

**PROGRAM STUDI PROFESI BIDAN FAKULTAS KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Evidence Based Practice, 3 Agustus 2026**

Andriyana

**Asuhan Kebidanan Berkesinambungan Pada Ny. N Dengan Penerapan
Massage Effleurage Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil
Trimester III Di Praktik Mandiri Bidan Darliana**

xiii + 97 halaman + 2 tabel + 1 gambar + 7 lampiran

ABSTRAK

Nyeri punggung merupakan salah satu keluhan yang dialami ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis seperti peningkatan berat badan, perubahan postur tubuh, dan pembesaran uterus. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah *massage effleurage*. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan asuhan kebidanan berkesinambungan pada Ny. N dengan penerapan *massage effleurage* dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Praktik Bidan Mandiri Darliana sebagai bagian dari asuhan kebidanan berkelanjutan (*Continuity of Care*). Metode yang digunakan adalah *massage effleurage* yang dilakukan pada area punggung bawah selama $\pm 10-15$ menit menggunakan gerakan usapan lembut pada setiap kunjungan. Intensitas nyeri diukur menggunakan *Visual Analog Scale* (VAS) sebelum dan sesudah tindakan. Hasil menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri punggung sesudah dilakukan *massage effleurage*. Pada kunjungan pertama, skor nyeri menurun dari 4 menjadi 3, kunjungan kedua menurun dari 4 menjadi 2, kunjungan ketiga menurun dari 4 menjadi 2, dan kunjungan keempat menurun dari 5 menjadi 3. Ibu mengatakan tubuh terasa lebih rileks, lebih nyaman saat beraktivitas dan kesulitan tidur pada malam hari berkurang. Kesimpulan dari asuhan ini adalah *massage effleurage* efektif dalam membantu mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sehingga dapat diterapkan sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman dan sederhana.

Kata Kunci : *Massage Effleurage*, Nyeri Punggung, Trimester III
Daftar Bacaan : 32 (2021-2026)

**MIDWIFE PROFESSIONAL STUDY PROGRAM FACULTY OF
MIDWIFERY INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Evidence Based Practice, 3 August 2026**

Andriyana

**Continuity of Midwifery Care for Mrs. N with the Application of Effleurage
Massage to Reduce Back Pain in Third Trimester Pregnant Women at
Darliana Independent Midwife Practice**

xiii + 97 pages + 2 tables + 1 figure + 7 attachment

ABSTRACT

Back pain is one of the common complaints experienced by women third trimester of pregnancy due to physiological changes, including weight gain, postural changes, and uterine enlargement. One non-pharmacological intervention that can be used to reduce pain is effleurage massage. This case study aims to provide continuity of midwifery care for Mrs. N by implementing effleurage massage to reduce back pain during the third trimester of pregnancy at Darliana Independent Midwife Practice as part of Continuity of Care. The method used was effleurage massage, which was applied to the lower back for approximately 10-15 minutes using gentle stroking movements at each visit. Pain intensity was measured using the Visual Analog Scale (VAS) before and after the massage. At the first visit, the pain score decreased from 4 to 3, at the second visit from 4 to 2, at the third visit from 4 to 2, and the fourth visit from 5 to 3. Mrs. N also reported feeling more relaxed, more comfortable while doing daily activities and having fewer sleep problems at night. In conclusion, effleurage massage was effective in helping reduce back pain in women during the third trimester of pregnancy and can be used as a safe and simple non-pharmacological intervention.

Keywords : Effleurage Massage, Back Pain, Third Trimester

References : 32 (2021-2026)