

# SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP NYERI  
PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PMB WULAN  
RAHMA MALANG**



**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
MALANG  
2021**

## **SKRIPSI**

### **PENGARUH PEMBERIAN *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PMB WULAN RAHMA MALANG**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan



Oleh

**SITI HAZRIA AZMY BASRI**  
**NIM : 206089**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
MALANG  
2021**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Siti Hazria Azmy Basri

Tempat / tanggal lahir : Flotim, 05 Juli, 1998

NIM : 20.60.89 AJ

Alamat : Jln.Supriadi Gang VII No.2 Sukun

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul "Pengaruh Pemberian *Endorphin Massage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang", ini melanjutkan penelitian yang sebelumnya telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya namun dengan tempat dan responden yang berbeda.

Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 29 Juni 2021  
Yang Menyatakan,



Siti Hazria Azmy Basri  
NIM 206089

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Pengaruh Pemberian *Endorphin Massage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu

Hamil Trimester III

Di PMB Wulan Rahma Kota Malang

Nama : Siti Hazria Azmy Basri

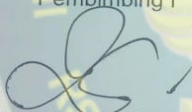
Nim : 206089

Telah disetujui untuk Diajukan di Depan Tim Penguji

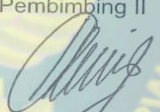
Tanggal Juni 2021

Mengetahui

Pembimbing I

  
Rani Safitri, SST., M.Keb

Pembimbing II

  
Anik Purwati, S.ST., M.M., M.Kes

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

Pengaruh Pemberian *Endorphin Massage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Wulan Rahma Kota Malang

Oleh :

Nama : Siti Hazria Azmy Basri


Nim : 206089

Telah dipertahankan dan disetujui oleh Tim Penguji pada Sidang Skripsi di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan

Institusi Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal : Desember 2020

Oleh Tim Penguji :

Anik Sri Purwanti, SST., M.Keb : (  )  
Penguji I

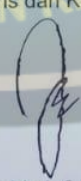
Rani Safitri, SST., M.Keb : (  )  
Penguji II

Anik Purwati, S.ST., MM., M.Kes : (  )  
Penguji III

Malang, Juni 2021

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan  
Institusi Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen

  
Ina Indriati, S.ST., M.Kes

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Siti Hazria Azmy Basri  
Tempat Tanggal Lahir : Flores Timur, 5 Juli 1998  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Lembata  
Agama : Islam  
Status perkawinan : Belum Kawin  
Alamat : Oeteta, RT/RW 002/006 Kecamatan  
Sulamu Kabupaten Kupang Provinsi Nusa  
Tenggara Timur  
Pendidikan : SD Negeri Oeteta (2010)  
SMP Negeri 1 Sulamu (2013)  
SMA Effata Sulamu (2016)  
Universita Citra Bangsa Kupang (2019)

- Ayah  
Nama : Basri Abd Rahman  
Tempat Tanggal Lahir : Leuwohung, 31 Desember 1968  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Lembata  
Agama : Islam  
Pekerjaan : Guru
- Ibu  
Nama : Fatimah Harun  
Tempat Tanggal Lahir : Peumole, 04 April 1975  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Lembata  
Agama : Islam  
Pekerjaan : IRT
- Adik  
Nama : Army Fadilla Basri  
Tempat Tanggal Lahir : Kupang, 15 Maret 2006  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Lembata  
Agama : Islam  
Pekerjaan : Belum/Tidak Bekerja
- Adik  
Nama : Afryani Magfira Basri  
Tempat Tanggal Lahir : Kupang, 16 Februari 2012  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Lembata  
Agama : Islam  
Pekerjaan : Belum/Tidak bekerja

Demikian Daftar Riwayat Hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya,

Hormat saya,

Siti Hazria Azmy Basri

## ABSTRAK

**Basri, Siti Hazria Azmy.2021. Pengaruh Pemberian *Endorphine Massage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang. Skripsi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Institusi Teknologi Sain Dan Kesehatan Rs dr Soepraoen Malang. Pembimbing I Rani Safitri, SST., M.Keb Pembimbing II Anik Purwati, S.ST., MM., M.Kes**

Dalam mengatasi nyeri punggung yang terjadi pada ibu hamil trimester III peneliti menggunakan metode *Endorphin massage* atau terapi sentuhan ringan yang dapat mempereda rasa sakit atau nyeri dan dapat menciptakan perasaan nyaman Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian *endorphine massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pra-eksperimen dengan rancangan *one group pretest dan posttest design*. Jumlah keseluruhan populasi adalah sekitar 22 ibu hamil trimester III. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel 15 orang. Analisa data dengan uji wilcoxon. Hasil penelitian frekuensi menunjukkan sudah dilakukan pemijatan pada semua responden dalam kategori nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 6 responden (37%) dan nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 9 responden (56%) . dengan total 15 responden. Berdasarkan analisa bivariante dengan uji Wilcoxon didapatkan nilai signifikan sebesar  $p < 0,000$  ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa "Hipotesis Diterima " artinya ada pengaruh pada pemberian *endorphine massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Wulan Rahma Jodipan Kota Malang. Diharapkan untuk ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung untuk melakukan *endorphine massage* sebagai alternative untuk mengurangi nyeri punggung

