

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN KOMPRES JAHE
SEBAGAI INTERVENSI MENGATASI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI TPMB SRI JUMIYATI**

**Disusun oleh :
Vaniria Rindi Antika
202204021**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN *EFFLEURAGE* MASSAGE DAN KOMPRES JAHE MERAH
SEBAGAI INTERVENSI MENGATASI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI TPMB SRI JUMIYATI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan**

**Disusun oleh :
Vaniria Rindi Antika
202204021**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

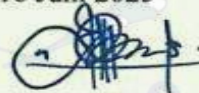
**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN KOMPRES JAHE MERAH
SEBAGAI INTERVENSI MENGATASI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI TPMB SRI JUMIYATI**

Disusun Oleh :
Vaniria Rindi Antika
(202204021)

Telah memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian Hasil Karya
Tulis Ilmiah

Oleh :

Pembimbing Akademik : Bdn. Sumarni, S.Si.T., M. Keb
Tanggal : 18 Juni 2025
Tanda tangan :



(Bdn. Sumarni, S.Si.T., M. Keb)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan
Program Diploma III


(Dr. Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H)

HALAMAN PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN KOMPRES JAHE MERAH
SEBAGAI INTERVENSI MENGATASI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI TPMB SRI JUMIYATI**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:
Vaniria Rindi Antika
(202204021)

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal

Penguji :

1. Eni Indrayani, S.SiT., MPH
2. Bdn. Sumarni, S.SiT., M. Keb



Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan
Program Diploma III



(Dr. Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H)

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah ini asli, bukan plagiat dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk laporan sejenis atau untuk memperoleh gelar diploma pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kebumen, Agustus 2025

Tanda Tangan



Vaniria Rindi Antika



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas Akademik Universitas Muhammadiyah Gombong saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Vaniria Rindi Antika

NIM : 202204021

Program Studi : D3 Kebidanan

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"PENERAPAN EFFLEURAGE MASSAGE DAN KOMPRES JAHE MERAH SEBAGAI INTERVENSI MENGATASI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI TPMB SRI JUMIYATI"

Beserta pangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini. Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (batabase), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Gombong, Agustus 2025
Yang Menyatakan



(Vaniria Rindi Antika)

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN KOMPRES JAHE MERAH
SEBAGAI INTERVENSI MENGATASI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI TPMB SRI JUMIYATI¹

Vaniria Rindi Antika², Bdn. Sumarni, S.Si.T., M. Keb³

INTISARI

Latar Belakang: Salah satu ketidaknyamanan paling umum yang dihadapi ibu hamil di trimester ketiga adalah nyeri punggung. Ketidaknyamanan ini seringkali muncul akibat perubahan anatomi tubuh yang dialami selama kehamilan. Pada 2024 prevalensi nyeri punggung pada wanita hamil di berbagai wilayah dunia meningkat dari 16% di minggu ke-12 menjadi 93% pada minggu ke-36, sebanyak 51,3% ibu hamil di Provinsi Jawa Tengah, dan sebanyak 47-60% di Kebumen.

Tujuan: Mengetahui efektivitas penerapan *effleurage massage* dan kompres jahe merah dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Metode: Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan study kasus, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian dilakukan selama 3 hari berturut-turut. Responden berjumlah 3 orang ibu hamil trimester ketiga yang mengalami nyeri punggung.

Hasil: Karakteristik ketiga responden meliputi usia reproduksi sehat 20-35 tahun, pendidikan terakhir SMA, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, dengan mayoritas primipara. Sebelum diberikan terapi *effleurage massage* dan kompres jahe merah, intensitas nyeri punggung pada dua responden berada pada skala 6 (nyeri sedang) dan satu responden pada skala 5 (nyeri sedang). Setelah intervensi, seluruh responden mengalami penurunan intensitas nyeri menjadi skala 1 (nyeri ringan). Temuan ini menunjukkan efektivitas kombinasi *effleurage massage* dan kompres jahe merah dalam mengurangi intensitas nyeri punggung dari kategori sedang menjadi ringan pada ibu hamil trimester III.

Kesimpulan: *Effleurage massage* dan kompres jahe merah efektif mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci : Efektivitas, *Effleurage massage*, Nyeri punggung, Kompres jahe merah,
Kepustakaan : 41 pustaka (2020-2025)
Jumlah Halaman : xi, 78 halaman, 8 lampiran

¹Judul

²Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Diploma III

³Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPER

APPLICATION OF EFFLEURAGE MASSAGE AND RED GINGER COMPRESS AS AN INTERVENTION TO OVERCOME BACK PAIN OF PREGNANT WOMEN IN THE THIRTY TRIMESTER AT TPMB SRI JUMIYATI¹

Vaniria Rindi Antika², Bdn. Sumarni, S.Si.T., M. Keb³

ABSTRACT

Background: One of the most common discomforts faced by pregnant women in the third trimester is back pain. This discomfort often arises due to changes in the body's anatomy experienced during pregnancy. In 2024, the prevalence of back pain in pregnant women in various regions of the world increased from 16% in the 12th week to 93% in the 36th week, as many as 51.3% of pregnant women in Central Java Province, and as many as 47-60% in Kebumen.

Objective: To determine the effectiveness of applying effleurage massage and red ginger compresses in reducing back pain in pregnant women in the third trimester.

Methods: This study used a descriptive method with a case study approach, based on inclusion and exclusion criteria. The research was conducted over a period of three consecutive days. The respondents consisted of three third-trimester pregnant women who were experiencing back pain.

Results: The characteristics of the three respondents include a healthy reproductive age of 20-35 years, the last education is high school, work as a housewife, with the majority of primipara. Before being given effleurage massage therapy and red ginger compress, the intensity of back pain in two respondents was on a scale of 6 (moderate pain) and one respondent on a scale of 5 (moderate pain). After the intervention, all respondents experienced a decrease in pain intensity to a scale of 1 (mild pain). This finding shows the effectiveness of the combination of effleurage massage and red ginger compress in reducing the intensity of back pain from the moderate category to mild in pregnant women in the third trimester.

Conclusion: Effleurage massage and red ginger compresses are effective in reducing back pain in pregnant women in the third trimester.

Keywords : Back pain, Effectiveness, Effleurage massage, Red ginger compress,

Literature : 41 references (2020-2025)

Number of Page : xi, 78 page, 8 appendices

¹Title

²Student of Midwifery Study Program

³Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan *Effleurage massage* dan Kompres Jahe Merah Sebagai Intervensi Mengatasi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di TPMB Sri Jumiati” sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Praktik Klinik Kebidanan III pada Program Studi Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong. Dalam penulisan Laporan ini berbagai hambatan dihadapi oleh penulis. Namun, berkat bantuan, bimbingan, dan kerjasama dengan berbagai pihak maka hambatan dan kesulitan tersebut dapat teratasi.

Oleh karena itu perkenankanlah penulis dengan kerendahan hati menyampaikan terima kasih atas segala bantuan, bimbingan saran dan motivasi kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan terutama kepada :

1. Ibu Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep., Sp.Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong
2. Ibu Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong
3. Ibu Dr. Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H selaku ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma III
4. Ibu Bdn. Sumarni, S.Si.T., M. Keb selaku dosen pembimbing yang telah memberi bimbingan dan arahan kepada penulis dari awal hingga selesainya penulisan Laporan Karya Tulis Ilmiah ini
5. Ibu Eni Indrayani, S. SiT., M.P.H sebagai penguji yang memberikan bimbingannya sehingga Laporan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan
6. Ibu Sri Jumiati, S. Tr. Keb. Bdn yang telah memberikan izin kepada penulis untuk turun ke masyarakat
7. Semua teman seperjuangan Program Studi Kebidanan Program Diploma III Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Gombong
8. Kedua orangtua penulis yang telah memberikan cinta, doa dan dukungannya sehingga Laporan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu
9. Sahabat-sahabat penulis yang selalu mendukung dan membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini

Akhirnya atas segala bantuan, penulis tidak dapat berbuat apapun sebagai imbalan kecuali ucapan terima kasih dan memohon kepada Tuhan Yang Maha Esa semoga jasa dan bantuan yang telah diberikan mendapat balasan yang lebih besar (Aamiin).

