

**EFEKTIFITAS KOMBINASI *MASSAGE EFFLEURAGE*
DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI
PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III
DI MITRA SEHAT SEMPOR**

Skripsi

Disusun Sebagai Persyaratan untuk
Mencapai Derajat Sarjana Kebidanan



Reva Ananta Haryanto

NIM : 202206014

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2026**

HALAMAN JUDUL
EFEKTIFITAS KOMBINASI *MASSAGE EFFLEURAGE*
DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI
PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III
DI MITRA SEHAT SEMPOR

Skripsi

Disusun Sebagai Persyaratan untuk
Mencapai Derajat Sarjana Kebidanan



Diajukan oleh

Reva Ananta Haryanto

NIM : 202206014

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2026

HALAMAN PERSETUJUAN

EFEKTIFITAS KOMBINASI *MASSAGE EFFLEURAGE* DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III DI MITRA SEHAT SEMPOR

Telah disetujui dan dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk diujikan
Pada Tanggal 26 Mei 2026

Pembimbing

(Khulasoh, S.Tr.Keb.,M.Keb)

Mengetahui

Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana

(Bdn. Adinda Putri, Sari Dewi, M.Keb)

ii Universitas Muhammadiyah Gombong

HALAMAN PENGESAHAN

**EFEKTIVITAS KOMBINASI *MASSAGE EFFLEURAGE* DAN
AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI
PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III
DI MITRA SEHAT SEMPOR**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Reva Ananta Haryanto

NIM : 202206014

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 02 Juni 2026

Susunan Dewan Penguji

1. Eka Novyriana, M.P.H
2. Bdn. Sumarni, M.Keb
3. Khulasoh, S.Tr.Keb., M.Keb

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana



(Bdn. Adinda Putri Sari Dewi, M.Keb)

iii Universitas Muhammadiyah Gombong

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 kemudian 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, 11 Mei 2026



Reva Ananta Haryanto

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

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

Nama : Reva Ananta Haryanto
NIM : 202206014
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana
Jenis Karya : Skripsi

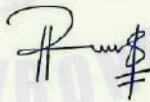
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Skripsi saya yang berjudul:

**EFEKTIFITAS KOMBINASI *MASSAGE EFFLEURAGE* DAN
AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI
PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III
DI MITRA SEHAT SEMPOR**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/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 11 Mei 2026

Yang menyatakan



(Reva Ananta Haryanto)

v Universitas Muhammadiyah Gombong

Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Skripsi, Mei 2026

Reva Ananta Haryanto¹⁾, Khulasoh²⁾
Email: revaananta498@gmail.com

INTISARI

EFEKTIFITAS KOMBINASI *MASSAGE EFFLEURAGE* DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III DI MITRA SEHAT SEMPOR

Latar Belakang: Nyeri punggung merupakan salah satu ketidaknyamanan yang paling sering dialami ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis dan postur tubuh selama kehamilan. Salah satu upaya non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung yaitu dengan kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi mawar.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui efektifitas kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi mawar terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Mitra sehat sempor.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi experimental melalui pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 38 responden ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung dan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Intervensi diberikan 1 kali dalam seminggu selama 4 minggu dengan durasi 10–15 menit.

Hasil Penelitian: Setelah diberikan intervensi skala nyeri responden menurun menjadi kategori nyeri ringan (97,4%). Menunjukkan bahwa terdapat efektifitas kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi mawar terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Mitra Sehat Sempor.

Kesimpulan: Adanya efektifitas yang sangat besar dari kombinasi pijat *effleurage* dan aromaterapi mawar terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III.

Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya: Perlunya untuk melakukan studi lanjutan dengan kelompok pembandingan, jumlah responden yang lebih banyak, serta mempertimbangkan variabel lain.

Kata Kunci;

massage effleurage, aromaterapi mawar, nyeri punggung ibu hamil trimester III.

.....

1. Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong
2. Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Undergraduate of Midwifery Study Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Thesis, May 2026

Reva Ananta Haryanto¹⁾, Khulasoh²⁾
Email: revaananta498@gmail.com

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF A COMBINATION OF *EFFLEURAGE* MASSAGE AND ROSE AROMATHERAPY ON BACK PAIN IN PREGNANT WOMEN IN THE THIRD TRIMESTER AT MITRA SEHAT SEMPOR

Background: Back pain is one of the most common discomforts experienced by pregnant women in the third trimester due to physiological and postural changes during pregnancy. One non-pharmacological approach to reducing back pain is a combination of *effleurage massage* and rose aromatherapy.

Objective: To determine the effectiveness of the combination of *effleurage massage* and rose aromatherapy on back pain in pregnant women in the third trimester at Mitra Sehat Sempor.

Methods: This study used a quantitative method with a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 38 pregnant women in their third trimester experiencing back pain, selected using a purposive sampling technique. The intervention was administered once a week for four weeks, lasting 10–15 minutes.

Result: After the intervention, the pain scale of respondents decreased to mild pain (97.4%). This indicates that the combination of *effleurage massage* and rose aromatherapy is effective for back pain in third-trimester pregnant women at Mitra Sehat Sempor.

Conclusion: The combination of *effleurage massage* and rose aromatherapy demonstrates significant effectiveness in alleviating back pain in third-trimester pregnant women.

Recommendations: It is necessary to conduct further studies with a comparison group, a larger number of respondents, and to consider other variables.

Keywords;

Back Pain In Pregnant Women In The Third Trimester, Massage Effleurage, Rose Aromatherapy.

.....

1. Students of Universitas Muhammadiyah Gombong
2. Lecturer of universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT Sang Maha Segalanya, atas seluruh curahan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Efektifitas Kombinasi *Massage Effleurage* dan Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Mitra Sehat Sempor”** ini tepat pada waktunya. Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kebidanan Pada Program Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong.

Dalam penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan baik pengajaran, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. DR. Sofyan Anif, M.Si., Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
2. Bdn. Adinda Putri Sari Dewi, M.Keb Selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana.
3. Khulasoh, S.Tr.Keb., M.Keb, Selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu ditengah kesibukan beliau, memberikan kritik, saran dan pengarahan kepada Penulis dalam proses penulisan skripsi ini.
4. Eka Novyriana, MPH, Selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan saran dan masukan terhadap skripsi ini.
5. Bdn. Sumarni, M.Keb, Selaku Anggota Penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan saran dan masukan terhadap skripsi ini.
6. Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu, perhatian dan partisipasinya sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
7. Teristimewa untuk kedua orang tua tercinta, Bapak Suyanto & Ibu Puji Haryati yang telah memberikan kasih sayang, nasehat, motivasi, memenuhi kebutuhan penulis, dukungan, serta Doa yang tiada henti kepada penulis selama melalui proses perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

8. Kepada saudara kandung penulis Putra Rivay Haryanto terimakasih untuk dukungan yang berarti, nasehat dan doa serta menjadi salah satu donatur penulis dalam menjalani perkuliahan. Semoga dilancarkan rezekinya dan sehat selalu.
9. Alya Prasetya Nirmala, Asyifa Rahmatia dan Octavia Ayu Purwaningsih, Sahabat terbaik penulis terimakasih telah kebersamaan penulis dari dulu, sekarang hingga nanti, terimakasih atas telinga yang selalu siap mendengar keluh kesah penulis, dan yang selalu memberikan support, motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Terimakasih kepada sahabat seperjuangan Amelia dan Vega sudah menjadi rumah yang nyaman penulis selama di perantauan ini. Terimakasih atas segala motivasi, dukungan, pengalaman yang sangat berkesan serta memberikan semangat yang paling berharga sampai terselesaikan perkuliahan ini. *See you on top guys!*
11. Kepada sahabat penulis Vina, Azza, Ryanda dan Biyan yang menemani penulis sejak SD, terimakasih untuk canda tawa serta waktu yang selalu kalian luangkan kepada penulis dan selalu memberikan dukungan kepada penulis.
12. Teman-temanku yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan support kepada penulis
13. Dan yang terakhir untuk diri saya sendiri, Reva Ananta Haryanto apresiasi sebesar-besarnya terimakasih sudah bertahan sejauh ini, terimakasih karena tetap memilih melangkah meski jalan tak selalu ramah. Tetaplah jadi manusia yang mau berusaha dan tidak lelah untuk mencoba.

