

**PENGARUH KOMBINASI *EFFLEURAGE MASSAGE*
DAN AROMATERAPI *CITRUS LEMON* UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI WILAYAH KECAMATAN
GOMBONG DAN SEMPOR**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Kebidanan



Disusun Oleh:

Siti Faridatun Fannani

NIM: 2021060010

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2025**

**PENGARUH KOMBINASI *EFFLEURAGE MASSAGE*
DAN AROMATERAPI *CITRUS LEMON* UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI WILAYAH KECAMATAN
GOMBONG DAN SEMPOR**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Kebidanan



Disusun Oleh:

Siti Faridatun Fannani

NIM: 2021060010

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH KOMBINASI *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN AROMATERAPI *CITRUS LEMON* UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KECAMATAN GOMBONG DAN SEMPOR

Telah disetujui dan dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk di ujikan

Pada Tanggal 18 Juni 2025



Pembimbing,

Dr. Siti Mutoharoh., S.ST., M.P.H

Mengetahui

Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana



Dyah Puri Astuti, S.St., M.P.H

HALAMAN PENGESAHAN

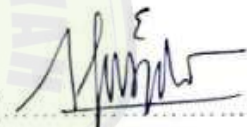
PENGARUH KOMBINASI *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN AROMATERAPI *CITRUS LEMON* UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KECAMATAN GOMBONG DAN SEMPOR

Yang Dipersiapkan Dan Disusun Oleh:
Siti Faridatun Fannani
(2021060010)

Telah Dipertahankan Didepan Dewan Penguji
Pada Tanggal 14 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

1. Bdn. Adinda Putri Sari Dewi., M.Keb

()

2. Khulasoh., M.Keb

()

3. Dr. Siti Mutoharoh., S.ST., M.P.H

()

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana



()
Dyah Puji Astuti, S.SiT., M.P.H

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka, dan sudah dinyatakan lolos uji plagiarisme.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang – undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Gombong, 14 Juli 2025



Official stamp of Universitas Muhammadiyah Gombong, featuring the university's logo and name. Below the stamp is a handwritten signature in black ink. To the right of the signature is a pink rectangular stamp that reads "METERAN TEMPEL" and "49AMX206604158".

Siti Faridatun Fannani

**HALAMAN PERNYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Siti Faridatun Fannani
NIM : 2021060010
Program Studi : Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Jenis Karya : Skripsi

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non – exclusive Royalty – Free Right) atas skripsi saya yang berjudul:

**PENGARUH KOMBINASI *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN AROMATERAPI
CITRUS LEMON UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KECAMATAN
GOMBONG DAN SEMPOR**

Berserta perangkat yang ada (jika perlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong,
Pada tanggal: 14 Juli 2025



Siti Faridatun Fannani

Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Skripsi, 25 Mei 2025

Siti Faridatun¹⁾, Siti Mutoharoh²⁾
sitifaridatun6@gmail.com

ABSTRAK

PENGARUH KOMBINASI *EFFLEURAGE* MASSAGE DAN AROMATERAPI *CITRUS* LEMON UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KECAMATAN GOMBONG DAN SEMPOR

Latar belakang: Nyeri punggung pada kehamilan timbul sebagai akibat tidak seimbangnya kerja otot *postural* dengan otot fasis yang terdapat pada daerah pinggang, sehingga menyebabkan terjadinya otot pinggang cenderung jadi memendek diikuti dengan *hyperlordosis* dari *lumbal*.

Tujuan: penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian kombinasi *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di wilayah Kecamatan Gombong Dan Sempor.

Metode : Studi kuantitatif ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan desain pre-test dan post-test pada satu kelompok. Pengambilan sampel dalam studi ini menggunakan teknik sampling purposif. Sampel studi ini terdiri dari 38 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Alat yang digunakan meliputi kuesioner untuk SOP pemberian intervensi *efflurage massage*, SOP untuk aromaterapi *citrus* lemon, dan lembar penilaian skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Analisis data menggunakan analisis univariat, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk menguji hipotesis dengan Uji Wilcoxon.

Hasil penelitian : menunjukkan penurunan nyeri setelah diberikan intervensi teknik *efflurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon, semua responden mengalami perubahan nyeri yaitu sekitar 17 responden tidak lagi mengalami nyeri dan sebanyak 21 responden mengalami nyeri ringan.

Kesimpulan: Perbedaan nyeri sebelum dan setelah intervensi teknik *efflurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon menghasilkan hasil yang signifikan yaitu Z sebesar -5.548^b dan nilai *p value* 0,000 ($<0,05$), artinya terdapat perubahan nyeri yang lebih baik pada ibu hamil trimester III, sehingga layak dipertimbangkan sebagai kebijakan oleh puskesmas, bidan dan tenaga kesehatan lainnya sebagai salah satu cara untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil.

Rekomendasi peneliti selanjutnya: Melakukan penelitian dengan adanya kelompok pembanding.

Kata kunci ;

Aromaterapi *Citrus* Lemon, *Effleurage Massage*, Nyeri Punggung

1 Mahasiswa Program Studi Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong

2 Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Undergraduate of Midwifery Study Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Thesis, May 25, 2025

Siti Faridatun¹⁾, Siti Mutoharoh²⁾
sitifaridatun6@gmail.com

ABSTRACT

THE EFFECT OF COMBINING EFFLEURAGE MASSAGE AND CITRUS LEMON AROMATHERAPY ON REDUCING BACK PAIN IN THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN THE GOMBONG AND SEMPOR DISTRICTS

Background: Back pain during pregnancy occurs due to an imbalance between the work of postural muscles and fascial muscles in the lumbar region, leading to shortening of the lumbar muscles and subsequent hyperlordosis of the lumbar spine.

Objective: This study aims to determine the effect of combining effleurage massage and citrus lemon aromatherapy on reducing back pain in third-trimester pregnant women in the Gombong and Sempor subdistricts.

Method: This quantitative study employed a quasi-experimental design with a pre-test and post-test on a single group. Sampling in this study used purposive sampling techniques. The study sample consisted of 38 participants who met the inclusion and exclusion criteria. The tools used included a questionnaire for the standard operating procedure (SOP) for administering effleurage massage, an SOP for citrus lemon aromatherapy, and a pain assessment scale using the Numeric Rating Scale (NRS). Data analysis used univariate analysis, while bivariate analysis was used to test the hypothesis using the Wilcoxon test.

Research : showed a decrease in pain after the intervention with effleurage massage and citrus lemon aromatherapy techniques. All respondents experienced changes in pain, with approximately 17 respondents no longer experiencing pain and 21 respondents experiencing mild pain.

Conclusion: The difference in pain before and after the intervention using effleurage massage and citrus lemon aromatherapy produced significant results, with a Z value of -5.548b and a p-value of 0.000 (<0.05), indicating an improvement in pain among third-trimester pregnant women. This makes it worthy of consideration as a policy by health centers, midwives, and other healthcare professionals as one method to reduce back pain in pregnant women.

Recommend: For further researchers conduct research with a control group.

Keywords;

Citrus Lemon Aromatherapy, Effleurage Massage, Back Pain

¹ Student, Universitas Muhammadiyah Gombong

² Lecturer, Universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Kombinasi *Effleurage Massage* Dan Aromaterapi *Citrus Lemon* Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kecamatan Gombong Dan Sempor”**.

