

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA
AUDIOVISUAL TERHADAP PENGETAHUAN MENGENAI *EFFLEURAGE*
MASSAGE UNTUK MENGATASI NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL**



SKRIPSI

Oleh :

Inas DyahMufidha

04021181621008

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

JANUARI 2021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Inas Dyah Mufidha

NIM : 04021181621008

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Keperawatan FK UNSRI, jika dikemudian hari saya terbukti melakukan tindakan plagiarisme maka saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya.

Indralaya, Maret 2021



Inas Dyah Mufidha

04021181621008

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : INAS DYAH MUFIDHA
NIM : 04021181621008

JUDUL : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI
MEDIA *AUDIOVISUAL* TERHADAP PENGETAHUAN MENGENAI
EFFLEURAGE MASSAGE UNTUK MENGATASI NYERI PUNGGUNG
IBU HAMIL

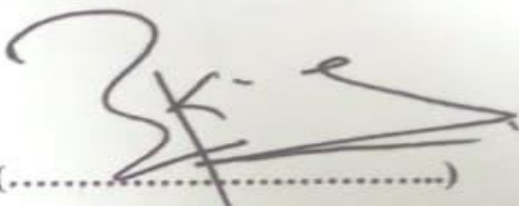
Pembimbing I

Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.
NIP. 198910202016062021


(.....)

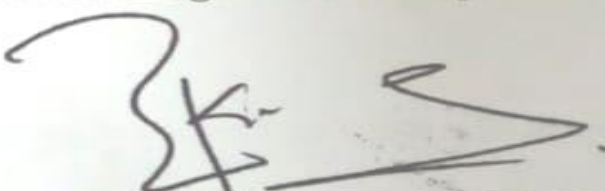
Pembimbing II

Eka Yulia Fitri, Y. S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP.198407012008122001



(.....)

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Keperawatan


Eka Yulia Fitri, Y, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

Ketua Bagian Keperawatan


Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : INAS DYAH MUFIDHA

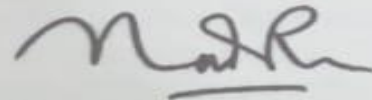
NIM : 04021181621008

JUDUL : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA
AUDIOVISUAL TERHADAP PENGETAHUAN MENGENAI EFFLEURAGE
MASSAGE UNTUK MENGATASI NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL

PEMBIMBING I

Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.

NIP. 198910202016062201

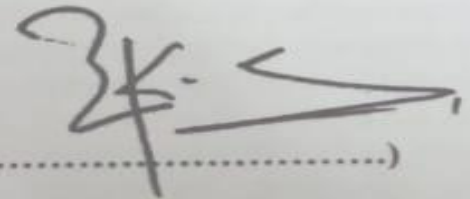


(.....)

PEMBIMBING II

Eka Yulia Fitri, Y. S.Kep., Ns., M.Kep.

NIP.198407012008122001

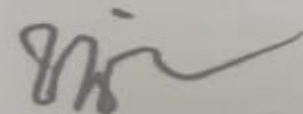


(.....)

PENGUJI I

Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes.

NIP. 197307172003122002

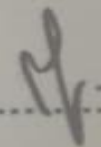


(.....)

PENGUJI II

Antarini Indriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An.

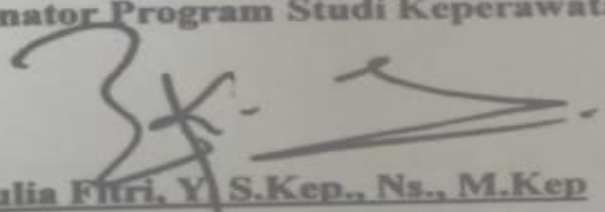
NIP.198104182006042003



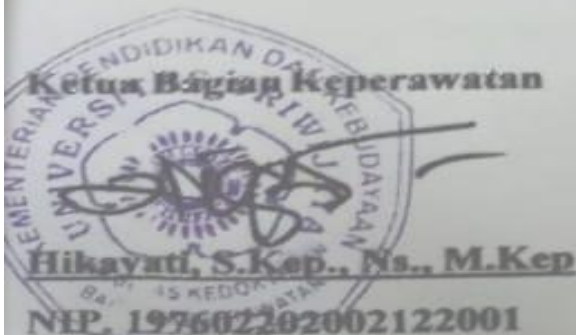
(.....)

