

**PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP NYERI  
PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III DI TPMB ANISA  
MAULIDDINA SLEMAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
Program Studi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



**DISUSUN OLEH**

**HASNIATI**  
**222207139**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S-1)  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2024**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI**

**PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP NYERI PUNGGUNG  
IBU HAMIL TRIMESTER III DI TPMB ANISA MAULIDDINA SLEMAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2024**

Diajukan Oleh :

**HASNIATI**  
**222207139**

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Dan Dinyatakan Syah Sebagai  
Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb) Program  
Studi Kebidanan (S-1) Di Fakultas Kesehatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 10 September 2024

Mengesahkan:

Penguji,

Elvika Fit Ari Shanti, S.ST., M.Kes  
NIDN 0502078401

Pembimbing,

Nur Rahmawati Sholihah, S.ST., M. Keb  
NIDN 0511118701

Menyetujui,  
Kaprosdi,

**KETUA**  
**Budi Rahayu, M. Keb**  
NIP 2010.13.0044

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Nama : Hasniati  
NPM : 222207139  
Program Studi : Kebidanan (S-1)  
Judul Skripsi : Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Nyeri PunggungIbu Hamil Trimester III Di TPMB Anisa Mauliddina Sleman Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarism*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik dikemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 6 September 2024



Hasniati

## PRAKATA

Puji Syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Anisa Mauliddina Sleman Yogyakarta”** Sholawat serta salam semoga senantiasa selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, sahabatnya dan semoga sampai kepada kita selalu umatnya, Aamiin.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S-1) Kebidanan Program Studi Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga terdapat kekurangan baik dalam penyajian materi maupun bahasannya. Hal ini disebabkan keterbatasan kemampuan yang penulis miliki.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak hambatan serta rintangan yang penulis hadapi namun pada akhirnya dapat melaluinya berkat adanya bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spiritual.

Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. rer. nat. apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si, selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
2. Ida Nursanti, S.Kep., Ns., MPH, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Budi Rahayu, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi S-1 Kebidanan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Nur Rahmawati Sholihah, S.ST., M.Keb selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan serta masukan kepada saya selama menyusun skripsi hingga saat ini.
5. Elvika Fit Ari Shanti., S.ST., M.Kes selaku penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Staf dan Dosen Program Studi S-1 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

7. Anisa Mauliddina, S.ST selaku pemilik TPMB Anisa Mauliddina yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di TPMB Anisa Mauliddina.
8. Seluruh responden yang berkenan untuk berpartisipasi dalam penelitian.
9. Kedua orang tua tercinta Bapak Hasim dan Ibu Sumiati, kakak, serta keluarga besar yang selalu menjadi inspirasi dan motivasi dengan kasih sayang dan kesabarannya telah memberikan dukungan moral, materi dan spiritual kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
10. Rekan-rekan mahasiswi program studi S-1 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta angkatan 2023 yang telah bersama-sama saling mendoakan dan saling mendukung demi perjuangan dan kesuksesan bersama.
11. Semua pihak yang turut membantu dalam penyusunan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Teriring doa yang tulus semoga Allah SWT memberikan balasan pahala yang berlimpah atas segala amal dan bantuan yang telah diberikan, Aamiin. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi diri sendiri, maupun pihak lain yang memanfaatkan serta membaca pada umumnya. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diperlukan untuk hasil yang terbaik. Besar harapan penulis semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan dapat menambah ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, 6 September 2024

