

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN TANJUNG KARANG

Laporan Tugas Akhir, 2025

Kartika Artha Dewanti

2215401084

Penerapan Pijat Endorphin Sebagai Terapi Non-Farmakologi Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Pada Ny. U Di Pmb Retika Wahyuni, S.Keb., SKM., M.Kes. Lampung Selatan
xvi + 63 halaman, 4 tabel, 7 gambar, 8 lampiran

RINGKASAN

Nyeri punggung merupakan keluhan umum yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup ibu hamil. Provinsi Lampung mencatat peningkatan insiden nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, dari 78,3% pada tahun 2021 menjadi 80,4% pada 2022, dan mencapai 83,8% pada 2023. Pada tingkat kabupaten tahun 2023, prevalensi tertinggi tercatat di Kabupaten Lampung Tengah sebesar 34,5%, disusul Lampung Barat 23,3%, dan Lampung Selatan 20,7%. Data tersebut menunjukkan tren peningkatan signifikan kasus nyeri punggung pada ibu hamil, terutama pada trimester akhir.

Tujuan asuhan ini yaitu memberikan penerapan teknik *pijat endorphin* untuk mengurangi rasa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Desa Pamulihan, Kecamatan Way Sulan, Kabupaten Lampung Selatan.

Asuhan ini menggunakan studi kasus deskriptif kualitatif dengan observasi sebagai pendekatan utama, serta pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan SOAP dan berpedoman pada tujuh langkah Varney.

Hasil asuhan ini menunjukkan bahwa terapi endorphin massage terbukti efektif mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, ditandai dengan penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 2 setelah lima kali tindakan. Endorphin massage dapat dijadikan alternatif asuhan dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, baik dilakukan oleh pendamping klien di rumah maupun oleh tenaga kesehatan di lahan praktik.

Kesimpulannya setelah dilakukan asuhan kebidanan kehamilan pada Ny.U dengan pemberian pijat endorphin selama 5 hari didapatkan hasil mampu menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil. Saran yang diberikan yaitu bidan dapat memberikan edukasi mengenai penggunaan pijat endorphin sebagai Upaya non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

Kata kunci : Pijat endorphin, Nyeri punggung, Ibu hamil, Trimester Terapi non-farmakologi

Daftar Bacaan : 19 (2016-2024)

POLYTECHNIC OF HEALTH TANJUNG KARANG
STUDY PROGRAM D III MIDWIFERY TANJUNG KARANG
Final Task Report, 2025

Kartika Artha Dewanti
2215402084

Application of Endorphin Massage as a Non-Pharmacological Therapy for Back Pain in Third Trimester Pregnant Women in Ny. U Di Pmb Retika Wahyuni, S.Keb., SKM., M.Kes. South Selatan
xvi + 63s pages, 4 table, 7 images, 8 attachments

ABSTRACT

Back pain is a common complaint that can interfere with daily activities and reduce the quality of life of pregnant women. Lampung Province recorded an increase in the incidence of back pain in third trimester pregnant women, from 78.3% in 2021 to 80.4% in 2022, and reaching 83.8% in 2023. At the district level in 2023, the highest prevalence was recorded in Central Lampung District at 34.5%, followed by West Lampung at 23.3%, and South Lampung at 20.7%. The data shows a significant increasing trend of back pain cases in pregnant women, especially in the final trimester.

The purpose of this study was to provide the application of endorphin massage techniques to reduce back pain in third trimester pregnant women in Pamulihan Village, Way Sulan District, South Lampung Regency.

The care used a qualitative descriptive case study with observation as the main approach, and data collection through observation, interviews, and documentation with SOAP and guided by Varney's seven steps.

The care showed that endorphin massage therapy proved effective in reducing back pain in third trimester pregnant women, marked by a decrease in pain scale from 6 to 2 after five treatments. Endorphin massage can be used as an alternative care in reducing back pain in third trimester pregnant women, either done by client companions at home or by health workers in practice.

After providing midwifery care to Mrs. U during her third trimester of pregnancy, the implementation of endorphin massage for five consecutive days proved to be effective in reducing back pain. The pain scale decreased significantly from 6 to 2, indicating that endorphin massage can serve as a non-pharmacological alternative for managing back pain in pregnant women. It is recommended that midwives provide education on the use of endorphin massage as a safe and easily applicable non-pharmacological method to reduce back pain in third-trimester pregnant women.

Keywords : Endorphin Massage, Pregnant Women, Non-Pharmacological Therapy

Reading List : 19 (2016-2024)