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Keperawatan


Eka Yulia Fitri, Y. S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198407012008122001



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah - Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Media *Audiovisual* terhadap Pengetahuan Mengenai *Effleurage Massage* untuk Mengatasi Nyeri Punggung Ibu Hamil. Peneliti menyadari jika skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan bimbingan dari beragam pihak, maka peneliti pada kesempatan ini ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Hikayati,S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Mutia Nadra Maulida, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,M.Kep. sebagai pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai pembimbing II yang juga sudah memberikan bimbingan, saran serta arahan untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Nurna Ningsih, S. Kp., M.Kes sebagai penguji I yang juga sudah ikut serta dalam menyempurnakan skripsi ini.
5. Puskesmas Sabokingking yang sudah ikut membantu dalam pelaksanaan penelitian ini.
6. Seluruh dosen dan staff tata usaha PSIK FK UNSRI yang telah banyak memberikan bimbingan dan bantuan selama ini.

7. Teman-teman seperjuangan PSIK Reguler 2016 yang telah memberikan bantuan dan dukungannya.

Peneliti juga menyadari jika skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, maka dari itu sangat dibutuhkan kritik dan saran yang membangun agar skripsi ini dapat lebih baik.

Palembang, Januari 2021

Peneliti

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

Skripsi, Januari 2021

Inas Dyah Mufidha

(xi, 107 halaman + 6 tabel + 2 skema + 11 lampiran)

Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Media *Audiovisual* terhadap Pengetahuan mengenai *Effleurage Massage* untuk Mengatasi Nyeri Punggung Ibu Hamil

ABSTRAK

Nyeri punggung merupakan salah satu keluhan yang paling sering dialami oleh ibu hamil. Nyeri punggung dapat ditatalaksana secara farmakologis melalui pemberian obat-obatan maupun nonfarmakologis melalui masase, yoga, relaksasi napas dalam dan sebagainya. *Effleurage massage* merupakan salah satu upaya yang dapat diberikan untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil. Sehingga, *effleurage massage* dapat dijadikan sebagai informasi edukasi pada ibu hamil untuk mengatasi keluhan nyeri punggung yang dirasakan. Salah satu media yang dapat digunakan dalam mendukung pemberian edukasi yaitu dengan audiovisual. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *audiovisual* terhadap pengetahuan ibu hamil tentang *effleurage massage* untuk mengatasi nyeri punggung. Desain pada penelitian ini menggunakan *quasy experimental design* dengan rancangan *one group pretest-posttest* tanpa menggunakan kelompok kontrol. Responden penelitian ini sebanyak 17 orang diberikan kuisioner sebelum dan setelah diberi perlakuan. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *t paired test* karena data berdistribusi normal. Hasil analisis uji *t independent test* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *audiovisual* mengenai *effleurage massage* dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$). Perawat dapat berperan sebagai edukator untuk ibu hamil untuk membantu mengatasi keluhan nyeri punggung bawah dalam kehamilan

Kata Kunci : Nyeri punggung bawah, Ibu Hamil, Pendidikan Kesehatan, Media Audiovisual, *Effleurage Massage*.

Daftar Pustaka : 58 (2010-2019)

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Keperawatan



Eka Yulia F, Y, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198407012008122001

Pembimbing I



Mutia Nadra, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.

NIP. 198910202016062021

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM**

Thesis, 2021

Inas Dyah Mufidha

(xi, 107 pages + 6 table + 2 schemes + 11 attachments)

**The Influence of Health Education through Audiovisual Media on
Knowledge About Effleurage Massage to Treat Back Pain for Pregnant
Women**

ABSTRACT

The Effect of Health Education through Audiovisual Media on Knowledge about Effleurage Massage to Overcome Back Pain in Pregnant Women Back pain is one of the most common complaints experienced by pregnant women. Back pain can be managed pharmacologically through the provision of drugs and non-pharmacology through massage, yoga, relaxation of deep breaths, and so on. Effleurage massage is an effort that can be given to treat back pain in pregnant women. So, effleurage massage can be used as educational information for pregnant women to deal with complaints of back pain that are felt. One of the media that can be used to support education is audiovisual. The purpose of this study was to determine the effect of health education with audiovisual media on the knowledge of pregnant women about effleurage massage to treat back pain. The design in this study used a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest design without using a control group. Respondents of this study were 17 samples given questionnaires before and after being given treatment. This research was conducted using the t-test because the data were normally distributed. The results of the t paired test analysis showed that there was an effect of health education with audiovisual media on effleurage massage with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Nurses can act as educators for pregnant women to help deal with complaints of low back pain during pregnancy

Keywords : Lower back pain, Pregnant Women, Health Education, Audiovisual Media, Effleurage Massage.