Adapun maksud dari penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat untuk menyelesaikan Program Studi Kebidanan Program Sarjana pada Universitas Muhammadiyah Gombong. Mengingat keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis, sehingga dalam pembuatan skripsi ini tidak sedikit bantuan, petunjuk, saran – saran maupun arahan dari berbagai pihak, oleh karena itu dengan kerendahan hati dan rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Dr. Hj. Herniyatun, M. Kep., Sp. Mat, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
2. Dyah Puji Astuti, S.SiT.,M.P.H, selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana.
3. Dr. Siti Mutoharoh.,S.ST.,M.P.H, selaku Dosen Pembimbing saya yang telah memberikan petunjuk, dorongan, serta semangat dalam pembuatan skripsi ini.
4. Bidan Atik Nurani.,S.ST, selaku pemilik klinik Mitra Sehat Baby Spa yang telah mengizinkan saya melakukan penelitian ditempat tersebut.
5. Terimakasih kepada cinta pertama dan panutan saya yaitu:(Alm. Ratim Z) yang mengajarkan bahwa putri kecilnya tidak boleh manja dan yang mengajarkan kalo jatuh harus bisa bangkit sendiri
6. Terimakasih kepada ibu Samidem yang telah melahirkan saya dan berperan sebagai ayah dan ibu sekaligus bagi anak – anaknya.
7. Kepada saudara saya Suwardo Achmad A, Siti Rohmatun, Fajar Achmad F, ibu Kastini yang telah memberikan support, semangat dan kasih sayang serta doa untuk penulis
8. Dan terimakasih kepada adik saya Yuli dan Nabila yang sudah memberikan support, kasih sayang, doa, nasehat, serta atas kesabarannya yang luar biasa dalam setiap langkah penulis.
9. Terimakasih seluruh teman sekelas penulis, teman main (lulu, Indah, Febri, Dea,dan teman main penulis yang lain yang tidak bisa disebutkan satu - satu) yang sudah support penulis dan meluangkan waktu untuk menemani penulis menyusun skripsi ini.

Gombong, 14 Juni 2025
Penulis



Siti Faridatun Fannani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERNYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat	5
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan Teori.....	8
B. Kerangka Teori.....	21
C. Kerangka Konsep	22
D. Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	23
A. Desain Penelitian.....	23
B. Populasi dan Sampel	23
C. Tempat dan Waktu Penelitian	25
D. Variabel Penelitian	25
E. Definisi Operasional.....	26
F. Instrumen Penelitian.....	26
G. Validitas dan reliabilitas instrumen.....	27
H. Etika Penelitian	27
I. Teknik Pengumpulan Data	28
J. Analisis Data	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil Penelitian	30
B. Pembahasan Hasil Penelitian	34
C. Keterbatasan Penelitian.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2 Rancangan Penelitian.....	23
Tabel 3 Definisi Operasional	26
Tabel 4 Karakteristik Ibu Hamil	30
Tabel 5 Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Intervensi	31
Tabel 6 Skala Nyeri Sesudah Diberikan Intervensi	32
Tabel 7 Uji Normalitas.....	33
Tabel 8 Pengaruh Kombinasi	33



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Intensitas Nyeri Sederhana.....	13
Gambar 2 Intensitas Nyeri Numerik	13
Gambar 3 Alat Ukur NRS (<i>Numerical Rating Scale</i>).....	13
Gambar 4 Metode gerakan <i>effleurage massage</i> di usap dari bagian punggung bawah sampai ke bahu	16
Gambar 5 Metode gerakan <i>effleurage massage</i> di usap dari bahu sampai bagian punggung bawah	17
Gambar 6 Metode gerakan <i>effleurage massage</i> ulangi gerakan di usap dari bagian punggung bawah sampai ke bahu	17
Gambar 7 Kerangka Teori.....	21
Gambar 8 Kerangka Konsep	22



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian
Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan
Lampiran 3 Jawaban Surat Ijin Pendahuluan
Lampiran 4 Surat Penelitian
Lampiran 5 Jawaban Surat Penelitian
Lampiran 6 Lolos Etik
Lampiran 7 Hasil Uji Plagiarism
Lampiran 8 Persetujuan Responden
Lampiran 9 *Pre Test*
Lampiran 10 *Post Test*
Lampiran 11 SOP *Effleurage Massage*
Lampiran 12 SOP Aromaterapi *Citrus Lemon*
Lampiran 13 Data Excel
Lampiran 14 Data SPSS
Lampiran 15 Persetujuan Responden
Lampiran 16 *Pre Test* Responden
Lampiran 17 *Post Test* Responden
Lampiran 18 Bimbingan
Lampiran 19 Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan ditandai dengan penyatuan sel telur dan sel sperma, yang memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan di dalam rahim hingga kelahiran (Mutoharoh *et al.*, 2024). Mengidentifikasi potensi komplikasi dan masalah, WHO merekomendasikan agar ibu hamil menerima perawatan *prenatal* setidaknya empat kali selama kehamilan hingga melahirkan (WHO, 2021 dalam Fitriani *et al.*, 2023). Ibu hamil umumnya mengalami perubahan fisik dan psikologis. Perubahan yang umum terjadi pada usia kehamilan trimester kedua dan ketiga yaitu nyeri punggung.

Nyeri merupakan sensasi yang mengganggu yang disebabkan oleh cedera jaringan, baik nyata maupun potensial. Nyeri punggung pada kehamilan timbul sebagai akibat tidak seimbangannya kerja otot *postural* dengan otot fasis yang terdapat pada daerah pinggang, sehingga menyebabkan terjadinya otot pinggang cenderung jadi memendek diikuti dengan *hyperlordosis* dari *lumbal*. Otot perut cenderung menjadi lentur dan adanya perubahan sikap tubuh dari bertambahnya umur kehamilan yang disebabkan berat berpindah kedepan. Akibat janin dikandung semakin membesar dan diimbangi dengan adanya *lordosis* yang berlebihan pada *lumbal* ibu hamil (Beno *et al.*, 2022).

Selama kehamilan, wanita akan mengalami pusat gravitasi ke arah depan seiring bertambahnya usia dan membutuhkan kekuatan otot untuk tetap berdiri. Ibu hamil yang tidak duduk dengan benar karena penambahan berat badan sehingga dapat mengalami peregangan dan kelelahan otot yang menyebabkan nyeri di tubuh bagian bawah (Irianti *et al.*, 2014 dalam Sari, 2021). Frekuensi nyeri punggung yang dialami oleh wanita hamil bervariasi di berbagai negara, dengan Inggris Raya memiliki 50% dan Australia memiliki 70% kasus, dan Indonesia antara 60 dan 80% dari 180.000 ibu hamil sedangkan pada Provinsi Jawa Tengah terdapat 314.492 ibu hamil yang juga mengalami nyeri *lumbal* 4-5 (Shelemo, 2023). Hasil penelitian Purnamasari

(2019), menunjukkan bahwa 68% ibu hamil menderita nyeri punggung dengan intensitas sedang dan 32% ibu hamil menderita nyeri punggung dengan intensitas ringan (Purnamasari *et al.*, 2019 dalam Muti Qurnia *et al.*, 2024).

Nyeri pada ibu dapat disebabkan oleh riwayat nyeri punggung bawah pada kehamilan terdahulu. Mobilitas, mengemudi, dan merawat anak-anak serta pasangan dapat terhambat oleh nyeri punggung. Selama kehamilan, ketidaknyamanan punggung kronis lebih sulit ditangani dan dapat berlanjut hingga setelah masa kelahiran. Peran pemerintah dalam upaya penanganan nyeri punggung pada ibu hamil yaitu dengan melakukan kolaborasi kerja yang baik antara pemerintah daerah dan tenaga kesehatan yakni puskesmas dan kader posyandu. Pasal 47 dalam UU No. 4 Tahun 2019 menyebutkan salah satu peran bidan mencakup pemberian dan pengelolaan pelayanan kebidanan, memberikan penyuluhan dan konseling, berperan sebagai pendidik dan pembimbing, serta bertindak sebagai fasilitator klinis. Bidan juga berperan dalam menggerakkan masyarakat dan memberdayakan perempuan, serta melakukan penelitian dalam bidang praktik kebidanan. Bidan dapat membantu mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil dengan memberikan KIE, Ibu hamil memiliki berbagai pilihan untuk meredakan nyeri punggung, seperti berjalan kaki 1-2 langkah di pagi hari, menggunakan bantal tambahan untuk menyangga pinggang dan punggung, melakukan relaksasi, dan berolahraga selama kehamilan serta lakukan rutinitas *effleurage massage* dan rendam air hangat dapat mampu meredakan otot-otot dan mengurangi aktifitas dan menjaga postur tubuhnya, tulang punggungnya harus selalu tegak dan tidak membungkuk terutama pada ibu hamil trimester III (Harsono, 2013 dalam Fithriyah *et al.*, 2020).

