

KARYA TULIS ILMIAH
PEMBERIAN GOSOK PUNGGUNG (BACKRUB) UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI KLINIK PERMATA IBU
PREMBUN, KEBUMEN

Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan



Disusun oleh :
RAUDAHTUL JANNAH
B1501306

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
GOMBONG
2018

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PEMBERIAN GOSOK PUNGGUNG (BACKRUB) UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI KLINIK PERMATA IBU
PREMBUN, KEBUMEN**

Disusun oleh:

**RAUDAHTUL JANNAH
B1501306**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Mengikuti
Ujian KTI

Oleh:

Pembimbing : Eka Novyriana, S.ST.,M.P.H
Tanggal : Sabtu 28 Juli 2018

Tanda Tangan :

Mengetahui,

Ketua Prodi Kebidanan
Program DIII
STIKes Muhammadiyah Gombong

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

HALAMAN PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PEMBERIAN GOSOK PUNGGUNG (BACKRUB) UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI KLINIK PERMATA IBU
PREMBUN, KEBUMEN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

**RAUDAHTUL JANNAH
B1501306**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 11 Agustus 2016

Penguji

1. Eti Sulastri, M. Keb

(.....)

2. Eka Novyriana, S.ST.,M.P.H

(.....)

Mengetahui,

Ketua Prodi Kebidanan
Program DIII
STIKes Muhammadiyah Gombong

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

LEMBAR PERNYATAAN

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

Gombong, Februari 2018
Kaudantui Jannah

KARYA TULIS ILMIAH

PEMBERIAN GOSOK PUNGGUNG (BACKRUB) UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI KLINIK PERMATA IBU PREMBUN, KEBUMEN

Raudahtul Jannah,² Eka Novyriana, S.ST.,M.P.H³

INTISARI

LatarBelakang: Nyeri punggung bawah merupakan gangguan yang sering dialami oleh ibu hamil. Ini tidak hanya terjadi pada trimester tertentu, tetapi juga dapat terjadi sepanjang masa-masa kehamilan hingga periode pasca natal. Nyeri punggung bawah pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor jika dikombinasikan dengan peregangan otot abdomen yang lemah. Faktor antara lain perubahan postur tubuh, distribusi ligamen, pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan. Untuk mengurangi nyeri punggung bawah, dapat dilakukan dengan gosok punggung.

Tujuan: Untuk mengetahui tingkat nyeri punggung sebelum dan sesudah dilakukan gosok punggung (*backrub*) di Klinik Permata Ibu Prembun, Kebumen

Metode: Penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan studi kasus (*case study*). Data diperoleh melalui skala numerik dan lembar observasi. Partisipannya adalah 5 ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung bawah.

Hasil: Setelah 5 partisipan diberi gosok punggung, terjadi penurunan nyeri yaitu partisipan ke 4 dari skala nyerinya 9 menurun hingga 5. Partisipan ke 2 dari skala nyeri 8 menurun hingga 5. Partisipan 1 dan 3 dari kala nyeri 8 menurun hingga 3. Partisipan ke 5 dari skala nyerinya 7 menurun hingga 3

Kata Kunci : Gosok Punggung, Nyeri Punggung Bawah, Ibu Hamil
Kepustakaan : 32 pustaka (2008-2017)
Jumlah halaman : xi+67 halaman + 7 lampiran

¹Judul

²Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan

³Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPER

ADMINISTRATION OF BACKRUB TO REDUCE LOWER BACK PAIN OF PREGNANT MOTHERS IN TRIMESTER III IN “PERMATA IBU” CLINIC PREMBUN

Raudahtul Jannah,² EkaNovyriana, S.ST.,M.P.H³

ABSTRACT

Background: Lower back pain is a nuisance that pregnant mothers often suffer from. This happens not only in a particular trimester, but it can also happen along the pregnancy until the post-natal period. Lower back pain of pregnant mothers can be influenced by several factors if it is combined with stretching of abdominal muscles. Those factors are changes in posture, distribution of ligaments, body gravity centre which is moving forwards. To overcome the lower back pain, the pregnant mothers in trimester III need backrub.