Bibliography : 58 (2010-2019)

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Keperawatan



Eka Yulia F, Y, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198407012008122001

Pembimbing I



Mutia Nadra , S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep.

NIP. 198910202016062021

HALAMAN PERSEMBAHAN

Teruntuk Ummi Dan Abi, terimakasih karena selalu memberikan yg terbaik untuk inas, mencukupi semua kebutuhan Inas, sabar dalam menghadapi semua sikap Inas, selalu memberikan hal-hal positif agar tetap semangat menyelesaikan perkuliahan ini.

Terimakasih karena selalu menjadi orang tua yang hebat. Gelar ini inas persembahkan untuk Ummi Abi.

Terimakasih untuk Pak Suami Arif Yohadi dan Hanna Mazaya sayang. Terimakasih karena selalu bekerja sama dengan baik. Terimakasih karena selalu sabar menghadapi emosi dan *mood* Inas yg turun naik. Yg selalu siap sedia membantu untuk menyelesaikan perkuliahan ini. Terimakasih banyak untuk kalian berdua, terimakasih karena sudah mewarnai harihari setiap hari. *Love you two*

Terimakasih kepada Ibu Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kes., M.Kep selaku pembimbing 1 dan Ibu Eka Yulia Fitri, Y. S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing 2, untuk Ibu Antarini Indriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An. selaku penguji 1 dan Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes sebagai penguji 2 yg telah membimbing dan memberikan motivasi kpd saya shingga dpt menyelesaikan skripsi ini.

Terimakasih juga kepada staf TU dan dosen PSIK yg selama ini telah memfasilitasi dan membantu sebaik mungkin.

Terimakasih untuk temen aku Anggun, sudah mewarnai dunia perkuliahan ini dari hari pertama kuliah sampe selesai. Terimakasih untuk Shyndi yg selalu aku repotin. Terimakasih untuk teman-teman PSIK A 2016. Terimakasih kisahny, terimakasih yg selalu bantu aku dari awal kuliah, sampe aku hamil, terimakasih selalu memaklumin kalo aku kesusahan, selalu sigap bantu, sampe lahiran sampe sekarang juga ttp dibantuu, yg selalu maklumin aku, makasih selalu ada di harihari kuliah. Makasih banyaakk, semoga kalian sukses dunia akhirat.

Tidak mungkin skripsi ini terselesaikan tanpa bantuan kalian semua, dan yang pasti biidznillah atas izin allah.

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| SURAT PERNYATAAN | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iv |
| ABSTRAK | v |
| ABSTRACT..... | vi |
| PERSEMBAHAN..... | vii |
| KATA PENGANTAR..... | viii |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR SKEMA | xii |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 4 |
| C. Tujuan Penelitian | 5 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 5 |
| E. Ruang Lingkup Penelitian..... | 6 |

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

| | |
|--|----|
| A. Konsep Proses Keperawatan | 7 |
| 1. Pengertian proses keperawatan | 7 |
| 2. Tahap proses keperawatan | 8 |
| 3. Karaktersistik proses keperawatan | 13 |
| 4. Keuntungan pelaksanaan proses keperawatan | 14 |
| B. <i>Nursing Care Plan</i> | 15 |
| C. Bahasa Keperawatan | 16 |
| D. Kategori Lingkungan | 18 |
| E. Aplikasi | 19 |
| F. <i>Prototype</i> | 20 |
| G. <i>Web</i> | 21 |
| H. Komponan Aplikasi | 21 |
| 1. Bahasa pemrograman | 21 |
| 2. Basis data | 25 |
| 3. Pemodelan data | 25 |
| 4. Desain sistem | 26 |
| I. Kerangka Teori..... | 29 |

BAB III METODE PENELITIAN

| | |
|--------------------------|----|
| A. Kerangka Konsep | 30 |
|--------------------------|----|

| | |
|---|----|
| B. Jenis Penelitian..... | 30 |
| C. Tempat Penelitian..... | 30 |
| D. Waktu Penelitian | 30 |
| E. Metode Pengumpulan Data..... | 31 |
| F. Objek Penelitian | 31 |
| G. Pengembangan Sistem | 32 |
| 1. Tahap identifikasi..... | 32 |
| 2. Desain sistem <i>prototype</i> aplikasi..... | 33 |
| 3. <i>Development</i> | 36 |
| 4. Implementasi | 40 |
| a. Pengujian <i>blackbox testing</i> | 41 |
| b. Pengujian <i>usability</i> | 43 |

