

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN *ENDORPHINE MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI BPM ISMOYOWATI MIRIT**

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



**Disusun oleh:
Dyah Galuh Wulandari
NIM : B1401160**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2017**

KARYA TULIS ILMIAH
**PENERAPAN *ENDORPHINE MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI BPM ISMOYOWATI MIRIT**

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



Disusun oleh:
Dyah Galuh Wulandari
NIM : B1401160

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2017**

HALAMAN PERSetujuan

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN ENDORPHIN MASSAGE TERHADAP PENURUNAN
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI BPM ISMOYOWATI MIRIT**

Oleh
Dyah Galuh Wulandari
NIM : B1401160

Telah memenuhi Persyaratan dan Diistafai untuk Mengikuti
Ujian KTI

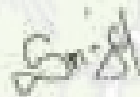
Pembimbing

Oleh
: Siti Masduki, S.ST, M.P.H

Tanggal

09/05/19

Tanda Tangan



Mengetahui,
Ketua Program Studi DIII Kebidanan


(Eka Novyriana, S. ST, M.P.H)

HALAMAN PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI BPM ISMOYOWATI MERIT**

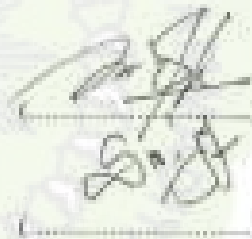
Yang dipersiapkan dan disusun oleh
Dyah Galuh Wulandari
NIM : B1401160

Telah dipertahankan di depan Dewan Pengaji
Pada tanggal...*di*...*2021*...

Pengaji:

1. **Kusumananti, S. ST, M.Kes**

2. **Siti Mardiana, S. ST, M.P.H**



Mengetahui
Kamus Program Studi DIII Kebidanan



(Eka Novyana, S. ST, M.P.H)

LEMBAR PERNYATAAN

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

Gombong, Agustus 2017

Tandatangan



Dyah Cahya Walandari

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI BPM ISMOYOWATI MIRIT ¹

Dyah Galuh Wulandari², Siti Mutoharoh, S.ST, M.P.H³,

INTISARI

Latar belakang: Keluhan yang sering terjadi pada ibu hamil pada trimester 3 adalah nyeri punggung. Pada Ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan sakit punggung mencapai 70%. Salah satu cara mengatasi nyeri punggung adalah dengan teknik pijat lembut yang disebut *Endorphin massage*, untuk melepaskan senyawa endorpin yang merupakan pereda rasa sakit alami didalam tubuh sehingga saya tertarik mengambil judul Penerapan *Endorphin Massage* terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Timester III Di BPM Ismoyowati Mirit.

Tujuan: Penerapan *endorphin massage* untuk mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III, mengetahui tingkat nyeri punggung sebelum dan sesudah di lakukan penerapan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III.

Metode penelitian: Menggunakan metode studi kasus. Dalam hal ini peneliti mendeskripsikan dan menggambarkan fakta-fakta dari pengkajian yang didapatkan melalui wawancara dan observasi langsung, dan dokumentasi. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 11 Mei- 21 Mei 2017.

Hasil: Penerapan *endorphin* diterapkan kepada ketiga partisipan selama dua minggu. Pada ketiga partisipan terbukti mengalami penurunan nyeri punggung setelah diberikan perlakuan *massage endorphin*.

Kesimpulan: Penerapan *Endorphin massage* dapat mengurangi nyeri punggung ibu hamil pada Trimester II.

Kata kunci : mengurangi nyeri punggung, ibu hamil trimester III, *endorphine massage*

Kepustakaan : (2006-2016)

Jumlah Halaman : XI + 57 halaman + 20 lampiran

Judul

²Mahasiswa prodi DIII Kebidanan

³Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong.

SCIENTIFIC PAPER

ENDORPHIN MASSAGE TO DECREASE OF BACK PAIN IN PREGNANT WOMAN TRIMESTER III IN BPM ISMOYOWATI MIRIT¹

Dyah Galuh Wulandari², Siti Mutoharoh, S.ST, M.P.H³

ABSTRACT

Background: Trimester 3rd inconvenience Pregnant women include frequent urination 50%, whiteness 15%, constipation 40%, 30% bloating, swelling at feet 20%, cramps on feet 10%, 20% headache, striae gravidarum 50 %, 60% hemorrhoids, shortness of breath 60% and back pain 70%.

Objective: Application of endorphin massage to reduce back pain of pregnant mother of third trimester, to know the level of back pain before and after done by applying endorphin massage in pregnant mother of trimester III.

Method: Using case study method. In this case researchers describe and describe the facts of the assessment obtained through interviews and direct observation, and documentation. The study was conducted from May 11 to May 21, 2017.

Result: The application of endorphin was applied to the three participants for two weeks. All three participants were shown to have decreased back pain after endorphin massage treatment.

Conclusion: Application of Endorphin Massage may reduce backache of pregnant women in Trimester II.

Keywords: reduce back pain, third trimester pregnant women, endorphine massage.

Literature : (2006-2016)

Number of Pages : XI + 57 pages + 20 appendicesz

¹Title

²Student of DIII Program of Midwifery Dept

³Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

KATA PENGANTAR

Ammanah salafun IF, IF

Puji syukur senantiasa penulis persembahkan kepada Allah SWT yang senantiasa melimpahkan taqat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan proposal karya tulis ilmiah dengan judul **"Penerapan Enderphic Manage terhadap Penurunan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Imoyeswari Mire"**. Laporan karya tulis ilmiah ini ditulis sebagai syarat memperoleh gelar ahli muda kebidanan.

