



**PENGARUH *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP  
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER III DENGAN *LOW BACK PAIN* (LBP)**

**SKRIPSI**

**AULYA VIRA MAYLINDA**

**1910711061**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA**

**2023**



**PENGARUH *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP  
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER III DENGAN *LOW BACK PAIN* (LBP)**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan**

**AULYA VIRA MAYLINDA**

**1910711061**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
2023**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Aulya Vira Maylinda

NRP : 1910711061

Tanggal : 4 Juli 2023

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 4 Juli 2023

Yang Menyatakan,



(Aulya Vira Maylinda)

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta,  
saya yang bertanda tangan di bawah ini :

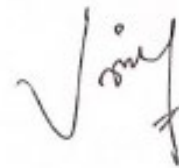
Nama : Aulya Vira Maylinda  
NRP : 1910711061  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : "Pengaruh *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan *Low Back Pain* (LBP)"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada tanggal : 4 Juli 2023  
Yang Menyatakan,



(Aulya Vira Maylinda)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Aulya Vira Maylinda  
NRP : 1910711061  
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana  
Judul : Pengaruh *Massage Effleurage* terhadap Penurunan  
Tingkat Nyeri Pada Ibu Hamil Trimester III dengan *Low  
Back Pain* (LBP).

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ns. Lina Ayu Marcelina, M. Kep., Sp. Kep. Mat

Ketua Penguji



Ns. Dora Samarja, M. Kep

Penguji I

Desmawati, SKP, M.Kep, Sp.Mat, PhD

Dekan FKES UPN "Veteran" Jakarta



Desmawati, SKP, M.Kep, Sp.Mat, PhD

Penguji II (Pembimbing)



Ns. Gamyari Utami, M. Kep

Ka. Prodi Keperawatan Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 23 Juni 2023

# **PENGARUH *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN *LOW BACK PAIN* (LBP)**

**Aulya Vira Maylinda**

## **Abstrak**

*Low Back Pain* (LBP) yang tidak tertangani secara cepat dan tepat akan semakin memburuk dan banyak ibu hamil yang beranggapan bahwa nyeri punggung bawah tidak perlu dikhawatirkan. Upaya untuk mengurangi rasa nyeri punggung bawah atau *low back pain* (LBP) yang dialami sepertiga dari populasi ibu hamil maka diberikan intervensi non-farmakologis berupa *massage effleurage* yang tidak memiliki efek samping. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu hamil trimester III dengan *low back pain* (LBP). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa *quasy experiment one group pre and posttest* terhadap 42 ibu hamil trimester III dengan teknik total sampling. Adapun instrumen yang digunakan diantaranya kuesioner data demografi dan *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan menggunakan Uji *paired T-test*. Hasil Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pada intervensi *massage effleurage* terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu hamil trimester III dengan *low back pain* (LBP) sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).

**Kata Kunci :** Ibu Hamil Trimester III, *Low Back Pain* (LBP), *Massage Effleurage*

# **THE EFFECT OF EFFLEURAGE MASSAGE ON REDUCE PAIN LEVEL IN TRIMESTER III PREGNANT WOMEN WITH LOW BACK PAIN (LBP)**

**Aulya Vira Maylinda**

## **Abstract**

Low Back Pain (LBP) that is not treated quickly and appropriately will get worse and many pregnant women think that low back pain is nothing to worry about. In an effort to reduce low back pain (LBP) experienced by a third of the population of pregnant women, non-pharmacological interventions are given in the form of effleurage massage which has no side effects. The purpose of this study was to determine whether or not there was an effect of effleurage massage on reducing pain levels in third trimester pregnant women with low back pain (LBP). The research design used in this study was a quasy experiment one group pre and posttest on 42 third trimester pregnant women with a total sampling technique. The instruments used included a demographic data questionnaire and a Numeric Rating Scale (NRS) using a paired T-test. The results of this study indicated that there was a significant effect of effleurage massage intervention on reducing pain levels in third trimester pregnant women with low back pain (LBP) of 0.000 ( $p < 0.05$ ).