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

| | |
|--|----|
| A. Hasil penelitian..... | 45 |
| 1. Realisasi aplikasi..... | 45 |
| 2. Pengoperasian Aplikasi..... | 49 |
| 3. Fungsi Operasional Aplikasi | 51 |
| a. Pengujian <i>blackbox testing</i> | 51 |
| b. Pengujian <i>usability</i> | 54 |
| B. Pembahasan..... | 57 |
| 1. Realisasi aplikasi..... | 57 |
| 2. Pengoperasian Aplikasi..... | 58 |

| | |
|--------------------------------------|----|
| 3. Fungsi Operasional Aplikasi | 59 |
| a. Pengujian balckbox testing | 59 |
| b. Pengujian usability | 61 |
| C. Keterbatasan penelitian | 63 |

BAB V SIMPULAN

| | |
|-------------------|----|
| A. Simpulan | 63 |
| B. Saran..... | 64 |

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR SKEMA

| | |
|---|----|
| Skema 2.1 Kerangka teori | 29 |
| Skema 3.1 <i>Use case diagram prototype</i> | 34 |
| Skema 3.2 Diagram konteks <i>prototype</i> | 35 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Diagnosis keperawatan katategori lingkungan | 19 |
| Tabel 3.1 Pengujian pada menu utama | 42 |
| Tabel 3.2 Pengujian pada menu proses | 42 |
| Tabel 3.3 Pegujian pada menu simpan dan <i>print</i> | 43 |
| Tabel 3.4 Pengujian pada menu ubah <i>password</i> | 44 |
| Tabel 3.5 Pengujian pada menu <i>logout</i> | 44 |
| Tabel 3.6 Kuesioner usability J.R. Lewis | 47 |
| Tabel 4.1 Pengujian <i>interface</i> menggunakan <i>blacbox testing</i> | 53 |
| Tabel 4.2 Rentang Kriteria Penilaian Uji <i>usability</i> | 55 |
| Tabel 4.3 Rekapitulasi jumlah penilaian usability yang diberikan oleh <i>user</i> | 56 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 3.1 <i>Data Flow Diagram (DFD) prototype</i> | 36 |
| Gambar 3.2 Pemodelan data menggunakan <i>entity relationship diagram</i> | 37 |
| Gambar 3.3 Rancangan menu utama | 38 |
| Gambar 3.4 Rancangan halaman menu <i>master</i> | 39 |
| Gambar 3.5 Rancangan halaman proses keperawatan | 39 |
| Gambar 3.6 Rancangan halaman <i>login</i> | 40 |
| Gambar 3.7 Rancangan halaman data <i>user</i> | 40 |
| Gambar 4.1 Halaman <i>login</i> | 48 |
| Gambar 4.2 Halaman <i>nursing care plan</i> | 48 |
| Gambar 4.3 Halaman hasil NCP | 49 |
| Gambar 4.4 Luaran keperawatan | 49 |
| Gambar 4.5 Intervensi keperawatan..... | 50 |
| Gambar 4.6 Jendela bantuan data mayor | 50 |
| Gambar 4.7 Keluhan yang dialami pasien | 54 |
| Gambar 4.8 Daftar masalah keperawatan yang sesuai dengan keluhan pasien | 54 |
| Gambar 4.9 Diagram distribusi hasil uji <i>usability</i> berdasarkan <i>score name</i> | 57 |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Interface* aplikasi

Lampiran 2 kuesioner *usability* J.R. Lewis

Lampiran 3 Pengujian lengkap *blackbox testing*

Lampiran 4 lembar Konsultasi Pembimbing I

Lampiran 5 lembar Konsultasi Pembimbing II

Lampiran 6 Uji plagiat

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologik yang hampir selalu terjadi pada setiap wanita. Kehamilan terjadi setelah bertemunya sperma dan ovum, tumbuh dan berkembang di dalam uterus selama 259 hari atau 37 minggu atau sampai 42 minggu (Nugroho & Utama, 2014). Kehamilan sebagai suatu kondisi dimana seorang perempuan sedang mengandung dan mengembangkan *fetus* didalam rahimnya selama sembilan bulan atau selama *fetus* berada didalam kandungan ibu (WHO, 2014). Proses kehamilan diawali dari masa konsepsi yang sering didefinisikan sebagai persatuan antara sebuah telur dan sperma, yang menandai awalnya suatu kehamilan, dan peristiwa ini bukan merupakan hal yang terpisah tetapi merupakan peristiwa rangkaian kejadian yang mengelilinginya. Kehamilan akan menyebabkan terjadinya berbagai perubahan pada ibu hamil (Fauziah & Sutejo, 2012).

