PENERAPAN MESSAGE EFFLEURAGE NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS PUTRI AYU KOTA JAMBI

Netta \* Rosdawati\*\* Dormina \*\*\*

PRODI DIII KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN GARUDA PUTIH JAMBI

EMAIL: neta04119@gmail.com

**ABSTRAK**

**Pendahuluan :** Nyeri punggung bawah adalah rasa ketidaknyamanan yang terjadi dibawah costa dan diatas bagian inferior gluteal (Tulang pinggang). Nyeri punggung bawah sangat sering terjadi dalam kehamilan, gejala nyeri biasanya terjadi pada usia kehamilan trimester ketiga dan nyeri biasanya terasa dipunggung bagian bawah, terkadang menyebar ke bokong dan paha, dan terkadang turun ke kaki, pemberian message effleurage merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi masalah nyeri pada ibu hamil.

**Tujuan :** diketahuinya gambaran penerapan Senam Hipertensi pada lansia

**Metode :** Jenis penelitian ini adalah deskriftif metode studi kasus. Penelitian deskriftif bertujuan untuk mendeskripsikan (memaparkan) peristiwa-peristiwa penting yang terjadi pada masa kini. Deskripsi peristiwa dilakukan secara sistematis dan lebih menekan pada data factual dari pada penyimpulan Subjek studi kasus adalah pasien dengan kehamilan trimester III di wilayah kerja puskesmas putri ayu Kota Jambi. Kriteria Inklusi 1) Pasien dengan kehamilan trimester III yang sering mengalami nyeri 2) Pasien yang bersedia menjadi responden 3) Tidak ada penyakit bawaan / infeksi lainnya. Kriteria Eklusi 1) Pasien yang tidak kooperatif 2) Pasien dengan persiapan persalinan Fokus studi adalah kajian utama dari masalah yang akan dijadikan titik acuan studi khasus. Fokus studi dalam penelitian ini yaitu penerapan massage effluarge nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga di Kota Jambi Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret - Mei tahun 2022. Pengumpulan Data. Tehnik Pengumpulan data 1) Wawancara Penelitian melakukan wawancara kepada klien, Keluarga klien untuk mendapatkan data pengkajian yang dilakukan seperti menanyakan pada pasien kapan nyeri muncul dan berapa lama, serta upaya apa saja yang dilakukan untuk mengcegah timbulnya nyeri 2) Observasi dan Pemeriksaan Fisik Peneliti melakukan observasi dan pemeriksaan fisik pada klien dengan pendekatan : a) Inspeksi, melihat keadaan umum pasien seperti berat badan,keadaan nyeri dan kondisi umum klien b) Palpasi, dilakukan pemeriksaan fisik dengan menyentuh, seperti pemeriksaan nadi c) Auskultasi, mendengarkan dengan stetoskop bunyi nafas, denyut jantung dan bising usus klien d) Perkusi, mengetuk dada dan abdomen klien untuk mengetahui adanya kelainan bunyi. Instrumen Pengumpulan Data Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Etika Penelitian Prinsip etika dalam penelitian atau pengumpulan data dapat dibedakan menjadi tiga bagian, yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak-hak subjek,dan prinsip keadilan. Prinsip Manfaat 1) Bebas dari penderitaan Penelitian harus dilakukan tanpa mengakibtakan penderitaan kepada subjek, khusunya jika menggunakan tindakan khusus. a) Bebas dari ekspoitasi Prinsip subjek-subjek dalam penelitian, harus dihindarkan dari keadaan yang tidak menguntungkan. Subjek harus diyakinkan bahwa partisipasinya dalam penelitian atau informasi yang telah diberikan, tidak dipergunakan dalam hal-hal yang dapat merugikan subjek dalam bentuk apapun b) Resiko (Benefis Rasion) Peneliti harus hati-hati mempertimbangkan resiko dan keuntungan yang akan berakibat kepada subjek pada setiap tindakan. Prinsip menghargai hak asasi manusia (respect human) 1) Hak untuk ikut atau tidak menjadi responden (right to self determination) Subjek harus dilakukan secara manusiawi. Subjek mempunyai hak untuk memutuskan apakah mereka bersedia menjadi subjek atau tidak, tanpa adanya sanki apapun atau akan berakibat terhadap kesembuhannya, jika mereka menjadi klien. 2) Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan ( right to full disclosure) Seorang peneliti harus memberikan penjelasan secara rinci serta bertanggung jawab jika ada sesuatu yang terjadi pada subjek. 3) Informed Consent Subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden. Pada informed consent juga perlu dicantumkan bahwa data yang diperoleh hanya akan untuk pengembangan ilmu. Prinsip Keadilan ( right to justice) 1) Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil ( right in fair treatment) Subjek harus perlakukan secara adil baik sebelum, selama dan sesudah keikutsertaanya dalam penelitian tanpa adanya deskriminasi apabila mereka tidak bersedia atau dikluarkan dari penelitian 2) Hak dijaga kerahasiaanya (just to privacy) Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, untuk itu perlu adanya tanpa nama (anatomity) dan rahasia (confidentiality).