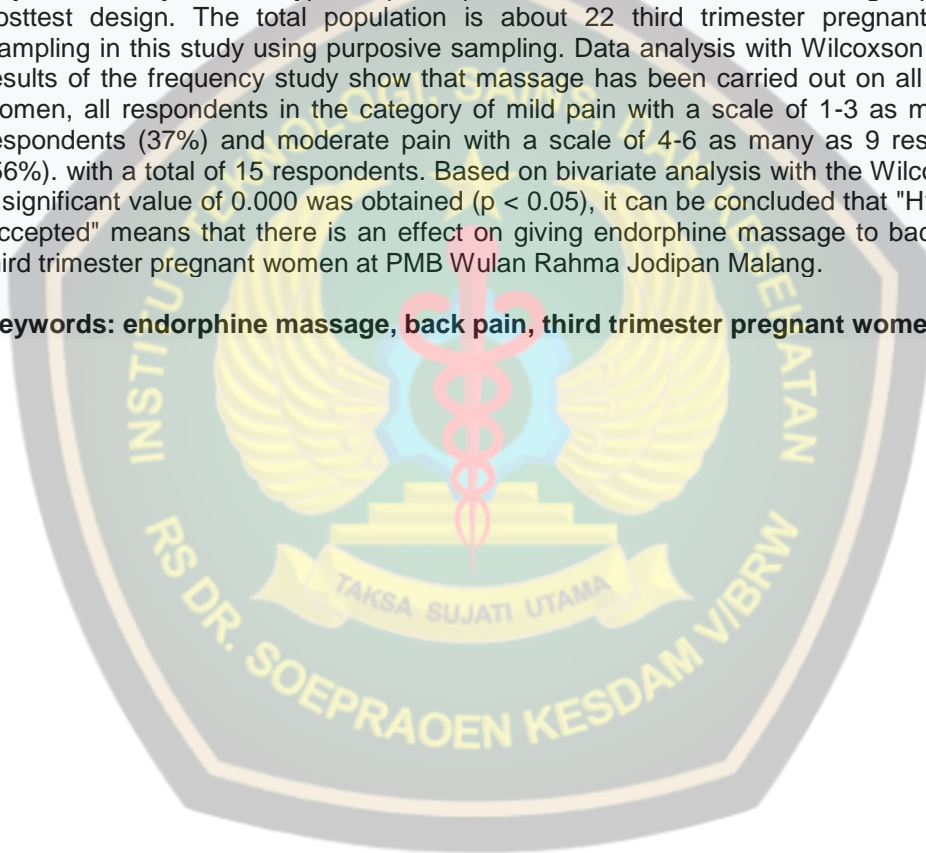
**Kata Kunci : *endorphine massage*, nyeri punggung, ibu hamil trimester III**

## ABSTRACT

**Basri, Siti Hazria Azmy.2021. Effect of endorphine massage on back pain in third trimester pregnant women at PMB Wulan Rahma Jodipan Malang City. Thesis for the undergraduate program of applied midwifery, science technology and health, RS Dr. Soepraoen Malang. Supervisor I Rani Safitri, SST., M.Keb Supervisor II Anik Purwati, S.ST., MM., M.Kes**

Endorphins or light touch therapy is a light massage that is quite important given to pregnant women. This massage stimulates the body to release Endorphin compounds which are pain relievers or pain relievers and can create a feeling of comfort. The purpose of this study was to determine the effect of giving endorphine massage to back pain in mothers. third trimester pregnant at PMB Wulan Rahma Jodipan Malang City. This study uses a type of pre-experimental research with a one group pretest-posttest design. The total population is about 22 third trimester pregnant women. Sampling in this study using purposive sampling. Data analysis with Wilcoxon test. The results of the frequency study show that massage has been carried out on all pregnant women, all respondents in the category of mild pain with a scale of 1-3 as many as 6 respondents (37%) and moderate pain with a scale of 4-6 as many as 9 respondents (56%). with a total of 15 respondents. Based on bivariate analysis with the Wilcoxon test, a significant value of 0.000 was obtained ( $p < 0.05$ ), it can be concluded that "Hypothesis Accepted" means that there is an effect on giving endorphine massage to back pain in third trimester pregnant women at PMB Wulan Rahma Jodipan Malang.