**Keywords :** Low Back Pain (LBP), Massage Effleurage, Third Trimester Pregnant Women

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan Rahmat serta Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Massage Effleurage* terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Ibu Hamil Trimester III dengan *Low Back Pain (LBP)*”. Terimakasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desmawati, SKP, MKep, Sp.Mat, PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep selaku Kepala Program Studi S1 Keperawatan UPN “Veteran” Jakarta, Desmawati, SKP, MKep, Sp.Mat, PhD selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan pada penelitian ini sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan, serta staf dosen dan administrasi Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta.

Selain itu, saya ucapkan terima kasih kepada ayah, ibu dan teman-teman “Lupa Fiksasi” diantaranya Yulia Prabhawaty, Talitha Syifa Laili, Ailsa Dzakiyah dan Safa Marwah, serta teman-teman masa kecil saya diantaranya Silvia Ismi, Rikza Aliya dan Andini Mustazam, dan juga Erika Oktaviyanti sebagai *support system* yang selalu mendukung, menyemangati dan mendoakan saya dalam penyusunan penelitian ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik khususnya dari penguji, guna kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bisa dilanjutkan untuk pelaksanaan penelitian serta bermanfaat bagi pembaca dan meningkatkan Ilmu Pengetahuan di lingkungan UPN “Veteran” Jakarta dan di Institusi tempat penelitian.

Jakarta, 6 Maret 2023

Penulis

Aulya Vira Maylinda



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Konsep Kehamilan.....	7
II.2 Konsep <i>Low Back Pain</i> .....	9
II.3 Konsep <i>Massage Effleurage</i> .....	13
II.4 Kerangka Teori .....	17
II.5 Tabel Penelitian Terdahulu.....	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
III.1 Kerangka Konsep.....	29
III.2 Hipotesis Penelitian .....	30
III.3 Definisi Operasional .....	30
III.4 Desain Penelitian .....	31
III.5 Populasi dan Sampel.....	32
III.6 Teknik Sampling.....	33
III.7 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	34
III.8 Instrumen Penelitian .....	34
III.9 Metode Pengumpulan Data.....	35
III.10 Uji Validitas dan Reabilitas .....	38
III.11 Analisa Data.....	39
III.12 Etika Penelitian .....	41
III.13 Keterbatasan Penelitian.....	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	43
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	43

IV.2 Hasil Penelitian .....	43
IV.3 Pembahasan .....	50
BAB V PENUTUP .....	62
V.1 Kesimpulan .....	62
V.2 Saran .....	63
DAFTAR PUSTAKA .....	64
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu .....	18
Tabel 2	Definisi Operasional .....	30
Tabel 3	Analisis Univariat .....	40
Tabel 4	Analisis Bivariat.....	41
Tabel 5	Uji Normalitas Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah .....	44
Tabel 6	Distribusi Rata-Rata Responden Berdasarkan Usia.....	44
Tabel 7	Distribusi Rata-Rata Responden Berdasarkan Usia Kehamilan .....	45
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas .....	45
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Berat Badan .....	46
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Bekerja .....	47
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Penurunan Skala Nyeri Punggung.....	47
Tabel 12	Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri...	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Teknik Menggunakan Dua Tangan.....	14
Gambar 2	Teknik Menggunakan Satu Tangan.....	15
Gambar 3	Pijat Pada Punggung dan Bahu .....	15
Gambar 4	Numeric Rating Scale (NRS).....	34

## DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	17
Skema 2	Kerangka Konsep.....	29
Skema 3	Alur Penelitian.....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Persetujuan Sidang Akhir
Lampiran 2	Persetujuan Etik
Lampiran 3	Surat Permohonan Izin Penelitian
Lampiran 4	Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 5	Informed Consent
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	SOP Penelitian
Lampiran 8	Hasil Uji Univariat
Lampiran 9	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 10	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 11	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 12	Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 13	Hasil Uji Turnitin