

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TANJUNGPURUS PROGRAM  
STUDI D III KEBIDANAN TANJUNGPURUS**

Laporan Tugas Akhir, April 2025

DEWIFATMAWATI 2215401062

**Penatalaksanaan Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Massage Effleurage Untuk  
Mengatasi Nyeri Punggung Terhadap Ny.S Di Tpmh Siti Hajar,S.,ST Bdn**

xvi+ 94 Halaman+ 2 Tabel+ 3 Gambar+ 11 Lampiran

**RINGKASAN**

Salah satu keluhan yang umum dialami oleh wanita hamil adalah nyeri punggung, meskipun kehamilan tersebut berlangsung normal. Perubahan postur tubuh yang terjadi selama kehamilan dapat menyebabkan ketidaknyamanan, sehingga wanita hamil sering kali merasa kesulitan untuk beraktivitas dengan nyaman. Selain itu, bertambahnya berat janin juga menjadi faktor penyebab nyeri punggung yang sering dialami oleh ibu hamil. Oleh karena itu, penting untuk mencari solusi yang efektif untuk mengatasi masalah ini.

Salah satu metode yang dapat digunakan adalah effleurage massage, yaitu teknik pijatan yang menggunakan telapak tangan untuk memberikan tekanan lembut pada permukaan tubuh dengan gerakan sirkular. Teknik ini merupakan metode non-farmakologis yang bertujuan untuk menurunkan nyeri, meningkatkan relaksasi, dan memperbaiki sirkulasi darah tanpa mengubah posisi sendi. Effleurage massage dapat memenuhi kebutuhan ibu hamil yang mengalami nyeri punggung, serta membantu menghangatkan otot abdomen.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan data primer dan sekunder untuk menganalisis efektivitas effleurage massage pada ibu hamil dengan nyeri punggung. Data primer diperoleh melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan penunjang, sedangkan data sekunder diambil dari rekam medis di PMB Siti Hajar S., ST Bdn. Hasil dari penerapan effleurage massage pada Ny.S menunjukkan penurunan signifikan pada keluhan nyeri punggung.

Setelah dua kali kunjungan, Ny.S melaporkan bahwa nyeri punggungnya berkurang, dan pada kunjungan ketiga, ia dapat beraktivitas dengan nyaman. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa effleurage massage efektif dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Dengan demikian, teknik pijatan ini dapat menjadi alternatif yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas hidup ibu hamil.

Kata kunci : *Effleurage Massage, Nyeri Punggung Ibu Hamil*

Daftar bacaan : 21 (2014-2024)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR**  
**DIPLOMA IN MIDWIFERY STUDY PROGRAM OF TANJUNGPUR**  
*Final Project Report, April 2025*

DEWI FATMAWATI 2215401062

**Management Of Pregnant Women In Trimester Iii With Effleurage Massage To Overcome Back Pain To Ny.S At Tpmh Siti Hajar,S,. ST Bdn**  
*xvi+ 94 Pages+ 2 Table+ 3 Ficture+ 11 Attacment*

**ABSTRACT**

*One of the most common complaints experienced by pregnant women is back pain, even though the pregnancy is progressing normally. The changes in body posture that occur during pregnancy can cause discomfort, making it difficult for pregnant women to move around comfortably. Additionally, the increasing weight of the fetus is another factor contributing to the back pain often experienced by expectant mothers. Therefore, it is important to find an effective solution to address this issue.*

*One method that can be used is effleurage massage, a technique that uses the palms of the hands to apply gentle pressure to the body's surface with circular movements. This technique is a non-pharmacological method aimed at reducing pain, enhancing relaxation, and improving blood circulation without altering joint positions. Effleurage massage can address the needs of pregnant women experiencing back pain and help warm the abdominal muscles.*

*In this study, the author used primary and secondary data to analyze the effectiveness of effleurage massage on pregnant women with back pain. Primary data was obtained through interviews, observations, and supporting examinations, while secondary data was taken from medical records at PMB Siti Hajar S., ST Bdn. The results of applying effleurage massage on Mrs. S showed a significant reduction in back pain complaints.*

*After two visits, Mrs. S reported that her back pain had decreased, and by the third visit, she was able to engage in activities comfortably. These findings align with previous studies indicating that effleurage massage is effective in reducing back pain in third-trimester pregnant women. Thus, this massage technique can serve as a beneficial alternative to improve the quality of life for pregnant women.*

*Keywords : Effleurage Massage, Back Pain*  
*Reading list : 21 (2014-2024)*