Perubahan anatomi dan fisiologi ibu hamil adalah sistem muskuloskeletal, perubahan pada sistem muskuloskeletal terjadi akibat kompensasi dari pembesaran uterus ke posisi anterior, *lordosis* menggeser pusat daya berat ke belakang ke arah kedua kaki. Hal tersebut memicu peningkatan mobilitas pada sendi *sacroiliaka sakrokoksigis* dan *pubis* yang diperkirakan terjadi karena

pengaruh hormonal (Prawirohardjo, 2009).

Perubahan pada sistem muskuloskeletal menyebabkan ibu hamil merasakan nyeri pada daerah punggung bawah. Perut yang bertambah besar akan membuat ibu hamil kehilangan keseimbangannya. Akibat dari hal-hal tersebut, ibu hamil akan menarik punggung ke belakang dan melengkungkan leher. Dari posisi tubuh yang semacam ini akan menyebabkan punggung bagian bawah melengkung, sedangkan otot-otot punggung akan tertarik yang dapat menimbulkan rasa nyeri, khususnya nyeri pada punggung bagian bawah (Pujiningsih, 2010).

Nyeri punggung bawah pada ibu hamil merupakan masalah yang paling sering dilaporkan dalam kehamilan (Walsh, 2008). Nyeri punggung bawah yang dialami oleh ibu hamil akan mencapai puncak pada minggu ke-24 sampai dengan minggu ke-28, tepat sebelum pertumbuhan abdomen mencapai titik maksimum (Mander, 2004). Kebanyakan sakit pada punggung selama kehamilan terjadi akibat perubahan otot tulang punggung yaitu sebanyak 70%. Menurut Ratih (2016), hasil dari penelitian pada ibuhamildiberbagai daerah Indonesia mencapai 60-80% orang yang mengalami *back pain* (nyeri punggung) pada kehamilannya. Prevalensi nyeri punggung pada kehamilan dilaporkan bervariasi dari 50% di Inggris dan Skandinavia serta 70% di Australia.

Sejumlah penelitian mengenai nyeri punggung terkait kehamilan sekitar 25% sampai 90%, sebagian besar penelitian memperkirakan bahwa 50% dari wanita hamil akan menderita nyeri punggung. Sepertiga dari mereka akan menderita

nyeri hebat, yang akan mengurangi kualitas hidup mereka. 80% wanita hamil yang menderita nyeri punggung saat hamil mengatakan bahwa itu mempengaruhi rutinitas sehari-hari mereka dan 10% dari mereka melaporkan bahwa mereka tidak dapat bekerja (Katonis et al.,2011).

Nyeri punggung yang terjadi secara berkepanjangan dan tidak segera diatasi, bisa mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pasca partum, dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan (Fraser, 2009). Beberapa cara untuk mengurangi intensitas dan frekuensi nyeri punggung bawah antara lain minum, hindari membungkuk dan mengangkat beban berat, istirahat, gunakan sabuk penopang, hindari pemakaian *highheels*, bangun secara perlahan, duduk di kursi yang bisa menopang punggung dan tempatkan bantal kecil dibelakang punggung bawah, olahraga, serta kompres hangat dan *massage* (Amazine,2017).

Massage merupakan metode nonfarmakologis yang memberikan penekanan oleh tangan pada jaringan lunak, biasanya pada otot, tendon atau ligament, tanpa menyebabkan pergeseran/perubahan posisi sendi guna menurunkan nyeri, menghasilkan relaksasi, dan meningkatkan sirkulasi (Henderson, 2006). Beberapa macam metode *massage* yang dapat dilakukan untuk merangsang saraf yang berdiameter besar sehingga mengurangi nyeri antara lain *effleurage*, *deep back*, *firm counter pressure*, dan *abdominal lifting* (Gadysa, 2009).

Effleurage massage adalah gerakan punggung atau *massage* punggung yang sejak dulu digunakan dalam keperawatan untuk meningkatkan istirahat atau relaksasi. *Effleurage* merupakan tipe masase yang melibatkan gerakan yang panjang, perlahan dan halus. *Effleurage massage* adalah salah satu prosedur masase yang ada pada ibu hamil dapat dilakukan dengan cara melakukan usapan lembut pada daerah *vertebrae lumbal*, *thoracic vertebrae* hingga *os scapula* kembali lagi ke bawah melalui *thoracic vertebrae* dengan tekanan ringan-sedang-ringan yang nantinya dapat merangsang pengeluaran senyawa endorpin pada ibu secara alami pada torakal ke 12 dan 10 (Wulandari dkk,2015).

