

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI INTEGRASI *EFFLEURAGE* MASSAGE DAN
AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN NYERI
PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH
PUSKESMAS PALIMANAN CIREBON**



Oleh:

DIVVA DESHINTA AZZAHRA

NIM.P20620223019

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA JURUSAN
KEPERAWATAN TASIKMALAYA PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN CIREBON
2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI INTEGRASI *EFFLEURAGE* MASSAGE DAN
AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN NYERI
PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH
PUSKESMAS PALIMANAN KABUPATEN CIREBON**

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli
Madya Keperawatan Pada Program Studi Keperawatan
Cirebon



Oleh :

DIVVA DESHINTA AZZAHRA

NIM.P20620223019

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK
INDONESIA POLITEKNIK KESEHATAN
TASIKMALAYA JURUSAN KEPERAWATAN
TASIKMALAYA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2026**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON
KEMENKES POLTEKKES TASIKMALAYA**

Karya Tulis Ilmiah, Mei 2026

**Implementasi Integrasi Effleurage Massage Dengan Aromaterapi Lavender
Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Pada Ny. F dan
Ny. S Di Wilayah Puskesmas Palimanan Cirebon**

Divva Deshinta Azzahra¹, Santi Wahyuni², Badriah³

ABSTRAK

Latar belakang Nyeri punggung merupakan salah satu keluhan yang sering muncul pada ibu hamil trimester III. Perubahan fisiologis terdiri dari peningkatan beban rahim, perubahan postur tubuh (lordosis) menjadi faktor utama nyeri punggung. Data Salari et.al (2023) menunjukkan prevalensi nyeri punggung pada kehamilan trimester III mencapai 47,3 %. Terdapat teknik nonfarmakologis seperti *effleurage massage* dengan aromaterapi lavender yang efektif untuk menurunkan intensitas nyeri, **Tujuan** penelitian dapat mengimplementasikan terapi *effleurage massage* dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan nyeri punggung ibu hamil trimester III, **Metode** Desain penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah dua ibu hamil trimester III (Ny. F dan Ny. S) keluhan nyeri punggung di Puskesmas Palimanan. Intervensi berupa *Effleurage Massage* dengan Aromaterapi Lavender dilakukan selama 5 hari berturut-turut durasi 60 menit. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik menggunakan skala nyeri NRS (Numeric Rating Scale) dan observasi respon perilaku. **Hasil** sebelum intervensi, kedua klien mengalami nyeri punggung dengan skala nyeri 5/10 (kategori sedang) dan 4/10 (kategori sedang). Setelah 5 hari dilakukan intervensi intensitas nyeri menurun menjadi 0/10. Klien mengungkapkan bahwa nyeri punggung sudah tidak ada dan tidak sulit tidur, **Kesimpulan** *effleurage massage* terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Terapi ini dapat dijadikan sebagai alternatif nonfarmakologis yang mudah diterapkan oleh perawat untuk meningkatkan kenyamanan selama kehamilan.

Kata Kunci : Nyeri punggung, *Effleurage Massage*, Aromaterapi Lavender, Ibu Hamil, Trimester III, Terapi Nonfarmakologis.

¹ Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

² Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM CIREBON
MINISTRY OF HEALTH POLTEKKES TASIKMALAYA
Scientific Paper, May 2026**

**Implementation of Integration of Effleurage Massage with Lavender
Aromatherapy to Reduce Back Pain in Pregnant Women in the Third
Trimester in Mrs. F and Mrs. S In the area of the Palimanan Cirebon Health
Center**

Divva Deshinta Azzahra¹, Santi Wahyuni², Badriah³

ABSTRACT

Background: Back pain is one of the complaints that often arise in pregnant women in the third trimester. Physiological changes consist of increased uterine load, changes in posture (lordosis) being the main factors in back pain. Data from Salari et.al (2023) shows that the prevalence of back pain in the third trimester of pregnancy reaches 47.3%. There are non-pharmacological techniques such as *effleurage massage* with lavender aromatherapy that is effective in reducing pain intensity, **Objective:** the study can be to implement *effleurage massage* therapy with lavender aromatherapy to reduce back pain in pregnant women in the third trimester, **Methods:** The research design uses a qualitative method with a case study approach. The subjects of the study were two pregnant women in the third trimester (Mrs. F and Mrs. S) complaining of back pain at the Palimanan Health Center. The intervention in the form of *Effleurage Massage* with Lavender Aromatherapy was carried out for 5 consecutive days with a duration of 60 minutes. Data collection was carried out through interviews, observations, physical examinations using the NRS (Numeric Rating Scale) pain scale and observation of behavioral responses. **Results:** before the intervention, both clients experienced back pain with a pain scale of 5/10 (moderate category) and 4/10 (moderate category). After 5 days of intervention, the intensity of pain decreased to 0/10. The client revealed that back pain is no longer present and it is not difficult to sleep, **Conclusion:** effleurage massage has been proven effective in reducing the intensity of back pain in pregnant women in the third trimester. This therapy can be used as a non-pharmacological alternative that is easy to apply by nurses to increase comfort during pregnancy.