Selama penyusunan laporan karya tulis ilmiah ini penulis mendapat bimbingan, masukan dan dukungan dari beberapa pihak, sehingga laporan ini dapat terselesaikan dengan baik, untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Hermyanti, M.Kep.Sp.Md, selaku Ketua STIKes Muhammadiyah Gombong.
1. Eka Novyritna, S.ST, M.P.H, selaku Ketua Program Studi D III Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong.
1. Siti Maekharoh, S.ST, M.P.H selaku pembimbing akademik yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan laporan ini.
1. Kasmawati, S. GI, M.Kes selaku pengaji 1 yang telah membimbing dan memberi arahan kepada penulis dalam menyelesaikan laporan ini.
1. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan baik materiil maupun moril sehingga semangat dan daya yang tidak terhenti.
1. Semua teman-teman angkatan 2017, yang telah membantu penulis dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
1. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan laporan karya tulis ilmiah ini.

Penyusun menyadari bahwa dalam penyusunan laporan proposal karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangannya. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan untuk perbaikan laporan proposal karya tulis ilmiah ini. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah yang selak keberhasilan dan semoga dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Ammanah salafun IF, IF

Gombong, Agustus 2017



Dyah Cahya Wulandari

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Orisinalitas.....	iv
Intisari	v
Abstract	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel	ix
Daftar Gambar.....	x
Daftar Lampiran	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	4
C. Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Teori Kehamilan	6
B. Teori Kehamilan dengan Nyeri Punggung	15
C. Skala Atau Pengukuran Nyeri.....	20
D. Endorphin Massage dalam kehamilan	21
E. Kerangka Teori	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Partisipan.....	28
C. Tempat dan Waktu	29
D. Instrumen	29
E. Metode Pengumpulan Data.....	30
F. Teknik Analisis Data.....	32
G. Metode Pengolahan Data	32
BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL, DAN PEMBAHASAN	
A. Manajemen Kasus	34
B. Hasil	40
C. Pembahasan.....	47
D. Hambatan	53
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	54
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian Penerapan <i>Endorphin Massage</i> Partisipan Pertama	41
Tabel 2. Rincian Penerapan <i>Endorphin Massage</i> Partisipan Kedua.....	43
Tabel 3. Rincian Penerapan <i>Endorphin Massage</i> Partisipan Ketiga.....	45
Tabel 4. Pengukuran Skor dan Skala Nyeri Punggung	46



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Endorphin Massage</i>	25
Gambar 2. <i>Endorphin Massage</i>	26
Gambar 3. <i>Endorphin Massage</i>	26



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar *Inform Consent*
- Lampiran 2. SOP *Endorphin Massage*
- Lampiran 3. Evaluasi Tindakan
- Lampiran 4. Dokumentasi
- Lampiran 5. Lembar Konsultasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum kemudian dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi (Prawirohardjo, 2009). Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam tiga triwulan yaitu triwulan pertama dimulai dari konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dari bulan ke-4 sampai ke-6, triwulan ketiga dari bulan ke-7 sampai ke-9 (Wiknjosastro, 2007).

Wanita selama kehamilannya memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi dalam dirinya. Perubahan-perubahan yang terjadi selama kehamilan umumnya menimbulkan ketidaknyamanan dan kekhawatiran bagi sebagian besar ibu hamil. Persentase ketidaknyamanan pada trimester I pada kehamilan 2-8 minggu terjadi pada 50-75% ibu hamil dikarenakan mual dan muntah sehingga sering terjadi syok, dan pada trimester II 50% ibu hamil mengalami telapak tangan merah, pada trimester III 60% terjadi ketidaknyamanan karena sesak nafas. (Maryanah, 2006). Beberapa ketidaknyamanan trimester III pada Ibu hamil diantaranya sering buang air kecil 50%, keputihan 15 %, konstipasi 40%, perut kembung 30%, bengkak pada kaki 20%, kram pada kaki

10%, sakit kepala 20%, striae gravidarum 50%, hemoroid 60%, sesak nafas 60% dan sakit punggung 70% (Astuti, 2009).

Jumlah ibu hamil di Indonesia tahun 2015 sebanyak 4.624.200 orang dan di Provinsi Jawa Tengah tahun 2015 sebanyak 569.732 orang (Profil Kesehatan Indonesia, 2015). Data Ibu hamil di BPM Ismoyowati, Mirit Kebumen pada bulan Januari sampai dengan Maret 2017 sebanyak 172 orang ibu hamil. Ibu hamil Trimester I sebanyak 35 orang, Trimester II sebanyak 71, dan Trimester III sebanyak 66 orang. Jumlah Ibu hamil Trimester III pada bulan Januari sampai dengan Maret yang mengalami nyeri punggung sebanyak 10 orang ibu hamil.

Nyeri punggung merupakan nyeri yang terjadi pada area lumbosakral. Nyeri punggung biasanya akan meningkat intensitasnya seiring dengan penambahan usia kehamilan karena nyeri ini merupakan akibat pergeseran pusat gravitasi dan perubahan postur tubuhnya (Varney, 2008). Perubahan ini disebabkan oleh berat uterus yang membesar, membungkuk yang berlebihan, berjalan tanpa istirahat, dan angkat beban. Gejala nyeri punggung ini juga disebabkan oleh hormon estrogen dan progesteron yang mengendurkan sendi, ikatan tulang dan otot dipinggul (Tiran, 2008). Selain zat yang mampu merangsang kepekaan nyeri, tubuh juga memiliki zat yang mampu menghambat (inhibitor) nyeri yaitu endorfin dan enkefalin yang mampu meredakan nyeri (Brunner & Suddart, 2004).

Nyeri punggung dapat terjadi pada kehamilan trimester ketiga karena janin yang tumbuh semakin besar dapat menyebabkan masalah postur tubuh akibat berpindahnya titik keseimbangan pada tubuh ibu, dan saat mendekati akhir masa kehamilan posisi bayi dapat menekan syaraf yang berada di sekitar punggung bawah ibu. Beberapa hormone kehamilan menyebabkan ligamen yang berada di antara tulang pelvis (panggul) melunak dan sendi melonggar sebagai persiapan untuk melahirkan (Astikawati R dan Safitri A, 2013)

Hormon *endorphin* adalah morfin alami tubuh yang bisa menekan rasa sakit dan meningkatkan kekebalan tubuh agar bekerja optimal. Untuk meningkatkan sekresi hormon endorpin dapat dilakukan dengan melakukan pijat *endorphin*. Pijat *Endorphin* atau terapi sentuhan ringan merupakan sebuah terapi sentuhan/pijatan ringan yang cukup penting diberikan pada wanita hamil, diwaktu menjelang hingga saatnya melahirkan. Hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *Endorphin* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman (Kuswandi, 2011).