Prosedur dari *effleurage massage* ini menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang (Reeder, 2011). Selain itu, *effleurage* merupakan masase yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping, dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Ekowati, 2012). Penelitian Aini (2016) membuktikan bahwa masase *effleurage* lebih efektif dalam menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil dibandingkan dengan kompres hangat. Selain aman, masase *effleurage* juga memiliki dampak psikologis yaitu memberikan perasaan rileks menjelang persalinan. Sehingga, *efflurage massage* dapat dijadikan sebagai salah satu tatalaksana nyeri punggung bawah secara nonfarmakologis yang dapat diberikan melalui pendidikan kesehatan sebagai upaya untuk tatalaksana mandiri ibu hamil

dalam mengatasi nyeri punggung bawah.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan proses bagi individu, kelompok, keluarga, dan masyarakat untuk memperbaiki kesadaran serta dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan demi kepentingan kesehatannya. Tujuan pendidikan kesehatan ialah mengubah perilaku, maka perlu diketahui sarannya dan teori apa yang mendasari proses perubahan perilaku tersebut (Nursalam & Efendi, 2009). Sebagai sarana pendukung pendidikan kesehatan dalam menyampaikan informasi dilaksanakan dengan media pendidikan kesehatan yang diharapkan dapat meningkatkan memori dari peserta pendidikan terhadap informasi yang disampaikan (Notoatmodjo, 2012).

Media merupakan perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Media atau alat peraga merupakan perantara untuk menyampaikan pesan kesehatan, dan penyebarluasan informasi yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa atau dicium. Media pendidikan kesehatan terdiri atas *leaflet*, *poster*, spanduk, *slide*, dan sebagainya serta salah satunya media video edukasi atau media *audiovisual* (Notoatmodjo, 2012). Media video adalah media yang menyajikan informasi atau pesan secara *audiovisual* (Dermawan & Setiawati, 2008). Berdasarkan penelitian Nemade., Anjenaya., & Gujar, (2009), pemberian penyuluhan atau pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video atau *audiovisual* memberikan pengaruh terhadap pengetahuan responden penelitian.

Hasil studi pendahuluan pada bulan Desember 2019 -Maret 2020 terdapat 258 kunjungan ibu hamil, dan terdata bahwa terdapat primigravida 80 ibu hamil. Berdasarkan kunjungan tersebut terhitung terdapat 20-26 ibu hamil yang belum partus hingga Maret 2020. Data mengenai keluhan sakit punggung tidak terdokumentasi secara tertulis di Puskesmas Sabokingking, namun berdasarkan petugas kesehatan menyebutkan jika hampir seluruh ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas mengeluh nyeri pada punggung. Puskesmas biasanya memberikan tatalaksana secara farmakologis dengan memberikan suplemen kalsium dan tanpa memberikan tatalaksana dan edukasi secara nonfarmakologis. Sehingga, pengetahuan ibu hamil dalam menatalaksana nyeri punggung secara mandiri masih kurang. Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan *effleurage massage* melalui media *audiovisual* terhadap pengetahuan mengenai nyeri punggung ibu hamil.

B. Rumusan Masalah

Prevalensi nyeri punggung pada ibu hamil di Indonesia masih cukup tinggi dan jika nyeri tersebut tidak segera diatasi dapat berdampak pada terganggunya aktifitas sehari-hari dan kemudian juga dapat menimbulkan dampak jangka panjang pada ibu hamil tersebut. Kurangnya informasi serta pengetahuan ibu hamil tentang cara mengurangi nyeri punggungnya tersebut merupakan penyebab masih tingginya ibu yang mengalami nyeri punggung ini, sehingga diperlukan informasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil untuk mengatasi nyeri

punggung. Berdasarkan penjelasan pada latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah pengaruh pendidikan kesehatan melalui media *audiovisual* terhadap pengetahuan mengenai *effleurage massage* untuk mengatasi nyeri punggung ibu hamil?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan melalui media *audiovisual* terhadap pengetahuan mengenai *effleurage massage* untuk mengatasi nyeri punggung ibu hamil.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden penelitian
- b. Mengetahui rata-rata tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai *effleurage massage* untuk mengatasi nyeri punggung ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media *audiovisual*.
- c. Mengetahui rata-rata tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai *effleurage massage* untuk mengatasi nyeri punggung ibuhamil sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui media *audiovisual*.
- d. Mengetahui perbedaan rata-rata tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai *effleurage massage* untuk mengatasi nyeri punggung ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui media *audiovisual*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Pelajar