Kebumen, Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

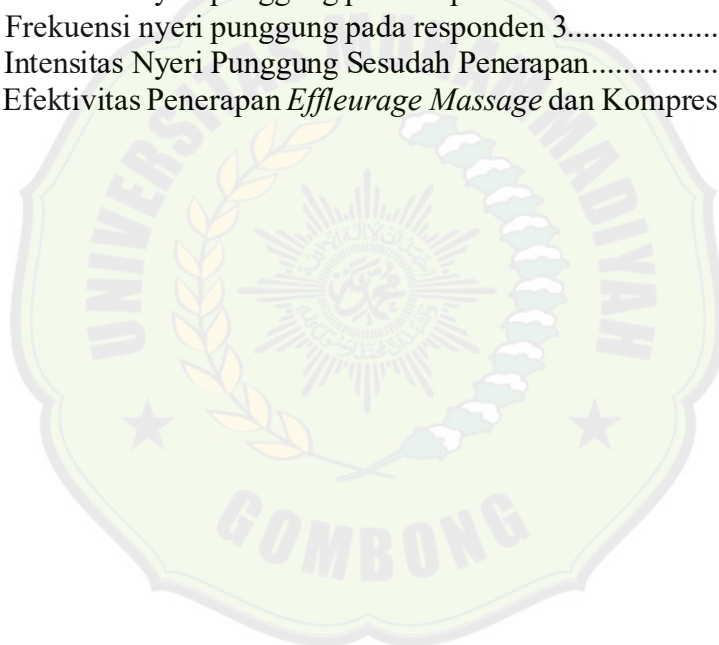
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERNYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
INTISARI.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat.....	5
E. Ruang Lingkup.....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN TEORI.....	6
A. Kehamilan.....	6
B. Nyeri.....	14
C. Nyeri Punggung.....	20
D. <i>Effleurage massage</i>	22
E. Jahe.....	25
F. Kompres Jahe Merah.....	30
G. Kerangka Teori.....	34
H. Kerangka Konsep	35
BAB III.....	36
METODE PENELITIAN	36
A. Desain Karya Tulis.....	36
B. Pengambilan Subjek.....	36
C. Lokasi dan Waktu Pengambilan Kasus	37
D. Definisi Operasional.....	37
E. Instrumen.....	38
F. Langkah Pengambilan Data.....	39
G. Analisa Data dan Penyajian Data	42
H. Etika Studi Kasus	43
BAB IV	45
HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Manajemen Kasus	45
B. Hasil	70

C. Pembahasan.....	74
BAB V.....	82
PENUTUP.....	82
A. Kesimpulan.....	82
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kandungan Pada Jahe Gajah, Jahe Emprit, dan Jahe Merah.....	30
Tabel 2. Definisi Operasional.....	36
Tabel 3. Observasi penerapan Pada Ny. F.....	50
Tabel 4. Observasi penerapan Pada Ny. Ar.....	56
Tabel 5. Observasi penerapan Pada Ny. Ay.....	63
Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur.....	66
Tabel 7. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	66
Tabel 8. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	66
Tabel 9. Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas.....	67
Tabel 10. Frekuensi nyeri punggung pada responden 1.....	68
Tabel 11. Frekuensi nyeri punggung pada responden 2.....	68
Tabel 12. Frekuensi nyeri punggung pada responden 3.....	68
Tabel 13. Intensitas Nyeri Punggung Sesudah Penerapan.....	69
Tabel 14. Efektivitas Penerapan <i>Effleurage Massage</i> dan Kompres Jahe Merah....	69



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skala Analog Visual.....	17
Gambar 2. <i>Numeric Rating Scale</i>	17
Gambar 3. <i>Skala Verbal Rating Scale</i>	18
Gambar 4. <i>Wong Baker FACES Pain Rating Scale</i>	19
Gambar 5. Teknik <i>Effleurage massage</i>	24
Gambar 6. Jahe Gajah.....	27
Gambar 7. Jahe Emprit.....	28
Gambar 8. Jahe Merah.....	29
Gambar 9. Teknik <i>Kompres Jahe Merah</i>	33
Gambar 10. Kerangka Teori... ..	33
Gambar 11. Kerangka Konsep.....	33



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Informed Consent
- Lampiran 2. Hasil Uji Plagiarism
- Lampiran 3. Lembar Observasi Pengukuran Skala Nyeri
- Lampiran 4. SOP *Effleurage massage*
- Lampiran 5. SOP Kompres Jahe
- Lampiran 6. Lembar Observasi
- Lampiran 7. Lembar Bimbingan
- Lampiran 8. Dokumentasi Kegiatan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu ketidaknyamanan paling umum yang dihadapi ibu hamil di trimester ketiga adalah nyeri punggung. Ketidaknyamanan ini seringkali muncul akibat perubahan anatomi tubuh yang dialami selama kehamilan (Amir et al., 2023).

Penelitian Puspita (2024) telah menunjukkan prevalensi nyeri punggung yang signifikan pada wanita hamil di berbagai wilayah, termasuk Amerika, Eropa, Australia, Tiongkok, daerah pegunungan Taiwan, dan daerah pedesaan di Afrika. Khususnya, sekitar 16% wanita mengalami nyeri punggung pada minggu ke-12 kehamilan, dan angka ini meningkat menjadi 12,67% pada minggu ke-24 dan meningkat menjadi 93% pada minggu ke-36.

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) melaporkan pada tahun 2015 sebanyak 314.492 ibu hamil di Provinsi Jawa Tengah menderita nyeri pinggang (Rahmadayanti et al., 2024). Prevalensi nyeri punggung yang dialami oleh ibu hamil pada trimester III di Kebumen menunjukkan angka yang cukup signifikan. Berdasarkan data yang ada, sekitar 47-60% dari total ibu hamil di trimester ini melaporkan bahwa mereka mengalami keluhan nyeri punggung. Hal ini menandakan bahwa masalah nyeri punggung menjadi hal yang umum terjadi di kalangan ibu hamil pada tahap akhir kehamilan mereka (Mutoharoh et al., 2021).

Selama kehamilan, banyak wanita menghadapi tantangan nyeri punggung. Berbagai faktor seperti peningkatan berat badan dan perubahan alami pada fisiologi tulang belakang, sering mempengaruhi ketidaknyamanan ini. Seiring bertambahnya usia kehamilan, kelengkungan tulang belakang wanita cenderung meningkat, terutama menjelang akhir

periode kehamilan, dan pergeseran posisi tubuh ini selanjutnya dapat menyebabkan nyeri punggung (Susanti et al., 2024). Jika tidak diatasi, nyeri ini dapat bertambah parah, berdampak pada mobilitas, mengemudi, dan kemampuan merawat anak. Selain itu, hal ini dapat mempengaruhi kehidupan profesional ibu. Tidak sedikit ibu hamil yang mengalami nyeri punggung melaporkan ketidaknyamanan yang signifikan selama kehamilannya (Amir et al., 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Amir et al. (2023), 68% ibu hamil mengatakan mereka mengalami nyeri punggung sedang, sementara 32% mengatakan mereka mengalami nyeri punggung ringan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mutoharoh et al (2021), penanganan nyeri punggung pada ibu hamil di Kebumen melibatkan peran bidan yaitu dengan memberikan informasi dan edukasi kesehatan (KIE). Beberapa saran yang diberikan termasuk penggunaan bantal tambahan untuk mendukung pinggang dan punggung saat tidur, berbaring dengan posisi menyamping ke kiri, melakukan olahraga ringan, mengompres bagian punggung, dan teknik relaksasi.