Nyeri punggung lazim terjadi pada kehamilan khususnya trimester III dengan insiden yang dilaporkan berdasarkan penelitian bervariasi dari 50% di Inggris dan Australia mencapai 70% (Lichayati dan Kartikasari, 2013) di wilayah Indonesia mencapai 60-80% (Mafikasari & Kartikasari, 2015) dan di Jawa Tengah mencapai 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung dan intensitas sedang dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan

intensitas ringan. Diantara semua wanita ini, 47-60 % melaporkan bahwa nyeri punggung terjadi pada kehamilan 5-7 bulan (Renata, 2009).

Data ibu hamil di BPM Ismoyowati pada tahun 2016 sejumlah 99 ibu hamil dan ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung selama bulan Maret-Mei 2017 di BPM Ismoyowati terdapat 10 orang dan diambil 3 ibu hamil yang memenuhi kriteria sebagai partisipan. Berdasarkan data diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan *Endorphin Massage* terhadap penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III di Wilayah Kerja BPM Ismoyowati, Amd.Keb Tahun 2017”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Bagaimanakah penerapan *endorphin massage* terhadap penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di BPM Ismoyowati, Amd.Keb.

2. Tujuan Khusus

Tujuan Khusus penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan tindakan *Endorphin Massage* di BPM Ismoyowati, Amd.Keb
- b. Mengidentifikasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sesudah diberikan *Endorphin Massage* di BPM Ismoyowati, Amd.Keb

C. Manfaat

a. Bagi Ibu Hamil

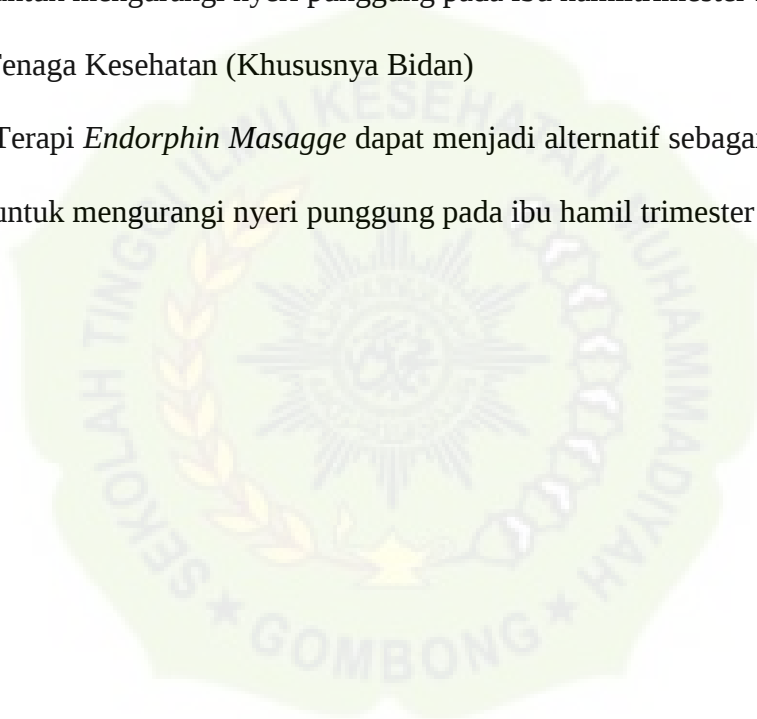
Memberikan terapi *Endorphin Masagge* sebagai upaya untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

b. Bagi BPM

Memberikan informasi yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

c. Tenaga Kesehatan (Khususnya Bidan)

Terapi *Endorphin Masagge* dapat menjadi alternatif sebagai sebagai upaya untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III



DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, Sulistyono. 2013. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*, Ar- Ruzz, Yogyakarta.
- Aprilia, Yessie. 2010. *Hipnotetris Rileks, Nyaman, Aman saat Hamil dan Melahirkan*, Jakarta, Gagas Media.
- Aprilia, Yessie. dan Ritchmond, Brenda. 2011. *Gentle Birth*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Aprilia dan Ratih. 2016. *Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil*. (Jurnal Kesehatan): STIKES Muhammadiyah Lamongan.
- Astuti, Maya. 2009. *Buku Pintar Kehamilan*. Jakarta: EGC
- Astuti, Puji Hutari. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu Kehamilan*. Yogyakarta: Rohima Press.
- Association of Chartered Physiotherapist in Woman Health. *Pregnancy Related Pelvic Girdle Pain Formerly Known as Symphysis Pubis Dysfunction* ACPWH, 2011.
- Bull, Eleanor., dan Graham Archard. 2013. *Simple Guide: Nyeri Punggung*. Dialihbahasakan oleh Juwita Surapsari. Editor: Rina Astikawati dan Amalia Safitri. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Cunningham, Gary. (2008). *Obstetri Williams Volume I*. Jakarta: EGC.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI). 2011. *Pelayanan Asuhan Kehamilan*. <http://www.dinkes.go.id>. Diakses 20 Februari 2017 Jam 14.00 WIB.
- Depkes, RI. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta
- Fauci AS, Kasper DL, Longo DL, et al. 2008. *Back and Neck Pain*. Dalam Harrison's Principles of Internal Medicine. 17th Edition. New York: McGrawHill.
- Hanafiah, T. Mohammad. 2008. *Diagnosis Kehamilan Dalam Buku Ilmu Kebidanan*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Hidayat, Aziz. 2009. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kinney et al. 2006. *Maternal- Child Nursing*, WB Saunders, Philadelphia

