

SKRIPSI
**PENGARUH *ENDORPHIN* MASSAGE TERHADAP INTENSITAS
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PMB BERSAMA KURAO KOTA PADANG**

diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata I Kebidanan



Oleh :

**Iza Elina Putri
1915201006**

**Pembimbing I : Lindawati, M.Biomed
Pembimbing II : Fanny Ayudia, M.Biomed**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG
TAHUN 2023**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama lengkap : Iza Elina Putri
Nim : 1915201006
Tempat/Tgl lahir : Sungai Liku, 29 Oktober 1995
Tanggal masuk : September 2019
Program studi : Sarjana Kebidanan
Nama pembimbing akademik : Desi Sarli, S.SiT, M.Keb, Ph.D
Nama pembimbing I : Lindawati, M.Biomed
Nama pembimbing II : Fanny Ayudia, M.Biomed

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kuraok Kota Padang Tahun 2023”**. Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan usulan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2023



Iza Elina Putri

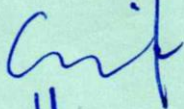



PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama Lengkap : Iza Elina Putri
NIM : 1915201006
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Proposal : Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang Tahun 2023.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji seminar skripsi pada Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

DEWAN PENGUJI

| | |
|---|--|
| Pembimbing I Lindawati, M.Biomed | () |
| Pembimbing II Fanny Ayudia, M.Biomed | () |
| Penguji I Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb | () |
| Penguji II Ika Putri Ramadhani, M.Biomed | () |

Disahkan oleh
Ketua STIKes Alifah



PERNYATAAN PERSETUJUAN

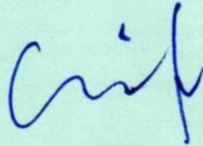
Skripsi ini diajukan oleh:

Nama Lengkap : Iza Elina Putri
NIM : 1915201006
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul : Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang Tahun 2023.

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang

Padang, September 2023

Pembimbing I



Lindawati, M.Biomed

Pembimbing II



Fanny Ayudia, M.Biomed

Disahkan oleh

Ketua STIKes Alifah



Dr. Ns. Asmawati, S.Kep. M.Kep

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
Skripsi, Juli 2023

Iza Elina Putri

Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang Tahun 2023

xii + 40 halaman, 13 tabel, 2 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Nyeri punggung pada masa kehamilan banyak dialami oleh wanita pada saat-saat tertentu, yang sering terjadi pada kehamilan trimester III. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao Kota Padang tahun 2023.

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif *pre experimental* dengan dengan rancangan *one only group pretest* dan *posttest*. Penelitian ini telah dilakukan di Praktek Mandiri Bidan Bersama Kurao pada bulan Mei 2023. Populasi dalam penelitain ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung berjumlah 78 orang, pengambilan sampel menggunakan rumus *Slovin* didapatkan 44 responden. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata intensitas nyeri punggung sebelum diberikan *Massage Endorphin* yaitu 3.11 dengan standar deviasi 0.784, rata-rata intensitas nyeri punggung sesudah diberikan *Massage Endorphin* yaitu 2.05 dengan standar deviasi 0.746. Ada pengaruh *Endorphin Massage* terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III *p-value* 0,000 ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Saran, dengan adanya penelitian ini, dapat lebih mengembangkan apa saja yang terkait dengan terjadinya nyeri punggung pada ibu trimester III, dan dengan dilakukan penelitian ini diharapkan kepada petugas kesehatan yang berada di PMB Bersama Kurao dapat mengaplikasikan *massage endorphin* untuk melepaskan zat oksitosin yaitu, hormon pada tubuh yang diperlukan saat persalinan sehingga dapat mengurangi rasa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, *Endorphin Massage* dilakukan setiap hari selama 5 hari dalam jangka waktu 20 menit.

Daftar Bacaan : 21 (2012-2022)
Kata Kunci : *Massage Endorphin, Nyeri, Ibu Hamil, Trimester III.*

ALIFAH SCHOOL OF HEALTH SCIENCES PADANG
GRADUATE PROGRAM OF MIDWIFERY
Skripsi, July 2023

Iza Elina Putri

The Effect of Endorphin Massage on the Intensity of Back Pain in Third Trimester Pregnant Women at the Midwife Clinic with Kurao Padang City in 2023

xii + 40 pages, 13 tables, 2 figures, 11 attachments

ABSTRACT

Back pain during pregnancy is experienced by many women at certain times, which often occurs in the third trimester of pregnancy. The purpose of this study was to determine the effect of endorphin massage on the intensity of back pain in third trimester pregnant women at the Kurao Joint Midwife Clinic, Padang City in 2023.

The research method used was quantitative pre-experimental with a one-only group pretest and posttest design. This research was conducted at the Kurao Joint Midwife Clinic in May 2023. The population in this study were all third trimester pregnant women who experienced back pain, totaling 78 sample takers using the Slovin formula, obtained 44 respondents. Data were analyzed univariately and bivariately using the Wilcoxon test.

The results showed that the average back pain intensity before being given an Endorphin Massage was 3.11 with a standard deviation of 0.784, the average back pain intensity after being given an Endorphin Massage was 2.05 with a standard deviation of 0.746. There is an effect of Endorphin Massage on the intensity of back pain in third trimester pregnant women p -value 0.000 ($p < 0.05$).

Based on the results of the study, it can be concluded that there is an effect of endorphins massage on the intensity of back pain in third trimester pregnant women. Suggestions, with this research, can further develop anything related to the occurrence of back pain in third trimester mothers, and with this research it is hoped that health workers who are at PMB Bersama Kurao can apply endorphin massage to release oxytocin, namely, the hormone in body needed during labor so as to reduce back pain in third trimester pregnant women, Endorphin Massage is done every day for 5 days in a period of 20 minutes.

Reading List : 21 (2012-2022)

Keywords : *Endorphin Massage, Pain, Pregnant Women, Third Trimester.*