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan ibu hamil untuk mengatasi nyeri punggung dengan *effleurage massage*.

b. Bagi Instansi

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi khususnya bagi pelayanan kesehatan tentang pengetahuan mengenai *effleurage massage* sebagai salah satu upaya nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri punggung ibu hamil dengan menggunakan media video edukasi.

c. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, ilmu pengetahuan dan sebagai bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi bagi masyarakat tentang penatalaksanaan nyeri punggung secara nonfarmakologis dan upaya mengatasinya sehingga dapat diterapkan dirumah maupun lingkungan sekitar.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini termasuk pada bidang keperawatan maternitas dan komunitas yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan melalui media *audiovisual* terhadap pengetahuan mengenai *effleurage massage* untuk mengatasi nyeri punggung ibu hamil. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2020. Desain pada penelitian ini menggunakan *quasy experimental design* dengan rancangan *one group pretest-posttest* tanpa menggunakan kelompok kontrol. Responden penelitian ini merupakan ibu hamil yang ada di wilayah kerja Puskesmas Sabokingking yang diambil dengan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 17 responden dalam satu kelompok yang diberikan kuisisioner sebelum dan setelah diberi perlakuan. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji t-test karena data berdistribusi normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin D. (2012). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Pekerja Shift Di PT Krakatau Tirta Industri Cilegon. *Skripsi*. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
- Amazine. (2017). *7 Penyebab & Penanganan Back Pain Pada Awal Masa Kehamilan*.
- Andari, F.N. (2015). Pengaruh Pelatihan Peregangan Senam Ergonomis Terhadap Penurunan Skor Nyeri Muskuloskeletal Disorders (MSDs) Pada Pekerja Pembuat Kaleng Aluminium.
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta : Ar-Ruzz.
- Anggraini S, Siregar S & Dewi R .(2020). Pengaruh Media Audio Visual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pada Ibu Hamil tentang Pencegahan Stunting di Desa Cinta Rakyat. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda* 6(1) 44-49.
- Astuti, P. M. (2010). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Organ Reproduksi pada Siswa Kelas VII SMP Negeri II Kasihan Bantul Yogyakarta Tahun 2010. *Skripsi*. Yogyakarta: STIKES Alma Ata..
- Bobak, dkk. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas. 4th ed*. Jakarta: EGC.
- Dahlan, S.M. (2013). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel*. Jakarta: Salemba Medika.
- Depkes RI. (2007). Keputusan Menteri Kesehatan RI No: 900/MENKES/VII/2007. Konsep Asuhan Kebidanan. Jakarta.
- Dewi, Vivian N. L., & Sunarsih, T. (2013). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ekowati, R., Wahjuni, E.S., Alifa, A. (2012). *Efek Teknik Masase Effleurage Pada Abdomen Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Disminore Primer Mahasiswi PSIK FKUB Malang*. Poltekkes Malang.
- Fauziah dan Sutejo, (2012). *Keperawatan Maternitas Kehamilan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Guo PJ, Kim J, Rubin R. (2014). How video production affects student engagement: an empirical study of MOOC videos. *Proceedings of the first ACM conference on Learning* (pp. 41-50).