Gombong, 20 Desember 2025

Penyusun,

Reva Ananta Haryanto

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS	v
INTISARI.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
D. Manfaat.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Teori.....	9
1. Definisi Kehamilan	9
2. Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III	15
3. <i>Massage Effleurage</i> Pada Ibu Hamil Trimester III.....	19
4. Aromaterapi Mawar	22
B. Kerangka Teori.....	25
C. Kerangka Konsep	26
D. Hipotesa.....	26

BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	27
A. Desain Penelitian.....	27
B. Populasi Dan Sampel	27
C. Tempat Dan Waktu Penelitian	28
D. Variabel Penelitian	28
E. Definisi Operasional.....	29
F. Instrumen Penelitian.....	30
G. Validitas dan reliabilitas instrumen	30
H. Etika Penelitian.....	30
I. Teknik Pengumpulan Data.....	31
J. Teknik Analisa Data.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan.....	37
C. Keterbatasan.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran.....	44
C. Rekomendasi	45
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2 Rancangan Penelitian.....	27
Tabel 3 Definisi Operasional	29
Tabel 4 Distribusi Frekuensi dan Karakteristik	34
Tabel 5 Distribusi Frekuensi <i>Pretest</i>	35
Tabel 6 Distribusi Frekuensi <i>Posttest</i>	35
Tabel 7 Uji Normalitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	36
Tabel 8 Uji Wilcoxon <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	37



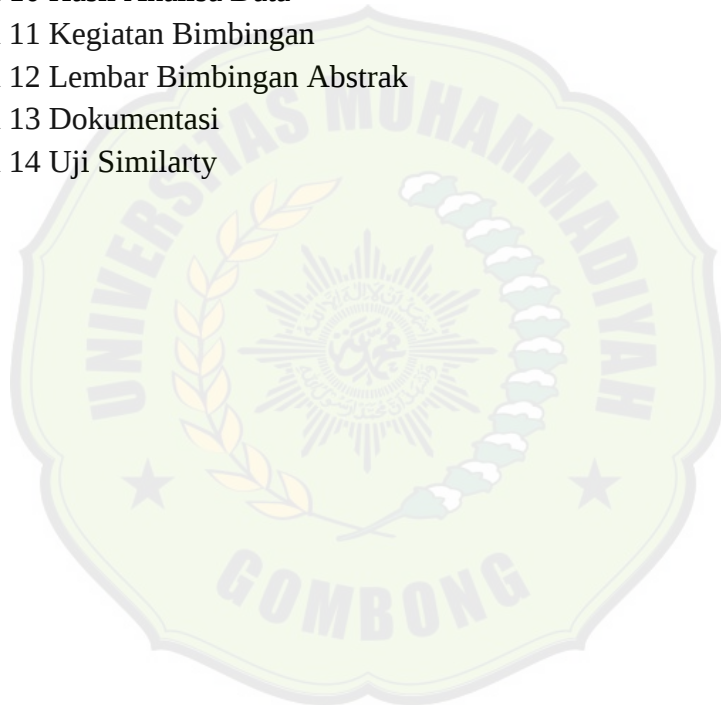
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Numeric Rating Scale	19
Gambar 2 Metode gerakan <i>Massage effleurage</i> 1.....	21
Gambar 3 Metode gerakan <i>Massage effleurage</i> 2.....	21
Gambar 4 Metode gerakan <i>Massage Effleurage</i> 3.....	21
Gambar 5 Kerangka Teori.....	25
Gambar 6 Kerangka Konsep	26



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Balasan Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Lolos Uji Etik
- Lampiran 5 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Instrumen Penelitian
- Lampiran 10 Hasil Analisa Data
- Lampiran 11 Kegiatan Bimbingan
- Lampiran 12 Lembar Bimbingan Abstrak
- Lampiran 13 Dokumentasi
- Lampiran 14 Uji Similarity



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan berjalan saat terjadinya ovulasi hingga proses persalinan, dengan lama waktu sekitar 280 hari atau setara dengan 40 minggu, dan umumnya tidak melebihi 300 hari atau 43 minggu. Periode ini terbagi dalam 3 trimester: Trimester I berlangsung dari 0 sampai 12 minggu, Trimester II dari 13 sampai 28 minggu, Trimester III dari 29 sampai 42 minggu (Alvionita *et al.*, 2025).

Nyeri punggung, yang dikenal sebagai *low back pain* dalam masa kehamilan, suatu kondisi kurang nyaman yang terjadi sebab pembesaran uterus serta bertambahnya berat badan ibu, sehingga otot-otot harus beroperasi lebih ekstra serta menimbulkan tekanan pada otot maupun persendian. Kondisi ini termasuk salah satu masalah sakit yang paling umum dijumpai di berbagai negara, termasuk di Indonesia (Jusmawati, 2025).

Mayoritas wanita hamil mengalami nyeri punggung di Kanada, Amerika Serikat, Islandia, Turki, Korea, dan Israel. Sebaliknya, tingkat kejadian di Islandia dan Finlandia, termasuk Afrika, Timur Tengah, dan Hong Kong, adalah 21% hingga 89,9% (Asnia *et al.*, 2025). Menurut data Kemenkes RI (2020), jumlah ibu hamil di Indonesia adalah 5.221.784 orang. Survei yang dilakukan pada 180 wanita hamil di Indonesia menemukan bahwa 47% dari ibu primipara dan 47% dari ibu multipara mengalami nyeri punggung selama kehamilan. Lebih dari 70% ibu hamil di Jawa Tengah melaporkan mengalami nyeri punggung selama trimester ketiga. Biasanya, penyebab nyeri punggung adalah relaksasi otot, perubahan struktural dan hormonal yang disebabkan oleh kehamilan (Asnia *et al.*, 2025).

Ibu hamil dapat mengalami ketidaknyamanan dan stres, kesulitan tidur, dan masalah tidur jika nyeri punggung tidak ditangani dengan benar.

Penyebab paling umum nyeri punggung adalah di area lumbosacral. Nyeri ini dapat menjadi lebih parah seiring bertambahnya usia karena perubahan postur yang terjadi selama kehamilan (Irmawati *et al.*, 2024).

Nyeri punggung ibu hamil bisa ditangani dengan beberapa cara yaitu secara non-farmakologis dan farmakologis. Metode farmakologis dilakukan dengan memberikan obat analgetik yang digunakan untuk mengurangi rasa nyeri, dan metode non-farmakologi bisa dilakukan dengan mengajarkan terapi kompres hangat dan kompres dingin, teknik pernafasan, mengubah posisi tubuh, aromaterapi, *massage effleurage* (Wijayanti *et al.*, 2025).

Peran pemerintah dalam Upaya penanganan nyeri punggung pada wanita hamil yaitu dengan melakukan kolaborasi antara pemerintah daerah dan tenaga kesehatan yaitu puskesmas dan kader posyandu. Pasal 47 Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2019 menjelaskan bahwa salah satu peran bidan mencakup penyelenggaraan serta pengelolaan pelayanan kebidanan. Selain itu, bidan juga memiliki tanggung jawab dalam memberikan edukasi kesehatan, menjalankan fungsi sebagai pendidik dan pembimbing, serta berperan sebagai fasilitator dalam pelayanan klinis.