Penulis,



Hasniati

## DAFTAR ISI

|  |           |
|--|-----------|
| HALAMAN JUDUL .....                          | i         |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                     | ii        |
| PERNYATAAN .....                             | iii       |
| PRAKATA .....                                | iv        |
| DAFTAR ISI .....                             | vi        |
| DAFTAR TABEL .....                           | vii       |
| DAFTAR GAMBAR .....                          | viii      |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                        | ix        |
| INTISARI .....                               | x         |
| ABSTRACT .....                               | xi        |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>               | <b>1</b>  |
| A. Latar Belakang .....                      | 1         |
| B. Rumusan Masalah .....                     | 4         |
| C. Tujuan .....                              | 4         |
| 1. Tujuan Umum .....                         | 4         |
| 2. Tujuan Khusus .....                       | 4         |
| D. Manfaat Penelitian .....                  | 5         |
| 1. Manfaat Teoritis .....                    | 5         |
| 2. Manfaat Praktis .....                     | 5         |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>         | <b>8</b>  |
| A. Tinjauan Teori .....                      | 8         |
| 1. Konsep Dasar Kehamilan .....              | 8         |
| 2. Konsep Nyeri Punggung .....               | 14        |
| 3. Terapi <i>Endorphin Massage</i> .....     | 22        |
| B. Kerangka Teori .....                      | 26        |
| C. Kerangka Konsep .....                     | 27        |
| D. Hipotesis Penelitian .....                | 27        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>       | <b>28</b> |
| A. Desain Penelitian .....                   | 28        |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....         | 28        |
| C. Populasi dan Sampel .....                 | 29        |
| D. Variabel Penelitian .....                 | 30        |
| E. Definisi Operasional .....                | 31        |
| F. Alat dan Bahan .....                      | 31        |
| G. Pelaksanaan Penelitian .....              | 32        |
| H. Metode Pengolahan dan Analisis Data ..... | 35        |
| I. Etika Penelitian .....                    | 37        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>     | <b>38</b> |
| A. Hasil Penelitian .....                    | 38        |
| B. Pembahasan .....                          | 48        |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>                   | <b>56</b> |
| A. Kesimpulan .....                          | 56        |
| B. Saran .....                               | 56        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                  | <b>58</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                        | <b>61</b> |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....   | 6  |
| Tabel 2.1 Standar Operasional Prosedur <i>Massage Endorphin</i> .....   | 24 |
| Tabel 3.1 Rancangan Penelitian.....   | 28 |
| Tabel 3.2 Definisi Operasional.....   | 31 |
| Tabel 3.3 Koding Karakteristik Responden .....  | 35 |
| Tabel 4.1 Karakteristik Responden.....  | 39 |
| Tabel 4.2 Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Dan<br>Sesudah Diberikan <i>Endorphin Massage</i> ..... | 41 |
| Tabel 4.3 <i>Crosstabulation</i> Karakteristik Responden Kelompok Intervensi.....   | 42 |
| Tabel 4.4 <i>Crosstabulation</i> Karakteristik Responden Kelompok Kontrol.....  | 45 |
| Tabel 4.5 Pengaruh <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil<br>Trimester III.....                         | 47 |

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANUAR  
YOGYAKARTA

## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| Gambar 2.1 Skala <i>Numerical Rating Scale</i> ..... | 21 |
| Gambar 2.2 Kerangka Teori.....                       | 26 |
| Gambar 2.3 Kerangka Konsep .....                     | 27 |
| Gambar 3.1 Bagan Alur Penelitian.....                | 34 |

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |    |
|--|----|
| Lampiran 1 <i>Timeline</i> Skripsi .....                               | 62 |
| Lampiran 2 <i>Etichal Clearance</i> .....                              | 63 |
| Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....                   | 64 |
| Lampiran 4 Lembar <i>Informed Consent</i> .....                        | 65 |
| Lampiran 5 Kuesioner <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS).....            | 66 |
| Lampiran 6 Lembar Observasi .....                                      | 68 |
| Lampiran 7 Standar Operasional Prosedur <i>endorphin massage</i> ..... | 69 |
| Lampiran 8 Hasil Statistik Kelompok Intervensi .....                   | 71 |
| Lampiran 9 Hasil Statistik Kelompok Kontrol.....                       | 73 |
| Lampiran 10 Lembar Persetujuan Judul .....                             | 76 |
| Lampiran 11 Surat Izin Studi Pendahuluan.....                          | 77 |
| Lampiran 12 Surat Balasan Studi Pendahuluan.....                       | 78 |
| Lampiran 13 Lembar Persetujuan Ujian Proposal Skripsi .....            | 79 |
| Lampiran 14 Lembar Persetujuan Penelitian Proposal Skripsi .....       | 80 |
| Lampiran 15 Surat Izin Penelitian .....                                | 81 |
| Lampiran 16 Surat Balasan Penelitian .....                             | 82 |
| Lampiran 17 Dokumentasi .....  | 83 |
| Lampiran 18 Lembar Bimbingan.....                                      | 84 |
| Lampiran 19 Lembar Persetujuan Ujian Skripsi .....                     | 88 |
| Lampiran 20 Lembar Pendaftaran Ujian Skripsi.....                      | 89 |
| Lampiran 21 Hasil Cek Plagiarisme .....                                | 90 |