



PENGERUH MASSAGE EFFLEURAGE TERHADAP NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Lisni Siregar¹, Eva Yusnita Nasution²

^{1,2} STIKes Darmais Padangsidimpuan Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga
e-mail: ¹lisnisiregar084@gmail.com, ²evayusnitanasution@gmail.com

ABSTRACT

Effleurage massage is A term used to denote certain manipulations of the body's soft tissues. most of these manipulations are effective when the hands are arranged in order to influence the nerves, muscles, respiratory system, blood circulation and lymph which are local and comprehensive. according to the world health organization (WHO) in 2019, the prevalence of lower back pain was reported as 70% during pregnancy in australia. The prevalence of lower back pain in pregnant women at a gestation age of more than 21 weeks in malaysia is 36.5% for mild pain, 46% for moderate pain, and 17.5% for severe pain. And the prevalence of pain is more than 50% in the United States, Canada, Iceland, turkey, korea and israel. The aim of the research is to determine the effect of effleurage massage on back pain in third trimester pregnant women at the independent practice of midwife Linni hapni Am.Keb, Padangsidimpuan city in 2024 this research is pretest posttest only where a sample of 5 respondents is studied based on age, education, employment, religion, back pain, information system. The results of the research before carrying out massage effluage on pregnant women were with a mean of 2.60, after carrying out massage effleurage the pregnant women experienced a decrease in pain with a mean of 2.40. The conclusion of this research is that there is an effect of effleurage massage on Pregnant Women Who Experience Back Pain in the Independent Practice of midwife Linni hapni Am.Keb, Padangsidimpuan city, P - Value 0.003.it is recommended that pregnant women do effleurage massage more often and gain knowledge and experience in implementing effleurage massage for pregnant women who experience back pain.

Key words: *massage effect, third trimester pregnant women, back pain*

ABSTRAK

Massage effleurage adalah suatu istilah yang digunakan untuk menunjukkan manipulasi tertentu dari jaringan lunak tubuh. Manipulasi tersebut sebagian besar efektif di bentuk dengan tangan diatur guna tujuan untuk mempengaruhi saraf, otot, sistem pernapasan, peredaran darah, dan limfe yang bersifat setempat dan menyeluruh. Menurut world health organization (WHO) tahun 2019 dalam prevalensi nyeri punggung bawah merupakan bahwa saat kehamilan di australia dilaporkan sebanyak 70% . Prevalensi nyeri punggung bawah pada ibu hamil pada usia kehamilan lebih dari 21 minggu di malaysa terdapat 36,5% dengan nyeri ringan, 46%, untuk nyeri sedang, dan 17,5% untuk nyeri berat. Dan prevalensi terjadi nyeri lebih dari 50% di amerika serikat, kanada, iceland, turki dan korea dan israel. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh massage effleurage terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di praktek mandiri bidan Linni hapni Am.Keb Kota Padangsidimpuan Tahun 2024. penelitian ini bersifat pretest posttest only dimana sampel sebanyak 5 responden yang di teliti berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, agama, nyeri punggung, sistem informasi. Hasil penelitian sebelum melakukan massage effluarage pada ibu hamil dengan Mean 2.60, setelah di lakukan massage effleurage pada ibu hamil mengalami penurunan nyeri dengan Mean 2.40. Kesimpulan penelitian ini ada pengaruh massage effleurage terhadap ibu hamil yang mengalami nyeri punggung di praktek mandiri bidan Linni hapni Am.Keb Kota Padangsidimpuan P-Value 0,003. Di sarankan ibu hamil lebih sering melakukan massage effleurage dan mendapatkan pengetahuan dan pengalaman dalam pelaksanaan massage effleurage terhadap ibu hamil yang mengalami nyeri punggung.

Kata Kunci : *Massage effeurage, ibu hamil trimester III, nyeri punggung*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kehamilan suatu proses yang alami dan normal, selama hamil seorang ibu mengalami perubahan-perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikologis, salah satu keluhan adalah nyeri punggung bawah pada ibu hamil Trimester III keluhan umum yang sering terjadi dikalangan ibu hamil, diperkirakan 70% wanita hamil mengeluhkan beberapa bentuk nyeri punggung pada suatu saat kehamilan, persalinan, hingga postpartum (Purnamasari, 2019).