Keywords : *Back pain, Effleurage Massage, Lavender Aromatherapy, Pregnant Women, Trimester III, Nonpharmacological Therapy.*

¹ Student of the Department of Nursing of the Ministry of Health of Tasikmalaya

² Lecturers of the Department of Nursing of the Ministry of Health of the Ministry of Health of Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas rahmat, karunia, serta hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Implementasi Integrasi Effleurage Massage untuk Menurunkan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil” dengan baik dan tepat waktu.

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan. Dalam proses penyusunan proposal ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, bimbingan, serta motivasi sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Eyet Hidayat, S.Pd., S.Kp., M.Kep., Ns., Sp.Kep.J., selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Santi Wahyuni, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., selaku dosen pembimbing utama yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Badriah, SST., MPH., selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan, arahan, serta dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak Komarudin selaku pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan motivasi selama penulis menjalani pendidikan.
7. Seluruh dosen dan staf Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya wilayah Cirebon yang telah memberikan ilmu, pengalaman, serta dukungan selama peneliti menempuh pendidikan.

8. Kepada orang tua yang tercinta Papa dan Mama, dua orang yang sangat berarti dan berjasa dalam kehidupan saya. Kepada mereka, Terima kasih atas kasih sayang yang tiada henti, doa yang tak pernah putus, cinta yang menjadi sumber kekuatan, selalu menjadi inspirasi dan memberikan segala motivasi, hingga akhirnya penulis bisa sampai di titik ini. Semoga Papa dan Mama panjang umur, sehat, bahagia selalu, dan bersama lagi.
9. Kepada kakak perempuan, terimakasih untuk segala perhatian dan kasih sayang, membimbing, memberikan motivasi, canda dan tawa yang selalu mengiringi perjalanan hidup penulis hingga saat ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan saran yang membangun untuk memperbaiki kekurangan di masa yang akan datang. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta dapat menjadi tambahan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang keperawatan maternitas.

Cirebon, 31 April 2026



DIVVA DESHINTA AZZAHRA
NIM. P20620223019

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
BAB I.....	15
PENDAHULUAN	15
A. Latar Belakang.....	15
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Kehamilan.....	8
B. Konsep Nyeri Punggung.....	16
C. Konsep Terapi Effleurage Massage	26
D. Konsep Aromaterapi Lavender	32
E. Kerangka Teori.....	39
F. Kerangka Konsep	40
BAB III	35
METODE KARYA TULIS ILMIAH	35
A. Pendekatan KTI	35
B. Subyek KTI.....	35
C. Definisi Operasional	36
D. Metoda dan Teknik Pengumpulan Data.....	36
E. Instrumen Pengumpulan Data	37
F. Lokasi dan Waktu	38

G. Prosedur Penyusunan KTI	38
H. Keabsahan Data	40
I. Analisa.....	41
J. Etika Penelitian	41
BAB IV	43
HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian.....	43
B. Pembahasan.....	54
BAB V	62
PENUTUP	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skala Numerik Scale.....	23
Tabel 2.2 Skala Analog Visual.....	24
Tabel 2.3 Skala FLACC.....	25
Tabel 3. 1 Batasan Istilah.....	36

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	39
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 5.1 Penjelasan sebelum pelaksanaan KTI/TA	71
Lampiran 5. 2 Asuhan Keperawatan.....	72
Lampiran 5. 3 Informed Consent Ny. F.....	82
Lampiran 5. 4 Informed Consent pada Ny. S	83
Lampiran 5. 5 SOP Kombinasi Effleurage Massage & Aromaterapi Lavender	84
Lampiran 5.6 Lembar Pengukuran Nyeri Ny. F	87
Lampiran 5.7 Lembar Pengukuran Nyeri Ny. S	89
Lampiran 5.8 Lembar Hasil Observasi Respons Perilaku pada Ny. F.....	91
Lampiran 5.9 Lembar Hasil Observasi Respons Perilaku pada Ny. S.....	92
Lampiran 5.10 Dokumentasi Implementasi Effleurage Massage dan Aromaterapi Lavender.....	93
Lampiran 5. 11 Surat Pernyataan Effleurage Massage	95
Lampiran 5.12 Waktu Penelitian Karya Tulis Ilmiah	103