Massage effleurage adalah teknik pijat lembut yang dilakukan dengan memanfaatkan seluruh permukaan telapak tangan yang digerakkan menyentuh dan mengusap area tubuh tertentu. Teknik ini memberikan berbagai efek terapeutik, antara lain meningkatkan sirkulasi darah, memperbaiki proses metabolisme, membantu mempercepat pembuangan sisa-sisa metabolisme sehingga mengurangi rasa lelah, serta mendukung penyerapan edema akibat proses peradangan. Selain itu, *massage effleurage* juga berperan dalam menciptakan relaksasi dan menurunkan persepsi atau intensitas nyeri (Wijayanti *et al.*, 2025).

Aromaterapi dianggap sebagai pendekatan komplementer untuk mengurangi tingkat intensitas nyeri melalui penggunaan aromaterapi dan minyak esensial. Khususnya, aromaterapi mawar memiliki karakteristik khusus yang membedakan dengan aromaterapi lainnya karena mengandung linalool, geraniol, citronellol, dan flavonoid yang memiliki efek analgesik

alami dan antiinflamasi. Aromaterapi mawar dipilih karena dianggap lebih unggul dalam memberikan efek menenangkan dan mengurangi rasa nyeri secara bersamaan. Aromaterapi Mawar adalah salah satu varian aromaterapi yang baik dan aman digunakan selama masa kehamilan. Aromaterapi bekerja dengan cara mempengaruhi perasaan melalui bau yang merangsang pusat emosi di otak. Aromaterapi mawar mempunyai aroma yang harum dan mampu meningkatkan rasa relaksasi (Pramono & Suryani, 2024).

Berdasarkan Hasil Penelitian yang dilakukan di klinik mitra sehat sempor diketahui sebanyak 38 responden ibu hamil mengalami nyeri punggung. Kasus nyeri punggung di wilayah sempor yaitu 63,33% dari sekitar 60 orang. Selain itu diketahui bahwa ibu hamil belum pernah dilakukan *massage effleurage* dan aromaterapi mawar. Oleh karena itu, peneliti merasa penting untuk mengangkat topik mengenai “Efektifitas Kombinasi *Massage Effleurage* dan Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil di Klinik Mitra Sehat Sempor.”

B. Rumusan Masalah

Apakah kombinasi *Massage Effleurage* dan aromaterapi mawar Efektif untuk nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektifitas *massage effleurage* dan aromaterapi mawar terhadap 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, usia kehamilan, dan paritas.
- b. Mengetahui skala nyeri punggung pada ibu hamil sebelum diberikan kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi mawar.
- c. Mengetahui skala nyeri punggung pada ibu hamil sesudah diberikan kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi mawar.

D. Manfaat

1. Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu

Diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan terkait intervensi non farmakologis untuk membantu mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil yaitu *massage effleurage* dan aromaterapi mawar.

2. Manfaat Bagi Praktisi

a. Manfaat bagi responden

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

b. Manfaat bagi bidan

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi bidan mitra sehat sehingga ibu hamil yang mengalami nyeri punggung mendapatkan pelayanan, khususnya mengenai kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi mawar terhadap penurunan intensitas nyeri punggung ibu hamil trimester III.

c. Manfaat bagi institusi pendidikan

Menjadi referensi akademik dalam proses pembelajaran bagi mahasiswa kebidanan mengenai efektivitas kombinasi *massage effleurage* dan aromaterapi mawar terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III.

d. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dan bisa dikembangkan menjadi lebih sempurna.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti dan Tahun penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan dengan penelitian ini
Jusmawati, Ria Pratiwi Sodri. Tahun (2025)	Pengaruh <i>Effleurage Massage</i> terhadap penurunan nyeri punggung Ibu hamil Trimester III Di TPMB Ika Sodri	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pra-eksperimen melalui rancangan <i>one group pretest-posttest design</i> . Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 ibu hamil yang ditentukan dengan teknik <i>total sampling</i> .	Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai <i>p-value</i> < 0,001 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa <i>massage effleurage</i> memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di TPMB Ika Pratiwi Sodri, Bekasi.	Persamaan : Terletak pada metode penelitian yaitu kuantitatif. Perbedaan : Terletak pada tempat penelitiannya, jumlah respondennya, desain penelitiannya yaitu quasi experiment, dan teknik samplingnya.
Hapsari, Joko Sapto Pramono, Heni Suryani. Tahun (2024)	PENGARUH KOMPRES HANGAT KOMBINASI AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI PINGGANG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III	Penelitian ini menerapkan desain studi kasus deskriptif dengan subjek penelitian tertentu. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara, observasi, dokumentasi, serta pemeriksaan fisik. Selain itu, pengkajian nyeri dilakukan menggunakan pendekatan PQRST.	Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu dengan desain <i>pre-test-post-test non-equivalent control group</i> . Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik <i>non-probability sampling</i> . Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar observasi skala nyeri, sementara pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Mann-Whitney.	Persamaan : Terletak pada <i>pretest dan posttest</i> . Perbedaan : Terletak pada, teknik sampling, tempat penelitiannya, jumlah respondennya.

Nama Peneliti dan Tahun penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan dengan penelitian ini
Yocki Yuanti, Lisa Trina Arlym, Friskha Imanda Herdiani Yuana. Tahun (2024)	Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Persalinan: <i>Systematic Literature Review</i>	Penelitian ini menerapkan metode <i>Systematic Literature Review</i> . Penelusuran artikel dilakukan melalui basis data Google Scholar, PubMed, ProQuest rentang tahun publikasi 2017–2022, sedangkan proses seleksi artikel dilakukan menggunakan alur diagram PRISMA.	penggunaan aromaterapi mawar terbukti dapat menurunkan frekuensi nyeri persalinan. Aromaterapi diberikan dengan dosis 3–4 tetes yang dicampurkan ke dalam 20–40 ml air, kemudian diuapkan selama 10–15 menit pada kala I fase aktif persalinan.	Persamaan : Terletak pada waktu pemberian aromaterapi mawar. Perbedaan : Terletak pada , desain, teknik sampling, tempat penelitiannya.
Eny Pujiati, Vera Fitriana. Tahun (2024)	<i>The Effect Of Effleurage Massage On The Intensity Of Back Pain In Third Trimester Pregnant Women.</i>	Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental <i>pretest-posttest one-group design</i> . Sampel diambil secara purposive sampling, Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan instrumen penelitian, meliputi lembar observasi dan SOP pijat <i>effleurage</i>	Rata-rata intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum intervensi adalah $4,50 \pm 1,317$, dan setelah intervensi adalah $3,06 \pm 1,340$, dengan $p=0,000$, menunjukkan adanya perbedaan rata-rata intensitas nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah pijat <i>effleurage</i> .	Persamaan : Terletak pada metode penelitian, teknik pengambilan sampelnya. Perbedaan : Terletak pada desain penelitian, tempat penelitiannya, jumlah respondennya.
Siti Muawanah. Tahun (2023)	EFEKTIFITAS PIJAT EFFLEURAGE TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III DI PMB ANGGIA WIDIARI PATI	Penelitian ini menggunakan desain eksperimen <i>two-group pretest-posttest</i> , dengan intervensi pijat <i>effleurage</i> pada ibu hamil trimester III selama satu bulan (1 kali per minggu) dan pengambilan sampel	Pijat <i>effleurage</i> berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.	Persamaan : Terletak pada desain penelitian, teknik sampling. Perbedaan : penelitian, tempat penelitiannya, jumlah respondennya.