Objective: To know the administration of backrub for decreasing lower back pain of pregnant mothers in trimester III in “Permata Ibu” clinic at Prembun, Kebumen.

Method: This research is an analytical descriptive with a case study approach. Data were obtained through numerical scale and observation sheet. Participants are 5 pregnant mothers in trimester III suffering from lower back pain.

Result: This research is an analytical descriptive with a case study approach. Data were obtained through numerical scale and observation sheet. Participants are 5 pregnant mothers in trimester III suffering from lower back pain.

Keywords : Backrub, lower back pain, pregnant mothers
Literature : 32 references (2008-2017)
Number of Pages : xi+67 pages + 7 appendices

¹Title

²Student of DIII Program of Midwifery Department

³Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

KATA PENGANTAR

“Assalamu’alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh”

Puji syukur kehadirat Allah Subhannahu Wata’ala (SWT), yang senantiasa melimpahkan taufiq dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul **“Pemberian Gosok Punggung Backub Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester”**. Penulisan Proposal KTI ini disusun sebagai syarat memperoleh gelar ahli madya kebidanan.

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

1. Herniyatun,M.Kep. Sp. Mat selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Gombong,
2. Eka Novyriana, S.ST., M.P.H selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong,
3. Eka Novyriana, S.ST., M.P.H selaku pembimbing yang telah memberikan dukungan dan saran dalam penyusunan KTI
4. Eti Sulastri M. Keb selaku penguji yang telah memberikan dukungan dan saran dalam penyusunan KTI
5. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan KTI,
6. Teman-teman semua yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan KTI
7. Semua pihak yang dapat membantu dalam penyusunan KTI ini.

Menyadari adanya berbagai keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, baik pengetahuan maupun pengalaman tentunya KTI ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah yang tidak berkesudahan dan semoga dapat bermanfaat bagi kita semua (Amin).

“Wassalamu’alaikum Warahmatullahi Wabarakatu”

Gombong, Februari 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
INTISARI.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan	4
C. Manfaat.....	4
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Kehamilan Trimester III.....	7
B. Nyeri Punggung Bagian Bawah.....	8
C. Perubahan Ibu Hamil.....	13
D. Penilaian Skala Nyeri.....	15
E. Teori Pengurangan Nyeri.....	16
F. Kerangka Teori.....	19
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	20
B. Partisipan.....	21
C. Tempat dan Waktu.....	21
D. Instrumen.....	22
E. Teknik Pengumpulan Data.....	22
F. Teknik Pengambilan Data.....	25
G. Etika Penelitian.....	27
BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL, PEMBAHASAN	
A. Manajemen Kasus.....	31
B. Hasil.....	51
C. Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	19
--------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal KTI
- Lampiran 2 Jadwal Penelitian
- Lampiran 3 Informed Consent
- Lampiran 4 SOP Gosok Punggung (Backrub)
- Lampiran 5 Lembar Pengkajiann
- Lampiran 6 Lembar Observasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ketidaknyamanan kehamilan trimester 3 merupakan keadaan tidak nyaman yang dirasakan oleh ibu hamil trimester 3 yaitu dari mulai umur kehamilan 28 minggu sampai 40 minggu. Salah satu ketidaknyamanan yang sering timbul adalah nyeri punggung. Nyeri punggung merupakan gangguan yang banyak dialami oleh ibu hamil yang tidak hanya terjadi pada trimester tertentu, tetapi dapat dialami sepanjang masa-masa kehamilan hingga periode pasca natal (Lichayati, 2013). Secara umum, nyeri punggung pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu perubahan postur tubuh, hal ini sejalan dengan bertambahnya berat badan secara bertahap selama kehamilan dan *redistribusi ligamen*, pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan dan jika dikombinasikan dengan peregangan otot *abdomen* yang lemah.

