

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA  
Laporan Tugas Akhir, Juli 2020**

**Gina Marwiah  
NIM E.17.154.01.012**

**EFEKTIVITAS *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN  
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER III**

**ABSTRAK**

Nyeri punggung pada kehamilan merupakan salah satu ketidaknyaman yang dirasakan oleh ibu hamil, kualitas hidup ibu hamil akan menjadi buruk apabila nyeri punggung yang terjadi tidak ditangani dengan baik. Gejala nyeri punggung ini juga disebabkan oleh hormon estrogen dan progesteron yang mengendurkan sendi, ikatan tulang dan otot dipinggul. Salah satu metode untuk menurunkan nyeri punggung pada kehamilan yaitu dengan *effleurage massage*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah *effleurage massage* dapat menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil sebagai salah satu metode non farmakologis. Metode penelitian ini adalah studi literatur dengan mengkaji lima artikel penelitian yang berasal dari Garuda, Google Cendikia. Salah satu hasil studi literatur mengungkapkan bahwa *effleurage massage* dapat menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan rata-rata hasil penelitian  $p\text{-value} = 0,000$  ( $\alpha < 0,05$ ). Simpulan *effleurage massage* efektif digunakan untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

**Kata kunci :** Ibu hamil, *Effleurage Massage*, Nyeri punggung

**Daftar Pustaka :** 8 artikel, 2017-2019

**FACULTY OF HEALTH  
THE STUDIES DIPLOMA OF MIDWIFERY  
UNIVERSITY MUHAMMADIYAH OF TASIKMALAYA  
The Final Project, JuLi 2020**

**EFFECTIVITY OF EFFLEURAGE MASSAGE FOR REDUCE BACK PAIN  
MOTHER PREGNANT THIRD TRIMESTER**

**ABSTRACT**

*Back pain in pregnancy is one of the inconveniences felt by pregnant women, quality of life for pregnant women will be poor if back pain that occurs is not handled properly. Symptoms of back pain are also caused by the hormones estrogen and progesterone which relaxes the joints, bone and muscle ties on the hips. One method to reduce back pain in pregnancy is effleurage massage. This study aims to determine whether effleurage massage can reduce back pain in pregnant women as a non-pharmacological method. This research method is a literature study by examining five research articles originating from Garuda, Google Scholar. One of the results of a literature study revealed that effleurage massage can reduce back pain in third trimester pregnant women with an average of research results  $p$ -value = 0,000 ( $\alpha < 0.05$ ). Conclusion effleurage massage effectively used to reduce back pain in third trimester pregnant women.*

**Keywords :** *Pregnant women, Effleurage Massage, Back pain*

**Bibliography :** 8 articles, 2017-2019