

ABSTRAK

PENGARUH PIJAT ENDHORPIN TERHADAP NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI TPMB SRI YUNITA S.KEB.BD KECAMATAN PRAMBON KABUPATEN SIDOARJO

Etik Khusniyati², Indra Yulianti³, Nur Cholifah⁴

¹Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto

²Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

E-mail : nur_cholifah@gmail.com

Kurangnya dukungan dari suami dan keluarga, serta kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang pijat endorpin dalam mengatasi nyeri punggung. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa pengaruh pijat endorpin terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di TPMB Sri Yunita S.Keb.Bd Kecamatan Prambon Kabupaten Sidoarjo. Desain penelitian ini adalah *one group pre test and pos test design*. Responden diambil dengan teknik *consecutif sampling* dengan sampel sebanyak 30 responden. Variabel independen adalah pijat endorpin dan variabel dependen adalah nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Hasil uji statistik menggunakan *Wilcoxon Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III sebelum pijat endorpin diketahui setengah dari responden sebanyak 15 (50%) dalam kategori nyeri sedang dan setelah perlakuan diketahui hampir setengah dari responden yaitu sebanyak 13 (44%) responden dalam kategori nyeri ringan dan sebanyak 13 (43%) responden dalam kategori tidak nyeri. Hasil analisa data menunjukkan bahwa tingkat signifikansi $0,000 < \alpha = 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima dengan demikian ada pengaruh pijat endorpin terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Berdasarkan hasil penelitian maka disimpulkan bahwa pijat endorpin merupakan pengobatan non-farmakologis yang terbukti efektif dalam pengurangan skala intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci : Ibu Hamil Trimester III, Nyeri Punggung, Pijat Endorpin

ABSTRACT

THE EFFECT OF ENDHORPIN MASSAGE ON BACK PAIN IN 3rd TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT TPMB SRI YUNITA S.KEB.BD PRAMBON DISTRICT SIDOARJO REGENCY

Etik Khusniyati², Indra Yulianti³, Nur Cholifah⁴

¹Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto

²Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

E-mail : nur_cholifah@gmail.com

Lack of support from husband and family, as well as lack of knowledge of pregnant women about endorphin massage in dealing with back pain. The aim of this study was to analyze the effect of endorphin massage on back pain in third trimester pregnant women at TPMB Sri Yunita S.Keb.Bd, Prambon District, Sidoarjo Regency. The design of this research is one group pre test and post test design. Respondents were taken using a consecutive sampling technique with a sample of 30 respondents. The independent variable is endorphin massage and the dependent variable is back pain in third trimester pregnant women. Statistical test results use the Wilcoxon Test. The results of the study showed that back pain in third trimester pregnant women before endorphin massage was known by half of the respondents, 15 (50%) in the moderate pain category and after treatment, almost half of the respondents were known, namely 13 (44%) respondents in the mild pain category and as many as 13 (43%) respondents were in the no pain category. The results of data analysis show that the significance level is $0.000 < \alpha = 0.05$ so that H_0 is rejected and H_1 is accepted, thus there is an effect of endorphin massage on back pain in third trimester pregnant women. Based on the research results, it was concluded that endorphin massage is a non-pharmacological treatment that has been proven to be effective in reducing the intensity scale of back pain in third trimester pregnant women.

Keywords : Third Trimester Pregnant Women, Back Pain, Endorphin Massage