- Kuswandi, 2011. *Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinanan Normal Ibu Primipara di BPS S dan B Demak Tahun 2011*. [http: jurnal.Unimus.ac.id](http://jurnal.Unimus.ac.id). Diakses 25 April 2017.
- Kuswanti, Ina. 2014. *Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Leung, Lawrence. 2012. From Ladder to Platform: A New Concept For Pain Management. Kanada: *Journal Of Primary Health Care*.
- Maryanah, Salmah, Rusmiati, 2006, *Asuhan Kebidanan Antenatal*, Jakarta: EGC
- Maulana, Mirza, 2008. *Buku Pegangan Ibu Panduan Lengkap Kehamilan*. Yogyakarta: Kata Hati.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. 2015. *Manajemen Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Prawirohardjo, Sarwono. 2010. *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2009. *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saifuddin, Abdul Bahri. 2012. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Setiawati. 2012. *Menghilangkan Nyeri Saat Persalinan dengan Endorphin Massage*. <http://www.dwp.purworejo.org/berita-129-menghilangkan-nyeri-saat-persalinan-dengan-endorphin-massage>. Diakses tanggal 25 Februari 2017 jam 13.00 WIB.
- Shiel W dan Stoppler M. 2010. **Kamus Kedokteran Webster's New World**. Edisi ke-3. Dialihbahasakan oleh Paramita. Jakarta: PT Indeks.
- Sinclair, Constance. *Buku Saku Kebidanan*. Jakarta: EGC, 2010.
- Smeltzer Suzanne, Bare Brenda, Brunner and Suddarth. 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC

- Stoppler. 2013. *Endorphin Natural Pain and Stress Fighter*.
<http://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=55001>.
Diakses tanggal 25 Februari 2017 jam 14.00 WIB.
- Sugiyono. 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta Salemba Medika.
- Sulistyawati, Ari. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika
- Tiran, Denise. 2008. *Mual Muntah Kehamilan*, Jakarta: EGC
- Varney, Helen. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Varney, Helen. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Vol 1*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Varney, Helen. 2008. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Vermani, Era et al. *Pelvic Girdle Pain and Low Back Pain in Pregnancy: A Review*. Warrington. World Institute of Pain, 2009.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2007. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yudiyanta, Novita Khoirunnisa, Ratih Wahyu Novitasari. 2015. *Assesment Nyeri*. (Jurnal Kesehatan. CDK-226/ Vol. 42 No.3, Th. 2015) :Departemen Neurologi, Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia.

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nur Fatmahan

Umur : 19 tahun

Alamat : Sukowati, Rt. 02, Mbati, Wadukten

Suami / keluarga dari pasien :

Nama : Hantoyo

Umur : 34 tahun

Alamat : Sukowati, Rt. 02, Mbati, Wadukten

Setelah mendapatkan penjelasan tentang asuhan komprehensif dari mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Stikes Muhammadiyah Gombong yaitu :

Nama : Dyah Galuh Wulandari

NIM : B1401160

Maka saya bersedia untuk memberikan informasi yang dibutuhkan dalam Karya Tulis Ilmiah Demikian pernyataan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Miri, 04 Maret 2017

Suami/Keluarga


(Hantoyo)

Pasien Intervasi


(Nur Fatmahan)

Mahasiswa


(Dyah Galuh Wulandari)

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rantouk

Umar : 30 tahun

Alamat : Kecamatan, Rt 05, Kelurahan, Kecamatan

Suami / keluarga dari pasien :

Nama : Rantouk

Umar : 44 tahun

Alamat : Kecamatan, Rt 05, Kelurahan, Kecamatan

Setelah mendapatkan penjelasan tentang tujuan komprehensif dari mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Stikes Muhammadiyah Gombong yaitu :

Nama : Dyah Galuh Walandari

NIM : B1401160

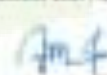
Maka saya bersedia untuk memberikan informasi yang dibutuhkan dalam Karya Tulis Ilmiah Demikian pernyataan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Miri, 08 Maret 2017

Suami/Keluarga


(Rantouk)

Pasien Intervasi


(Rantouk)

Mahasiswa


(Dyah Galuh Walandari)

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rukyan
Umur : 37 tahun
Alamat : Ronggo RT 03 Desa Mekar, Kecamatan

Suami / keluarga dari pasien :

Nama : Iqbal
Umur : 38 tahun
Alamat : Ronggo RT 03 Desa Mekar, Kecamatan

Setelah mendapatkan penjelasan tentang tujuan komprehensif dari mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Stikes Muhammadiyah Gombong yaitu :

Nama : Dyah Galuh Wulandari
NIM : B1401140

Maka saya bersedia untuk memberikan informasi yang dibutuhkan dalam Karya Tulis Ilmiah Demikian pernyataan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Miri, 20 Maret 2017

Suami/Keluarga

(Iqbal)

Pasien Inovasi

(Rukyan)

Mahasiswa

(Dyah Galuh Wulandari)

SOP ENDORPHIN MASSAGE

	SOP ENDORPHIN MASSAGE
PENGERTIAN	<i>Endorphin Massage</i> adalah salah satu terapi <i>non farmakologi</i> untuk mengurangi atau meringankan rasa sakit, dan sentuhan ringan untuk membantu memberikan rasa tenang dan nyaman.
TUJUAN	Mengendalikan rasa sakit yang <i>persisten</i> atau menetap.
INDIKASI	Bagi ibu hamil yang memasuki usia kehamilan minggu ke 36 dan mempunyai keluhan nyeri punggung. Dilakukan selama 2 minggu, 1 minggu dilakukan 2 kali penelitian dan berdurasi 20 menit. pemijatan dan dilakukan oleh peneliti.
KEBIJAKAN	Prosedur ini dilakukan oleh peneliti dalam pemberian terapi yang digunakan kepada ibu hamil dengan umur kehamilan 36 atau lebih dan memiliki keluhan nyeri punggung.
PERSIAPAN PASIEN	<i>Inform consent</i> kepada ibu
PERSIAPAN ALAT	- Bantal - Buku tulis <i>Ballpoint</i> - Lembar skala nyeri
CARA KERJA	- Kaji tingkat nyeri ibu hamil - Catat tingkat nyeri dan tekanan darah klien - Anjurkan ibu hamil untuk senyaman mungkin, bisa sambil duduk atau berbaring miring.