Terdapat dua pendekatan utama untuk meredakan nyeri punggung selama kehamilan dengan metode farmakologis dan non-farmakologis. Perawatan farmakologis melibatkan pemberian obat pereda nyeri (analgesik) yang diresepkan oleh profesional kesehatan. Sebaliknya pendekatan non-farmakologi dapat dilakukan oleh petugas kesehatan atau anggota keluarga. Diantaranya adalah terapi pelengkap seperti kompres hangat, olahraga yang dirancang khusus untuk ibu hamil, akupresur, pijat, dan teknik relaksasi. Salah satu metode manajemen nyeri efektif yang meningkatkan relaksasi dan mengurangi ketidaknyamanan adalah *effleurage massage*. Teknik ini berupa usapan lembut pada punggung atau daerah sakral dengan menggunakan telapak tangan, bertujuan untuk memberikan kenyamanan baik bagi ibu dan janin (Puspita, 2024).

Hasil penelitian Muawanah (2023) menunjukkan efektivitas *effleurage massage* dalam meredakan ketidaknyamanan pada ibu hamil

trimester ketiga khususnya nyeri punggung yaitu di angka 0,002. Setelah dilakukan *effleurage massage*, responden melaporkan penurunan intensitas nyeri punggung yang signifikan dibandingkan dengan keadaan sebelum dipijat. Sentuhan *effleurage* yang menenangkan membantu menghambat sinyal rasa sakit, menjadikannya terapi pelengkap yang direkomendasikan bagi wanita hamil yang mencari solusi untuk mengatasi ketidaknyamanan tanpa efek samping yang umumnya terkait dengan pengobatan.

Pilihan non-farmakologis lainnya adalah penggunaan kompres jahe yang juga dapat membantu meringankan nyeri punggung saat hamil. Jahe merah mengandung banyak senyawa bermanfaat yang dikenal karena sifat analgesik, antipiretik, dan antiinflamasi. Senyawa ini, termasuk *siklooksigenase*, *gingerol*, *limonene*, asam *aspartat*, *sitosterol*, asam *linoleat*, *capsaicin*, *farnesol*, dan asam *klorogenat* berkontribusi terhadap efek anti radang pada jahe merah. Kehangatan jahe dapat membantu mencegah kejang otot dan meningkatkan vasodilatasi pada pembuluh darah yang tegang, sehingga selanjutnya membantu meredakan nyeri (Lukmana et al., 2024).

Utami et al. (2024) menunjukkan bahwa kompres jahe dapat meredakan nyeri punggung secara signifikan pada ibu hamil trimester ketiga, dengan nilai p sebesar 0,000. Jahe merupakan terapi non-farmakologis yang efektif untuk mengatasi nyeri punggung, terutama karena sifatnya yang menghangatkan. Panas yang dihasilkan oleh jahe dapat menimbulkan berbagai respon menguntungkan dalam tubuh, antara lain pelebaran pembuluh darah, penurunan kadar kekentalan darah, penurunan ketegangan otot, metabolisme jaringan yang lebih meningkat, dan peningkatan permeabilitas kapiler.

Penelitian Sukini et al. (2023) menemukan bahwa terapi kompres jahe merah membantu mengurangi ketidaknyamanan nyeri punggung ibu hamil di trimester ketiga dengan p value = 0,000. Kandungan *gingerol* dan minyak atsiri membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi

darah, akibatnya suplai makanan dan oksigen menjadi lebih baik sehingga nyeri sendi akan berkurang.

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas, maka penulis tertarik untuk memberikan “Penerapan *effleurage massage* dan kompres jahe sebagai intervensi mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh dari penerapan *effleurage massage* dan kompres jahe merah sebagai intervensi mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Melakukan penerapan *effleurage massage* dan kompres jahe merah sebagai intervensi mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik dari pihak responden dengan berdasar pada umur, jenjang pendidikan, terkait pada pekerjaan yang dilaksanakan, dan juga terkait pada paritas pada tiap-tiap responden.
- b. Mengetahui skala nyeri yang dialami ibu hamil pada trimester 3 dengan nyeri terjadi di punggung sebelum dilakukannya upaya *effleurage massage* dan kompres jahe merah.
- c. Mengetahui nyeri dari ibu hamil pada trimester 3 dengan dialaminya nyeri punggung setelah dilakukannya upaya *effleurage massage* dan kompres jahe merah.
- d. Mengetahui efektivitas *effleurage massage* dan kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

D. Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bagi peneliti khususnya penerapan asuhan kebidanan *effleurage massage* dan kompres jahe merah sebagai salah satu metode alternatif untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan serta pemikiran mengenai efektivitas *effleurage massage* dan kompres jahe merah terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

E. Ruang Lingkup

Berdasarkan pemaparan diatas, penelitian ini dilaksanakan guna untuk mengetahui keefektivitasan *effleurage massage* dan kompres jahe merah pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung. Penelitian ini dilaksanakan di Kebumen. Populasi pada penelitian meliputi ibu hamil primipara maupun multipara yang mengalami nyeri punggung di kehamilan trimester III. Variabel *dependent* dalam penelitian ini adalah nyeri punggung. Variabel *independent* adalah penerapan *effleurage massage* dan kompres jahe merah. Penelitian ini hanya berfokus pada keefektivitasan penerapan *effleurage massage* dan kompres jahe merah pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.

DAFTAR PUSTAKA

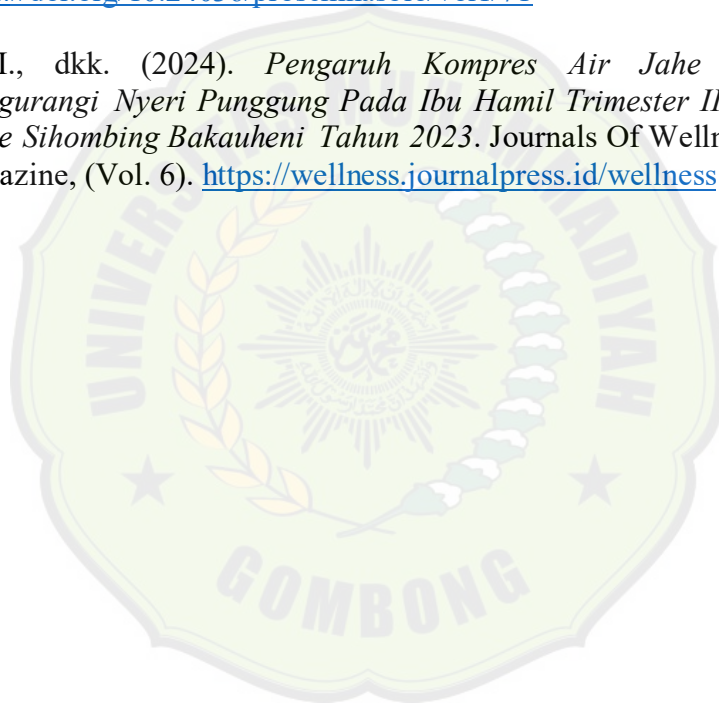
- Adiputra, dkk. (2021). *Metode Penelitian Kesehatan* (R. Watrianthos & J. Simarmata, Eds.; 1st), 206–219. Denpasar : Yayasan Kita Menulis. <https://www.researchgate.net/publication/376828596>
- Adnyana, I. K., & Suciayati, S. W. (2023). *Napak Tilas Jahe Gajah dan Jahe Merah*. Jurnal Farmasi Galenika, (Vol. 3), 1–7. <https://journal.bku.ac.id/jfg/index.php/jfg/article/download/39/32/>
- Almanika, D., & Dewi, T. K. (2022). *Penerapan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro*. Jurnal Cendikia Muda, (Vol. 2), 50–58. <https://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/291/177>
- Amir, A. Y., Hayu, R., & Meysetri, F. R. (2023). *Efektifitas Teknik Massage Effleurage Terhadap Low Back Pain Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Setia Padang Pariaman*. Jurnal Medika Udayana, (Vol. 12), 24–27. <https://doi.org/10.24843.MU.2023.V12.i6.P05>
- Andreyani, L., & Bhakti, W. K. (2023). *Validitas Skala Ukur Nyeri Visual Analog And Numerik Rating Scales (VANRS) Terhadap Penilaian Nyeri*. Jambura Journal Of Health Science And Research, (Vol. 5), 730–736. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>
- Anggasari, Y., dkk. (2024). *Comparison Of The Use Of Lavender Oil And Ginger Oil In Efflaurage Massage To Treat Lower Back Pain*. Journal Of Frontiers in Health Informatics, (Vol. 13), 7026–7031. www.healthinformaticsjournal.com
- Anwar, K. K., dkk. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (Oktavianis & Rantika, Eds.; 1st), 117–168. Padang : PT. Global Eksekutif Teknologi. www.globaleksekutifteknologi.co.id
- Arisandy, W., Suherwin, & Nopianti. (2023). *Penerapan Kompres Hangat Dengan Jahe Merah Pada Rheumatoid Arthritis Terhadap Nyeri Kronis*. Jurnal 'Aisyiyah Medika, (Vol. 8), 128–140. <https://doi.org/10.36729>
- Cholifah, S., & Rinata, E. (2022). *Buku Ajar Kuliah Asuhan Kebidanan Kehamilan* (Multazam & Wardana, Eds.; 1st), 96–127. Sidoarjo : UMSIDA Press. <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=Buku+Ajar+Kuliah+Asuhan+Kebidanan+Kehamilan=1>