- Habibah. (2014). Hubungan Tingkat Pengetahuan Keluarga Tentang TB Paru Terhadap Perilaku Pencegahan Penularan TB Paru. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Henderson, C., Jones, K. (2006). Buku Ajar Konsep Kebidanan. Jakarta: EGC
- Hesti Ummami Y, Abi Muhlisin SK. (2016). Effect Of Health Education On The Improvement Of Tuberculosis Patient Knowledge And Attitude About Infection Prevention In Health Simo Tuberculosis. *Doctoral Dissertation*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Hidayat, A. Aziz A, & Musrifatul. (2008). *Keterampilan Dasar Praktik Klinik untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Infantri, T. (2011). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Sikap, Perilaku dan Tindakan Pencegahan Penularan Tuberkulosis Parapadua Keluarga Di Kecamatan Situgitung Kabupaten Dharmasraya. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Judha, M. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Julianta. (2010). *Media Audiovisual*. Jakarta: ECG
- Kartikasari, R.I., Nuryanti, A. (2016). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil. *RAKERNASAI PKEMA*.
- Katonis, P., et al. (2011). Pregnancy-related low back pain. *Hippokratia Medical Journal*, 15(3): 205-210.
- Klossner, N. J. Hatfield, N. (2006). *Introductory Maternity & Pediatric Nursing*. Lippincot Williams & Wilkins: Philadelphia.
- Kozier, B., Glenora, Erb., Audrey Berman dan Shirlee J.Snyder. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* (Alih Bahasa: Esty Wahyu Ningsih, Devi Yulianti, Yuyun Yuningsih, dan Ana Lusiana). Jakarta: EGC
- Kusbandiyah, M., Ummi, H., Rita, Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Fisiologis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kuswanti, I. (2014). *Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: PT. PustakaPelajar.
- LeMone, Burke, & Bauldoff. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah*. Alih Bahasa. Jakarta: EGC.
- Luthfiah, N. (2016). Perbedaan Masase Effleurage Dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu hamil Trimester III. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*.

- Mander, R. (2004). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Mansjoer, E. (2007). *Kapita Selekta Kedokteran Edisi 3 Jilid II*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- _____. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Ed. 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, P. A, Perry, A.G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep Proses, dan Praktik. Edisi 4. Vol 2*. Alih Bahasa: Renata Komalasari, dkk. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo, S. (2009). *Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Pujiningsih, S. (2010). *Permasalahan Kehamilan yang Sering Terjadi*. Jakarta: Oryza.
- Rahman, S. A. Handayani, A., Sumarni, Mallongi, A. (2017). Penurunan Nyeri Persalinan Dengan Kompres Hangat Dan Massage Effleurage. *Jurnal MKMI*. 13(2)
- Reeder, Martin, Griffin, K. (2011). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi, dan Keluarga Volume 2 Edisi 18*. Jakarta: EGC.
- RI, D. K. (2015). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Depkes RI.
- Ronalds, H. S. (2010). *Pedoman dan Perawatan Kehamilan yang Sehat dan Menyenangkan*. Bandung: Nuansa Aulia.
- Sabella, R. (2010). *Panduan Kehamilan, Persalinan, yang Sehat dan Menyenangkan*. Yogyakarta: Gelmas Publisher.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktek Penelitian Riset Keperawatan (Ed. 2)*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Smeltzer, Suzanne C. & Bare , Brenda G. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth (ED.8. Vol.1,2)*. Alih Bahasa Oleh Agung Waluyo... (dkk). Jakarta: EGC.
- Suiraoaka IP, Supariasa ID. (2012). *Media Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu

- Syarif BM., Rahmalia SA. Efektifitas. (2015). Pendidikan Kesehatan dengan Audiovisual terhadap Pengetahuan dan Perilaku Hidup Sehat Keluarga tentang Pencegahan Penularan Tuberculosis Paru. *JOM* Vol. 2 (2): 215-23.
- Unoharzah HB., Lamatenggau M. (2010). *Teknologi Komunikasi dan Informasi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Utami, R. N, Nurul, W. M. (2013). Perbedaan Efektifitas Lama Pemberian Rose Effleurage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Persalinan Normal Primigravida Di Kota Semarang Tahun 2013. *Jurnal Kebidanan*.2 (4) .
- Wahyuni, S., Wahyuningsih, E. (2015). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSUD Muhammadiyah Delanggu Klaten 2015. *Jurnal Involusi Kebidanan*. 5(10)
- Walsh, L. (2008). *Buku Ajar Kebidanan Komunitas*. Jakarta: EGC.
- West, Z. (2010). *Natural Pregnancy*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- WHO. (2014). *Pregnancy. World Health Organization: World Health Organization*
- Wulandari, D.A., Andriyani, Y. (2018). Efektivitas Effleurage Massage Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di RB CI Semarang. *Jurnal STIKES Karya Huda Semarang*.
- Wulandari, P., Nurhiba, P. D. (2015). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin di RSUD Muhammadiyah Delanggu Klaten. *Skripsi*. Klaten : Universitas Muhammadiyah Klaten
- Yulistiana, E. (2015). Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Dukungan Suami Pada Ibu Hamil Terhadap Keteraturan Kunjungan Antenatal Care (ANC) Di Puskesmas Wales Lampung Tengah Tahun 2015. *Jurnal Kebidanan* 1(2) 81-90