Hal ini sering mengakibatkan lekukan pada bahu, ada kecenderungan otot punggung untuk memendek jika otot *abdomen* meregang dapat menyebabkan ketidakseimbangan otot sekitar *pelvis*, dan tegangan dapat dirasakan diatas ligamen tersebut (Ummah, 2012).

Angka kejadian *Low Back Pain* pada ibu hamil menurut survey yang dilakukan di Inggris terdapat 50% ibu hamil mengalami nyeri punggung (Fraser, 2009). Survey online yang dilaksanakan oleh *University of Ulster*

2014, dari 157 ibu hamil yang mengisi kuesioner, 70% pernah mengalami nyeri punggung, di Indonesia baru didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh (Suharto, 2001). Dari 180 ibu hamil yang diteliti, 47% mengalami nyeri tulang belakang, dalam hasil penelitian (Kartonis, Era, & Tian, 2011). Apabila tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan kualitas ibu hamil menjadi buruk. Nyeri pada punggung selama kehamilan bervariasi antara 35-60%.

Penyebab *Low Back Pain* saat kehamilan berlanjut simfisis pubis melunak, ligamen panggul menjadi lemah (efek dari meningkatnya hormone relaxin yang memberikan efek relaksasi) dan rahim cenderung bergeser kedepan sehingga mengubah jalur titik beban dan menggeser panggul. Nyeri punggung saat hamil sering ditemui pada kondisi kaki yang tidak lurus mengakibatkan panggul tidak simetris dan cara berjalan yang salah dapat meningkatkan nyeri punggung saat kehamilan. Hal ini dapat diketahui bahwa aktivasi otot yang tepat terintegrasi dengan sistem artikular utuh diperlukan agar panggul dapat menerima beban dalam kondisi yang baik yang dapat menjaga stabilitas sendi panggul (Costance, 2011).

Terapi farmakologis *Low Back Pain* yang sering diberikan antara lain antidepressantrisiklik (amitriptilin) analgetika dengan menggunakan paracetamol karena efek anti inflamasinya sangat lemah sehingga aman digunakan bagi ibu hamil (Dinkes, 2010). Terapi nonfarmakologi *Low Back Pain* bisa sembuh tanpa pemberian obat sehingga bisa mengurangi penggunaan obat yang beresiko dan mahal. Terapi non farmakologis dapat

dilakukan pada ibu dengan *low back pain* seperti pemaparan panas di permukaan kulit, pijat punggung, akupuntur, meditasi untuk mengurangi stres, yoga dan manipulasi spinal (Dinkes, 2010). Hasil penelitian oleh (Ariyanti, 2012). Didapatkan bahwa 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang, dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan. Jika nyeri punggung tidak segera diatasi maka dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari misalnya tidur, nafsu makan, konsentrasi, interaksi dengan orang lain gerakan fisik, bekerja, aktivitas-aktivitas santai. Diantara semua wanita ini, 47-60% melaporkan bahwa nyeri punggung terjadi pada kehamilan 5-7 bulan.

Selain itu, hasil penelitian (Hakiki, 2009). Terdapat sebanyak 19 responden (53,9%) mengalami nyeri berat. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi nyeri salah satunya adalah riwayat kehamilan. Hasil penelitian dari 19 responden yang mengalami nyeri berat sebanyak 8 responden (44,4%) diantaranya merupakan kehamilan pertama. Nyeri paling banyak dirasakan pada kehamilan pertama, hal ini disebabkan karena faktor pengalaman. Ibu yang baru pertama hamil belum memiliki pengalaman sehingga respon nyeri pun berbeda dan cara untuk mengatasi nyeri juga berbeda (Ummah, 2012).