- Fathiah. (2022). *Identifikasi Tanaman Jahe (Zingiber officinale)*. Jurnal AGRIFOR, (Vol. 21), 341–352. <https://doi.org/10.31293/agrifor.v21i2.6315>
- Fibryanto, E., Stefani, R., & Winaldy, B. (2022). *Pengaruh ekstrak jahe gajah (Zingiber officinale var. Officinarum) terhadap jumlah koloni Streptococcus mutans (in vitro)*. Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran, (Vol. 34), 136–142. <https://doi.org/10.24198/jkg.v34i2>
- Hernawati, S. (2017). *Buku Metodologi Penelitian dalam Bidang Kesehatan* (Nugroho, Ed.; 1st), 116–119. Ponorogo : Forum Ilmiah Kesehatan. https://unej.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/98821/F.%20KG_Buku_Sri%20Hernawati_Metodologi%20Penelitian%20dalam%20Bidang%20Kesehatan.pdf?sequence=1
- Ibrahim, H. I., & Kamal Ali, W. (2020). *Effect Of Effleurage Massage Versus Warm Application On Shoulder Pain Among Postoperative Women With Gynecological Laparoscopic Surgery*. Journal of Nursing Education and Practice, (Vol. 10), 51–67. <https://doi.org/10.5430/jnep.v10n4p51>
- Kojong, E. D., dkk. (2023). *Morphological Characteristics Of Local Red Ginger (Zingiber Officinale Var. Rubrum) In Poso Pesisir District, Central Sulawesi Province*. Jurnal Agroekoteknologi Terapan, (Vol. 4), 301–310. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/samrat-agrotek>
- Laetare, T. P., Hidayah, N., & Mariana, F. (2024). *Pengaruh Kompres Air Hangat Rebusan Jahe Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Ilmiah Bidan , (Vol. 12), 1–7. <https://doi.org/2581-1029>
- Lestari, K. P., dkk. (2022). *Effleurage Massage With Lavender (Lavandula Lamiaceae) Essential Oil Aromatherapy Reduces Pregnant Women's Lower Back Pain*. Preceedings Of The International Virtual Conference on Nursing, (Vol. 2022), 1–15. <https://doi.org/10.18502/kl.v7i2.10321>
- Lukmana, A., dkk. (2024). *Pengaruh Pemberian Kompres Jahe untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Kota Malang*. Jurnal Syntax Admiration, (Vol. 5), 1419–1428. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i4.1123>
- Mardiana, E., Musa, S. M., & Lestari, M. (2022). *Metode Hypnosis Dalam Mengatasi Perubahan Psikologis Selama Masa Kehamilan : Studi Literatur*. Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang, (Vol. 7), 54–58. <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jkft/article/viewFile/6729/3509>
- Mardiani, N., & Resna, M. N. (2022). *Pengaruh Terapi Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat, (Vol. 7), 108–114. <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3509>

- Marfuah, S., dkk. (2023). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan* (Uki, Ed.; 1st), 61–87. Yogyakarta : K-Media. <https://z-library.sk/book/25624149/0a4179/asuhan-kebidanan-pada-kehamilan-buku-ajar.html>
- Muawanah, S. (2023). *Efektifitas Pijat Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Anggia Widiari Pati*. Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan, (Vol. 14), 15–20. <https://doi.org/10.52299/jks.v14i2.188>
- Mutoharoh, S., dkk. (2021). *Effectiveness of Pregnancy Exercise With Kinesio Taping on Lower Back Pain in Pregnant Women in the Third Trimester*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, (Vol. 12), 241–249. <https://doi.org/10.26553/jikm.2021.12.3.241-249>
- Natalia, L., & Handayani, I. (2022). *Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester III : Sebuah Laporan Kasus Asuhan Kehamilan*. Jurnal Kesehatan Siliwangi, (Vol. 3), 1–12. <https://doi.org/10.34011/jks.v2i3.1184>
- Natasya, M., Sari, I. K., & Saputra, M. (2022). *Analisis Tingkat Pengetahuan Perawat Tentang Instrumen Nyeri Terhadap Penggunaan Instrumen Nyeri Di Rsud Dr. Zainoel Abidin Provinsi Aceh Tahun 2022*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa, (Vol. 1), 1–11. <https://jim.bbg.ac.id/kesehatan/article/view/867/498>
- Purba, M., dkk. (2016). *Jahe (Zingiber Officinale Roscoe)* (Puspitasari, & Kuncoro, Eds.; 1st), 96–112. Jakarta : Badan Pengawas Obat dan Makanan. https://bikinpabrik.id/wp-content/uploads/2023/04/3-Jahe_Ebook.pdf
- Purnawinadi, I. G., dkk. (2023). *Manajemen dan Analisis Data Penelitian Kuantitatif Kesehatan* (R. Watrianthos, Ed.; 1st), 78–91. Denpasar : Yayasan Kita Menulis. <https://www.researchgate.net/publication/374674743>
- Puspayani, N. E., Kartikasari, A., & Purnamasari, M. D. (2024). *Studi Kasus: Pengaruh Kompres Jahe terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III*. Journal of Bionursing, (Vol. 7), 34–38. <https://doi.org/10.20884/1.job.2025.7.1.15410>
- Puspita, C. (2024). *Implementasi Massage Effleurage Untuk Menurunkan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat, (Vol. 4), 1438–1442. <https://doi.org/10.59141/comserva.v4i5.1901>