Nama Peneliti dan Tahun penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan dengan penelitian ini
Nurul Ariningtyas, Fauzul Husna, Anis Kurly. Tahun (2023)	Asuhan Kebidanan dengan <i>Effleurage Massage</i> dan Teknik relaksasi nafas untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III	menggunakan <i>purposive sampling</i> . Prosedur Tindakan massage dengan tehnik effleurage dilakukan selama 10 – 15 menit atau sesuai dengan kebutuhan ibu untuk mengurangi nyeri (Almanika, dkk, 2022). Gerakan massage effleurage dilakukan dengan menggunakan seluruh permukaan telapak tangan yang menempel pada area tubuh yang di gosok. Posisi telapak tangan dan jari-jari disesuaikan dengan kontur bagian punggung yang ingin diberi pijatan agar gerakan dapat dilakukan secara optimal.	Pemberian intervensi massage effleurage dan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil dapat berpengaruh untuk membantu mengurangi nyeri punggung ibu hamil.	Persamaan : Terletak pada waktu dilakukannya teknik effleurage. Perbedaan : Metode penelitian, desain penelitian, tempat penelitian, dan jumlah responden nya.
Annisa Muthmainna Lestari, Rohaya, Nesi Novita, Murdiningsih. Tahun (2021)	Rose Aromatherapy Against Labor Pain Time I	Mawar mengandung minyak atsiri yang bersifat anti depresi, meningkatkan rasa nyaman, menurunkan kecemasan, ketakutan dan juga dapat mengontrol rasa nyeri. Zat yang terkandung dalam aromaterapi mawar) salah satunya adalah linalool yang berguna untuk	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan aromaterapi mawar responden yang mengalami nyeri sedang Berdasarkan uji statistik terhadap sebelum dan setelah diberikan aromaterapi mawar di RSUD Sekayu, didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p\text{-value} <$	Persamaan : Terletak pada aromaterapi mawarya Perbedaan : tempat penelitian, dan jumlah responden nya.

Nama Peneliti dan Tahun penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan dengan penelitian ini
		menstabilkan sistem saraf sehingga dapat menimbulkan efek relaksasi.	0,05) artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi mawar.	



DAFTAR PUSTAKA

- Abandeh, A., Sindiani, A., Nazzal, M. S., Almasri, N. A., & Megdadi, A. (2024). *Prevalence and Predictors of Leg Cramps in the Third Trimester of Pregnancy : A Cross-Sectional Study*. August, 1377–1387.
- Aida Fitriani, SST., M.Keb. Ayesha Hendriana Ngestiningrum, S.ST., M.Keb. Siti Rofi'ah, S.S.T., M.Kes. Florica Amanda, S.Tr.Keb., M.Kes. Nizan Maayah, S.SiT., SKM., M.Kes. Eka Supriyanti, SST., M.Kes. Royani Chairiyah, S.SiT., M. K. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan DIII Kebidanan Jilid II*.
- Almanika, D., Ludiana, & Dewi, T. K. (2022). *Penerapan Massage Effrurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III*. 2, 50–58.
- Alvionita, V., Erviany, N., Palin, N., Sri, A., Handayani, H., Jl, A., Lama, A., Amal, K. P., Timur, K. T., & Tarakan, K. (2025). *Faktor Penyebab Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimister II dan III di Puskesmas Sumarorong Kabupaten Mamasa Tahun 2024 Fakultas Ilmu Kesehatan , Universitas Borneo Tarakan , Indonesia Fakultas Kesehatan , Universitas Mega Buana Palopo , Indonesia*.
- Amelia Andriani, Nury Luthfiyatil Fitri, S. A. S. (2023). *Penerapan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2022*. 3, 46–54.
- Anggita, E. D., & Fitriahadi, E. (2024). *Penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III melalui Pendidikan dan KIE penanganan nyeri Management of back pain in pregnant women in the third trimester through education and KIE pain management*. 2(September), 1102–1106.
- Apriyani , Anita, Redowati, T. E. (2024). *Ketidaknyamanan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*. 8(2), 110–117.
- Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III : Literatur Review*. 9(1), 14–30.
- Asnia Ananta, Tia Nurhanifah, M. O. (2025). *Pengaruh Teknik Pelvic Tilt terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Karangdoro*. 3, 88–97.
- Azizah, S. R., Qotrunnada, N., Suraya, S. V., Ferdiansyah, H. Y., & Dwi, E. (2022). *Kajian Pustaka Pemanfaatan Essential Oils Sebagai Aromaterapi Dalam Perawatan Kulit Prodi S1 Farmasi , Fakultas Ilmu Kesehatan , Universitas Muhammadiyah Lamongan , Jawa Timur , Indonesia*. 11(1), 62–77.
- Dayani, T. R., Herliana, Adrianti, F., & Ramadhania, D. D. (2024). *Penatalaksanaan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Bidan Praktik Mnadiri Bandar Lampung*. 11(1), 88–93.
- Elkhapi, N. (2023). *Hubungan Usia Kehamilan , Paritas , Aktivitas dengan*

Terjadinya Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester II dan III di Puskesmas Kemu Kabupaten Oku Selatan Tahun 2023. 3, 6411–6425.

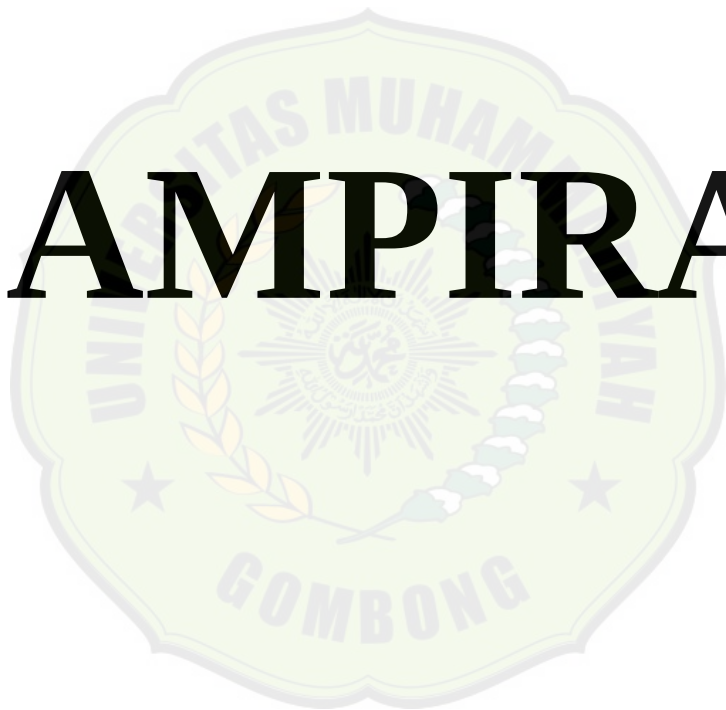
- Fajar Wati, M., Susilawati, E., Yansartika, & Yuniza, A. (2021). *Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III The Effect of Effleurage Massage On The Pain Intensity of Lower Back in Pregnant Womwn of Third Trimester.* 1(1), 25–29.
- Febrianti, V., & Andari, F. N. (2024). *Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Perubahan Fisiologis pada Masa Kehamilan Dengan Pemberian Pendidikan Kesehatan.*
- Fithrah, A. N., Sharief, S. A., & Azrida, M. (2024). *Asuhan Kebidanan Antenatal pada Ny . R dengan Ketidaknyamanan Sering Buang Air Kecil.* 05(01), 28–36.
- Fithriyah, Haninggar, R. D., & Dewi, R. S. (2020). *Pengaruh Prenatal Massage Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III (Di Desa Ceweng, Kecamatan Diwek, Kabupaten Jombang).* 10(1), 36–43.
- Hernawati, E., & Fitriani, H. (2024). *Upaya Mengurangi Intensitas Nyeri Persalinan dengan Teknik Massage Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar.* 6(1), 17–24.
- Irmawati, S., Ibrahim, Y., Kebidanan, S., Keperawatan, F., Kebidanan, D., Rezky, U. M., Jln, A., No, A., Manggala, K., & Makassar, K. (2024). *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Malifut Kabupaten Halmahera Utara yang merupakan akibat dari proses adaptasi fisiologis system tubuh ibu terhadap.* 2(3).
- Irnanda, F., Yuana, H., Arlym, L. T., & Yuanti, Y. (2023). *Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Persalinan : Systematic Literature Review.* 12(September), 312–320.
- Jusmawati, R. P. S. (2025). *Pengaruh Effleurage Massage terhadap penurunan nyeri Punggung Ibu hamil Trimester III Di TPMB Ika Sodri.* 5, 4458–4470.
- Kurniawati, & Isfaizah. (2025). *Penerapan Massage Effleurage dalam Mengurangi Nyeri Punggung Ibu Hamil Ny . S.* 4(2), 2223–2232.
- Lestari, A. M., & Novita, N. (2021). *Rose Aromatherapy Against Labor Pain Time I.* 1, 70–75.
- Listia Dwi Febriati, Z. Z. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Adaptasi Perubahan Psikologi Pada Ibu Hamil.* 13(1), 23–31.
- Murtinawita, H. J., Kota, S. S. T., & Tahun, P. (2022). *Oedema Pada Kaki Ibu Hamil Trimester III Dengan Rendam Air Hangat campur Kencur DI BPM.* 1, 75–80.
- Nadiva Mauliana Saidah, Sri Untari, L. H. (2024). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Pada Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.* 9(02), 44–49.