Penerapan *Backrub* untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III dilakukan di Klinik Permata Ibu merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan swasta yang mengalami pemeriksaan kehamilan, persalinan, KB, KIA. Berada di Jln. Tersobo, Kecamatan

Prembun Kabupaten Kebumen. Berdasarkan kunjungan bulan Maret sampai Mei, pasien yang datang berkunjung di Klinik Permata Ibu untuk melakukan pemeriksaan yaitu 20 orang sehingga alasan penulis mengambil responden di Klinik Permata Ibu karena jumlah ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah cukup banyak.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil asuhan kebidanan pada ibu hamil nyeri punggung (*low back pain*) dengan pemberian gosok punggung (*backrub*) untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik umur, paritas, pekerjaan dan pola aktivitas pada ibu hamil trimester III
- b. Mengetahui tingkat nyeri punggung sebelum dilakukan gosok punggung (*backrub*) pada ibu hamil trimester III
- c. Mengetahui tingkat nyeri punggung setelah dilakukan gosok punggung (*backrub*) pada ibu hamil trimester III

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi Penulis

b. Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai cara mengurangi nyeri punggung (*low back pain*) dengan teknik gosok punggung (*backrub*)

c. Bagi Institusi

Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan informasi di bidang ilmu kebidanan tentang pemberian gosok punggung (*backrub*) untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

d. Bagi Ilmu Pengetahuan

Karya Tulis Ilmiah ini dapat digunakan untuk mengetahui pemberian gosok punggung (*backrub*) untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Studi kasus ini dapat dijadikan sebagai bahan pengembangan penelitian bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong khususnya program studi DIII Kebidanan dengan menitikberatkan pada pentingnya kesejahteraan ibu dan anak.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan dapat digunakan sebagai masukan kepada bidan dan tenaga kesehatan lain bahwa pemberian gosok punggung (*backrub*) dapat membantu menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

c. Bagi Partisipan

Asuhan ini dapat digunakan untuk menurunkan nyeri punggung (*low back pain*) pada ibu hamil trimester III.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penerapan asuhan ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan peneliti selanjutnya bahwa pemberian gosok punggung (*backrub*) dapat membantu menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

e. Bagi Tempat Penelitian

Dapat digunakan untuk referensi dalam meningkatkan program pelayanan asuhan kebidanan khususnya bagi ibu hamil Trimester III tentang nyeri punggung bawah selama kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (2012). nyeri punggung bawah low back pain.
- Ariyanti. (2012). pengaruh WWZ terhadap perubahan skala nyeri punggung pada ibu hamil di puskesmas. *perbedaan masase effleurage dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III* , 149.
- Aslani. (2003). gosok punggung backrub. *Perbedaan masase efleurage dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III* , 152.
- Chang, & Ani. (2000). *Penilaian Skala Nyeri*. jakarta: EGC.
- Charlence, & Syaifuddin. (2001). *perubahan sistem musculoskeletal*. jakarta: Rineka Cipta.
- Costance. (2011). *buku saku kebidanan*. jakarta: EGC.
- Dachlan. (2009). statistika untuk kedokteran dan kesehatan. *PERBEDAAN MASASE EFFLEURAGE DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III* , 163.
- Depkes, RI. (2004). *masa reproduksi sehat*. airlangga.
- Dinkes. (2010). *profil kesehatan*. semarang.
- Ferell, Torry, & Glick. (2001). *konsep dasar nyeri*. jakarta: EGC.
- Fraser. (2009). angka kejadian low back pain. *Perbedaan masase efleurage dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III* , 149.
- Hakiki. (2009). *manajemen penelitian kesehatan*. jakarta: Rineka Cipta.
- Hidayat. (2009). *manajemen penelitian kesehatan*. jakarta: Rineka Cipta.
- Jiyeon, Kyung, & Hiwang. (2010). *penilaian skala nyeri*. jakarta: EGC.
- Kartonis, Era, & Tian. (2011). Pregnancy-related low back pain. *perbedaan masase efleurage dan kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III* , 149.

