

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI *BACK MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS TANA RARA
KABUPATEN SUMBA BARAT**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



OLEH

**MELIANA PUSPITA PANGGA LEGHU
NIM: PO5303212220449**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
WAIKABUBAK
2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI *BACK MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS TANA RARA
KABUPATEN SUMBA BARAT**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



OLEH

MELIANA PUSPITA PANGGA LEGHU
NIM: PO5303212220449

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Meliana Puspita Pangga Leghu

NIM : PO5303212220449

Email : innepanggaleghu563@gmail.com

Program studi : Keperawatan Waikabubak Poltekkes Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan atau tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Waikabubak, 03 April 2025

Pembuat Pernyataan



Meliana Puspita Pangga Leghu
PO5303212220449

LEMBAR PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI *BACK MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS TANA RARA
KABUPATEN SUMBA BARAT**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**

OLEH

**MELIANA PUSPITA PANGGA LEGHU
NIM: PO5303212220449**

**Telah disetujui untuk diujikan di depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah Politeknik
Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak
Pada Tanggal, 20 Mei 2025**

Pembimbing



Hironimus Mone Ngongo.,S.Kep.,Ns.,MH

NIP. 19780113 200804 1 001

Mengetahui,

Ketua Progam Studi Keperawatan Waikabubak



Uly Agustine, S.Kp.,M.Kep

NIP. 19750810 200112 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

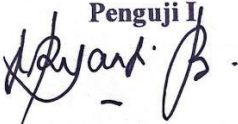
IMPLEMENTASI *BACK MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS TANA RARA
KABUPATEN SUMBA BARAT

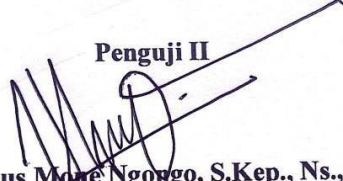
Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

OLEH :

MELIANA PUSPITA PANGGA LEGHU
NIM: PO5303212220449

Telah diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak
Pada Tanggal, 20 Mei 2025

Penguji I

Verayanti Albertina Bata, S.Kep., Ns., MPH
NIP. 19870920 201001 2 027

Penguji II

Hironimus Mone Ngongo, S.Kep., Ns., M.H
NIP. 19780113 200804 1 001

Mengetahui,
Ketua Progam Studi Keperawatan Waikabubak


Uly Agustine, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001

BIODATA PENULIS

Nama : Meliana Puspita Pangga Leghu
Nim : PO5303212220449
Tempat/Tanggal Lahir : Bondo Tera, 13 Mei 2003
Alamat : Waibangga
Riwayat Pendidikan :
1. SDM Kadoke Ndari (2015)
2. SMP Negeri 1 Loli (2018)
3. SMAN 1 Waikabubak (2021)

MOTTO

"Hidup adalah pelayaran sunyi; yang bijak bukan yang tercepat, tapi yang tahu ke mana arah angin bertiup."

KATA PENGANTAR

Segala pujian dan rasa syukur penulis haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Implementasi *Back Massage* untuk Menurunkan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Tana Rara, Kabupaten Sumba Barat.”**

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Waikabubak, Poltekkes Kemenkes Kupang.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan serta dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala hormat, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Irfan, SKM, M.Kes, sebagai Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang, yang telah memberikan peluang kepada penulis untuk melanjutkan pendidikan di Program Studi Keperawatan Waikabubak, Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Ibu Uly Augustine, S.Kp., M.Kep, sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak, Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, yang telah berikan peluang pada penulis untuk menyelesaikan pendidikan, baik dalam aspek akademik maupun klinik.
3. Bapak Hironimus Mone Ngongo, S.Kep., Ns., M.H., sebagai dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya serta dengan penuh kesabaran memberikan arahan, masukan, dan dorongan kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Verayanti Albertina Bata, S.Kep., Ns., MPH selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, kritik, dan saran konstruktif dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Shelfi Dwi Retnani Putri Santoso, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan dukungan kepada saya dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Ibu Kepala Puskesmas Tana Rara yang telah memberikan izin untuk menjadikan pasien sebagai subjek dalam penelitian ini.
7. Kepada orang tua dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan dukungan baik secara moral maupun material selama saya mengerjakan tugas akhir ini tanpa kalian saya tidak bisa berada di titik ini.
8. Seluruh Dosen dan Staf D-III Program Studi Keperawatan Waikabubak yang telah memberikan bantuan dalam pengumpulan data yang dibutuhkan serta dengan sabar membimbing dan berbagi ilmu yang bermanfaat dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Sebagai penutup, penulis berharap agar semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala bentuk kebaikan dari seluruh pihak yang telah mambantu saya. Semoga memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Waikabubak, Juni 2025