Menurut data WHO dalam prevalensi nyeri punggung bawah merupakan bahwa saat kehamilan di Australia dilaporkan sebanyak 70%. Prevalensi nyeri punggung bawah pada ibu hamil pada usia kehamilan lebih dari 21 minggu di malaysa terdapat 36,5% dengan nyeri ringan, 46%, untuk nyeri sedang, dan 17,5% untuk nyeri berat. Dan prevalensi terjadi nyeri lebih dari 50% di amerika serikat, kanada, iceland, turki dan korea dan israel. (Maharani 2019).

Di Negara Maju seperti di Amerika, Nyeri pada punggung bawah merupakan masalah muskuloskeletal yang cukup umum selama masa kehamilan dengan perkiraan prevalensi mulai dari 30% - 78% di Amerika Serikat, Eropa dan beberapa bagian Afrika. Sepertiga dari populasi penderita nyeri punggung bawah yang mengalami nyeri hebat dan sering dikaitkan dengan keterbatasan kemampuan ibu hamil untuk bekerja secara efektif. Hal tersebut berkaitan pada kualitas hidup yang buruk, akibatnya produktivitas ibu hamil dalam kegiatan rutin hariannya berkurang (Manzoyo, 2019).

Nyeri punggung bawah lazim terjadi pada kehamilan dengan insiden yang dilaporkan bervariasi dari kira-kira 50% di inggris dan skandinavia sampai mendekati 70% di australia. Nyeri merupakan fenomena

multidimensional sehingga sulit untuk di definisikan. Nyeri merupakan pengalaman personal dan subjektif,an tidak ada dua individu yang merasakan nyeri dalam pola yang identik sama (Andriani , 2019).

Di Negara Berkembang seperti di Indonesia Nyeri punggung bawah yang dialami ibu hamil berdasarkan laporan kesehatan indonesia tahun 2015 terdapat 5.298.285 orang ibu hamil di indonesia, di wilayah jawa tengah jumlah nya ada 314.492 orang, di wilayah kota semarang 53.734 orang ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah. (Robert, 2015).

Indonesia dalam data kemenkes pada tahun 2018 terdapat sekitar 305 per100.000 kelahiran hidup. Nyeri punggung di Indonesia lebih sering di jumpai pada ibu hamil dan pada golongan usia 30 tahun. Secara keseluruhan nyeri punggung merupakan keluhan yang paling banyak dijumpai dengan angka prevalensi mencapai 49%, 80-90% dari ibu hamil yang mengalami nyeri punggung menyatakan tidak melakukan usaha apapun untuk mengatasi timbulnya gejala tersebut, dengan kata lain hanya sekitar 10-20% dari mereka yang melakukan perawatan medis ketenaga kesehatan. (Suryanti, 2021).

wilayah provinsi Sumatra Utara jumlahnya 343.978 orang. Untuk wilayah kota medan terdapat 53.734 orang ibu hamil. Nyeri punggung bawah pada kehamilan digambarkan sebagai nyeri pada daerah lumbar, diatas sakrum dan rasa nyeri tersebut bisa menjalar ke kaki, rasa nyeri seringkali bersifat tumpul dan diperburuk dengan fleksi tulang lumbal ke arah anterior (Casagrande, 2015).

Hasil Survey pendahuluan di Klinik Bidan Linni Hapni Am.Keb Kota Padangsidempuan yang dilakukan oleh peneliti tanggal 28 – 30 November 2023 di dapatkan hasil wawancara dari 5 ibu hamil,

ke 5 ibu hamil ini belum mengetahui tentang massage effleurage dan belum pernah melihat dan mencoba teknik massage effleurage secara langsung, 5 orang ibu hamil belum mengetahui tentang massage effleurage. Kemudian saya tanya ke Bidan, dan Bidan mengatakan belum pernah melakukan massage effleurage mengurangi nyeri punggung terhadap ibu hamil trimester III. Berdasarkan latar belakang dan fenomena diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh

No	Umur	F	%
1	17-25 Tahun	2	40.0%
2	26-35 Tahun	3	60.0%
	Jumlah	5	100%

massage effleurage terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Bidan praktek mandiri Bidan linni hapni kota Padangsidimpuan Tahun2024.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh massage effleurage terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di praktek mandiri bidan linni hapni kota Padangsidimpuan Tahun 2024.

