

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.F (39 TAHUN) G₃P₂A₀H₂ USIA
KEHAMILAN 36-37 MINGGU DENGAN NYERI PUNGGUNG BAWAH
DAN PENERAPAN TERAPI PIJAT ENDORFIN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PARAK KARAKAH**

PEMINATAN KEPERAWATAN MATERNITAS



OLEH :

LIDYA PUTRI, S.Kep.

NIM. 2441312098

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2025

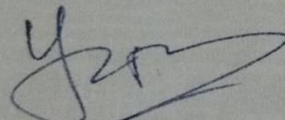
PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.F (39 TAHUN) G₃P₂A₀H₂ USIA
KEHAMILAN 36-37 MINGGU DENGAN NYERI PUNGGUNG BAWAH
DAN PENERAPAN TERAPI PIJAT ENDORFIN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PARAK KARAKAH**

**LIDYA PUTRI,S.Kep.
NIM.2441312098**

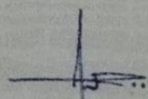
Karya Ilmiah Akhir Ini Telah Disetujui
24 Juni 2025

Pembimbing Utama


Ns. Yelly Herien, M. Kep
NIP: 198807042019032012

Oleh,

Pembimbing Pendamping


Ns. Arif Rohman Mansur S.Kep, M.Kep
NIP : 198708282019031005

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Program Profesi


Dr. Ns. Dwi Novrianda, S. Kep., M. Kep
NIP : 198211022008122001

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
KARYA ILMIAH AKHIR
JUNI 2025**

Nama : Lidya Putri,S.Kep

NIM : 2441312098

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.F (39 TAHUN) G₃P₂A₀H₂ USIA
KEHAMILAN 36-37 MINGGU DENGAN NYERI PUNGGUNG BAWAH
DAN PENERAPAN TERAPI PIJAT ENDORFIN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PARAK KARAKAH**

ABSTRAK

Proses kehamilan mengakibatkan ibu hamil mengalami adaptasi pada semua sistem tubuh, salah satunya pada sistem muskulokeletal yang mengakibatkan nyeri punggung bawah. Selain pengobatan farmakologis, terapi non-farmakologis juga dapat menjadi alternatif pengobatan yang efektif untuk membantu mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil adalah dengan terapi pijat endorfin. Tujuan penulisan ini adalah untuk menerapkan asuhan keperawatan pada Ny.F (39 tahun) G₃P₂A₀H₂ kehamilan 36-37 minggu dengan nyeri punggung bawah serta pengaruh terapi pijat endorfin terhadap penurunan skala nyeri punggung bawah pada ibu hamil. Metode penulisan karya ini dengan menggunakan studi kasus. Prosedurnya dimulai dari pengkajian, penetapan diagnosa keperawatan, pemilihan intervensi yang sesuai, pelaksanaan implementasi dan evaluasi. Masalah keperawatan yang diangkat yaitu gangguan rasa nyaman b.d gangguan adaptasi kehamilan, gangguan pola tidur b.d keadaan fisik dan fisiologi (kehamilan), dan ansietas b.d kekhawatiran mengalami kegagalan menjadi seorang ibu. Implementasi yang diberikan yaitu terapi pijat endorfin. Terapi dilakukan selama 3 hari kunjungan, dilakukan selama 30 menit. Pengukuran skala nyeri punggung bawah menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Hasil evaluasi yang didapat yaitu terjadi penurunan nyeri punggung bawah yang dialami ibu hamil dari 5 turun ke 2 setiap diberikan terapi pijat endorfin. Diharapkan perawat dapat menerapkan terapi pijat endorfin dalam mengurangi nyeri punggung bawah yang dirasakan ibu selama trimester III sampai menjelang persalinan.

**Kata Kunci : nyeri punggung bawah, gangguan rasa nyaman, ibu hamil,
terapi pijat endorfin**

Referensi : 48 (2010-2025)

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
KARYA ILMIAH AKHIR
JUNI 2025**

**Nama : Lidya Putri,S.Kep
NIM : 2441312098**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY.F (39 TAHUN) G₃P₂A₀H₂ USIA
KEHAMILAN 36-37 MINGGU DENGAN NYERI PUNGGUNG BAWAH
DAN PENERAPAN TERAPI PIJAT ENDORFIN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PARAK KARAKAH**

ABSTRACT

The pregnancy process causes pregnant women to experience adaptations in all body systems, one of which is the musculoskeletal system which results in lower back pain. In addition to pharmacological treatment, non-pharmacological therapy can also be an effective alternative treatment to help reduce lower back pain in pregnant women. One non-pharmacological therapy that can reduce lower back pain in pregnant women is endorphin massage therapy. The purpose of this paper is to apply nursing care to Mrs. F (39 years old) G₃P₂A₀H₂ 36-37 weeks of pregnancy with lower back pain and the effect of endorphin massage therapy on reducing the scale of lower back pain in pregnant women. The method of writing this work uses a case study. The procedure starts from assessment, determination of nursing diagnoses, selection of appropriate interventions, implementation and evaluation. The nursing problems raised are disturbed sense of comfort related to impaired pregnancy adaptation, disturbed sleep patterns related to physical and physiological conditions (pregnancy), and anxiety related to fear of failure to become a mother. The implementation provided is endorphin massage therapy. Therapy is carried out over 3 days of visits, carried out for 30 minutes. Lower back pain was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). The evaluation results showed a decrease in lower back pain experienced by pregnant women from 5 to 2 after each endorphin massage therapy session. It is hoped that nurses will implement endorphin massage therapy to reduce lower back pain experienced by mothers during the third trimester until delivery.

Keywords: lower back pain, discomfort, pregnant women, endorphin massage therapy

References: 48 (2010-2025)