Effleurage massage yang dilakukan dengan teknik yang tepat selama masa kehamilan dapat meringankan nyeri pada kaki, punggung, otot, dan sendi, dan meningkatkan rasa bahagia, karena meningkatkan hormon serotonin dan dopamin dan mampu menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester dua dan tiga (Arifin *et al.*, 2021 dalam Eka *et al.*, 2020). Teknik

effleurage masssage merupakan sapuan di sepanjang punggung dan ekstremitas serta pola gerakan melingkar di beberapa bagian tubuh. *Effleurage massage* dipercaya mampu meredakan nyeri dan menimbulkan rasa nyaman dan rileks, karena adanya hormon endorfin yang dilepaskan oleh sebuah pijatan (Gozali *et al.*, 2020 dalam Sanjaya *et al.*., 2022). Teknik *effleurage massage* pada daerah kaki, punggung atau *sacrum*, hingga ke tangan dengan menggunakan pangkal telapak tangan (Dewiani *et al.*, 2022).

Sentuhan yang diberikan pada saat *effleurage massage* menyebabkan proses penghambatan perjalanan suatu impuls nyeri dengan cara memberikan rangsangan untuk meningkatkan suatu aktivitas substansi gelatinosa sehingga aktivitas sel T terhambat. Rasa nyeri juga dapat diblok dengan cara memberikan rangsangan pada serabut A delta yang jadi penyebab rangsangan tidak dapat diteruskan ke korteks serebral sehingga terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan terapi *effleurage massage*. *Effleurage Massage* aman untuk ibu hamil, mudah untuk dilakukan di rumah dan dimanapun, tidak memerlukan banyak alat untuk melakukan *effleurage massage* (Richard SD, 2017 dalam Muti Qurnia *et al.*, 2024). Teknik *effleurage massage* dapat menimbulkan efek relaksasi bagi ibu bersalin, pasien yang sedang merasakan nyeri terutama ibu hamil yang merasakan nyeri punggung (Oktapianti *et al.*, 2024).

Perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah *effleurage massage* terjadi karena gerakan *effleurage massage* dilakukan secara perlahan dan disinkronkan dengan pernapasan pasien saat nyeri ada, yang tujuannya untuk mengalihkan perhatian ibu dari sensasi rasa nyeri yang dirasakan terutama nyeri punggung, sehingga menimbulkan rasa nyaman, rasa rileks, dan mengurangi rasa nyeri pada punggung. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Veronica & Olliana (2022), yang menunjukkan bahwa pijat *effleurage* 1 kali/minggu selama 10-15 menit mampu mengurangi nyeri punggung menjadi 2 (Nugraha and Alviah, 2025).

Aromaterapi *citrus* lemon terdapat kandungan yang memiliki banyak kegunaan terapeutik termasuk diantaranya kemampuannya untuk

menghilangkan atau mengurangi rasa nyeri punggung pada ibu hamil, menyembuhkan luka, dan mengobati infeksi jamur dan bakteri serta mampu mengurangi kecemasan dan depresi pada ibu hamil (Brah *et al.*, 2023). Di dalam aromaterapi *citrus* lemon banyak sekali kandungan. Pada komponen utamanya yaitu sebagai obat dan dapat bermanfaat bagi kesehatan. Aromaterapi *citrus* lemon juga dapat membantu mengatur manajemen nyeri punggung pada ibu hamil dengan mengaktifkan proses berpikir dan mental yang dapat mengganggu transmisi sinyal nyeri dari otak, mengalihkan perhatian dari sensasi yang menyakitkan, merangsang pelepasan endorfin, dan mampu membingkai ulang pikiran tentang rasa ketidaknyaman (Bertone *et al.*, 2021). Lemon merupakan salah satu aromaterapi yang dapat membantu melancarkan sirkulasi tubuh (Utami *et al.*, 2020). Aromaterapi *citrus* lemon terdapat kandungan spektrum aktivitas biologisnya yang luas termasuk efek antimikroba dan antioksidan. Terpena, flavonoid, karoten, dan kumarin diyakini sebagai kontributor utama sifat antioksidan dan aktivitas antimikrobanya. Wangi aromaterapi *citrus* lemon yang kaya dan menyegarkan menjadikannya pilihan praktis untuk obat-obatan, pembersih rumah tangga, produk kosmetik (Dosoky *et al.*, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk menggabungkan *effleurage massage* dengan aromaterapi *citrus* lemon untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil. Penelitian terkait dengan *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon masih terbatas diteliti oleh peneliti lain, untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil. Studi ini penting untuk mengeksplorasi sinergi kedua metode tersebut sebagai intervensi non farmakologi yang aman dan efektif bagi ibu hamil. Hasil pengamatan yang dilakukan di Wilayah Kecamatan Gombang dan Sempor sebanyak 15 responden ibu hamil mengalami nyeri punggung yang dimana 7 orang (nyeri ringan), 4 orang (nyeri sedang), 4 orang tidak mengalami nyeri. Klinik wilayah kecamatan gombang sempor sudah menerapkan yoga dan *effleurage massage* untuk mengurangi nyeri punggung, dengan adanya kasus nyeri punggung pada Wilayah Kecamatan Gombang dan Sempor yang lumayan

banyak yaitu 83,33% dari sekitar 25 orang di daerah Gombang dan 25 orang di wilayah Sempor dalam satu tahunnya sehingga peneliti tertarik untuk menjadikan kombinasi aromaterapi *citrus* lemon dan *effleurage massage* sebagai alternatif untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil, kandungan di dalam aromaterapi *citrus* lemon yang terdapat kemampuan terapeutik untuk mengurangi nyeri pada ibu hamil. Kasus nyeri punggung yang umum terjadi di masyarakat terutama pada ibu hamil maka perlu adanya pengobatan yang baik untuk ibu hamil yang tidak membahayakan kesehatan janin dan juga ibu hamil (Aprilianti, 2021).

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pemberian kombinasi *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon dengan kejadian nyeri punggung pada ibu hamil di trimester III?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kombinasi *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik ibu hamil yang mengalami nyeri punggung pada trimester III seperti usia ibu, paritas, pekerjaan.
- b. Mengetahui skala nyeri punggung pada ibu hamil sebelum diberikan kombinasi *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon
- c. Mengetahui skala nyeri punggung pada ibu hamil setelah diberikan kombinasi *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon

D. Manfaat

1. Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu

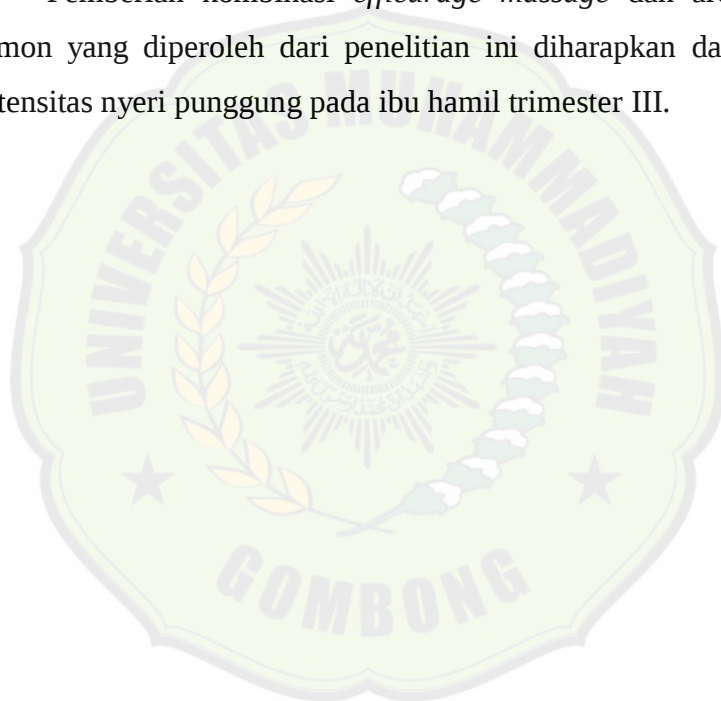
Diharapkan penelitian ini dapat berguna untuk mengembangkan dan menambah pengetahuan tentang salah satu teknik mengurangi nyeri pada ibu hamil selain yoga yaitu dengan teknik pemberian kombinasi *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon

2. Manfaat Bagi Praktisi

Informasi yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan bagi bidan Mitra Sehat Mom *And Baby Spa* dan puskesmas sekitar sehingga ibu hamil yang mengalami nyeri punggung mendapatkan pelayanan, khususnya mengenai kombinasi *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon terhadap penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

3. Manfaat Bagi Ibu hamil

Pemberian kombinasi *effleurage massage* dan aromaterapi *citrus* lemon yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian

Nama peneliti dan tahun penelitian	Judul peneliti	Metode peneliti	Hasil peneliti	Persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini
(El-Hosary et al., 2024)	<i>Pregnancy Discomforts Related to Pain, Anxiety, and Sleep Disturbance among Primigravida: Effect of Effleurage Massage</i>	Desain penelitian quasi-eksperimental pra-posttest.	Pijat <i>effleurage massage</i> secara signifikan mengurangi gejala nyeri yang berhubungan dengan kehamilan	Persamaan: - <i>Effleurage massage</i> sangat signifikan mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil Perbedaan: Sasaran responden, tempat dan waktu penelitian
(Muti Qurnia dan Arum Dwi Anjani 2024)	Penerapan <i>Effleurage massage</i> Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Tanjung Balai Karimun	Penelitian deskriptif dengan metode studi kasus.	<i>Effleurage massage</i> dapat mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III	Persamaan: - <i>Effleurage massage</i> mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil Perbedaan: metode penelitian, kombinasi minyak pijat tempat dan waktu penelitian
(Mulia, Lathifah, dan Mariza 2023)	<i>The effect of citrus (lemon) aromatherapy to reduce level of pain in active phase i labor</i>	Jenis penelitian kuantitatif, (Pretest-Postes With Control Group Design)	pengaruh aromaterapi jeruk (lemon) terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala I kala I.	Persamaan: - aromaterapi jeruk lemon mampu mengurangi nyeri ibu hamil dll. Perbedaan: Responden, kombinasi minyak pijat, tempat dan waktu penelitian
(Brah et al., 2023)	<i>Toxicity and therapeutic applications of citrus essential oils (CEOs): a review</i>	Pengumpulan data dengan cara mereview jurnal	Sebuah tinjauan literatur mengungkapkan manfaat terapeutik yang luas dari <i>Citrus Esensial Oil</i> .	Persamaan: - Minyak aromaterapi citrus kaya akan manfaat terapeutik bagi manusia. Perbedaan: Laporan data yang tidak lengkap pada uji in vitro dan in vivo terutama, pada dosis, kelompok kontrol positif dan negatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adolph, Ralph. 2016. "Pengaruh Pemberian *Effleurage Massage* Pada Ibu Hamil Trimester III," 1–23.
- Andriani, Amelia, Nury Luthfiyatil Fitri, Senja Atika Sari, Akademi Keperawatan Dharma, dan Wacana Metro. 2023. "Penerapan *Massage Effleurage* Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2022 *Implementation of Massage Effleurage on Back Pain of Pregnant Women in Trimester Iii in the Work Area of Yosomulyo Pusk.*" *Jurnal Cendikia Muda* 3 (1): 46–54.
- Anggasari, Yasi, Ika Mardiyanti, Nanik Handayani, Ratna Ariesta Dwi, Universitas Nahdlatul Ulama, Prodi Pendidikan, Profesi Bidan, Universitas Nahdlatul, Ulama Surabaya, dan Universitas Nahdlatul Ulama. 2024. "Penerapan terapi komplementer pada ibu hamil dalam mengurangi nyeri punggung bawah" 5 (4): 2714–19.
- Anifah, Fulatul, A'im Matun Nadhiroh, dan Muntianah. 2022. "Hubungan *Massase Efflurage* Terhadap Nyeri Afterpain Pada Ibu Nifas." *Sk* 04 (1): 1.
- Aprilianti, Dwi Veronika. 2021. "Pengaruh Terapi Kombinasi *Massage Counter Pressure* dan Aromaterapi Lemon Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Primigravida Kala 1 Fase Aktif."
- Arummega, Melati Nur, Alfiah Rahmawati, dan Arum Meiranny. 2022. "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III: Literatur Review." *Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan* 9 (1): 14–30. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v9i1.1506>.
- Beno, J, A.P Silen, dan M Yanti. 2022. "Gambaran Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester III Pada Nyeri Punggung di Puskesmas Jenawi Kabupaten Karangayar." *Braz Dent J.* 33 (1): 1–12.
- Bertone, Anna C, dan Rebecca L Dekker. 2021. "*Aromatherapy in Obstetrics : A Critical Review of the Literature*" 00 (00).
- Brah, Augustine S, Francis A Armah, Collins Obuah, Samuel A Akwetey, Christian K Adokoh, Augustine S Brah, Francis A Armah, et al. 2023. "*Toxicity and therapeutic applications of citrus essential oils (CEOs):a review*" *International Journal of Food Properties* 26(1):301–26. <https://doi.org/10.1080/10942912.2022.2158864>.
- Dewiani, Kurnia, Yetti Purnama, dan Linda Yusanti. 2022. "Efektivitas Pemberian Terapi *Prenatal Massage* Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III." *Jurnal Kebidanan* 11 (April): 1–8. <https://akbid-dharmahusada-kediri.e->

journal.id/JKDH/index%0Aefektivitas.

- Di, Primipara, dan Puskesmas Cluwak. 2024. "Kombinasi *Hypnobirthing* Dan Aroma Terapi Lemon Berpengaruh Terhadap Penurunan Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif" 2 (2).
- Dosoky, Noura S, dan William N Setzer. 2018. "*Biological Activities and Safety of Citrus spp. Essential Oils*," no. Table 1: 1–25.
<https://doi.org/10.3390/ijms19071966>.
- Eka, Ni Made Simiati¹ Ni Putu Mirah Yunita Udayani² Ni Made Risna Sumawati³ Pande Putu Indah Purnamayanthi⁴ Anny, dan Pratiwi. 2020. "*Jurnal Genta Kebidanan*" 10: 68–72.
<http://ejournal.politeknikkesehatankartinibali.ac.id/index.php/JGK/article/download/14/7>.
- El-Hosary, Eman, Ashour S., Amal Khalil, dan Amany Abd El-Salam. 2024. "*Pregnancy Discomforts Related to Pain, Anxiety, and Sleep Disturbance among Primigravida: Effect of Effleurage Massage*." *International Egyptian Journal of Nursing Sciences and Research* 4 (2): 394–408.
<https://doi.org/10.21608/ejnsr.2024.259384.1348>.
- Ella Khairunnisa, Eka Riana, Dwi Khalisa Putri, dan Sella Ridha Agfiani. 2022. "Gambaran Derajat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii." *WOMB Midwifery Journal* 1 (2): 13–17. <https://doi.org/10.54832/wombmidj.v1i2.69>.
- Febrina, Ria. 2021. "Mengenal Tanda-Tanda Bahaya Kehamilan di Puskesmas Pakuan Baru Kota Jambi." *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)* 3 (1): 52.
<https://doi.org/10.36565/jak.v3i1.150>.
- Fithriyah, Fithriyah, Rizki Dyah Haninggar, dan Ratna Sari Dewi. 2020. "Pengaruh Prenatal Massage terhadap Penurunan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III." *Jurnal Kebidanan* 10 (1): 36–43. <https://doi.org/10.35874/jib.v10i1.731>.
- Fitriani, Desi, dan Yulita Elvira Silviani. 2023. "Efektivitas massage effleurage terhadap nyeri punggung ibu hamil." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 4 (4): 4975–80.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/20057>.
- Futriani, Elfira Sri, dan Tri Mochartini. 2021. "Efektivitas Aromaterapi Jeruk Lemon dan Rosemary dalam Menurunkan Nyeri Persalinan di PMB Eneng Nurasih Periode," 1513–20.
- Hastjarjo, T Dicky. 2019. "Rancangan Eksperimen-Kuasi." *Buletin Psikologi* 27 (2): 187. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>.
- Jihada, Salisiyah Mardiyatun, dan Robiatun Amalia Ranti. 2024. "Hubungan Antara Nyeri Punggung Bawah Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Ibu

Hamil Trimester II Dan III Di Puskesmas Kecamatan Duren Sawit” 1 (6): 503–11.