**Keywords: endorphine massage, back pain, third trimester pregnant women**





## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat dan rahmat-Nya yang telah memberikan kemudahan, petunjuk serta karunia yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dalam melengkapi tugas akhir ini yang berjudul “Pengaruh Pemberian Endorphin Massage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III “ dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan (STr, Keb) di Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

Penyusunan skripsi ini telah mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Arief Efendi, S.MPh., S.Kep., Ners., MM., M.Kes selaku Rektor Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang
2. Ina Indriati, S.ST., M.Kes selaku Ketua Program Studi DIV Kebidanan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang
3. Anik Sri Purwanti, SST., M.Keb selaku Penguji Utama skripsi
4. Rani Safitri, SST., M.Keb selaku pembimbing I dan penguji II skripsi yang telah memberikan bimbingan sehingga dapat terselesaikan
5. Anik Purwati, S.ST., MM., M.Kes selaku pembimbing II dan penguji III skripsi yang telah memberikan bimbingan sehingga dapat terselesaikan
6. Praktek Mandiri Bidan Wulan Rahma Jodipan Kota Malang yang telah memberikan bimbingan sehingga dapat terselesaikan
7. Orang Tua serta Keluarga tercintaku yang telah memberikan dukungan dan doa sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya
8. Rekan seangkatanku dan pihak-pihak yang terkait yang telah banyak membantu dalam skripsi ini

Semoga Tuhan membalas semua budi baik semua pihak yang memberi kesempatan dan dukungan dalam menyelesaikan Skripsi ini. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan.

Oleh karena itu, segala pendapat, kritikan dan saran yang membangun sangat diharapkan, agar dapat digunakan sebagai dasar dalam penulisan selanjutnya.

Malang, 30 Juni 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAC.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
DAFTAR SINGKATAN.....	xi
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	11
1.2 Perumusan Masalah .....	13
1.3 Tujuan Penelitian .....	13
1.4 Manfaat Peulisan .....	14
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Dasar Kehamilan .....	15
2.2 Nyeri Pada Ibu Hamil .....	23
2.3 Nyeri Punggung .....	29
2.4 Endorphin Massage .....	33
2.5. Manfaat Relefan .....	39
2.6. Kerangka Konsep.....	41
2.7. Hipotesis.....	43
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b>	
3.1. Desain penelitian .....	44
3.2 Kerangka Kerja .....	44
3.3 Populasi Dan Sampel .....	46
3.4 Variabel Penelitian.....	47
3.5 Definisi Oprasional.....	47
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	48
3.7 Rancangan Penelitian.....	48
3.8 Rancangan Penelitian.....	50
<b>BAB IV HASIL</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	51
4.2 Data Khusus .....	55
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
5.1 Hasil Penelitian .....	59
<b>BAB VI PENUTUP</b>	
6.1 Kesimpulan.....	64
6.2 Saran.....	64
Daftar Pustaka.....	66
Lampiran	

## DAFTAR GAMBAR

No	Daftar Gambar	Halaman
	Gambar 2. 1 Gambar <i>Endorphine massage</i> .....	35
	Gambar 2.2 Gambar <i>Endorphine massage</i> .....	35
	Gambar 2.3 Gambar <i>Endorphine massage</i> .....	36
	Gambar 2.4 Gambar <i>Endorphine massage</i> .....	36
	Gambar 2.5 <i>Endorphine massage</i> .....	37
	Gambar 2.6 <i>Endorphine massage</i> .....	37
	Gambar 2.7 <i>Endorphine massage</i> .....	38
	Gambar 2.8 <i>Endorphine massage</i> .....	38
	Gambar 2.9 Kerangka Konsep.....	42
	Gambar 3.1 Kerangka Kerja .....	45



## DAFTAR TABEL

No	Daftar Tabel	Halaman
	Tabel 2.1 Penambahan Berat Badan Selama Kehamilan .....	18
	Tabel 2.5 Penelitian Relevan .....	40
	Tabel 3.1 Definisi Oprasional .....	48
	Tabel 4.1 Karakteristik Usia Responden.....	52
	Tabel 4.2 Karakteristik Pendidikan.....	52
	Tabel 4.3 Karakteristik Pekerjaan.....	53
	Tabel 4.4 Karakteristik Paritas.....	53
	Tabel 4.2.1 Intesitas Nyeri Sebelum.....	54
	Tabel 4.2.2 Intesitas Nyeri Sesudah.....	55
	Tabel 4.5 Tabulasi Data.....	55



## DAFTAR LAMPIRAN

**No**      **Judul lampiran**

---

- Lampiran 1    Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 2    Surat Pengantar Ijin Penelitian
- Lampiran 3    Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 4    Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 5    Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 6    Lembar Skala Nyeri Numeric
- Lampiran 7    Lembar SOP
- Lampiran 8    *Master Sheet*
- Lampiran 9    Uji Statistik
- Lampiran 10   Dokumentasi
- Lampiran 11   Lembar Konsultasi Pembimbing 1
- Lampiran 12   Lembar Konsultasi Pembimbing 2



## DAFTAR SINGKATAN

### Arti Lambang:

% : Persentase

(...) : Tanda kurung

,

.

/

:

?

“

≥

≤

<

>

=

&

### Arti Singkatan:

AMD : Ahli Madya

DINKES : Dinas Kesehatan



Dkk : Dan Kawan Kawan  
dr. : Dokter  
M.Keb : Magister Kebidanan  
M.Si : *Magister Sains*  
MKM : *Magister kesehatan masyarakat*  
MM : *Magister Manajemen*  
PMB : *Praktek Mandiri Bidan*  
SST : *Sarjana Sains Terapan*  
SWT : *Subhanahu wata'ala*  
SPO : *standat procedure operasional*  
SPSS : *Statistical package for social science*  
Yth : Yang Terhormat