- Nelly Nugrawati, Nur Ekawati, Ayu Wijaya, A. M. A., & Aminuddin. (2022). *Pengaruh Kompres Hangat Kombinasi Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III*. 53–62.
- Nilam, N. A. N. (2024). *Pengaruh Senam Hamil terhadap Nyeri Punggung pada Kehamilan Trimester III*. 12(1), 21–28.
- Nova Sumaini Prihatin, Rosyita, J. (2024). *Pengaruh Massage Effleurage Dan Endorphin Dengan Aromaterapi Peppermint Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III*. 4, 2220–2229.
- Pramono, J. S., & Suryani, H. (2024). *Pengaruh kompres hangat kombinasi aromaterapi mawar terhadap nyeri pinggang pada ibu hamil trimester iii di puskesmas teluk pandan kecamatan teluk pandan*. 9(1), 1–7.
- Prananingrum, R. (2022). *Gambaran Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester III Pada Nyeri Punggung Di Puskesmas Jenawi Kabupaten Karanganyar*. 5(2), 28–37.
- Purnamasari, K. D. ; W. M. N. (2021). *Gambaran Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III*. 3, 352–361.
- Ridha Khairina, M. S. (2024). *Pengaruh Intervensi Massage Teknik Effleurage dengan Minyak Zaitun terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis*. 5(2), 2653–2659.
- Rizky, N., Efendi, Y., Yanti, J. S., & Hakameri, C. S. (2022). *Ketidaknyamanan Trimester III Di PMB Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2022*. 2, 275–279.
- Salari, N., Mohamadi, S., Hemmati, M., Fallahi, A., Rasoulpoor, S., & Zarei, H. (2024). Global prevalence of constipation during pregnancy : a systematic review and meta - analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-07057-y>
- Saputri, I. S., Yudianti, I., Kebidanan, J., Kesehatan, P., & Malang, K. (n.d.). *Jurnal Midwifery Update (MU) Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Anxiety Level Of Third Trimester Pregnant Women*. 8511, 16–23.
- Suprehanto, R., & Nuzuliana, R. (2023). *Asuhan kebidanan pada ibu hamil normal trimester III d i RS ‘ Aisyiyah Muntilan*. 1, 389–399.
- Widyastuti, deni eka. (2024). *Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan dalam kehamilan dengan video edukasi*. 15(2), 123–132.
- Wijayanti, E. E., Rohmawati, H., Qiftiyah, M., Nahdlatul, K., Tuban, U., Studi, P., Kebidanan, S., Ilmu, F., & Universitas, K. (2025). *Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri*. 6(1), 610–622.
- Wulandari, D. A. Y. (2023). *Efektivitas Effleurage Massage Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di RB CI Semarang*. 24–28.
- Zahrah Zakiyah, S.SiT., M.Keb, Dheska Arthyka Palifiana, SST., M.Kes, Ester

Ratnaningsih, S.SiT., M. K. (2020). *Buku Ajar Fisiologi Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir*.



LAMPIRAN



Lampiran 1 Jadwal Penelitian

No.	Kegiatan	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun
1.	Penyusunan Tema									
2.	Penyusunan Proposal									
3.	Ujian Proposal									
4.	Uji Etik									
5.	Pengambilan Data Hasil Penelitian									
6.	Penyusunan Hasil Penelitian									
7.	Ujian Hasil Penelitian									

Lampiran 2 Surat Izin 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 : 2003.5/IL.3.AU/PN/XII/2025
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 11 Desember 2025

Kepada :
Yth. Pemilik Klinik Mitra Sehat

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 : Reva Ananta Haryanto
NIM : 202206014
Judul Penelitian : Efektifitas Kombinasi Massage Effleurage dan Aromaterapi Mawar
terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Wilayah
Kecamatan Sempor dan Gombong
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

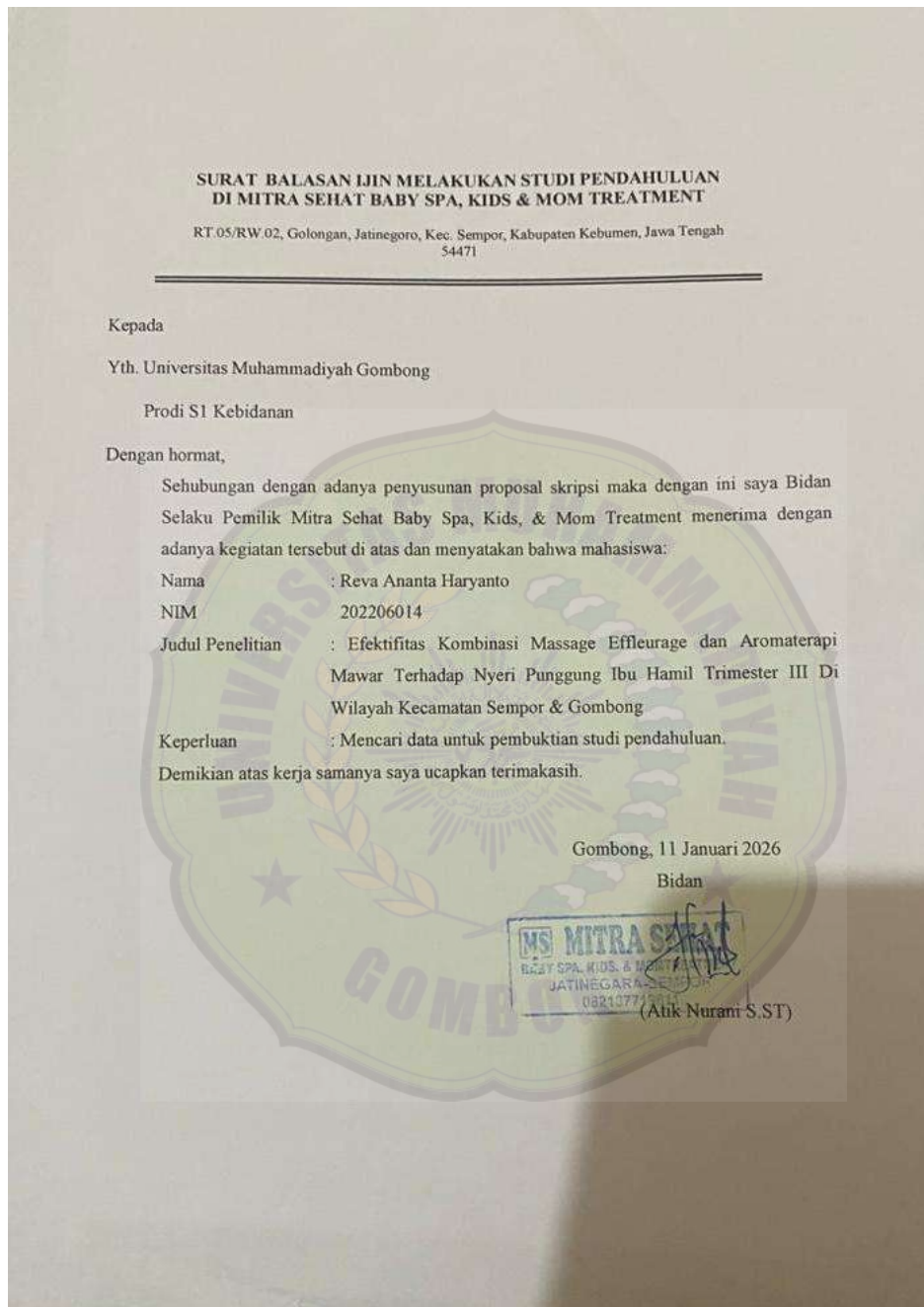
Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong


Arnika Dwi Asti, M.Kep

Lampiran 3 Balasan Surat Izin Studi Pendahuluan



Lampiran 4 Surat Lolos Uji Etik



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

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL
EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No. Protokol : 21113000547

Nomor : 112.6/II.3.AU/F/KEPK/IV/2026



Peneliti
Researcher

: Reva Ananta Haryanto
Khulasoh, S.Tr.Keb.,M.Keb

Nama Institusi
Name of The Institution

: KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

**"EFEKTIFITAS KOMBINASI MASSAGE EFFLEURAGE
DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI
PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III DI MITRA
SEHAT SEMPOR"**

**"THE EFFECTIVENESS OF THE COMBINATION OF
EFFLEURAGE MASSAGE AND ROSE AROMATHERAPY
ON BACK PAIN IN PREGNANT WOMEN IN THE THIRD
TRIMESTER AT MITRA SEHAT SEMPOR"**

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 06 April 2026 sampai dengan tanggal 06 April 2027

This declaration of ethics applies during the period April 06, 2026 until April 06, 2027

April 06, 2026
Professor and Chairperson,



Ning Iswati, M.Kep

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN, PUBLIKASI, DAN INOVASI
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287) 472433
Email: lp2i@unimugo.ac.id Web: http://unimugo.ac.id/

No : 189.5/II.3.AU/PN/IV/2026
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 07 April 2026

Kepada :
Yth. Kepala Klinik Mitra Sehat

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 : Reva Ananta Haryanto
NIM : 202206014
Judul Penelitian : Efektifitas Kombinasi Massage Effleurage dan Aromaterapi Mawar terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Mitra Sehat Sempor
Keperluan : Ijin Penelitian
Waktu Penelitian : April - Mei 2026

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

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LP2I

Universitas Muhammadiyah Gombong



Ns. Putra Agina W.S., M.Kep., Ph.D

Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian

SURAT BALASAN IJIN MELAKUKAN PENELITIAN DI MITRA SEHAT BABY SPA, KIDS & MOM TREATMENT

RT.05/RW.02, Golongan, Jatinegoro, Kcc, Sempor, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah
54471

Kepada

Yth. Universitas Muhammadiyah Gombong

Prodi SI Kebidanan

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya penyusunan proposal skripsi maka dengan ini saya Bidan Selaku Pemilik Mitra Sehat Baby Spa, Kids, & Mom Treatment menerima dengan adanya kegiatan tersebut di atas dan menyatakan bahwa mahasiswa:

Nama : Reva Ananta Haryanto

NIM : 202206014

Judul Penelitian : Efektifitas Kombinasi Massage Effleurage dan Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kecamatan Sempor & Gombong

Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas kerja samanya saya ucapkan terimakasih.

Gombong, 07 April 2026

Bidan



(Atik Nurani S.ST)

Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN (*INFORMED CONSENT*)

Yang saya hormati,

Saudari Calon Responden

Assalamualaikum, wr. wb.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong:

Nama : Reva Ananta Haryanto

NIM : 202206014

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Dengan ini saya sebagai peneliti meminta kesediaan dari Saudari untuk menjadi responden dalam penelitian saya tersebut. Sebelum itu saya akan menjelaskan penelitian saya:

1. Penelitian ini berjudul “Efektifitas Kombinasi *Massage Effleurage* dan Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Mitra Sehat Sempor”.
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Kombinasi *Massage Effleurage* dan Aromaterapi Mawar Terhadap nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III.
3. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi serta sebagai alternatif dalam membantu menurunkan nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III.
4. Berikut ini prosedur yang akan dilakukan selama penelitian:
 - a. Mencatat nama, usia, usia kehamilan, paritas, pekerjaan.
 - b. Mengisi lembar *pretest* dalam waktu 5 menit.

- c. Sebelum pengisian lembar instrumen, peneliti akan menjelaskan tentang cara pengisiannya untuk membentuk dalam pengumpulan data.
 - d. Pemberian intervensi Kombinasi *Massage Effleurage* dan Aromaterapi Mawar 10-15 menit pada ibu hamil TM III 4x selama 1 bulan
 - e. Saudari mengisi kembali lembar instrumen setelah 2 jam setelah intervensi diberikan untuk mengukur hasil *posttest*.
5. Semua data yang didapat dari Saudari akan dijamin kerahasiaannya karena lembar instrumen hanya diberi nama inisial sebagai pengganti identitas Saudari.
6. Semua proses penelitian tidak menimbulkan risiko.

Apabila Saudari mengalami hal yang tidak nyaman selama penelitian ini, maka Saudari memiliki hak untuk menghentikan saya dalam meneliti. Peneliti juga menghargai apabila Saudari tidak berpartisipasi dalam penelitian ini.

Melalui penjelasan penelitian tersebut, saya mengharapkan Saudari berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian tersebut. Demikian penjelasan dari saya. Terima kasih.

Wassalamualaikum, wr. wb.

Gombong, _____

Peneliti

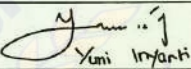
Reva Ananta Haryanto

Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

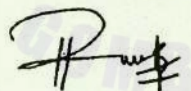
FORMULIR PERSETUJUAN UNTUK BERPARTISIPASI DALAM PENELITIAN

Judul Penelitian :
Efektifitas Kombinasi <i>Massage Effleurage</i> dan Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Mitra Sehat Sempor

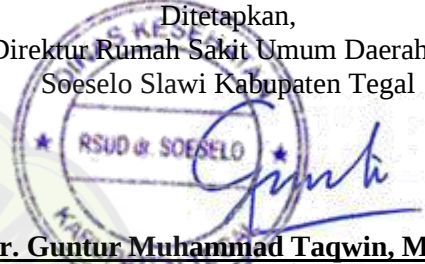
Saya (Nama Lengkap) :
• Secara suka rela menyetujui bahwa saya terlibat dalam penelitian di atas. • Saya yakin bahwa saya memahami tentang tujuan, proses, dan efek yang mungkin terjadi pada saya jika terlibat dalam penelitian ini. • Saya telah memiliki kesempatan untuk bertanya dan saya puas dengan jawaban yang saya terima • Saya memahami bahwa partisipasi saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan saya dapat keluar sewaktu-waktu dari penelitian • Saya memahami bahwa saya akan menerima salinan dari lembaran pernyataan informasi dan persetujuan

Nama dan Tanda tangan responden		Tanggal No. HP	087837830988
Nama dan Tanda tangan saksi		Tanggal	
Nama dan Tanda tangan wali (jika diperlukan)		Tanggal	

Saya telah menjelaskan penelitian kepada partisipan yang bertandatangan diatas, dan saya yakin bahwa responden tersebut paham tentang tujuan, proses, dan efek yang mungkin terjadi jika dia ikut terlibat dalam penelitian ini.