	4. Anjurkan ibu hamil untuk bernafas dalam. - Biarkan peneliti mulai memberikan sentuhan ringan permukaan bagian lengan ibu hamil, mulai dari tangan hingga lengan bawah - Setelah kira-kira 5 menit lakukan pada lengan yang satunya. 5. Teknik sentuhan ringan ini sangat efektif jika dilakukan dibagian punggung, caranya yaitu: - Anjurkan ibu hamil untuk miring atau duduk, dimulai dari leher pijat ringan membentuk huruf “V” kearah luar menuju sisi tulang rusuk ibu hamil - Anjurkan ibu hamil untuk rileks dan merasakan sensasinya, saat melakukan sentuhan tersebut anjurkan suami untuk menyentuh perut ibu dari belakang untuk beberapa menit minimal 10 menit. 6. Peneliti dapat memperkuat efek pijatan lembut dan ringan dengan kata-kata yang menentramkan Anda. Misalnya “Saat aku membelai lenganmu, biarkan tubuhmu menjadi rileks dan santai”. 7. Setelah melakukan <i>Endorphin Massage</i> peluk ibu hamil agar tercipta suasana yang menenangkan.
--	---

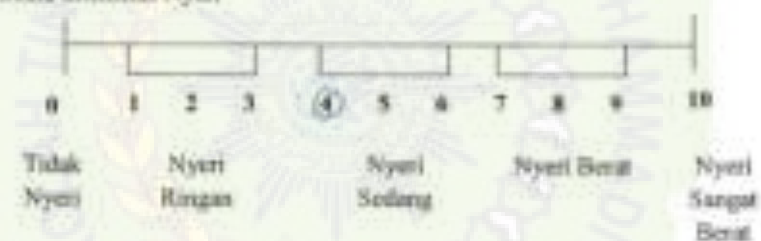
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 1
Hari/Tanggal : Selasa, 10 April 2023
Nama : Rizki Nur
Umr : 23 tahun
GPA : 5.5
Alamat : Dusunwatu Rt 10, Jember

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : Sangat

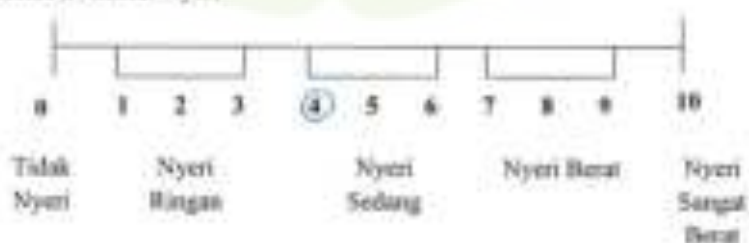
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : Kurang

Skala Intensitas Nyeri



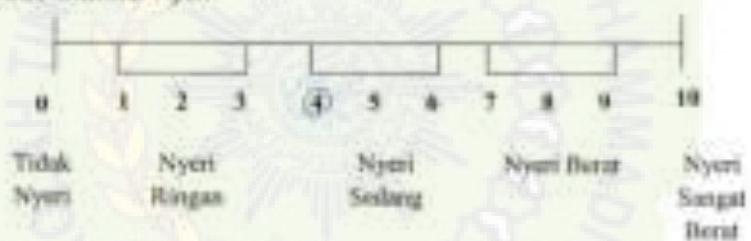
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 2
Hari/Tanggal : Minggu, 14 April 2023
Nama : Ma'ji
Umur : 10 tahun
GPA : 2.5
Alamat : Dusun Mekar, RT 2/1, Desa

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : Nyeri gigi pada

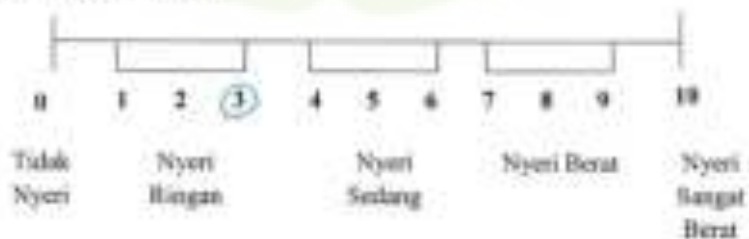
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : Nyeri berkurang

Skala Intensitas Nyeri



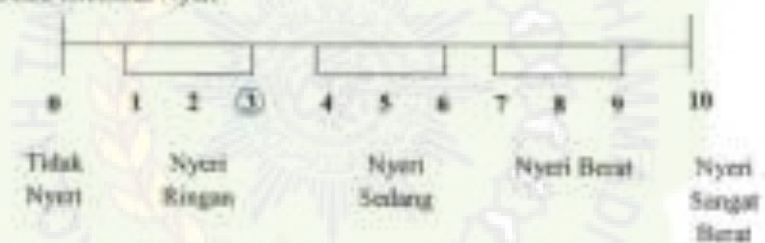
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 5
Hari/Tanggal : Kamis, 10 Mar 2022
Nama : Nur Ali
Umur : 19 tahun
GPA : 3.00
Alamat : Surodharan Rt 7, Muar

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : Anxius, nyeri pinget

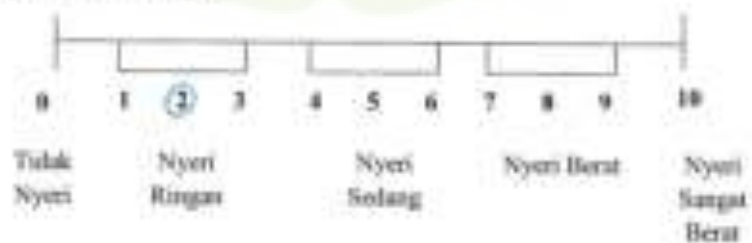
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : Rapiat pinget, ibu tenang