Meliana Puspita Pangga Leghu

**Implementasi *Back Massage* Untuk Menurunkan Nyeri Punggung
Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Tana Rara
Kabupaten Sumba Barat**

Meliana Puspita Pangga Leghu¹, Hironimus Mone Ngongo², Verayanti A. Bata³

ABSTRAK

Latar Belakang Proses kehamilan diawali dengan pertemuan antara sel sperma dan sel telur (ovum), yang kemudian diikuti oleh proses penempelan hasil pembuahan pada dinding rahim, dikenal sebagai implantasi atau nidasi. Jika dihitung sejak terjadinya pembuahan hingga kelahiran bayi, maka masa kehamilan normal berlangsung selama kurang lebih 40 minggu dan terbagi menjadi tiga trimester. Trimester pertama mencakup 12 minggu pertama dari kehamilan, trimester kedua 15 minggu dan trimester ketiga minggu ke 28-ke 40. **Tujuan studi kasus** penulis mampu mengimplementasikan back massage untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Tana Rara kabupaten sumba barat. Metode penulisan studi kasus yaitu penulisan studi kasus menggunakan desain studi kasus deskriptif. **Hasil studi kasus** pada proses pengkajian didapatkan data dari kedua pasien mengatakan tidak nyaman saat merasakan nyeri punggung, nyeri tertusuk-tusuk dan pasien tampak meringis. Pada penegakan diagnosa keperawatan yaitu gangguan rasa nyaman b/d adaptasi kehamilan. **Kesimpulannya** Setelah dilakukan serangkaian tindakan keperawatan dalam jangka waktu selama 3x dalam 24 jam diharapkan status kenyamanan pasien meningkat

Kata kunci : *Kehamilan, Nyeri Punggung, Gangguan Rasa Nyaman*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN BEBAS PLAGIASI	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
BIODATA PENULIS....., ..	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI... ..	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Studi Kasus.....	4
D. Manfaat Studi Kasus	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Ibu Hamil Trimester III... ..	6
1. Definisi	6
2. Perubahan Fisiologis Pada Kehamilan Trimester III.....	6

3.	Adaptasi Fisiologi Kehamilan Trimester III.....	9
B.	Konsep Nyeri.....	11
1.	Definisi	11
2.	Klasifikasi Nyeri	11
3.	Pengkajian Nyeri Dengan Prinsip PQRST	13
4.	Penilaian Skala Nyeri	13
C.	Konsep Nyeri Punggung.....	16
1.	Definisi	16
2.	Etiologi	17
3.	Anatomi Fisiologi Kehamilan Trimester III	18
4.	Patofisiologi.....	18
5.	Pathway	20
6.	Manifestasi Klinis.....	21
7.	Komplikasi	21
8.	Penatalaksanaan.....	22
9.	Pencegahan	22
D.	<i>Back Massage</i>	22
1.	Definisi <i>Back Massage</i>	22
2.	Manfaat <i>Back Massage</i>	23
3.	Tujuan <i>Back Massage</i>	24
4.	Standar Operasional Prosedur <i>Back Massage</i>	25
E.	Konsep Dasar Keluarga.....	29
1.	Definisi	29
2.	Tujuan Dasar Keluarga.....	29
3.	Karakteristik Keluarga.....	29
4.	Tipe Keluarga	30
5.	Fungsi Keluarga.....	30
F.	Konsep Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil Trimester III.....	32
1.	Pengkajian Keperawatan	32
2.	Diagnosa Keperawatan.....	36
3.	Intervensi Keperawatan	41
4.	Implementasi Keperawatan	45