Nama dan Tanda tangan peneliti		Tanggal No HP	12 Maret 2026 085643879801
	Reva Ananta Haryanto		

Lampiran 9 Instrumen Penelitian

 Rumah Sakit Umum Daerah dr. Soeselo Kabupaten Tegal	PIJAT <i>EFFLEURAGE</i> (PIJAT USAP PUNGGUNG)	
	NO. DOKUMEN 05.01/3149/06/ SPO	NO.REVISI 00
STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL	Tanggal terbit 4 Februari 2022	Ditetapkan, Direktur Rumah Sakit Umum Daerah dr. Soeselo Slawi Kabupaten Tegal  dr. Guntur Muhammad Taqwin, M.Sc., Sp.An Pembina Utama Muda (IV/c) NIP. 19700309 200312 1 001
PENGERTIAN	Pijat <i>effleurage</i> (pijat usap punggung) adalah tehnik pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat proses pemulihan nyeri punggung dengan menggunakan sentuhan tangan pada punggung klien secara perlahan dan lembut untuk menimbulkan efek relaksasi	
TUJUAN	Sebagai acuan dalam persiapan langkah-langkah bagi petugas dalam melakukan proses pijat <i>effleurage</i> dalam persalinan	
KEBIJAKAN	1. Peraturan Pemerintah Nomor 47 Tahun 2016 tentang Fasilitas Pelayanan Kesehatan; 2. Peraturan Pemerintah Nomor 38 Tahun 2017 tentang Inovasi Daerah; 3. Peraturan Pemerintah Nomor 47 Tahun 2021 tentang Penyelenggaraan Bidang Perumahsakit; 4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 79 Tahun 2018 tentang Badan Layanan Umum Daerah; 5. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 104 Tahun 2018 tentang Penilaian dan Pemberian Penghargaan dan/atau Intensif Inovasi Daerah; 6. Keputusan Direktur Rumah Sakit dr. Soeselo Kabupaten Tegal Nomor 11 Tahun 2020 tentang Penetapan Kebijakan	

	Pelayanan pada Rumah Sakit Umum Daerah dr. Soeselo Kabupten Tegal.
PROSEDUR	1. Bidan /perawat menyapa dan memperkenalkan diri 2. Bidan /perawat menjelaskan prosedur yang akan dilakukan 3. Bidan /perawat melakukan Langkah pijat effleurage dengan cara a. Menutup bagian tubuh yang lain dengan memakai selimut b. Menuangkan oil secukupnya di tangan dan punggung pasien c. Mulai massage dengan gerakan effleurage, bergerak dari bokong menuju bahu dengan gerakan yang kuat, kemudian dari bahu menuju bokong dengan gerakan yang lebih ringan d. Ubah gerakan dengan menggunakan gerakan yang sirkuler, khususnya pada daerah sacrum dan pinggang e. Lakukan gerakan efflurage beberapa kali f. Bersihkan sisa oil dari punggung dengan handuk/tissue, Bantu pasien memakai bajunya kembali dan mencapai posisi yang nyaman.

Sumber : (rsudsoeselo, 2022)

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)		
Pemberian Aromaterapi Mawar Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil		
1.	Persiapan pasien	Posisikan ibu senyaman mungkin dengan cara duduk/berbaring.
2.	Persiapan petugas	Mencuci tangan 6 langkah efektif.
3.	Persiapan ruangan	Pastikan menjaga privasi klien dengan menutup jendela dan pintu.
4.	Persiapan alat	1. <i>Diffuser</i> sebagai alat inhalasi 2. Minyak essensial bunga mawar 3. Air 250 ml
5.	Prosedur pelaksanaan	1. Berikan salam serta memperkenalkan diri kepada ibu 2. Jelaskan tujuan tindakan yang akan diberikan kepada ibu 3. <i>Diffuser</i> yang sudah disiapkan lalu diisi air sebanyak 250 ml 4. Teteskan aromaterapi mawar sebanyak 5 tetes kedalam <i>diffuser</i> 250 ml air 5. Sambungkan kabel <i>diffuser</i> ke listrik lalu nyalakan <i>diffuser</i> hingga keluar uap 6. Pastikan klien menghiup aromaterapi mawar tersebut 7. Lakukan inhalasi dalam waktu 30 menit 8. Pemberian aromaterapi ini dilakukan saat ibu merasakan cemas ataupun nyeri 9. Kemudian matikan <i>diffuser</i> setelah melakukan pemberian aromaterapi 10. Bereskan dan rapihkan alat.

Sumber : (Suralaga, 2022)

LEMBAR KUISIIONER SKALA NYERI NRS (NUMERIC RATING SCALE)

A. DATA DEMOGRAFI

Petunjuk : Jawaban akan diisi oleh responden dan dituliskan pada tempat yang disediakan.

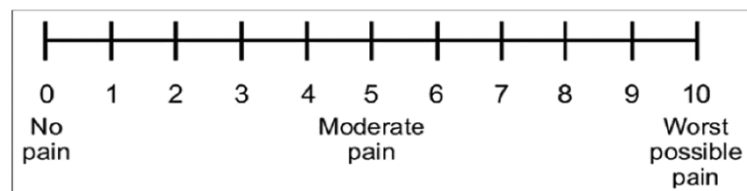
1. Tanggal/waktu penelitian :
2. Nama responden :
3. Umur :
4. Paritas :
5. Usia Kehamilan :

B. SKALA NYERI

Pada skala ini diisi oleh peneliti setelah responden menunjukkan angka berapa nyeri yang dirasakan dengan menggunakan skala nyeri numerik (0-10) yaitu :

1. 0 : Tidak nyeri
2. 1-3 : Nyeri ringan
3. 4-6 : Nyeri sedang
4. 7-9 : Nyeri berat terkontrol
5. 10 : Nyeri berat tidak terkontrol

Tanyakan kepada responden pada angka berapa nyeri yang dirasakannya dengan menunjukkan posisi garis yang sesuai untuk menggambarkan nyeri yang dirasakan oleh responden sebelum intervensi dilakukan dengan membuat tanda (X) pada skala yang telah disediakan.



LEMBAR KUISIONER SKALA NYERI NRS (NUMERIC RATING SCALE)

A. DATA DEMOGRAFI

Petunjuk : Jawaban akan diisi oleh responden dan dituliskan pada tempat yang disediakan.