Khairina, Ridha, dan Maulidya Septiany. 2024. “Pengaruh Intervensi *Massage* Teknik *Effleurage* dengan Minyak Zaitun terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis Ny.Z di Desa Sungai Rangas Hambuku.” *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara* 5(2): 2653–59.
<https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3303>.

Kusuma, Universitas, dan Husada Surakarta. 2022. “*The Relationship Of Discomfort In Pregnancy With Sleep Quality Of Third Trimester Pregnancy Women At pmb Nila Resti Anindy,Sambirejo District, Sragen Regency, Elvi,*” 1–11.

Lestaluhu, Viqy. 2022. “Studi Kasus: Penatalaksanaan Terapi Komplementer Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Nyeri Punggung.” *Jurnal Kebidanan* 2 (2): 96–103. <https://doi.org/10.32695/jbd.v2i2.406>.

Mardiani, Norma, dan Mia Novia Resna. 2022. “Pengaruh Terapi *Massage Effleurage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III.” *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat* 7 (2): 108–14.
<https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3509>.

Mulia, Anissa, Neneng Siti Lathifah, dan Ana Mariza. 2023. “*The effect of citrus (lemon)aromatherapy to reduce level of pain in active phase reduce level of reduce pain in active phase 1labor*” 000.

Muti Qurnia, dan Arum Dwi Anjani. 2024. “Penerapan *Massage Effleurage* Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Tanjung Balai Karimun.” *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam* 14 (1): 11–22. <https://doi.org/10.37776/zkeb.v14i1.1311>.

Mutoharoh, Siti, Adinda Putri, Sari Dewi, Wulan Rahmadhani, Aprilia Dianingsih, dan Arina Wahyu Wardani. 2024. “Kelas Prenatal Yoga untuk Mengurangi Ketidaknyamanan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Desa Tambakmulyo, Puring, Kebumen *Prenatal Yoga Classes to Reduce the Discomfort Back Pain in Third Trimester Pregnant Women in Tambakmulyo Village, Puring.*” *Pengabdian dan Bakti* 5 (1): 69–77.
<http://ejournal.unimugo.ac.id/EMPATI/index>
DOI:<http://dx.doi.org/10.26753/empati.v5i1.13133>.

Nugraha, Prasanna Dwianda, dan Dini Nur Alviah. 2025. “Pengaruh Peran Fisioterapi Pada Kasus Dismenore Dengan Metode *Massage Effleurage* : *Literature Review*” 2 (1).

Nurmalasari, Yuni, Uci Ciptiasrini, dan Milka Anggraeni. 2024. “Pengaruh *Effleurage Massage* Terhadap Tingkat Skala Nyeri Punggung Pada Ibu

Hamil Trimester III Di Puskesmas Gekbrong Kabupaten Cianjur Tahun 2024.” *Innovative: Journal Of Social Science Research* 4 (3): 18434–47.

Nursalam. 2020. “Uji Validitas dan Reliabilitas Leadership Behavior Inventory, Personal Mastery Questionnaire dan Kuesioner Kinerja Perawat di Rumah Sakit” 11: 313–18.

Oktapianti, R, dan D Triyanti. 2024. “Pemberian Edukasi Kesehatan Tentang *Massage Providing Health Education About Massage Effleurage To*.” *Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Pemberian Edukasi Kesehatan Tentang Massage Effleurage Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Efforts* 2 (2): 86–92.

Pratiwi, Vira, dan Rosi Kurnia Sugiharti. 2024. “Back Massage Menurunkan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III.” *Jurnal Ilmiah Obsgin : Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-ISSN : 1979-3340 e-ISSN : 2685-7987* 16 (2): 115–25. <https://doi.org/10.36089/job.v16i2.1974>.

Puspitasari, Indah, dan Irawati Indrianingrum. 2021. “*Back Massage Therapy to Reduce Low Back Pain in Pregnancy*.” *Proceedings of the 1st Paris Van Java International Seminar on Health, Economics, Social Science and Humanities (PVJ-ISHESSH 2020)* 535: 681–84. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210304.154>.

Putri, Adinda, Sari Dewi, Dyah Puji Astuti, dan Rizki Wulandari. 2025. “*The Influence of Fingerhold Technique and Positive Affirmation on Pain Reduction of Post Sectio Caesarea*” 5 (2): 60–70.

Riyanti, Neni, Risa Devita, dan Dwi Wahyuni. 2021. “Kehamilan Pada Ibu Hamil Pendahuluan Kehamilan merupakan proses yang fisiologis , namun kehamilan yang normal dapat berubah menjadi patologis / abnormal . Risiko kehamilan bersifat dinamis , karena ibu hamil yang normal secara tiba-tiba dapat menjadi beri” 6.

Rizky Yulia Efendi, Nilam, Juli Selvi Yanti, Cecen Suci Hakameri, dan Histori artikel Abstrak. 2022. “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Ketidaknyamanan Trimester Iii Di PmbErnita Kota Pekanbaru Tahun 2022.” *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)* 275 *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal* 2: 279. <https://jom.htp.ac.id/index.php/jkt>.

Sains, Jurnal, dan Fatihah Wari Nurjanah. 2023. “Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) terhadap Penurunan Dismenorea (*Litterature Review*)” 5 (1): 18–24.

Sanggu, Fadhila Aulia M. 2023. “Pengaruh *back massage* terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III” 1: 125–31.