Skala Intensitas Nyeri



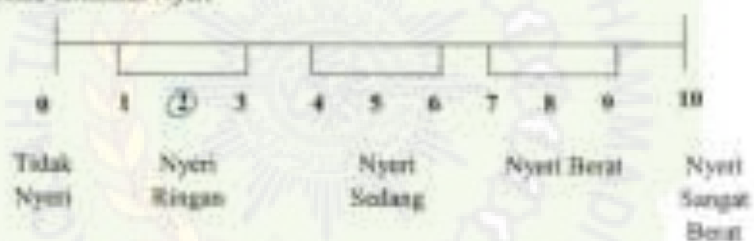
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 4
Hari/Tanggal : Minggu, 20 April 2021
Nama : Ayu N
Umur : 18 tahun
GPA : 3.80
Alamat : Lingsar, 8175, Aceh

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : nyeri saat bangun

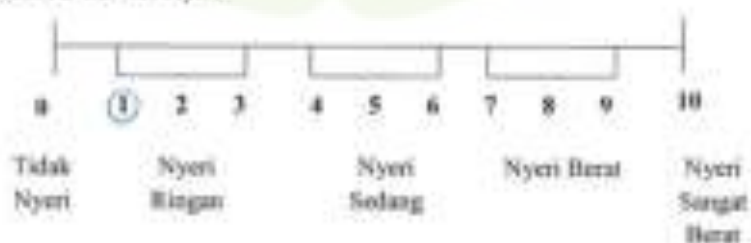
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : ada perubahan

Skala Intensitas Nyeri



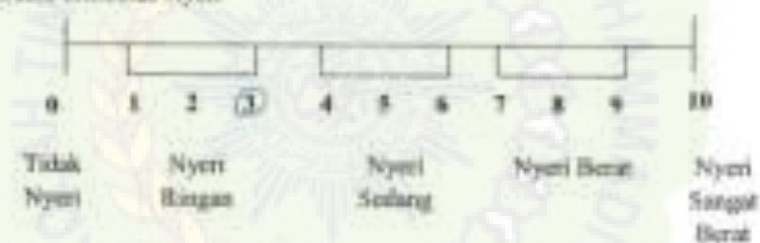
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 1
Hari/Tanggal : Selasa, 11 April 2023
Nama : Nya R.
Umur : 30 tahun
GPA : G1 F4 D1
Alamat : Dusunagung RT 11, Desa Patah, Kecamatan

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : Pegal-pegal

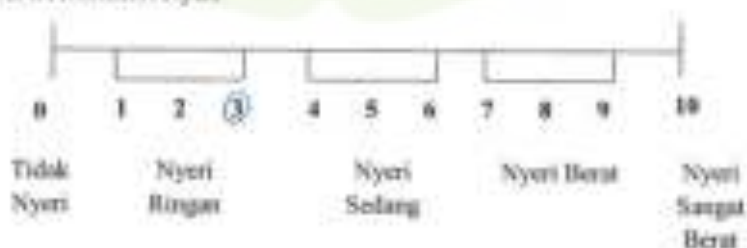
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : Sembuh

Skala Intensitas Nyeri



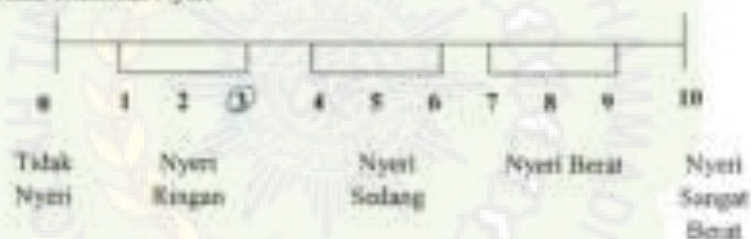
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 2
Hari/Tanggal : Minggu, 10 Mei 2023
Nama : Aya R.
Umur : 30 tahun
GPA : 65 kg
Alamat : Palembang, Rt. 1, Gang, Pagar

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : mual, muntah

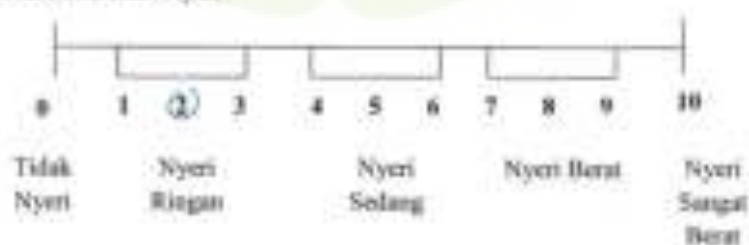
Skala Intensitas Nyeri



B. Sesudah dilakukan intervensi

Hasilnya : 2013

Skala Intensitas Nyeri



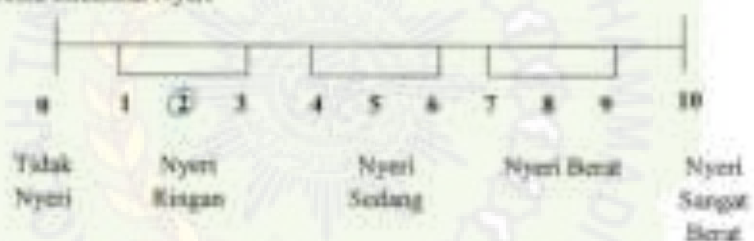
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 5
Hari/Tanggal : Selasa, 10 Mei 2022
Nama : An R.
Umur : 20 tahun
GPA : 60 kg
Alamat : Jl. Jendral Sudirman No. 1, Kota Pekanbaru

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : Nyeri pada perut

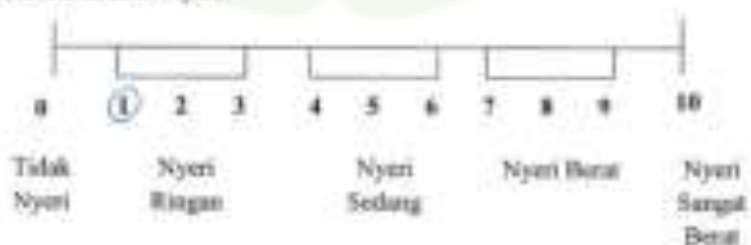
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : Nyeri pada perut berkurang