- Kasdu, d. (2008). solusi probem wanita dewasa. *KOMPRES HANGAT DAN GOSOK PUNGGUNG (BACKRUB) EFEKTIF MENURUNKAN NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III* , 6, 12.
- Kusyati. (2006). gosok punggung backrub. *KOMPRES HANGAT DAN GOSOK PUNGGUNG (BACKRUB) EFEKTIF MENURUNKAN NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III* , 12.
- Lichayati. (2013). *ketidaknyamanan kehamilan trimester III*. jakarta: EGC.
- Notoatmodjo. (2010). *metodologi penelitian*. jakarta: EGC.
- Pantikawati, & Saryono. (2010). paritas ibu hamil. *upaya penanganan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III* , 6.
- Rhodes, & Daniel. (2014). *Numeric Rating Scale*. jakarta: Erlangga.
- Richardson, & Jones. (2009). *Penilaian Skala Nyeri*. jakarta: EGC.
- Seriven, Evans, & Stevens. (2000). *Penyebab Nyeri Punggung*. jakarta: Erlangga.
- Sugiono. (2009). *metodologi penelitian*. jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2012). *metodologi penelitian* . jakarta: EGC.
- Suharto. (2001). *angka kejadian low back pain*. jakarta: Rineka Cipta.
- Tiran. (2008). "Bailere's midwives" Dictionar Bailere Tindall. *KOMPRES Hangat Dan Gosok Punggung (Backrub) Efektif Menurunkan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III* , 12.
- Ummah. (2012). nyeri punggung pada ibu hamil ditinjau dari body mekanik dan paritas. *perbedaan masase effleurage dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III* , 149.
- Varney. (2007). penyebab nyeri punggung. *keefektifan senam pilates terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III* , 298.
- Wiratha. (2006). *metodologi penelitian*. jakarta: EGC.

LEMBAR KONSULTASI
KARYATULIS ILMIAH PRODI DIII KEBIDANAN
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
2018

Nama : Raudahtul Jannah

NIM : B1501306

Dosen Pembimbing : Eka Novyriana, S.ST.,M.P.H

NO	Hari / Tanggal	Rencana Bimbingan	Realisasi	Paraf pembimbing
1.	Senin, 2 Juli 2018	Konsul Bab 4		Eka Novyriana S.ST.M.P.H
2	Rabu, 4 Juli 2018	Revisi Konsul BAB 4		Eka Novyriana S.ST.M.P.H
3	Kamis 5 Juli 2018	Revisi BAB 4		Eka Novyriana S.ST.M.P.H
4	Senin, 10 Juli 2018	Revisi Bab 4		Eka Novyriana S.ST.M.P.H
5	Rabu 11 Juli 2018	Revisi BAB 4		Eka Novyriana S.ST.M.P.H
6	Kamis, 12 Juli 2018	Revisi BAB 4		Eka Novyriana S.ST.M.P.H
7.	Jumat, 13 Juli 2018	Revisi BAB 4		Eka Novyriana S.ST.M.P.H

15	Selasa 24 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5			 Eka Novyrianas stamp
16	Rabu 25 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5			 Eka Novyrianas stamp
17	Kamis 26 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5			 Eka Novyrianas stamp
18	Jumat 27 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5 + konsul abs intercamp			 Eka Novyrianas stamp
19	Jumat, 27 Juli 2018	Revisi bab abstract (Mr. Joe)			 (Mr. Joe)
20	Sabtu 28 Juli 2018				 Eka Novyrianas stamp
21	Jumat, 27 Juli 2018	konsul abstract (Mr. Joe)		It's done	 Mr. Joe

8	Senin 16 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5				Eka Novyriana S. STMP
9	Selasa 17 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5				Eka Novyriana S. STMP
10	Rabu 18 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5				Eka Novyriana S. STMP
11	Kamis 19 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5				Eka Novyriana S. STMP
12	Jumat 20 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5				Eka Novyriana S. STMP
13	Sabtu 21 Juli 2018	revisi bab 4 dan 5				Eka Novyriana S. STMP
14	Senin 23 Agustus Juli 2018	revisi bab 4 dan 5				Eka Novyriana S. STMP

Lampiran 2. Jadwal Penelitian

JADWAL PENELITIAN

No.	Kegiatan	Januari				Februari			
		1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Pengajuan Judul								
2.	Penyusunan Proposal								
3.	Ujian Proposal								



