**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN**

**JURUSAN D-IV ALIH JENJANG KEBIDANAN**

**SKRIPSI, 19 AGUSTUS 2017**

**RIZKY KHOLILA NASUTION**

**Pengaruh Teknik Pijat Punggung Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Hj. Yatini Jln Makmur No 32 Medan Tembung Tahun 2017**

**viiI+ 34 halaman + 8 lampiran + 4 tabel + 3 gambar**

**ABSTRAK**

Nyeri punggung merupakan salah satu ketidaknyamanan pada ibu hamil khususnya pada kehamilan Trimester III. Kebanyakan sakit pada punggung selama kehamilan terjadi akibat perubahan otot tulang punggung (70%). Tingkat nyeri pada punggung selama kehamilan bervariasi antara 35–60 %. Selain itu ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya nyeri punggung pada masa kehamilan diantaranya yaitu perubahan titik tubuh seiring dengan membesarnya rahim; postur tubuh,posisi tidur, meningkatnya hormone, kehamilan kembar, riwayat nyeri pada kehamilan yang lalu, serta kegemukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari pelaksanaan teknik pijat punggung terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu hamil Trimester III yang mengalami nyeri punggung.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasy eksperimen* dengan pendekatan *pre post test design.* Sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan dari jumlah populasi, Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Total sampling* dimana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 orang.

Setelah dilakukan penelitian terhdap 35 orang ibu hamil Trimester III dengan pijat punggung di Klinik Hj Yatini Medan tembung, maka didapatkan hasil Rata-rata intensitas nyeri pada ibu hamil Trimester III yang mengalami nyeri punggung sebelum dilakukan pijat punggung adalah 2,06 pada katagori nyeri sedang dengan standart deviasi 0,539 dan setelah dilakukan pijat punggung pada ibu hamil Trimester III dengan nyeri punggung rata-rata intensitas nyeri berkurang mencapai 1,68 berada pada katagori nyeri ringan dengan standart deviasi 0,318.

Setelah dilakukan penelitian, didapatkan hasil yaitu terdapat pengaruh teknik pijat punggung terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu hamil Trimester III yang mengalami nyeri punggung dengan nilai p<0,001. Diharapkan kepada ibu hamil atau pendamping dan tenaga kesehatan dapat melaksanakan teknik pijat punggung yang dapat berguna bagi penurunan nyeri punggung ibu hamil.

**Kata Kunci : Teknik Pijat Punggung, Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III**

**Daftar Pustaka : 34 (2009-2016)**