- Putri, E., Altika, S., & Hastuji, P. (2022). *Pengaruh Pemberian Teknik Massage Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan*. Jurnal Bina Cipta Husada, (Vol. 18), 74–88.
<https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3529427&val=30877>
- Qurnia, M., & Anjani, A. D. (2023). *Penerapan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Tanjung Balai Karimun*. Jurnal Zona Kebidanan, (Vol. 14), 11–22.
<https://doi.org/10.37776/zkeb.v14i1.1311>
- Rahmadayanti, A. M., Apriyani, T., & Permadi, Y. (2024). *Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Bina Cipta Husada, (Vol. 18), 15–36.
<https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.11797>
- Retni, A., Sudirman, A. N., & Daud, A. W. (2024). *Penerapan Pemberian Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di Ruang Poli Rsud M.M Dunda Limboto*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Edisi Khusus, (Vol. 1), 7–13. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Sarim, B. Y., & Suryono, B. (2020). *Manajemen Nyeri Kronis pada Kehamilan*. Jurnal Anestesi Obstetri Indonesia, (Vol. 2), 48–61.
<https://doi.org/10.47507/obstetri.v2i1.34>
- Sinaga, T. H., Juliarti, W., & Triana, A. (2024). *Kompres Hangat Air Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru Tahun 2023*. Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal), (Vol. 1), 1–8. <https://doi.org/10.25311/jkt/Vol3.Iss1.308>
- Siregar, P. N., dkk. (2022). *Review: Kandungan Kimia Jahe Merah (Zingiber officinale var. Rubrum) dan Pembuktian In Silico sebagai Inhibitor SARS-CoV-2*. Jurnal Pharmascience, (Vol. 9), 185–200.
<https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/pharmascience>
- Sukini, T., Safitri, W. M., & Maryani, S. (2023). *Efektivitas Kompres Jahe Merah Dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III*. Prosiding Seminar Nasional, (Vol. 1), 370–377.
<https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/prosiding2023/article/view/2000>
- Susanti, & Ulpawati. (2022). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan Buku Pintar Ibu Hamil* (Susanti & Ulpawati, Eds.; 1st), 78–91. Purbalingga : Eureka Media Aksara. <https://penerbiteureka.com/media/publications/358345>

- Susanti, Yunita, P., & Jannah, M. (2024). *Asuhan Kebidanan Komplementer Penanganan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran (JURRIKE), (Vol. 3). <https://doi.org/10.55606/jurrike.v3i1,2738>
- Syahrizal, H., & Jailani, M. S. (2023). *Jenis-Jenis Penelitian Dalam Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Jurnal QOSIM Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora, (Vol. 1), 13–23. <https://doi.org/10.61104/jq.v1i1.49>
- Syaputri, E. R., Selaras, G. H., & Farma, S. A. (2021). *Manfaat Tanaman Jahe (Zingiber officinale) Sebagai Obatobatan Tradisional (Traditional Medicine)*. Jurnal Universitas Negeri Padang, (Vol. 1), 579–586. <https://doi.org/10.24036/prosemnasbio/vol1/71>
- Utami, I., dkk. (2024). *Pengaruh Kompres Air Jahe Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Ana Tince Sihombing Bakauheni Tahun 2023*. Journals Of Wellness And Healthy Magazine, (Vol. 6). <https://wellness.journalpress.id/wellness>



LAMPIRAN



Lampiran 1 Informed Consent

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :
Umur :
Alamat :

Setelah mendapatkan penjelasan dan mengerti sepenuhnya dengan segala hal yang berkaitan dengan partisipasi Karya Tulis Ilmiah (KTI), serta setelah saya sepakati, bersama ini saya menyatakan secara sukarela dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk bersedia menjadi responden dari :

Nama :
NIM :
Tempat :

Terima kasih atas Kerjasama dan ketersediaannya menjadi responden Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya.

Responden

Mahasiswa

()

(Vaniria Rindi Antika)

Lampiran 2 Informed Consent

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Febri Nengki Romadona
Umur : 28
Alamat : Ps. Bulus pesantren, RT/RW 02/01

Setelah mendapatkan penjelasan dan mengerti sepenuhnya dengan segala hal yang berkaitan dengan partisipasi Karya Tulis Ilmiah (KTI), serta setelah saya sepakati, bersama ini saya menyatakan secara sukarela dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk bersedia menjadi responden dari :

Nama : Vaniria Rindi Antika
NIM : 202204021
Tempat : PMB Sri Jumenyati

Terima kasih atas Kerjasama dan ketersediaannya menjadi responden Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya.

Responden


(Febri Nengki Romadona)

Mahasiswa


(Vaniria Rindi Antika)

Lampiran 2 Informed Consent

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Afi Nur Axih
Umur : 23 tahun
Alamat : Ds. Amballeumole RT 01 RW 01

Setelah mendapatkan penjelasan dan mengerti sepenuhnya dengan segala hal yang berkaitan dengan partisipasi Karya Tulis Ilmiah (KTI), serta setelah saya sepakati, bersama ini saya menyatakan secara sukarela dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk bersedia menjadi responden dari :

Nama : Vaniria Rindi Antika
NIM : 202204021
Tempat : PMB Sri Sumigati

Terima kasih atas Kerjasama dan ketersediaannya menjadi responden Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya.

Responden

(Afi)

Mahasiswa

(Signature)

(Vaniria Rindi Antika)

Lampiran 2 Informed Consent

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ajun Mayasetiana
Umur : 29
Alamat : Bocor

Setelah mendapatkan penjelasan dan mengerti sepenuhnya dengan segala hal yang berkaitan dengan partisipasi Karya Tulis Ilmiah (KTI), serta setelah saya sepakati, bersama ini saya menyatakan secara sukarela dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk bersedia menjadi responden dari :

Nama : Vaniria Rindi Antika
NIM : 202204021
Tempat : PMB Sri Jemberati

Terima kasih atas Kerjasama dan ketersediaannya menjadi responden Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya.

Responden

Ajun

(Ajun Mayasetiana)

Mahasiswa

Vaniria

(Vaniria Rindi Antika)

Lampiran 2 Hasil Uji Plagiarism

HASIL UJI PLAGIARISM

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG PERPUSTAKAAN Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : https://library.unimugo.ac.id/ E-mail : lib.unimugo@gmail.com
---	--

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN KOMPRES JAHE
MERAH SEBAGAI INTERVENSI MENGATASI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PMB SRI JUMIYATI
Nama : Vaniria Rindi Antika
NIM : 202204021
Program Studi : D3 Kebidanan
Hasil Cek : 22%

Gombong, 16 Juni 2025

Mengetahui,

Pustakawan

Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Desy Setijawati.....)


(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 3 Lembar Observasi Pengukuran Skala Nyeri

LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama :

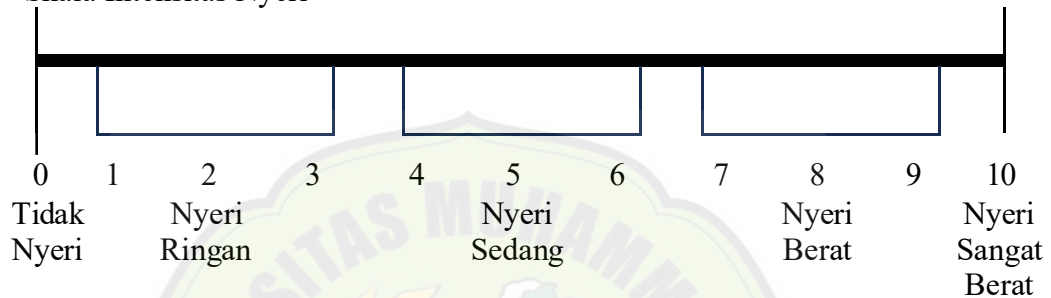
Hari/Tanggal :

Umur :

Alamat :

