

ABSTRAK

EFEKTIVITAS *EFFLEURAGE* MASSAGE TERHADAP PENURUNAN NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PMB HASNA DEWI KOTA PEKANBARU

(TRISNA FADILAH)

(23611044)

Salah satu ketidaknyamanan trimester III yang dialami oleh ibu hamil adalah nyeri punggung, hal ini bisa terjadi karena adanya perubahan hormon salah satunya adalah peningkatan hormon relaksin yang meningkatkan resiko terjadinya nyeri. Penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil yaitu secara *farmakologi* dengan obat analgetik dan *non farmakologi* salah satunya adalah terapi *massage effleurage* yang dapat mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *massage Effleurage* terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 01 Juni – 31 Juli 2024, jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian *pre-eksperimental design* dengan *pretest and post test design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan kehamilan di PMB Hasna Dewi. Pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*, sebanyak 15 orang ibu hamil. Metode pengumpulan data adalah observasi, instrumen penelitian menggunakan lembar observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nyeri punggung ibu hamil trimester III sebelum intervensi adalah mayoritas nyeri sedang (5,60) dan setelah intervensi adalah mayoritas nyeri ringan (2,26). Hasil uji *Wilcoxon sign rank test* dengan derajat kepercayaan sebesar 95% didapatkan bahwa ada efektivitas *massage effleurage* terhadap penurunan nyeri punggung (*p-value*=0,001). Diharapkan PMB Hasna Dewi dapat menerapkan *massage Effleurage* sebagai alternatif pengobatan non-farmakologi untuk ibu hamil trimester III dengan keluhan nyeri punggung.

Daftar Pustaka : 35 (2012-2023)
Kata Kunci : Nyeri Punggung, Ibu Hamil Trimester III, *Massage Effleurage*.

ABSTRACT

THE EFFECT OF EFFLEURAGE MASSAGE ON THE REDUCTION OF BACK PAIN IN THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT PMB HASNA DEWI PEKANBARU

(TRISNA FADILAH)

(23611044)

Discomfort in the third trimester experienced by pregnant women, such as back pain, can occur due to hormonal changes, including an increase in the hormone relaxin, which causes the pelvic bones to loosen and it can lead to the tension in the back and thighs muscles which increasing the risk of pain. The management of back pain in pregnant women includes pharmacological approaches using analgesic drugs and non-pharmacological methods, such as effleurage massage therapy which can reduce back pain in pregnant women, alleviate muscle tension, improve mobility, and enhance blood circulation. The objective of this research is to investigate the effect of effleurage massage on the reduction on back pain in third trimester pregnant women at PMB Hasna Dewi Pekanbaru. The research was conducted from Juny 01th to July 31th, 2024, employing an experimental research with a pre-experimental design utilizing pretest and posttest design. The population of this study consisted of all third trimester pregnant women receiving prenatal care at PMB Hasna Dewi. The sample of this research was 15 pregnant women selected through purposive sampling. Data collection involved observation, with the research instrument employing observation sheets. The research findings indicated that the average back pain in third trimester pregnant women before the intervention was mostly moderate (5.60), while after the intervention, it was predominantly mild (2.26). The Wilcoxon signed-rank test, with a 95% confidence level, yielded a p-value of 0.001, indicating a significant effect of effleurage massage on reducing back pain. It is recommended that PMB Hasna Dewi consider implementing effleurage massage as a non-pharmacological treatment alternative for third trimester pregnant women experiencing back pain.

References : 35 (2012-2023)

**Keywords : Back Pain, Third Trimester Pregnant Women, Effleurage
Massage**