Hipotesis

Analisis data yang dilakukan secara *Univariate/bivariat* dengan melihat persentase data yang dikumpulkan dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisis data kemudian dilanjutkan dengan menggunakan teori dari keputusan yang ada serta hasil penelitian lain yang berhubungan dengan judul diatas yang pernah dilakukan.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen (eksperimen semu) atau Prettes posttes only dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh massage effleurage nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini di ambil dengan menggunakan tehnik *purposive sampling* yaitu dengan menyesuaikan cara pengambilan sampel di dasarkan atas pertimbangan penelitian sendiri menjadikan Ibu hamil trimester III di Praktek mandiri bidan Linni Hapni Kota PadangSidimpuan tahun 2024 sebagai sampel penelitian yaitu sebanyak 5 orang.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan sekunder. Data sekunder yaitu data yang diperoleh dari pihak lain seperti data ibu hamil trimester III hasil pendokumentasian di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan Tenggara tahun 2024.

Sedangkan data primer adalah data yang di peroleh dengan wawancara langsung kepada responden ibu hamil trimester III, dengan menggunakan lembar ceklis, kuesioner untuk melihat skala nyeri, lembar observasi, pertama membuat identitas responden terdiri dari 5 responden kemudian melihat perubahan maka dilakukan dengan mengobservasi pada awal sebelum memberikan massage effleurage dan sesudah melakukan massage effleurage.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur
Responden Ibu Hamil Trimester III di
Praktek Mandiri
bidan Linni Hapni Kota
PadangSidimpuan
Tahun 2024

Berdasarkan Tabel 1 Menunjukkan bahwa mayoritas responden berumur 26-35 sebanyak 5 responden (60,0%)

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No	Pendidikan	F	%
1	SMP	2	40.0%
2	SMA	3	60.0%
3.	Jumlah	5	100.0%

Berdasarkan Tabel 2 Menunjukkan bahwa Mayoritas pendidikan ibu hamil adalah SMA 3 (60,0%) dan Minoritas pendidikan ibu hamil SMP 2 (40,0%) .

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

Berdasarkan Tabel 3 Menunjukkan bahwa Mayoritas pekerjaan ibu hamil adalah ibu rumah tangga 2 (40%) dan minoritas pekerjaan ibu hamil adalah pedagang 1 (20.0%), Wiraswasta 1 (20%), dan Petani 1 (20.0%).

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Agama Ibu Hamil Trimester III di Praktek

No	Pekerjaan	F	%
1	IRT	2	40.0%
2	Pedagang	1	20.0%
3	Wiraswasta	1	20.0%
4	Petani	1	20.0%
	Jumlah	5	100.0%

Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan

Tahun 2024

No	Agama	F	%
1	Islam	5	100%
	Jumlah	5	100%

Berdasarkan Tabel 4 Menunjukkan bahwa seluruh ibu hamil beragama Islam sebanyak 5 (100%).

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Nyeri Punggung Pada Ibu Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No	Nyeri Punggung	F	%
1	Mengalami Nyeri Punggung	5	100%
	Jumlah	5	100

Berdasarkan Tabel 5 Menunjukkan bahwa Mayoritas yang mengalami nyeri punggung 5 (100%).

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Pernah Mendapatkan Informasi Massage Effleurage Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No	Pernah Mendapatkan Informasi Massage Effleurage	F	%
1	Tidak Pernah	5	100%
	Jumlah	5	100%

Berdasarkan Tabel 6 Menunjukkan Mayoritas Ibu hamil tidak pernah

mendapatkan informasi tentang Massage Effleurage 5 (100).

Tabel 7
Pengaruh Sebelum Dilakukan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No	Sebelum dilakukan Massage Effleurage	F	%
1	5-6 Nyeri Berat	4	80.0%
2	7-8 Nyeri Sangat Berat	1	20.0%
	Jumlah	5	100.0%

Berdasarkan Tabel 7 Menunjukkan Mayoritas Skor tingkat nyeri pada ibu hamil trimester III sebelum dilakukan Massage Effleurage 5-6 nyeri berat 4 (80.%) Dan 7-8 nyeri sangat berat 1 (20.%).