5. Evaluasi Keperawatan	45
BAB III METODOLOGI PENULISAN.....	46
A. Rancangan Studi Kasus	46
B. Subyek Studi Kasus.....	46
C. Fokus Studi Kasus	47
D. Definisi Operasional	47
E. Instrumen Studi Kasus.....	48
F. Metode Pengumpulan Data	48
G. Langkah-langkah Pelaksanaan Studi Kasus	49
H. Tempat dan Waktu Pelaksanaan Studi Kasus	50
I. Analisa Data	50
J. Penyajian Data.....	51
K. Etika Studi Kasus	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN...	53
A. Hasil Studi Kasus	53
1. Pengkajian	53
2. Data Umum Kesehatan Saat Ini	57
3. Analisa Data	64
4. Diagnosa Keperawatan.....	65
5. Intervensi Keperawatan	66
6. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	67
B. Pembahasan	72
BAB V PENUTUP	82
A. Kesimpulan.....	82
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Pengukuran Level Nyeri Menggunakan Visual Analog Scale (VAS)..	14
Tabel 2. 2 Standar Operasional Prosedur Back Massage	25
Tabel 2. 3 Prioritas Masalah (Pokhrel, 2024)	31
Tabel 2. 4 Intervensi Keperawatan	41
Tabel 4. 1 Identitas Ibu	53
Tabel 4. 2 Riwayat Kesehatan	54
Tabel 4. 3 Riwayat Kehamilan Dan Persalinan Yang Lalu.....	55
Tabel 4. 4 Pengalaman Menyusui.....	55
Tabel 4. 5 Riwayat KB	56
Tabel 4. 6 HPHT.TP	56
Tabel 4. 7 Berat Badan Sebelum Masa Kehamilan Dan Pada Masa Kehamilan...	56
Tabel 4. 8 Berapa Kali Periksa Kehamilan.....	57
Tabel 4. 9 Status Obstetric	57
Tabel 4. 10 Keadaan Umum	58
Tabel 4. 11 Pemeriksaan Tanda-Tanda Vital	58
Tabel 4. 12 Pemeriksaan Fisik.....	59
Tabel 4. 13 Pola Aktivitas.....	60
Tabel 4. 14 Eliminasi	61
Tabel 4. 15 Pola Istirahat Dan Tidur.....	62
Tabel 4. 16 Nutrisi Dan Cairan.....	62
Tabel 4. 17 Persepsi Diri Dan Konsep Diri	63
Tabel 4. 18 Terapi Obat	63
Tabel 4. 19 Analisis Data.....	64
Tabel 4. 20 Intervensi Keperawatan	66
Tabel 4. 21 Implementasi Dan Evaluasi Keperawatan	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 NRS	15
Gambar 2. 2 Skala Nyeri menggunakan <i>Face Rating Scale</i>	15
Gambar 2. 3 Perubahan Anatomi dan Adaptasi Fisologis (Soares, 2020).....	18
Gambar 2. 4 Pathway	20

DAFTAR BAGAN

Bagan Perubahan Fisiologis pada Kehamilan Trimester III	22
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Pengambilan Data Awal
- Lampiran 2. Surat Balasan Pengambilan Data Awal
- Lampiran 3. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian Dari Kantor 1 Pintu
- Lampiran 5. Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian
- Lampiran 6. *Informed Conset*
- Lampiran 7. Format Pengkajian Maternitas
- Lampiran 8. Dokumentasi Studi Kasus
- Lampiran 9. Buku Konsultasi Karya Tulis Ilmiah

DAFTAR SINGKATAN

BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air Kecil
TTV	: Tanda-tanda Vital
HPHT	: Hari Pertama Haid Terakhir
KB	: Keluarga Berencana
mmHg	: Milimeter Merkuri
Ny	: Nyonya
RR	: <i>Respiratory Rate</i>
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SOP	: Standar Operasional Prosedur
TD	: Tekanan Darah
Tn	: Tuan