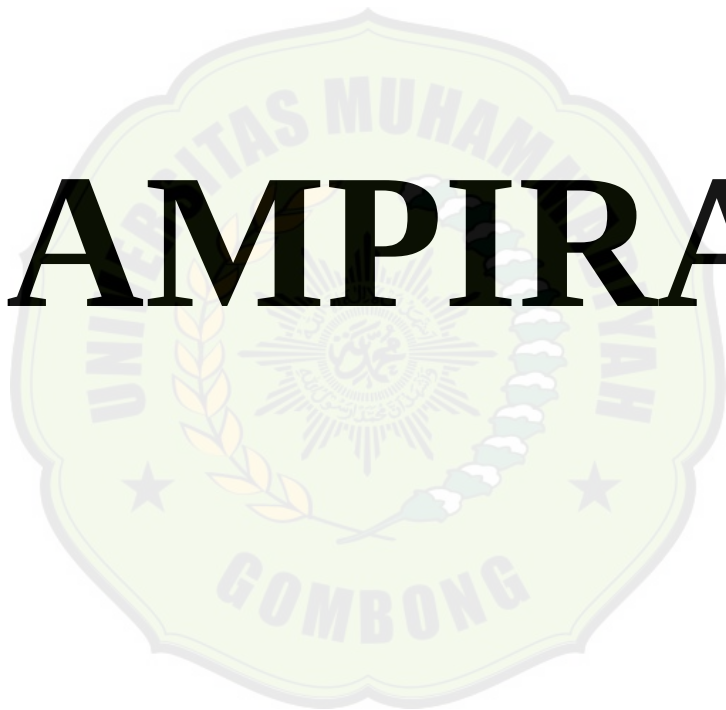
- Sanjaya, Riona, Hellen Febriyanti, dan Kalissing Pangudi Rahayu. 2022. "Combination of Effleurage Massage and Lavender Aromatherapy on Back Pain in Pregnant Women." *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan* 7 (S1): 73–78. <https://doi.org/10.30604/jika.v7is1.1203>.
- Sari, Arini Purnama. 2021. "Kombinasi Teknik Effleurage dan Terapi akupresur untuk Menurunkan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil" 3: 137–45. <https://doi.org/10.33860/jbc.v3i4.565>.
- Shelemo, Asmamaw Alemayehu. 2023. "Prenatal Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Lumbal 4-5." *Nucl. Phys.* 13 (1): 104–16.
- Sulisetyawati, Dwi Nindy Yiska F.F.D, Sutiyo Dani. 2021. "Efektivitas Pemberian Aromatherapi Lemon Dan Pemberian Ice Massage Terhadap Penurunan Nyeri Low Back Pain." *Nursing Study Program of Undergraduate Programs Faculty of Health Sciences University of Kusuma Husada Surakarta* 2021 000.
- Sumirda Rahareng, Deviana Soraya Riu, Andi Nilawati Usman, Irfan Idris, Prihantono. 2022. "Pengaruh Pemberian Massage Eflurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii: Analisis Terhadap Kadar Endorphin" 7 (1).
- Suryani, Suryani, Ika Murtiyarini, Herinawati Herinawati, dan Romauli Romauli. 2022. "Efektivitas Massage Effleurage dan Teknik Relaksasi terhadap Tingkat Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi." *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* 11 (1): 109. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i1.501>.
- Tuan, Sei, Kab Deli, Serdang Tahun, Dina Kamariah, Kamelia Sinaga, Imran Saputra Surbakti, Asnita Sinaga, et al. 2024. "Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec . STIKes Mitra Husada Medan , Indonesia selama persalinan menyebabkan nyeri berat , yang umumnya dirasakan oleh 90 % ibu" 2 (2): 81–93.
- Umi Nur Chayati1, Lutfia Uli Na'mah. 2019. "Penerapan Kombinasi Pijat Effleurage dan Pemberian Air Kelapa Hijau terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja Putri Usia 13-15 Tahun," 14–21.
- Utami, Tutut Putri, Sopian Halid, Irwan Hadi, Baiq Nurainun, dan Apriani Idris. 2020. "Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Lansia A The Effectiveness of Back Massage with Lemon Essential Oil on Nyeri punggung bawah in Elderly" 4: 29–34.
- Wati, Elvia, Senja Atika Sari, dan Nury Luthfiyatil Fitri. 2023. "Penerapan Pendidikan Kesehatan tentang Tanda Bahaya Kehamilan untuk

Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Purwosari Kec. Metro Utara.” *Jurnal Cendikia Muda* 3 (2): 226–34.

Yuliana, Ana, dan Adisti Amalya Putri Handayani. 2024. “Terapi Effleurage Massage Terhadap Nyeri Backpain Pada Ibu Hamil Trimester Iii.” *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKesNas)*, 2024.



LAMPIRAN



Lampiran 1 Jadwal Penelitian

Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penyusunan Proposal dan Hasil Penelitian

No	kegiatan	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli	agus
1	Penentuan tema											
2	Penyusunan Proposal											
3	Uji Turnitin sebelum ujian proposal											
4	Ujian Proposal											
5	Uji Etik											
6	Uji Validitas											
7	Pengambilan Data Hasil Penelitian											
8	Penyusunan Hasil Penelitian											
9	Uji Turnitin Akhir											
10	Ujian Hasil Penelitian											
11	Publikasi											

Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: http://unimugo.ac.id/

No : 1090.5/II.3.AU/PN/I/2025
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 15 Januari 2025

Kepada :
Yth. Bidan Atik Nurani.,S.ST

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Kebidanan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Siti Faridatun Fannani
NIM : 2021060010
Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Effleurage Massage dengan Minyak Citrus Lemon untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kecamatan Gombong Sempor
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kapala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong


Annika Dwi Asti, M.Kep

Lampiran 3 Jawaban Surat Ijin Studi Pendahuluan

SURAT BALASAN IJIN MELAKUKAN STUDI PENDAHULUAN DI MITRA SEHAT BABY SPA

Desa Jatinegara, Kec.Sempor, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah 54471
Website: <http://jatinegara.kecsempor.kebumenkab.go.id/index.php>

Kepada

Yth. Universitas Muhammadiyah

Gombang Prodi S1Kebidanan

Dengan hormat,

Schubungan dengan adanya penyusunan proposal skripsi maka dengan ini saya Bidan Atik Nurani.,S.ST menerima dengan adanya kegiatan tersebut di atas dan menyatakan bahwa mahasiswa:

Nama : Siti Faridatun Fannani

NIM : 2021060010

Judul Penelitian : Pengaruh *Effleurage Massage* dengan Minyak *Citrus*
Lemon untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu
Hamil Trimester III di Wilayah Kecamatan Gombang
Sempor

Keperluan : Mencari data untuk pembuktian studi
pendahuluan. Demikian atas kerja samanya saya ucapkan
terimakasih.

Sempor, 20 Januari 2024



(Bidan Atik Nurani.,S.ST)

Lampiran 4 Surat Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 1282.5/II.3.AU/PN/III/2025
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 21 Maret 2025

Kepada :
Yth. Bidan Atik Nurani, S.ST

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat
lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Kebidanan Program
Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk
memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Siti Faridatun Fannani
NIM : 2021060010

Judul Penelitian : Pengaruh Kombinasi Effleurage Massage dan Aromaterapi Citrus
Lemon untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester
III di Wilayah Kecamatan Gombong Sempor

Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong



Amika Dwi Asti, M.Kep

Lampiran 5 Jawaban Surat Penelitian

KLINIK MITRA SEHAT MOM AND BABY SPA

Golongan, Jatinegoro, Kec. Sempor, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah 54471

Website: @sanggarrias_atik_beautycare, @ipk_abc

SURAT BALASAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini selaku pemimpin Klinik Mitra Sehat Mom And Baby Spa dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Siti Faridatun Fannani

Nim : 2021060010

Institusi : Universitas Muhammadiyah Gombong

Mahasiswa tersebut benar – benar telah melakukan penelitian di Klinik Mitra Sehat Mom And Baby Spa yang berjudul “ Pengaruh Kombinasi Effleurage Massage dan Aromaterapi Citrus Lemon untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kecamatan Gombong dan Sempor”

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Sempor, 20 Juni 2025



Bidan Atik Nurani.,S.ST

Lampiran 6 Keterangan Lolos Etik



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL
EXEMPTION

No. Protokol : 21113000389

"ETHICAL EXEMPTION"

Nomor : 071.6/II.3.AU/F/KEPK/III/2025



Peneliti
Researcher

: SITI FARIDATUN FANNANI
Siti Mutoharoh., S.ST., M.P.H

Nama Institusi
Name of The Institution

: KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

"PENGARUH KOMBINASI EFFLEURAGE MASSAGE DAN
AROMATERAPI CITRUS LEMON UNTUK MENGURANGI
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI
WILAYAH KECAMATAN GOMBONG SEMPOR"

"THE EFFECT OF A COMBINATION OF EFFLEURAGE
MASSAGE AND CITRUS LEMON AROMATHERAPY TO
REDUCE BACK PAIN. BACK PAIN IN PREGNANT
WOMEN TRIMESTER III IN GOMBONG SEMPOR
DISTRICT"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 17 Maret 2025 sampai dengan tanggal 17 Maret 2026

This declaration of ethics applies during the period March 17, 2025 until March 17, 2026

March 17, 2025
Professor and Chairperson,



Ning Iswati, M.Kep

Lampiran 7 Hasil Uji Plagiarism



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : PENGARUH KOMBINASI *EFFLEURAGE MASSAGE* DAN AROMATERAPI
CITRUS LEMON UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI WILAYAH KECAMATAN GOMBONG DAN SEMPOR

Nama : Siti Faridatun Fannani
NIM : 2021060010
Program Studi : S1 Kebidanan
Hasil Cek : 22%

Gombong, 23 Juni 2025

Pustakawan

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Siti Faridatun Fannani.....)