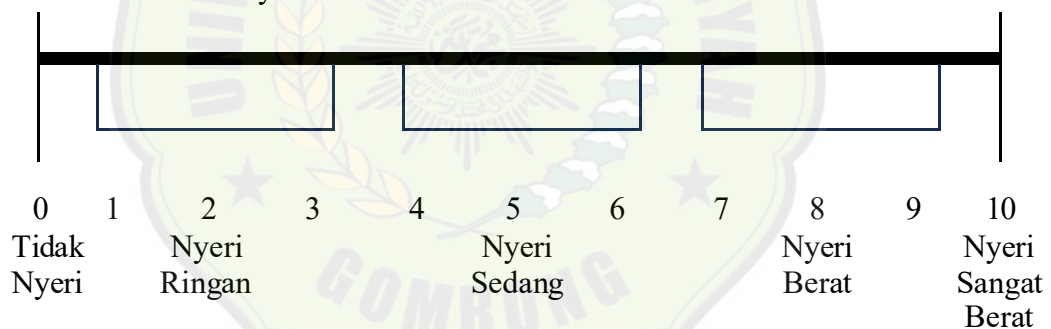
A. Sebelum dilakukan intervensi

Skala Intensitas Nyeri



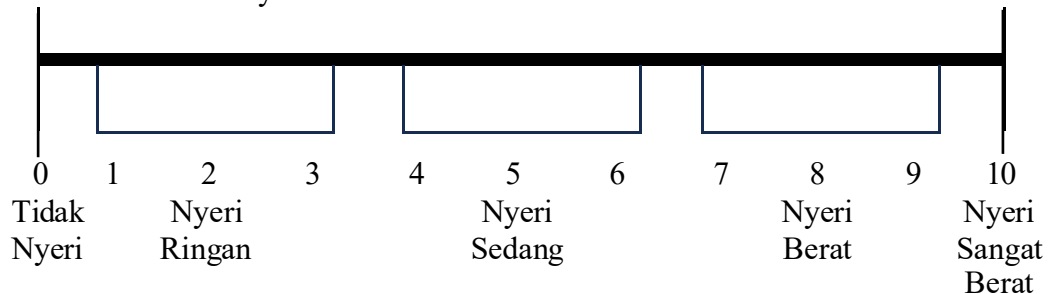
B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage

Skala Intensitas Nyeri



C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah

Skala Intensitas Nyeri



Keterangan :

0 : Tidak nyeri

1-3 : Nyeri ringan (pasien masih berkomunikasi secara efektif)

4-6 : Nyeri sedang (pasien mendesis, menyeringai namun masih dapat menunjukkan lokasi nyeri dan menggambarkannya, sambil tetap mengikuti perintah).

7-9 : Nyeri berat (pasien mungkin tidak selalu mengikuti perintah tetapi masih dapat menunjukkan lokasi nyeri, pernapasan dalam dan distraksi tidak banyak memberikan kelegaan).

10 : Nyeri sangat berat. (pasien mungkin tidak dapat berkomunikasi dan menunjukkan tekanan yang ekstrem).



Lampiran 3 Lembar Observasi Pengukuran Skala Nyeri

LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : Febri Mengki, R
Hari/Tanggal : Jumat 10 April 2025
Umur : 28
Alamat : Buluspesantren 02/01

A. Sebelum dilakukan intervensi
Skala Intensitas Nyeri

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Nyeri	Nyeri Ringan				Nyeri Sedang			Nyeri Berat		Nyeri Sangat Berat

B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage
Skala Intensitas Nyeri

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Nyeri	Nyeri Ringan				Nyeri Sedang			Nyeri Berat		Nyeri Sangat Berat

C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah
Skala Intensitas Nyeri

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Nyeri	Nyeri Ringan				Nyeri Sedang			Nyeri Berat		Nyeri Sangat Berat

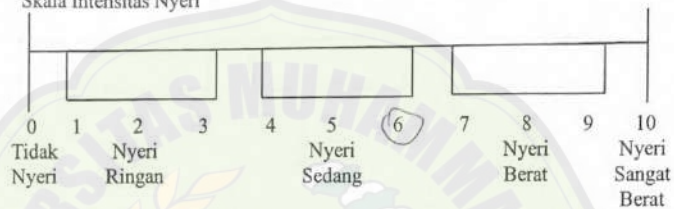
Universitas Muhammadiyah Gombong

LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : Febri Nenghi R
 Hari/Tanggal : Sabtu 19 April 2025
 Umur : 20
 Alamat : Buluspesantren 02/01

A. Sebelum dilakukan intervensi

Skala Intensitas Nyeri



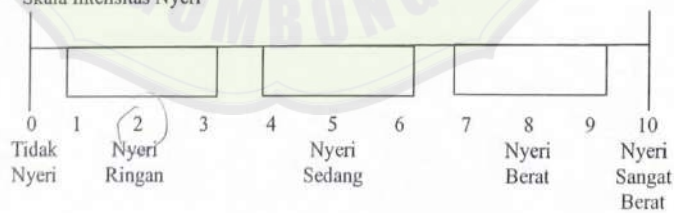
B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage

Skala Intensitas Nyeri



C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah

Skala Intensitas Nyeri



LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : Febri Nengki-R
Hari/Tanggal : minggu 20 April 2025
Umur : 28
Alamat : Buluspesantren 02/01

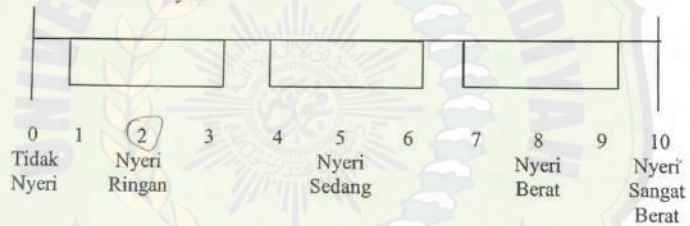
A. Sebelum dilakukan intervensi

Skala Intensitas Nyeri



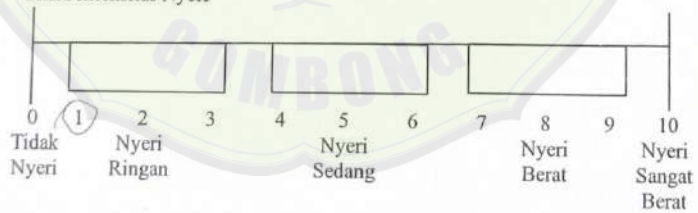
B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage

Skala Intensitas Nyeri



C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah

Skala Intensitas Nyeri

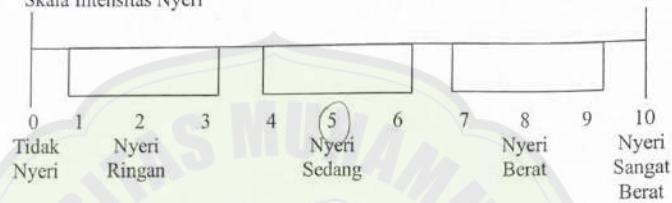


LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : AFI NUR ASIH
 Hari/Tanggal : Minggu 20/04/2025
 Umur : 23 Tahun
 Alamat : Ds. ambalhumolo RT 01 RW 01

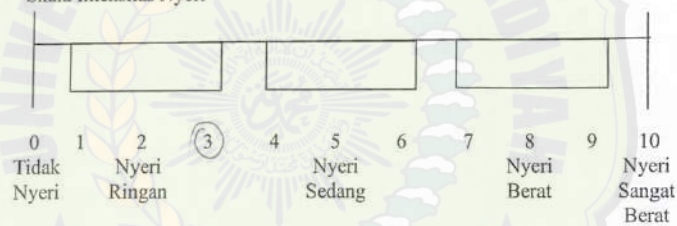
A. Sebelum dilakukan intervensi

Skala Intensitas Nyeri



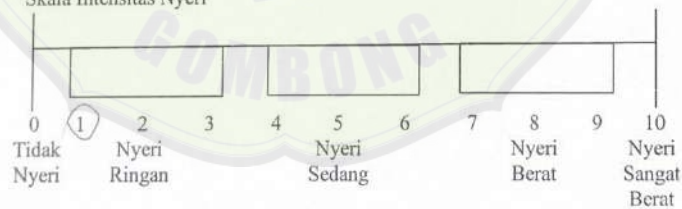
B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage

Skala Intensitas Nyeri



C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah

Skala Intensitas Nyeri



LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : ARI MUR ASIH
Hari/Tanggal : Sabtu, 19/04/2025
Umur : 23 tahun
Alamat : DS, Ambalunumolo RT 01 RW 01

