465646
13.	Ayah	: Sugiarto
14.	Ibu	: Almh. Siti Rohana

RIWAYAT PENDIDIKAN

1.	SD	: SDN 008 BERINGIN LESTARI
2.	SLTP	: SMPN 1 KANDIS
3.	SLTA	: SMKS KESEHATAN GANDA HUSADA TEBING TINGGI
4.	Diploma IV	: POLTEKKES KEMENKES MEDAN

Lampiran 15 Turnitin



turnitin Page 2 of 108 - Integrity Overview Submission ID trn:oid:::1:3679904415

26% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text

Top Sources

23% Internet sources
11% Publications
16% Submitted works (Student Papers)

turnitin Page 2 of 108 - Integrity Overview Submission ID trn:oid:::1:3679904415

Top Sources

23% Internet sources
11% Publications
16% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan 2%
2	Student papers	Universitas Muslim Indonesia 1%
3	Student papers	Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah 1%
4	Internet	repository.lp4mstikeskhg.org 1%
5	Student papers	Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang 1%
6	Internet	repository.poltekkes-tjk.ac.id <1%
7	Internet	eprints.poltekkesjogja.ac.id <1%
8	Internet	repository.poltekeskupang.ac.id <1%
9	Internet	prin.or.id <1%
10	Internet	repository.stikesrspadgs.ac.id <1%
11	Internet	repository.poltekkes-denpasar.ac.id <1%

12	Internet	
eprints.stikesyarsi-pontianak.ac.id		<1%
13	Student papers	
LL Dikti IX Turnitin Consortium		<1%
14	Internet	
repository.poltekkes-kaltim.ac.id		<1%
15	Internet	
repositoryperpus.poltekkesjayapura.ac.id		<1%
16	Internet	
repository.poltekkesbengkulu.ac.id		<1%
17	Internet	
siakad.stikesdhb.ac.id		<1%
18	Internet	
pdfcoffee.com		<1%
19	Publication	
Niswayati Niswayati, Sari Wahyuni, Asri Novianti, Nesi Novita, Nurul Komariah, R...		<1%
20	Internet	
dspace.umkt.ac.id		<1%
21	Internet	
repositori.uin-alauddin.ac.id		<1%
22	Internet	
repository.poltekkes-malang.ac.id		<1%
23	Internet	
bemj.akbidbunda.ac.id		<1%
24	Student papers	
LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part III		<1%
25	Student papers	
Universitas Sains Alquran		<1%

26	Internet	
eprints.kertacendekia.ac.id		<1%
27	Internet	
repositori.ubs-ppni.ac.id		<1%
28	Student papers	
Universitas Muhammadiyah Jakarta		<1%
29	Internet	
repository.ipwija.ac.id		<1%
30	Internet	
bnj.akys.ac.id		<1%
31	Internet	
repository.uki.ac.id		<1%
32	Internet	
excellent-health.id		<1%
33	Publication	
Yuni Cahyani, Hasni Rahmah. "PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP NYERI PUN...		<1%
34	Internet	
repository.stikeshangtuah-sby.ac.id		<1%
35	Internet	
repo.poltekkesbandung.ac.id		<1%
36	Publication	
Dwi Tristiningdyah, Sri Rejeki, Machmudah Machmudah, Edy Soesanto, Yunie Ar...		<1%
37	Student papers	
Konsorsium PTS Indonesia - Small Campus II		<1%
38	Student papers	
Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg		<1%
39	Publication	
Dista Putri Dewi Pritasari, Sulistiyah Sulistiyah, Reni Fatmawati. "Efektivitas Sena...		<1%