(Sawiji, M.Sc)

Lembar 8 Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(*Informed Consent*)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat:

Setelah saya mendapatkan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, jaminan kerahasiaan dan tidak adanya resiko dalam penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswa Progam Studi S1 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong, yang bernama Siti Faridatun Fannani berjudul "Pengaruh *Effleurage Massage* Dengan Minyak *Citrus* Lemon Utuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kecamatan Gombong Sempor ". Saya mengetahui bahwa informasi yang akan saya berikan ini sangat bermanfaat bagi pengetahuan kebidanan di Indonesia. Untuk itu saya akan memberikan data yang diperlukan dengan sebenar-benarnya. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sesuai keperluan.

Peneliti

Gombong, 2025

Responden

()

()

Lampiran 9 Lembar Observasi *Pre Test*

Lembar *Pre- Test* NRS Skala Nyeri

Nama pasien :

Tanggal :

Waktu :

No. rekam medis :

Usia Ibu :

GPA :

Pekerjaan :

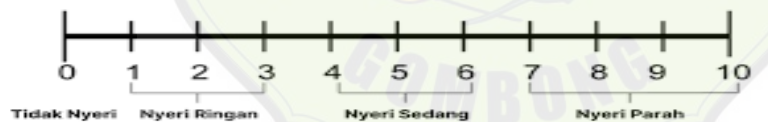
Petunjuk :

Silahkan beri angka pada skala dibawah ini yang paling sesuai dengan tingkat nyeri yang anda rasakan saat ini.

0 : Tidak nyeri

10 : Nyeri yang sangat parah, tidak tertahankan

Skala nyeri (NRS):



Tingkat nyeri yang dirasakan (0 – 10)

Deskripsi nyeri

1. Lokasi Nyeri :

2. Jenis Nyeri : (tajam, tumpul, berdenyut , terbakar, dan lain – lain).

3. Durasi Nyeri : (berapa lama nyeri dirasakan)

Lampiran 10 Lembar Observasi Post Test

Lembar Post - Test NRS Skala Nyeri

Nama Pasien :

Tanggal :

Waktu :

No. Rekam Medis :

Usia Ibu :

GPA :

Pekerjaan :

Petunjuk :

Silahkan beri angka pada skala dibawah ini yang paling sesuai dengan tingkat nyeri yang anda rasakan saat ini.

0 : Tidak nyeri

10 : Nyeri yang sangat parah, tidak tertahankan

Skala nyeri (NRS):



Tingkat nyeri yang dirasakan (0 – 10)

Deskripsi nyeri

1. Lokasi nyeri :

2. Jenis nyeri : (tajam, tumpul, berdenyut , terbakar, dan lain – lain).

3. Durasi nyeri : (berapa lama nyeri dirasakan)

Lampiran 11 SOP *Effleurage Massage*

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) *EFFLEURAGE MASSAGE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III*

Pengertian	<i>Effleurage massage</i> merupakan teknik manipulasi jaringan lunak dengan tujuan untuk relaksasi otot, perbaikan sirkulasi darah, perbaikan fleksibilitas dengan penurunan nyeri dalam upayanya untuk membantu mempercepat proses penyembuhan beberapa macam penyakit
Tujuan	<i>Effleurage massage</i> memiliki tujuan/target spesifik yang berkaitan dengan permasalahan pada otot dan dampak dari fungsi otot yang tidak optimal
Petugas	(Bidan dan Mahasiswa)
Perlengkapan	Minyak Matras Kain / handuk
Prosedur	a. Persiapan 1. Mempersiapkan peralatan yang dibutuhkan. 2. Mengidentifikasi responden atau ibu hamil. 3. Memberitahu responden mengenai tindakan apa yang akan dilakukan. 4. Mencuci tangan. 5. Meminta persetujuan dari responden yang akan dilakukan b. Pelaksanaan 1. Posisikan ibu senyaman mungkin dengan cara duduk 2. Membantu ibu melepas pakain bagian atas 3. Oleskan minyak pada telapak tangan pemijat 4. Gerakan sapuan lakukan gerakan mulai dari bagian bawah punggung menggunakan kedua telapak tangan meluncur ke bagian tengah lalu naik ke atas



5. Sejajarkan kedua telapak tangan pada bagian atas dengan gerakan melingkar lalu turun ke ke bawah



6. Sejajarkan kembali kedua telapak tangan pada bagian bawah punggung lalu naik ke atas kembali dengan gerakan melingkar



c. Evaluasi

1. Penurunan skala nyeri responden
2. Respon kline

Sumber : (Khairina *et al.*, 2024), (Ariningtyas *et al.* 2023).

Lampiran 12 SOP Aromaterapi *Citrus* Lemon

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) AROMATERAPI *CITRUS* LEMON PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Pengertian	Aromaterapi <i>citrus</i> lemon adalah salah satu aromaterapi herbal yang paling banyak digunakan pada kehamilan dan dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan
Tujuan	Kandungan aromaterapi <i>citrus</i> lemon yang mempengaruhi sistem nyeri, di mana prostaglandin yang menjadi penyebab nyeri menjadi terhambat. Dengan terhambatnya prostaglandin, rasa sakit pun berkurang
Petugas	(Bidan dan Mahasiswa)
Perlengkapan	Alat difuser Minyak aromaterapi <i>citrus</i> lemon Air putih
Prosedur	a. Persiapan 1. Mempersiapkan peralatan yang dibutuhkan. 2. Mengidentifikasi responden atau ibu hamil. 3. Memberitahu responden mengenai tindakan apa yang akan dilakukan. 4. Mencuci tangan. 5. Meminta persetujuan dari responden yang akan dilakukan b. Pelaksanaan 1. Posisikan ibu senyaman mungkin dengan cara duduk/ berbaring 2. Siapkan difuser dengan cara buka alat difuser 3. Masukkan air putih kedalam difuser 4. Masukkan 5 - 6 tetes minyak aromaterapi <i>citrus</i> lemon kedalam difuser 5. Tutup kembali difuser 6. Dan sambungkan kabel difuser dengan listrik c. Evaluasi 3. Penurunan skala nyeri responden 4. Respon kline

Sumber : (Purwandari *et al.*, 2012), (Putra *et al.*, 2024).

Lampiran 13 Data Excel

Tabel Data Penelitian Responen Di Wilayah Kecamatan Gombong Sempor											
No	Nama	Umur	Coding	Pekerjaan	Coding	Paritas	Coding	Pre -Test	Coding	Post Test	Coding
1	Ny.L	34 Tahun	2	Bekerja	1	3	2	5	3	0	1
2	Ny.A	26 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	6	3	2	2
3	Ny.T	32 Tahun	2	dak Bekerj	2	3	2	3	2	0	1
4	Ny.N	24 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	5	3	0	1
5	Ny.N	26 Tahun	2	dak Bekerj	2	2	2	4	3	0	1
6	Ny.A	25 Tahun	2	Bekerja	1	1	1	5	3	0	1
7	Ny.A	24 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	4	3	0	1
8	Ny.N	28 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	5	3	1	2
9	Ny.D	24 Tahun	2	dak Bekerj	2	1	1	5	3	0	1
10	Ny.M	32 Tahun	2	Bekerja	1	3	2	6	3	2	2
11	Ny.A	25 Tahun	2	Bekerja	1	1	1	6	3	0	1
12	Ny.J	30 Tahun	2	Bekerja	1	3	2	6	3	2	2
13	Ny.A	28 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	4	3	0	1
14	Ny.H	29 Tahun	2	Bekerja	1	3	2	6	3	2	2
15	Ny.D	26 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	5	3	2	2
16	Ny.W	30 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	4	3	0	1
17	Ny.S	27 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	4	3	0	1
18	Ny.R	25 Tahun	2	Bekerja	1	1	1	4	3	0	1
19	Ny.S	31 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	4	3	1	2
20	Ny.D	26 Tahun	2	Bekerja	1	1	1	5	3	2	2
21	Ny.M	29 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	5	3	2	2
22	Ny.D	30 Tahun	2	Bekerja	1	1	1	4	3	0	1
23	Ny.E	33 Tahun	2	Bekerja	1	3	2	4	3	2	2
24	Ny.D	25 Tahun	2	Bekerja	1	1	1	4	3	2	2
25	Ny.L	28 Tahun	2	Bekerja	1	3	2	4	3	1	2
26	Ny.E	23 Tahun	2	dak Bekerj	2	1	1	5	3	0	1
27	Ny.S	40 Tahun	3	Bekerja	1	3	2	6	3	2	2
28	Ny.R	27 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	4	3	0	1
29	Ny.S	38 Tahun	3	Bekerja	1	4	2	6	3	3	2
30	Ny. K	28 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	5	3	1	2
31	Ny. M	29 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	6	3	2	2
32	Ny. R	24 Tahun	2	dak Bekerj	2	1	1	4	3	0	1
33	Ny. I	38 Tahun	3	Bekerja	1	3	2	7	4	2	2
34	NY.W	36 Tahun	3	Bekerja	1	3	2	7	4	2	2
35	Ny.L	35 Tahun	2	Bekerja	1	3	2	6	3	2	2
36	Ny.F	30 Tahun	2	Bekerja	1	3	2	5	3	1	2
37	Ny.T	25 Tahun	2	Bekerja	1	2	2	2	2	0	1
38	Ny. D	26 Tahun	2	Bekerja	1	1	1	6	3	2	2