A. Sebelum dilakukan intervensi

Skala Intensitas Nyeri



B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage

Skala Intensitas Nyeri



C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah

Skala Intensitas Nyeri

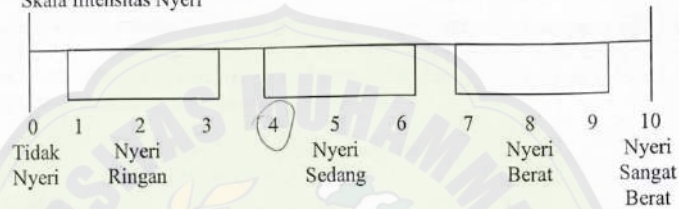


LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : Ari Nur Asih
Hari/Tanggal : Senin 21/04/2025
Umur : 23 tahun
Alamat : DS. ambakumolo R1 01 R44 01

A. Sebelum dilakukan intervensi

Skala Intensitas Nyeri



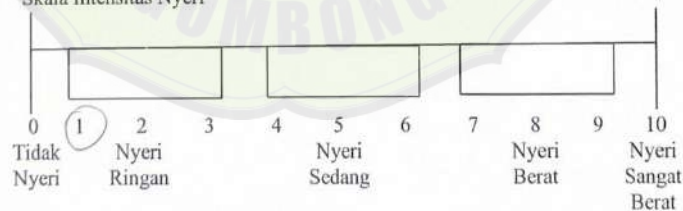
B. Setelah dilakukan intervensi Effleurage Massage

Skala Intensitas Nyeri



C. Setelah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah

Skala Intensitas Nyeri



LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : Ayun Mayasetiana
Hari/Tanggal : Selasa, 22-09-2025
Umur : 29
Alamat : Bocar

A. Sebelum dilakukan intervensi
Skala Intensitas Nyeri



B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage
Skala Intensitas Nyeri



C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah
Skala Intensitas Nyeri



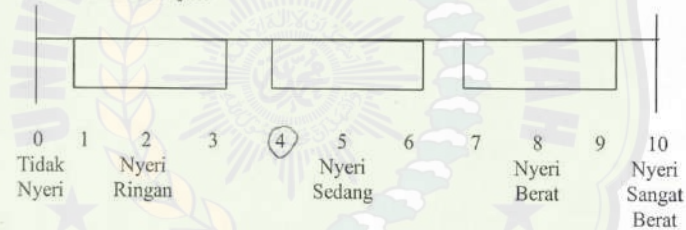
LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : Ayun Mayusetiana
Hari/Tanggal : Senin, 21-09-2025
Umur : 20
Alamat : Bocor

A. Sebelum dilakukan intervensi
Skala Intensitas Nyeri



B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage
Skala Intensitas Nyeri



C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah
Skala Intensitas Nyeri



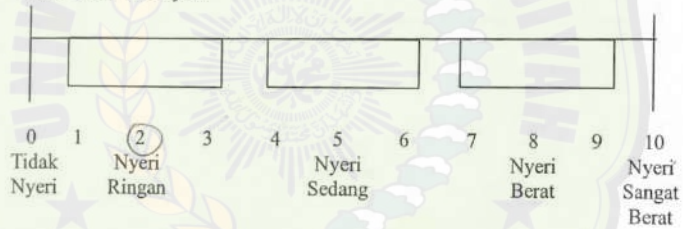
LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN SKALA NYERI

Nama : Ayun Mayasetiana
Hari/Tanggal : Rabu, 23-04-2025
Umur : 20
Alamat : Bocor

A. Sebelum dilakukan intervensi
Skala Intensitas Nyeri



B. Sesudah dilakukan intervensi Effleurage Massage
Skala Intensitas Nyeri



C. Sesudah dilakukan intervensi Kompres Jahe Merah
Skala Intensitas Nyeri



Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur Effleurage massage

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
EFFLEURAGE MASSAGE**

Pengertian	<i>Effleurage massage</i> adalah teknik pijat halus yang dilakukan dengan telapak tangan atau jari, yang dirancang khusus untuk meningkatkan relaksasi dan meredakan nyeri.
Tujuan	meredakan nyeri, membantu mengurangi ketegangan otot dan melancarkan peredaran darah di area yang nyeri.
Sasaran	Ibu hamil trimester III dengan keluhan nyeri punggung
Peralatan	1. Handuk kecil 2. Baby oil
Prosedur	1. Dilakukan pengukuran skala nyeri punggung pada responden dengan NRS 2. Posisikan pasien di sisi kirinya untuk meminimalkan risiko hipoksia janin lalu berbaring dibantal yang besar dan pastikan merasa nyaman 3. Berikan arahan pada pasien untuk tarik nafas dalam melalui hidung dan mengeluarkannya lewat mulut sampai pasien merasa rileks. 4. Tuangkan baby oil pada telapak tangan kemudian gosokan kedua tangan hingga hangat 5. Mulailah pemijatan dengan meletakkan tangan anda yang hangat di punggung pasien, mulai dengan gerakan menggosok lembut dari punggung ke sakrum. 6. Lakukan gerakan memutar kecil dengan telapak tangan Anda di sepanjang tulang belakang, berikan tekanan ke bawah yang lambat tanpa mendorong pasien ke depan 7. Usap area lumbal atau punggung bagian bawah dari arah kepala menuju tulang ekor, untuk mencegah terjadinya lordosis lumbal. 8. Lakukan gerakan berulang kali selama 5-10 menit. 9. Tuangkan baby oil tambahan ke punggung klien apabila dibutuhkan 10. Bersihkan dan rapihkan klien ke posisi semula 11. Informasikan bahwa prosedur telah selesai. 12. Melakukan pengukuran skala nyeri punggung dengan NRS pada responden (observasi)

Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur Kompres Jahe

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
KOMPRES JAHE MERAH**

Pengertian	Salah satu terapi relaksasi jahe untuk mengurangi rasa nyeri yang dilakukan pada pagi/siang hari selama 3 hari berturut-turut dengan pengompresan 20 menit.
Tujuan	Meningkatkan sirkulasi darah, membantu mengurangi rasa sakit dan ketidaknyamanan yang terkait dengan masalah punggung terkait kehamilan
Sasaran	Ibu Hamil Trimester III dengan keluhan nyeri punggung
Peralatan	1. Parutan. 2. Timbangan digital. 3. Pisau kecil. 4. Baskom kecil. 5. Termos untuk air panas. 6. Handuk kecil dengan ukuran 30x60cm, terdiri dari 2 handuk kecil 7. Jahe merah 100 gram 8. Air hangat 45 °C sebanyak 1 liter 9. Termometer/Pengukur suhu
Prosedur	1. Siapkan 100 gram jahe merah. 2. Cuci jahe hingga bersih. 3. Parut jahe tersebut. 4. Siapkan baskom kecil dan isi dengan 1 liter air hangat pada suhu 45 °C untuk 100 gram jahe. 5. Dapatkan persetujuan dari pasien 6. Bersihkan area nyeri yang akan dikompres terlebih dahulu. 7. Tuangkan air hangat dari termos ke dalam baskom kecil. 8. Masukkan handuk kecil ke dalam air hangat dan tunggu 2-3 menit. 9. Setelah handuk hangat, peras handuk dan tempelkan pada area sendi yang nyeri. 10. Tambahkan parutan jahe diatas handuk tersebut. 11. Lakukan pengompresan selama 20 menit. 12. Angkat handuk kecil tersebut apabila sudah 20 menit. 13. Lakukan pengukuran skala nyeri dengan alat ukur NRS setelah dilakukan pengompresan (observasi)

Lampiran 6 Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI

Nama Responden	Tanggal Pemberian Asuhan	Skala Nyeri Sebelum Diberi Penerapan	Skala Nyeri Setelah Diberi Penerapan <i>Effleurage Massage</i>	Skala Nyeri Setelah Diberi Penerapan Kompres Jahe Merah
Ny. F	18-04-2025	6	4	3
	19-04-2025	6	4	2
	20-04-2025	4	2	1