Tabel 8
Pengaruh Sesudah Dilakukan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No	Sesudah Dilakukan Massage Effleurage	F	%
1	1-2 Nyeri Ringan	2	40.0%
2	3-4 Nyeri Sedang	3	60.0%
	Jumlah	5	100%

Berdasarkan Tabel 8 menunjukkan mayoritas Skor tingkat sesudah melakukan Massage Effleurage pada ibu hamil Trimester III 1-2 nyeri ringan (40%). dan 3-4 nyeri sedang (60%).

Tabel 9
Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Melakukan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

Berdasarkan Tabel 9 dapat di lihat bahwa rata-rata (*mean*) Tingkat Nyeri punggung Pada Ibu hamil Trimester III sebelum di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan sebelum dilakukan Massage Effleurage adalah 4.20 dengan nilai minimal adalah 4 dan nilai maksimal adalah 5 dan rata-rata (*mean*) Tingkat Nyeri Punggung pada ibu hamil trimester III sesudah dilakukan Massage Effleurage adalah 2.60 dengan nilai minimal adalah 2 dan nilai maksimal adalah 3

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidimpuan menunjukkan bahwa sebelum dilakukan Message Effleurage di dapatkan rata-rata (*mean*) 4.20 dan sesudah dilakukan Message Effleurage sebagian besar terjadi penurunan Tingkat Nyeri sebanyak 5 responden dengan presentase (2.60), tidak ada responden yang mengalami peningkatan Nyeri Punggung setelah diberikan Massage Effleurage sebelum dan sesudah diberikan Massage Effleurage sebesar 5 reponden. Uji Test Independen *p*-

value adalah 0,003 menunjukkan adanya Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max	Signifikan
Nyeri punggung pada Ibu Hamil Sebelum dilakukan Massage effleurage	5	4.20	447	4	5	0,003
Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Sesudah dilakukan Massage Effleurage	5	2.60	548	2	3	

III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidempuan Tahun 2024.

Tingkat nyeri setelah dilakukan Massage Effleurage mengalami penurunan dibandingkan dengan tingkat nyeri punggung sebelum dilakukan Massage Effleurage, bahwa terbukti Massage Effleurage yang diberikan kepada ibu hamil trimester III di Praktek Mandiri Bidan Linni Hapni Kota Padangsidempuan mempunyai manfaat yang berarti untuk Tingkat nyeri punggung saat menghadapi persalinannya nanti. Hal ini dapat dilihat nilai mean sebelum dilakukan Massage Effleurage yaitu sebanyak 4.20 dan setelah dilakukan Massage Effleurage nilai mean menjadi 2.6

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan di atas, maka kesimpulan yang didapatkan adalah sebagai berikut:

1. Tingkat Nyeri Punggung dilakukan tindakan Massage Effleurage pada ibu hamil trimester III dengan mean 4.20.

2. Tingkat Nyeri Punggung sebelum dilakukan tindakan Massage Effleurage pada ibu hamil trimester III, semua responden mengalami nyeri punggung dengan mean 2.60.

3. Ada pengaruh Massage Effleurage terhadap Nyeri Punggung pada ibu hamil trimester III di Klinik Bidan Linni Hapni Kota

4. Padangsidempuan dengan *p-value* 0,003.

DAFTAR PUSTAKA

Andriani, dkk, (2019). *Buku ajar asuhan kebidanan kehamilan pada persalinan* indomedia pustaka. S. yogyakarta.

Casagrande, (2015). *Low Back Pain and pelvic girdle pain in pregnancy*, melalui: <https://researchexperts.utmb.edu>. Amerika.

Maharani. (2019). *Nyeri punggung pada saat kehamilan*. Tanjung karang.

Manzoyo, dkk, (2019). *Low back pain during pregnancy prevalence, risk factors and association with daily activities among pregnant women in urban*. National institutes of health, melalui: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>.

Purnamasari. (2019). *Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III*. Kebidanan Universitas Galuh Indonesia. Melalui: <https://jurnal.unigal.ac.id>.

Roberth, (2015). *Data informasi, profil kesehatan indonesia*. Melalui: <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id>.

Suryanti, (2021). *Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil Trimester III*. Akademika Baiturrahim Jambi.