Lampiran 14 Data SPSS

Kategori Usia Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Usia Reproduksi 20-35 tahun	34	89.5	89.5	89.5
	Usia Non Reproduksi Sehat <20 4 Dan >35 Tahun	4	10.5	10.5	100.0
	Total	38	100.0	100.0	

Kategori Pekerjaan Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bekerja	33	86.8	86.8	86.8
	Tidak Bekerja	5	13.2	13.2	100.0
	Total	38	100.0	100.0	

Kategori Paritas Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Primipara (Anak 1)	10	26.3	26.3	26.3
	Multipara (Anak >1)	28	73.7	73.7	100.0
	Total	38	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Diberikan Intervensi Effleurage Massage Dan Aromaterapi Citrus Lemon	.190	38	.001	.909	38	.005
Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Setelah Diberikan Intervensi Effleurage Massage Dan Aromaterapi Citrus Lemon	.292	38		.762	38	.000000

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptives

		Statistic	Std. Error
Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Diberikan Intervensi Effleurage Massage Dan Aromaterapi Citrus Lemon	Mean	4.89	.176
	95% Confidence Interval for Lower Bound	4.54	
	Mean Upper Bound	5.25	
	5% Trimmed Mean	4.91	
	Median	5.00	
	Variance	1.178	
	Std. Deviation	1.085	
	Minimum	2	
	Maximum	7	
	Range	5	
	Interquartile Range	2	
	Skewness	-.183	.383
	Kurtosis	.078	.750
Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Setelah Diberikan Intervensi Effleurage Massage Dan Aromaterapi Citrus Lemon	Mean	1.00	.160
	95% Confidence Interval for Lower Bound	.68	
	Mean Upper Bound	1.32	
	5% Trimmed Mean	.97	
	Median	1.00	
	Variance	.973	
	Std. Deviation	.986	
	Minimum	0	
	Maximum	3	
	Range	3	
	Interquartile Range	2	
	Skewness	.178	.383
	Kurtosis	-1.648	.750

Lampiran 15 Persetujuan Respondenen

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(Informed Consent)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : N.

Umur : 24 tahun

Alamat: Tunggaseo Rt 1/Rw 3

Setelah saya mendapatkan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, jaminan kerahasiaan dan tidak adanya resiko dalam penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswa Progam Studi S1 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong, yang bernama Siti Faridatun Fannani berjudul "Pengaruh Kombinasi *Effleurage Massage* dan Aromaterapi *Citrus Lemon* Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kecamatan Gombong Sempor ". Saya mengetahui bahwa informasi yang akan saya berikan ini sangat bermanfaat bagi pengetahuan kebidanan di Indonesia. Untuk itu saya akan memberikan data yang diperlukan dengan sebenar-benarnya. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sesuai keperluan.

Peneliti

Responden



(Siti Faridatun F)

(N.)

Lampiran 16 Pre Test Persetujuan

Lembar Pre- Test NRS Skala Nyeri

Nama pasien : Ny. N
Tanggal : 12 April 2025
Waktu : 15.00 WIB
No. rekam medis : -
Usia Ibu : 29 tahun
GPA : G0P1A0
Petunjuk :

Silahkan beri angka pada skala dibawah ini yang paling sesuai dengan tingkat nyeri yang anda rasakan saat ini.

0 : Tidak nyeri
10 : Nyeri yang sangat parah, tidak tertahankan
Skala nyeri (NRS): 5



Tingkat nyeri yang dirasakan (0 – 10) (5)

Deskripsi nyeri

1. Lokasi Nyeri :

Daerah punggung

2. Jenis Nyeri : (tajam, tumpul, berdenyut , terbakar, dan lain – lain).

berdenyut . tumpul

3. Durasi Nyeri : (berapa lama nyeri dirasakan)

30 menit

Pekerjaan = Pedagang

Lampiran 17 Post Responden

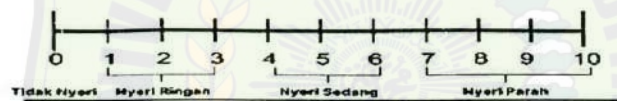
Lembar *Post - Test* NRS Skala Nyeri

Nama Pasien : Ny. N
Tanggal : 03/5/2025
Waktu : 15.00 WIB
No. Rekam Medis :
Usia Ibu : 29 tahun
GPA : 628,4
Petunjuk :

Silahkan beri angka pada skala dibawah ini yang paling sesuai dengan tingkat nyeri yang anda rasakan saat ini.

0 : Tidak nyeri
10 : Nyeri yang sangat parah, tidak tertahankan

Skala nyeri (NRS) : 0



Tingkat nyeri yang dirasakan (0 – 10)

Deskripsi nyeri

1. Lokasi nyeri :

2. Jenis nyeri : (tajam, tumpul, berdenyut , terbakar, dan lain – lain).

3. Durasi nyeri : (berapa lama nyeri dirasakan)

Pekerjaan = Pedagang

Lampiran 18 Lembar Bimbingan



PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA MAHASISWA : Siti Faridatun Fannani
NIM : 2021060010
NAMA PEMBIMBING : Siti Mutoharoh.,S.ST.,M.P.H

NO	HARI / TANGGAL	REKOMENDASI / SARAN PEMBIMBING	TTD MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
	Rabu 23 Oktober 2029	mengajukan Judul	<i>Qint</i>	<i>E</i>
	Senin 28 Oktober 2029	mengajukan Judul dan perbanyak baca Jurnal	<i>Qint</i>	<i>E</i>
	Rabu 6 November 2029	mengajukan Judul	<i>Qint</i>	<i>E</i>
	Senin 29 November 2029	Konkul Bab I	<i>Qint</i>	<i>E</i>
	Senin 2 Desember 2029	konkul revisi Bab I	<i>Qint</i>	<i>E</i>
	Selasa 17 Desember 2029	Konkul bab II -	<i>Qint</i>	<i>E</i>

Kamis 0 Januari 2025	Kontrol revisi bab I	Quint	2
Kamis 16 Januari 2025	Konsul bab III dan revisi bab I, II dan III	Quint	2
Senin 26 Mei 2025	Kontrol bab IV dan V	Quint	2
Senin, 02 Juni 2025	Revisi bab IV dan V	Quint	2
Selasa, 10 Juni 2025	Revisi bab IV dan V	Quint	2
Senin, 16 Juni 2025	Revisi bab IV dan V	Quint	2
Rabu 18 Juni 2025	Acc skripsi bab I, II III dan IV, V	Quint	2

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan
Program Sarjana



(Dyah Puji Astuti, S.SiT., M.P.H)

Lampiran 19 Dokumentasi



Effleurage massage posisi tidur



Effleurage massage posisi tidur



Effleurage massage posisi duduk



Effleurage massage posisi duduk



Edukasi effleurage massage diposiandu



Edukasi effleurage massage diposiandu