40 Internet
repository.universitasalirsyad.ac.id <1%

41 Internet
repository.bku.ac.id <1%

42 Internet
repository.unja.ac.id <1%

43 Internet
repository.umi.ac.id <1%

44 Internet
repo.unikadelasalle.ac.id <1%

45 Internet
www.jurnal.stikesbch.ac.id <1%

46 Internet
eprints.poltektegal.ac.id <1%

47 Internet
repositoryperpustakaanpoltekkespadang.site <1%

48 Internet
yudiayutz.wordpress.com <1%

49 Publication
Ni Wayan Sulasmin, Ni Made Dwi Purnamayanti. "Efektifitas Prenatal Yoga terha... <1%

50 Publication
Syifa Mufida Iffah, Khatab Khatab, Edy Cahyady. "Hubungan Durasi Duduk Dan P... <1%

51 Internet
repository.usahidsolo.ac.id <1%

52 Internet
eresources.thamrin.ac.id <1%

53 Internet
repository.alifah.ac.id <1%

54 Publication
Yunita Raynica, Dhinny Novryanthi, Irawan Danismaya, Anggun Fajar Ramadhani... <1%

55 Internet
fliphtml5.com <1%

56 Internet
repo.stikesperintis.ac.id <1%

57 Internet
eprints.umpo.ac.id <1%

58 Internet
ejournal.pkkb.ac.id <1%

59 Internet
eprints.ummi.ac.id <1%

60 Internet
repo.poltekkes-medan.ac.id <1%

61 Internet
repository.poltekkes-kdi.ac.id <1%

62 Internet
repository.poltekkes-medan.ac.id <1%

63 Internet
www.motherandbaby.co.id <1%

64 Student papers
Universitas Pendidikan Ganesha <1%

65 Internet
pt.scribd.com <1%

66 Internet
repository.stikesrshusada.ac.id <1%

67 Student papers
Universitas Andalas <1%

68 Internet
doku.pub <1%

69 Student papers
Fakultas Kedokteran <1%

70 Publication
Riski Verawati Pakpahan, Wulan Sari Purba. "Penerapan Edukasi Perawatan Payu... <1%

71 Publication
Weni Apriyani, Muhammad Hadi, Idriani Idriani. "Teknik Alexander terhadap Ting... <1%

72 Publication
Wiwit Yuni Istiana, Titin Eka Sugiantini. "Efektifitas Senam Hamil Dalam Mengura... <1%

73 Internet
badanpenerbit.org <1%

74 Internet
id.123dok.com <1%

75 Internet
maphiablack.blogspot.com <1%

76 Internet
scholar.unand.ac.id <1%

77 Publication
Wahyuddin Wahyuddin, Agus Darmawan, Nima Meilani, Taswin Taswin. "Analisis ... <1%

78 Internet
openjournal.wdh.ac.id <1%

79 Publication
Feni Elda Fitri, Tiara Wulan Saputri, Eva Yunitasari. "Implementasi massage effleu... <1%

80 Internet
mybabyprogram.com <1%

81 Internet
repository.unpkediri.ac.id <1%

82	Internet	
mail.bajangjournal.com		<1%
83	Internet	
penyebabsakitpinggang.com		<1%
84	Publication	
Eva Inayatul Faiza, Riski Akbarani, Indah Maulidiyah, Miftakhul Mahfirah Ermado...		<1%
85	Student papers	
Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II		<1%
86	Internet	
adoc.pub		<1%
87	Internet	
journal.poltekkesaceh.ac.id		<1%
88	Internet	
repo.poltekkestasikmalaya.ac.id		<1%
89	Internet	
repository.ubt.ac.id		<1%
90	Internet	
repositorynew.poltekkes-mks.ac.id		<1%
91	Internet	
rintijulaikhaikha.wordpress.com		<1%
92	Internet	
123dok.com		<1%
93	Publication	
Madelyne Ekacitawati, Anik Purwati. "PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK MASSAGE E...		<1%
94	Publication	
Nabila Akmalia, Sri Wayanti, Suryaningsih, Esyuananik. "Case Report Pada Multi...		<1%
95	Internet	
diar13-midyuin08.blogspot.com		<1%

96 Internet
edoc.site <1%

97 Internet
lib.pkr.ac.id <1%

98 Internet
perpusnwu.web.id <1%

99 Internet
repo.akperngawi.ac.id <1%

100 Internet
repository.medistra.ac.id <1%

101 Internet
repository.stikstellamarismks.ac.id <1%

102 Internet
repository.unmuhjember.ac.id <1%

103 Internet
repository.usu.ac.id <1%

104 Internet
wahyunimalimegarezky.wordpress.com <1%

105 Internet
www.scribd.com <1%

106 Publication
Nova Sumaini Prihatin, Jasmiati Jasmiati, Rosyita Rosyita, Erlina Erlina. "Pelatihan... <1%

107 Publication
Erika Adelia Turnip, Eko Murdianto, Rolasnhi Lilista Simbolon, Tahan Tahan, Sahn... <1%

108 Publication
Marlyn Anggelina Pondete, Sri Mayangsari Wote. "PENERAPAN EFFLEURAGE MAS... <1%

109 Publication
Rahma Dwi Syukrini, Syafira Adilah Syah, Ita Yuanita. "Studi Kasus : Penerapan Te... <1%