Lampiran 3. Informed Consent

INFORM CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat:

Menyatakan sesungguhnya diri saya sendiri/ sebagai suami/ orang tua / keluarga/ wali dari :

Nama :

Umur :

Setelah mendapatkan penjelasan mengenai asuhan kebidanan tentang Pemberian gosok punggung backrub untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III dari mahasiswa Program Studi Kebidanan Program DIII STIKes Muhammadiyah Gombong :

Nama : Raudahtul Jannah

NIM : B1501306

Dengan ini menyatakan SETUJU/MENOLAK dilakukan gosok punggung untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III

Dari pernyataan yang diberikan, telah saya mengerti dari segala hal yang berhubungan dengan tindakan yang akan dilakukan dan kemungkinan pasca tindakan yang kemungkinan dapat terjadi sesuai penjelasan yang diberikan.

Gombong, Februari 2018

Mahasiswa

(Raudahtul Jannah)

Mengetahui,

Klien

Suami/Keluarga

()

()

Lampiran 4. SOP Pijat Akupresur

	Gosok Punggung (Backrub)		
	Nomer Dokumen	Nomer Revisi	Halaman 1 dan 2
PENGERTIAN	Backrub adalah melakukan tindakan pemijatan pada punggung untuk memperlancar sirkulasi aliran darah.		
TUJUAN	1. Melancarkan sirkulasi darah 2. Meningkatkan fungsi jaringan syaraf 3. Menurunkan ketegangan otot 4. Melarutkan lemak 5. Menstimulasi sirkulasi kulit 6. Menimbulkan relaksasi yang dalam 7. Mengurangi nyeri pada tengkuk 8. Memperbaiki secara langsung maupun tidak langsung fungsi setiap organ internal		
KEBIJAKAN	Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah trimester III		
PETUGAS	Bidan		
PERALATAN	Alat pengukur waktu		
PERSIAPAN PASIEN	a. Inform consent dengan ibu dan keluarga tentang pelaksanaan gosok punggung (backrub) b. Ruangan tempat melakukan pemijatan hedaknya tidak pengap dan Mempunyai sirkulasi udara yang baik. c. Pemijatan dilakukan di tempat yang bersih.		

CARA KERJA	a. Cuci tangan sebelum melakukan tindakan b. Memastikan kondisi psikologi dan nutrisi pasien c. Mengecek tidak ada luka/bengkak pada punggung yang akan dilakukan pemijatan d. Letakan tangan di pinggang dengan ibu jari disetiap sisi tulang belakang. Tekan selama kira-kira 10 detik secara bertahap, tekan kebawah, tekan tulang ekor dan lakukan kearah luar pada seluruh pantat bawah. Lakukan gerakan terus turun kebawah lalu pindahkan ibu jari kesamping e. Pijit dari daerah pinggul turun ke pantat bawah lalu kesemua pipi pantat f. Melakukan pemijatan secara lembut. g. Melakukan evaluasi tindakan
REFERENSI	Hanani(2016)

Lampiran 5. Lembar Pengkajian

LEMBAR PENGKAJIAN
(SEBELUM DILAKUKAN BACKRUB)

A. SUBJEKTIF

1. Identitas	
a. Nama	
b. Umur	
c. Pendidikan	
d. Pekerjaan	
e. Alamat	
2. Riwayat Kehamilan	
a. Kehamilan Ke-	
b. HPHT	
c. HPL	
d. Umur Kehamilan	
e. Keluhan	
3. Riwayat Kesehatan	
a. Dahulu	
b. Sekarang	
c. Keluarga	
4. Riwayat Psikososial dan Budaya	
5. Pola Kebiasaan Sehari-hari	
a. Pola Makan (Pantang makan)	
b. Pola Aktivitas	
c. Pola Istirahat	

DOKUMENTASI

Ny. S1



Ny. E



Ny. A

Ny. N



Ny. S2

