

ABSTRAK

Nyeri punggung merupakan ketidaknyamanan pada kehamilan. Berdasarkan wawancara dari 10 ibu hamil 8 mengatakan nyeri punggung bawahnya mengganggu aktifitasnya. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *prenatal massage* terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di PMB Susan Wonosari Surabaya.

Jenis penelitian *pre-eksperimen* menggunakan pendekatan *One Group Pra-Test dan Post-Test Design*. Populasinya seluruh ibu hamil trimester III di PMB Susan berjumlah 33. Sampel penelitian 30 ibu hamil diambil dengan teknik *non-probability sampling* dengan menggunakan sistem *purposive sampling*. Variabel independen *prenatal massage* dan variabel dependen nyeri punggung bawah. Instrument penelitian menggunakan lembar observasi dengan analisa data *Wilcoxon*.

Hasil menunjukkan sebelum dilakukan *prenatal massage* nyeri yang dialami ibu hamil menurut *NRS* nyeri sedang 17 (56,7%). Setelah dilakukan *prenatal massage* didapat hasil nyeri ringan 23 (76,7%). Dari hasil uji statistik diperoleh hasil p value 0,000, maka hipotesis yang menyatakan (H_0) ditolak artinya ada pengaruh *prenatal massage* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.

Kesimpulan penelitian ini terdapat pengaruh *prenatal massage* terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di PMB Susan Wonosari Surabaya. Bidan diharapkan mampu memberikan asuhan ANC terpadu dalam pelayanannya, seperti *prenatal massage*.

Kata Kunci : Prenatal Massage, Nyeri Punggung Bawah, Ibu Hamil Trimester III