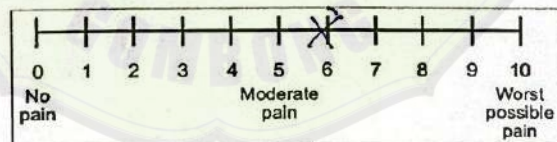
1. Tanggal/waktu penelitian : 11 April 2026
2. Nama responden : Xuni Inyanti
3. Umur : 35
4. Paritas : 2
5. Usia Kehamilan : 35
6. Pekerjaan : Perangkat Desa

B. SKALA NYERI

Pada skala ini diisi oleh peneliti setelah responden menunjukkan angka berapa nyeri yang dirasakan dengan menggunakan skala nyeri numerik (0-10) yaitu :

1. 0 : Tidak nyeri
2. 1-3 : Nyeri ringan
3. 4-6 : Nyeri sedang
4. 7-9 : Nyeri berat terkontrol
5. 10 : Nyeri berat tidak terkontrol

Tanyakan kepada responden pada angka berapa nyeri yang dirasakannya dengan menunjukkan posisi garis yang sesuai untuk menggambarkan nyeri yang dirasakan oleh responden sebelum intervensi dilakukan dengan membuat tanda (X) pada skala yang telah disediakan.



Lampiran 10 Hasil Analisa Data

Kode Responden	Usia	Usia Kehamilan	Paritas	Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil	Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil
1	2	1	3	7	3
2	1	1	1	7	4
3	3	1	3	4	1
4	4	1	4	3	1
5	1	1	1	7	3
6	1	1	1	7	3
7	4	1	2	6	2
8	4	1	1	6	1
9	3	2	4	6	1
10	2	1	1	6	1
11	4	1	4	5	1
12	3	1	2	7	1
13	2	1	3	6	1
14	2	2	1	6	1
15	2	1	2	5	2
16	2	1	1	5	1
17	2	2	2	3	1
18	3	1	2	7	1
19	3	1	2	6	1
20	1	1	1	6	1
21	2	2	2	5	2
22	2	2	1	6	2
23	3	2	3	6	2
24	3	1	2	5	2
25	2	2	1	7	3
26	3	1	3	6	2
27	2	2	1	6	3
28	2	2	1	6	2
29	2	1	1	6	3
30	2	2	2	6	2
31	2	2	1	6	2
32	2	2	1	7	3
33	1	1	1	7	3
34	3	2	2	6	2
35	1	1	1	5	2
36	2	2	2	5	2
37	2	2	1	6	2
38	2	2	2	7	3

Kategori Usia
 1: 20-25 Tahun
 2: 26-30 Tahun
 3: 31-35 Tahun
 4: >35 Tahun

Usia Kehamilan
 1 : 28-31 Minggu
 2: 32-35 Minggu
 3: >35 Minggu

Kategori Paritas
 1
 2
 3
 4
 5
 >5

Kategori NRS
 Tidak nyeri (0), nyeri ringan (1–3), nyeri sedang (4–6), nyeri berat (7–10).

Statistics

Usia

N	Valid	38
	Missing	0
Mean		2,29
Median		2,00
Std. Deviation		,867
Minimum		1
Maximum		4

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-25 Tahun	6	15,8	15,8	15,8
	26-30 Tahun	19	50,0	50,0	65,8
	31-35 Tahun	9	23,7	23,7	89,5
	> 35 Tahun	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

Statistics

Usia Kehamilan

N	Valid	38
	Missing	0
Mean		1,42
Median		1,00
Std. Deviation		,500
Minimum		1
Maximum		2

Usia Kehamilan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	28-31 Minggu	22	57,9	57,9	57,9
	32-35 Minggu	16	42,1	42,1	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

Statistics

Paritas

N	Valid	38
	Missing	0
Mean		1,82
Median		2,00
Std. Deviation		,955
Minimum		1
Maximum		4

Paritas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	18	47,4	47,4	47,4
	2	12	31,6	31,6	78,9
	3	5	13,2	13,2	92,1
	4	3	7,9	7,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

Statistics

Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil

N	Valid	38
	Missing	0
Mean		5,87
Median		6,00
Std. Deviation		1,018
Minimum		3
Maximum		7

Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Ringan	2	5,3	5,3	5,3
	Nyeri Sedang	1	2,6	2,6	7,9
	Nyeri Sedang	7	18,4	18,4	26,3
	Nyeri Sedang	18	47,4	47,4	73,7
	Nyeri Berat	10	26,3	26,3	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

Statistics

Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil

N	Valid	38
	Missing	0
Mean		1,92
Median		2,00
Std. Deviation		,850
Minimum		1
Maximum		4

Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Ringan	14	36,8	36,8	36,8
	Nyeri Ringan	14	36,8	36,8	73,7
	Nyeri Ringan	9	23,7	23,7	97,4
	Nyeri Sedang	1	2,6	2,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil	38	100,0%	0	0,0%	38	100,0%
Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil	38	100,0%	0	0,0%	38	100,0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil	,288	38	,000	,821	38	,000
Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil	,229	38	,000	,834	38	,000

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil - Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil	Negative Ranks	38 ^a	19,50	741,00
	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	0 ^c		
	Total	38		

- a. Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil < Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil
b. Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil > Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil
c. Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil = Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil

Test Statistics^a

Posttest Nyeri Punggung Ibu Hamil - Pretest Nyeri Punggung Ibu Hamil	
Z	-5,456 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on positive ranks.

Lampiran 11 Kegiatan Bimbingan

Lampiran 11 Kegiatan Bimbingan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
 Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong
 54412

Nama Mahasiswa : Reva Ananta Haryanto
 NIM : 202206014
 Pembimbing : Khulasoh, S.Tr.Keb., M.Keb

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
14-10-2025	Konsul jurnal internasional dan nasional		
22-10-2025	Mencari jurnal internasional		
28-10-2025	Konsul angka kejadian terbesar pada ibu hamil		
20-11-2025	Konsul Bab I		
26-11-2025	Konsul revisi Bab I, lanjut BAB II		
04-12-2025	Konsul Bab II		
10-12-2025	Konsul revisi Bab II, lanjut Bab III		
30-12-2025	Konsul revisi Bab III sampai lampiran		
15-01-2026	Acc proposal dan tanda tangan		
02-05-2026	Konsul BAB4 hasil dan pembahasan		
04-05-2026	Konsul revisi BAB 4 hasil dan pembahasan		
07-05-2026	Konsul revisi BAB 4 hasil dan pembahasan, lanjut menyusun BAB 5		

Universitas Muhammadiyah Gombong

11-05-2026	Konsul BAB 5 Kesimpulan, saran		
15-05-2026	Revisi BAB 5 Kesimpulan, saran		
16-05-2026	Revisi BAB 5 Kesimpulan, saran, sampai Lampiran		
26-05-2026	ACC		

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan Program
Sarjana,


(Bdn Adinda Putri Sari Dewi., M. Keb)

Universitas Muhammadiyah Gombong

Lampiran 12 Lembar Bimbingan Abstrak



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
 Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong
 54412

Nama Mahasiswa : Reva Ananta Haryanto
 NIM : 202206014
 Pembimbing : Khulasoh, S.Tr.Keb.,M.Keb

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
06/ Juli 2026	Konsul Abstrak skripsi		
06/ Juli 2026	ACC Abstrak skripsi		

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana,

(Bdn: Adinda Putri Sari Dewi, M.Keb)

Lampiran 13 Dokumentasi







Lampiran 14 Uji Similarity



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini Pustakawan Universitas Muhammadiyah Gombong. Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Efektifitas Kombinasi *Massage Effleurage* dan Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri
Punggung Ibu Hamil Trimester III di Mitra Sehat Sempor
Nama : Reva Ananta Haryanto
NIM : 2022066014
Program Studi : S1 Kebidanan
Hasil Cek : 17%

Gombong, 02 Juni 2026

Mengetahui,

Pustakawan Universitas Muhammadiyah Gombong

This block contains a purple circular official stamp of the library and a handwritten signature in blue ink over it. The signature appears to read 'Dwi Sundanirati'.