Skala Intensitas Nyeri



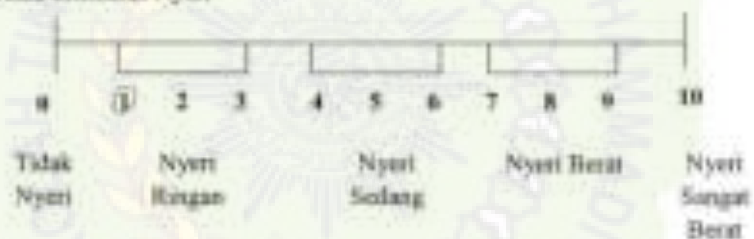
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 1-4
Hari/Tanggal : Minggu, 10 Mei 2022
Nama : Nur A.
Umur : 26 tahun
GPA : 50 kg
Alamat : Kecamatan 41 51 Gombong, Purwokerto

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : sakit perut perut

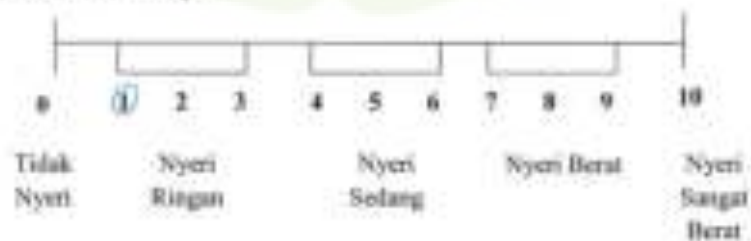
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : 1-100%

Skala Intensitas Nyeri



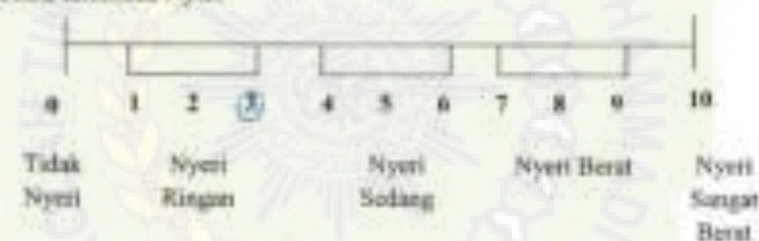
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 1.
Hari/Tanggal : Sabtu, 6 Juni 2020
Nama : Alia
Umur : 17 tahun
GPA : 3,5
Alamat : Jalan Pahlawan

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : Demam

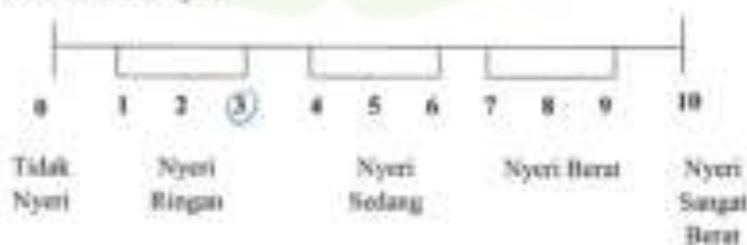
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : 3,5

Skala Intensitas Nyeri



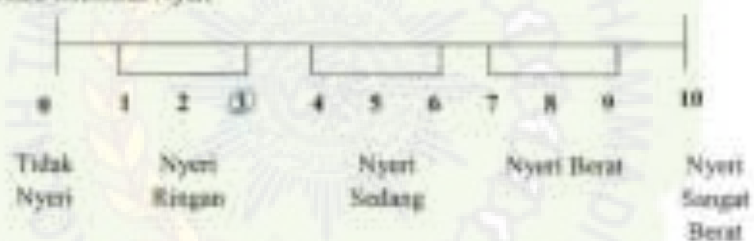
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 2
Hari/Tanggal : Minggu, 14 April 2023
Nama : Nurka
Umur : 37 tahun
GPA : 06 F.101
Alamat : Bawit, RT. 4/6

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : Nyeri sangat

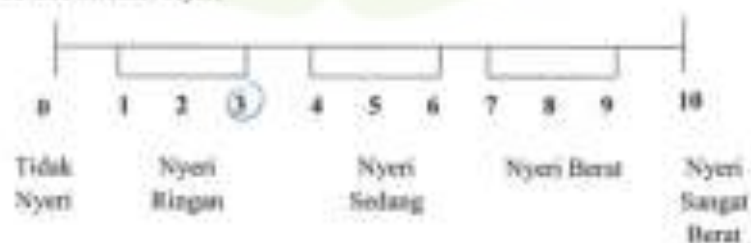
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : 100%

Skala Intensitas Nyeri



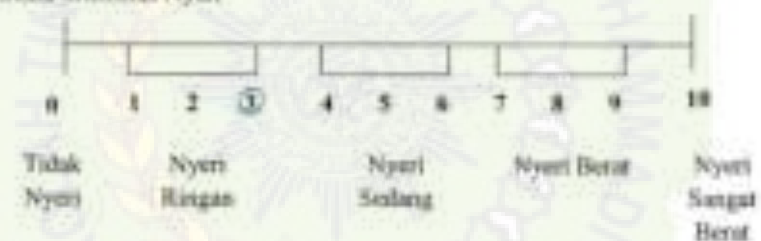
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ke : 5
Hari/Tanggal : Sabtu, 18 April 2020
Nama : Ryka
Umr : 37 tahun
GPA : GsPa Jr
Alamat : Dusun RT 3

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : Menakutkan

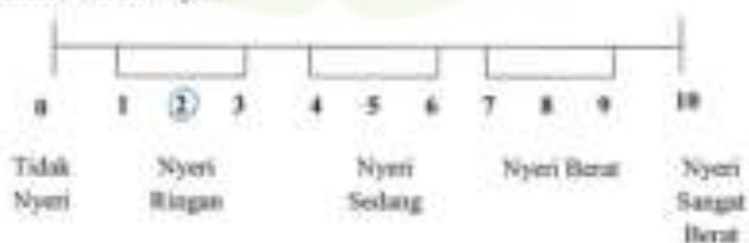
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : 60%

