

## ABSTRAK

Nur Afni Yolanda Putri (2023). Penerapan *Effleurage Massage* Pada Ibu Hamil Trimester III Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita Pekanbaru. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi D III Keperawatan Riau, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns.Magdalena, SST, S. Kep, M. Kes, (II) Ns. Melly, SST, S.Kep, M. Kes.

Kehamilan merupakan suatu proses yang ilmiah dan fisiologis, dimana wanita yang memiliki organ reproduksi sehat yang telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat sangat besar kemungkinan akan mengalami kehamilan. Nyeri punggung adalah salah satu ketidaknyamanan yang paling umum dirasakan oleh ibu hamil trimester III selama masa kehamilan. Salah satu teknik non farmakologis dalam mengurangi nyeri punggung adalah teknik *effleurage massage*. Tujuan dari teknik *effleurage massage* ini untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil dan merileksasi kan ibu hamil. Rancangan karya tulis ilmiah menggunakan desain studi kasus (*case study*). Penerapan dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita Pekanbaru, selama 3 hari berturut-turut sebanyak 1 kali dengan durasi 5-10 menit. Analisa data dilakukan menggunakan analisa deskriptif. Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan *effleurage massage* terjadi penurunan skala nyeri punggung pada kedua subjek yaitu pada subjek 1 (Ny.N) dari skala nyeri 7 (Nyeri berat) menjadi skala nyeri 1 (nyeri ringan) dan pada subjek 2 (Ny.R) dari skala nyeri 8 (nyeri berat) menjadi skala nyeri 1 (nyeri ringan). Ibu hamil trimester III disarankan melakukan *effleurage massage* setidaknya 1 kali dalam sehari untuk merileksasikan tubuh.

**Kata Kunci** : *Effleurage Massage*, Kehamilan Trimester III, Nyeri Punggung

## **ABSTRACT**

*Nur Afni Yolanda Putri (2023). Application of Effleurage Massage in Third Trimester Pregnant Women to Reduce Back Pain in the Working Area of the Karya Wanita Pekanbaru Health Center. Case Study Scientific Writing, Riau D III Nursing Study Program, Department of Nursing, Riau Ministry of Health Health Polytechnic. Advisor (I) Ns. Magdalena, SST, S. Kep, M. Kes, (II) Ns. Melly, SST, S. Kep, M. Kes.*

*Pregnancy is a natural and physiological process, in which women who have healthy reproductive organs who have experienced menstruation and have sexual intercourse with a man whose reproductive organs are healthy are very likely to experience pregnancy. Back pain is one of the most common discomforts felt by third trimester pregnant women during pregnancy. One of the non-pharmacological techniques in reducing back pain is the effleurage massage technique. The purpose of this effleurage massage technique is to reduce back pain in pregnant women and relax pregnant women. The design of scientific papers uses a case study design. The application is carried out in the Work Area of the Pekanbaru Women's Health Center, for 3 consecutive days 1 time with a duration of 5-10 minutes. Data analysis was performed using descriptive analysis. The results of the application showed that after the effleurage massage was carried out, there was a decrease in the back pain scale in both subjects, namely in subject 1 (Mrs.N) from a pain scale of 7 (severe pain) to a pain scale of 1 (mild pain) and in subject 2 (Mrs.R) from a pain scale of 8 (severe pain) to a pain scale of 1 (mild pain). Third trimester pregnant women are advised to do effleurage massage at least once a day to relax the body.*

**Keywords** : *Effleurage Massage, Third trimester of pregnancy, Back Pain.*