Nama Responden	Tanggal Pemberian Asuhan	Skala Nyeri Sebelum Diberi Penerapan	Skala Nyeri Setelah Diberi Penerapan <i>Effleurage Massage</i>	Skala Nyeri Setelah Diberi Penerapan Kompres Jahe Merah
Ny. Ar	19-04-2025	5	4	2
	20-04-2025	5	3	1
	21-04-2025	4	3	1

Nama Responden	Tanggal Pemberian Asuhan	Skala Nyeri Sebelum Diberi Penerapan	Skala Nyeri Setelah Diberi Penerapan <i>Effleurage Massage</i>	Skala Nyeri Setelah Diberi Penerapan Kompres Jahe Merah
Ny. Ay	21-04-2025	6	4	2
	22-04-2025	6	4	1
	23-04-2025	4	2	1

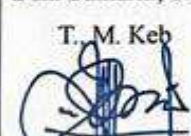
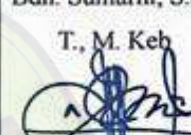
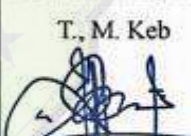
Lampiran 7 Lembar Bimbingan

	PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
---	--

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Nama : Vaniria Rindi Antika
 NIM/NPM : 202204021
 Nama Pembimbing : Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb

No	Hari/ Tanggal	Rekomendasi/Saran Pembimbing	TTD Mahasiswa	TTD Pembimbing
1.	Selasa, 19 November 2024	Bimbingan judul KTI (Revisi)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
2.	Rabu, 20 November 2024	Bimbingan judul KTI (ACC)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
3.	Jum'at, 3 Januari 2025	Bimbingan BAB I (Revisi & lanjut BAB II)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
4.	Senin, 20 Januari 2025	Bimbingan BAB I & II (Revisi & lanjut BAB III)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb

5.	Jum'at, 27 Januari 2025	Bimbingan BAB I-III (Revisi)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
6.	Senin, 2 Februari 2025	Bimbingan BAB I-III (ACC)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
7.	Kamis, 8 Mei 2025	Bimbingan BAB IV (Revisi dan lanjut bab V)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
8.	Sabtu, 10 Mei 2025	Bimbingan BAB IV-V (Revisi)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
9.	Rabu, 21 Mei 2025	Bimbingan BAB V (Revisi dan membuat intisari)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
10.	Sabtu, 24 Mei 2025	Bimbingan BAB V dan intisari (Revisi)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
11.	Rabu, 28 Mei 2025	Bimbingan intisari (ACC)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb

12.	Minggu, 10 Agustus 2025	Bimbingan KTI post sidang hasil (ACC)		 Bdn. Sumarni, S.Si. T., M. Keb
-----	----------------------------------	---	--	--

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan
Program Diploma III



(Dr. Siti Mutoharoh, S. S.T., MPH)





**PROGRAM STUDI
KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III**

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Nama : Vaniria Rindi Antika
NIM/NPM : 202204021
Nama Pembimbing : Bdn. Sumarni, S. Si.T., M. Keb

No	Hari/ Tanggal	Rekomendasi/Saran Pembimbing	TTD Mahasiswa	TTD Pembimbing
1.	Rabu, 19 Februari 2025	Revisi post seminar proposal - Judul - Penulisan - Penambahan materi		 (Eni Indrayani S. Si.T. MPH)
2.	Selasa, 4 Maret 2025	Revisi proposal - Tahap pelaksanaan		 (Eni Indrayani S. Si.T. MPH)
3.	Jum'at, 14 Maret 2025	Revisi proposal		 (Eni Indrayani S. Si.T. MPH)
4.	Selasa, 18 Maret 2025	Revisi proposal		 (Eni Indrayani S. Si.T. MPH)

5.	Rabu, 25 Juni 2025	Revisi KTI post sidang hasil - Penambahan tabel - Penulisam - Daftar pustaka		 (Eni Indrayani S. Si.T. MPH)
6.	Selasa, 22 Juli 2025	Revisi KTI - Penulisan sumber dibawah gambar - Spasi pada daftar isi		 (Eni Indrayani S. Si.T. MPH)
7.	Rabu, 6 Agustus 2025	Revisi KTI - Penulisan pada judul tabel dan sumber		 (Eni Indrayani S. Si.T. MPH)
8.	Kamis, 8 Agustus 2025	ACC KTI		 (Eni Indrayani S. Si.T. MPH)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan

Program Diploma III



(Dr. Siti Mutoharoh, S. ST., M.P.H.)



**PROGRAM STUDI
KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III**

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Nama : Vaniria Rindi Antika

NIM/NPM : 202204021

Nama Pembimbing : Bdn. Sumarni, M.Keb

No	Hari/ Tanggal	Rekomendasi/Saran Pembimbing	TTD Mahasiswa	TTD Pembimbing
1.	Kamis, 7 Agustus 2025	Konsultasi abstrak - Penggunaan past tense - Penulisan judul (Revisi)		 (Muhammad As'ad, M. Pd)
2.	Kamis, 7 Agustus 2025	Konsultasi abstrak (ACC)		 (Muhammad As'ad, M. Pd)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan
Program Diploma III

(Dr. Siti Mutoharoh, S. ST., M.P.H)

Lampiran 8. Dokumentasi Kegiatan
Responden 1 Hari Ke-1



Pengukuran nyeri sebelum *effleurage* massage



Penerapan *effleurage* massage



Pengukuran nyeri sebelum Kompres Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe Merah



Pengukuran nyeri setelah semua penerapan dilakukan

Responden 1 Hari Ke-2



Pengukuran nyeri sebelum *effleurage* massage



Penerapan *effleurage* massage



Pengukuran nyeri sebelum Kompres Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe Merah



Pengukuran nyeri setelah semua penerapan dilakukan

Responden 1 Hari Ke-3



Pengukuran nyeri sebelum *effleurage* massage



Penerapan *effleurage* massage



Pengukuran nyeri sebelum Kompres Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe Merah



Pengukuran nyeri setelah semua penerapan dilakukan

Responden 2 Hari Ke-1



Pengukuran nyeri sebelum
effleurage massage



Penerapan *effleurage massage*



Pengukuran nyeri sebelum
Kompres Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe
Merah



Pengukuran nyeri setelah semua
penerapan dilakukan

Responden 2 Hari Ke-2



Pengukuran nyeri sebelum *effleurage* massage



Penerapan *effleurage* massage



Pengukuran nyeri sebelum Kompres Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe Merah



Pengukuran nyeri setelah semua penerapan dilakukan

Responden 2 Hari Ke-3



Pengukuran nyeri sebelum
effleurage massage



Penerapan *effleurage*
massage



Pengukuran nyeri sebelum
Kompres Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe
Merah



Pengukuran nyeri setelah semua
penerapan dilakukan

Responden 3 Hari Ke-1



Pengukuran nyeri sebelum
effleurage massage



Penerapan *effleurage massage*



Pengukuran nyeri sebelum
Kompres Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe
Merah



Pengukuran nyeri setelah semua
penerapan dilakukan

Responden 3 Hari Ke-2



Pengukuran nyeri sebelum
effleurage massage



Penerapan *effleurage*
massage



Pengukuran nyeri sebelum Kompres
Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe
Merah



Pengukuran nyeri setelah semua
penerapan dilakukan

Responden 3 Hari Ke-3



Pengukuran nyeri sebelum
effleurage massage



Penerapan *effleurage*
massage



Pengukuran nyeri sebelum
Kompres Jahe Merah



Penerapan Kompres Jahe
Merah



Pengukuran nyeri setelah semua penerapan
dilakukan

Pembuatan Kompres Jahe Merah