**Hasil :** Terdapat penurunan nyeri pada Ny.I dan Ny.Y setelah diberikan message effleurage. Pre 4 (nyeri sedang) dan post 2-3 (nyeri ringan)

**Kesimpulan:** Setelah dilakukan penerapan message effleurage pada responden Ny.I dan Ny.Y hasil pengukuran skala nyeri dengan menggunakan skala nyeri numerik, nyeri yang dialami berkurang

**Saran :** diharapkan penelitian ini menjadi masukan untuk masyarakat secara umum dan ibu hamil secara khsus perlu meningkatkan pola hidup sehat dengan menjaga pola makan sehari-hari, latihan gerak yang cukup, terhindar dari stres dan mencari informasi penting seputar kesehatan untuk meningkatkan kualitas penurunan nyeri punggung semasa hamil.

Kata kunci : *Kehamilan,Nyeri Punggung,Message Effleurage*

Referensi : 3 buku, 5 jurnal. Tahun 2015 – 2022

IMPLEMENTATION OF MESSAGE EFFLEURAGE OF LOWER BACK PAIN IN TRIMESTER III PREGNANT WOMEN IN THE WORK AREA OF PUTRI AYU PUTRI HEALTH CENTER JAMBI CITY

Citra Bela Andini \* Asmeriyani \*\* Tuty Aryani \*\*\*

DIII NURSING PROGRAM

GARUDA PUTIH JAMBI HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCES

EMAIL: dini.yuni80@gmail.com

**ABSTRACT**

**Introduction:** Low back pain is a feeling of discomfort that occurs below the ribs and above the inferior gluteal (lumbar spine). Low back pain is very common in pregnancy, pain symptoms usually occur in the third trimester of pregnancy and pain is usually felt in the lower back, sometimes spreading to the buttocks and thighs, and sometimes down to the legs, giving message effleurage is one of the efforts that can be done to reduce pain problems in pregnant women.

**Objective:** ot know the description of the application of Effleurage Massage to Reduce Back Pain in Third Trimester Pregnant Women

**Method :** This type of research is descriptive case study method. Descriptive research aims to describe (describe) important events that occur in the present. The description of events was carried out systematically and put more emphasis on factual data than conclusions. The subject of the case study was a patient with a third trimester of pregnancy in the working area of ​​the Putri Ayu Public Health Center, Jambi City. Inclusion Criteria 1) Patients with third trimester of pregnancy who often experience pain 2) Patients who are willing to be respondents 3) No other congenital / infectious diseases. Exclusion Criteria 1) Uncooperative patients 2) Patients preparing for labor The focus of the study is the main study of the problem that will be used as a reference point for a typical study. The focus of the study in this research is the application of back pain massage to third trimester pregnant women in Jambi City. This research was conducted in March - May 2022. Data collection. Data collection techniques 1) Interview Research conducts interviews with clients, clients' families to obtain data on assessments carried out such as asking patients when the pain appears and for how long, as well as what efforts are made to prevent pain 2) Observation and Physical Examination Researchers make observations and physical examination of the client with the following approaches: a) Inspection, looking at the general condition of the patient such as weight, pain and general condition of the client b) Palpation, physical examination by touching, such as checking pulse c) Auscultation, listening with a stethoscope for breath sounds, heart rate and bowel sounds of the client d) Percussion, tapping the client's chest and abdomen for sound abnormalities. Data Collection Instruments The data collection instrument in this study was an observation sheet. Research Ethics Ethical principles in research or data collection can be divided into three parts, namely the principle of benefit, the principle of respecting the rights of the subject, and the principle of justice. Benefit Principle 1) Freedom from suffering Research should be carried out without causing suffering to the subject, especially when using special measures. a) Free from exploitation The principle of subjects in research, must be avoided from unfavorable circumstances. Subjects must be convinced that their participation in research or the information that has been provided, is not used in things that can harm the subject in any form b) Risk (Beneficiary Ratio) Researchers must carefully consider the risks and benefits that will result in the subject in each action. . The principle of respecting human rights (respect human) 1) The right to participate or not to become a respondent (right to self-determination) Subjects must be treated humanely. Subjects have the right to decide whether they are willing to become subjects or not, without any sanctions or it will affect their recovery, if they become clients. 2) The right to get a guarantee from the treatment given (right to full disclosure) A researcher must provide a detailed explanation and be responsible if something happens to the subject. 3) Informed Consent Subjects must obtain complete information about the purpose of the research to be carried out, have the right to freely participate or refuse to become respondents. The informed consent also needs to be stated that the data obtained will only be used for scientific development. Principles of Justice (right to justice) 1) The right to get fair treatment (right in fair treatment) Subjects must be treated fairly before, during and after their participation in research without any discrimination if they are not willing or excluded from research 2) Rights are protected confidentiality (just to privacy) The subject has the right to request that the data provided must be kept confidential, for that it is necessary to be anonymous and confidential.

**Results:** There was a decrease in pain in Mrs. I and Mrs. Y after being given an effleurage message. Pre 4 (moderate pain) and post 2-3 (mild pain)

**Conclusion:** After applying the message effleurage to the respondents, Mrs. I and Mrs. Y. The results of the pain scale measurement using a numerical pain scale, the pain experienced is reduced.

 **Suggestion**: it is hoped that this research will become input for the general public and pregnant women in particular need to improve a healthy lifestyle by maintaining a daily diet, adequate exercise, avoiding stress and seeking important information about health to improve the quality of reducing back pain during pregnancy. .

Keywords: Pregnancy, Back Pain, Message Effleurage

Reference : 3 books, 5 journals. 2015 – 2022