Skala Intensitas Nyeri



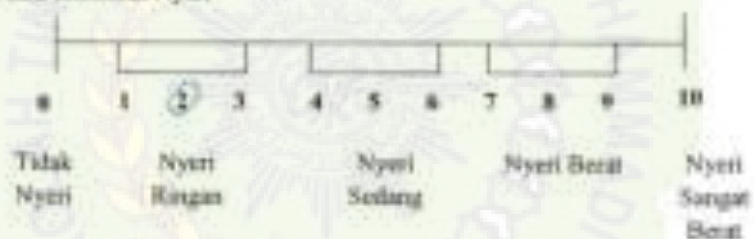
EVALUASI TINDAKAN

Tahap Ka : 1
Hari/Tanggal : Minggu, 10 April 2023
Nama : Raji R. A.
Umur : 37 tahun
GPA : Gombong
Alamat : Dusun 04 Pk

A. Sebelum dilakukan intervensi

Keluhan Ibu : *Agak nyeri*

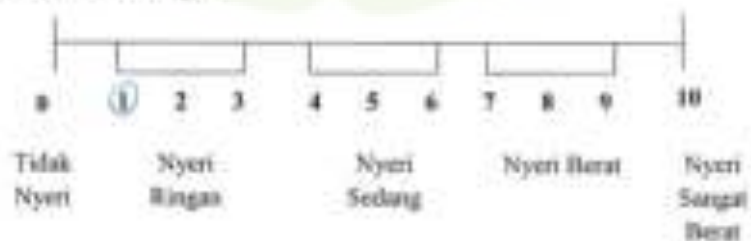
Skala Intensitas Nyeri



B. Setelah dilakukan intervensi

Hasilnya : *Sedikit berkurang nyeri*

Skala Intensitas Nyeri



DOKUMENTASI



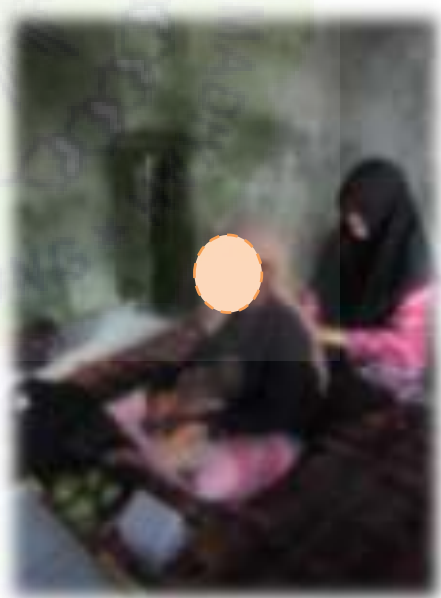
Partisipan pertama Ny. N



Partisipan kedua Ny. R₁



Partisipan kedua Ny. R₁



Partisipan ketiga Ny. R₂



Partisipan Ketiga Ny. R₂



LEMBAR KONSULTASI Bimbingan KTI
PRODI DHU KEBIDANAN
STIKes MUHAMMADIYAH GOMBONG
2017

Nama : Dyah Galah Wulandari
 Nim : B1401140
 Pembimbing : Siti Mutoharoh, SST, M.P.H
 Kegiatan : Konsultasi

No	Hari/Tgl	Rencana Bimbingan	Realisasi	TTD
1	Jum'at 4 Februari 2017	Bimbingan Judul	Ada	 Siti Mutoharoh, SST, M.P.H
2	Senin 16 Februari 2017	BAB I	Selesai	 Siti Mutoharoh, SST, M.P.H
3	Jum'at 24 Februari 2017	BAB I, II	Selesai	 Siti Mutoharoh, SST, M.P.H
4	Senin 6 Maret 2017	BAB I, II	Selesai	 Siti Mutoharoh, SST, M.P.H
5	Rabu 15 Maret 2017	BAB I, II, III	Selesai	 Siti Mutoharoh, SST, M.P.H
6	Jum'at 24 Maret 2017	BAB I, II, III	Selesai	 Siti Mutoharoh, SST, M.P.H
7	Rabu 29 Maret 2017	BAB I, II, III	Ada	 Siti Mutoharoh, SST, M.P.H

8	Gedung 24 April 2019	SAB 1, 2, 3	ACE	 Dr. Indrawati, S.P., M.Pd.
9	Ruang 5 Mei 2019	Dayan Purnomo	ACE	 Dr. Indrawati, S.P., M.Pd.
10	Ruang 17 Mei 2019	SAB 4	Ruang	 Dr. Indrawati, S.P., M.Pd.
11	Ruang 18 Mei 2019	SAB 5 Manajemen	Ruang	 Dr. Indrawati, S.P., M.Pd.
12	Ruang 17 Juni 2019	SAB 6 Manajemen	Ruang	 Dr. Indrawati, S.P., M.Pd.
13	Ruang 15 Juni 2019	SAB 7, 8 Manajemen	Ruang	 Dr. Indrawati, S.P., M.Pd.
14	Ruang 16 Agustus 2019	SAB 9, 1	Ruang	 Dr. Indrawati, S.P., M.Pd.
15	8 September 2019	SAB 10, 2	ACE	 Dr. Indrawati, S.P., M.Pd.
16				
17				
18				

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

PRODI DIII KEBIDANAN

STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

2017

Nama : Dyah Galah Wulandari

NIM : B1401140

Pembimbing I : Siti Mubharah, S.ST, M.P.H

Kegiatan

No	Hari/tgl	Reencana bimbingan	Realisasi	Tgl
1	Jummo 23/6/17	English Abstract	It's done	23/6/17
2				
3				
4				
5				
6				
7				

Nama : Dyah Galuh Wulandari
NIM : B1401160
Pembimbing : Siti Muliakarah, S.ST, M.P.H
Kegiatan : Konsultasi

[illegible]