

**PENGARUH KOMBINASI KOMPRES AIR HANGAT
DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI
PINGGANG PADA IBU HAMIL *TRIMESTER*
III DI PMB Bdn. IIS HILDA ZICRIA, S.Keb**



SKRIPSI

**OLEH :
DAHLIAH**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH KOMBINASI KOMPRES AIR HANGAT
DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP NYERI
PINGGANG PADA IBU HAMIL *TRIMESTER*
III DI PMB Bdn. IIS HILDA ZICRIA, S.Keb**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan pada Sekolah
Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

OLEH:

DAHLIAH

NIM. A1223108

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dahliah

NIM : A1223108

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : pengaruh kombinasi kompres air hangat dan aromaterapi mawar terhadap nyeri pinggang pada ibu hamil *trimester* III di PMB bdn.Iis Hilda Zicria,S.Keb

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis dengan benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 08 Juli 2025



(dahliah)

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH KOMBINASI KOMPRES AIR HANGAT
DAN AROMATHERAPY MAWAR TERHADAP
NYERI PINGGANG PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI PMB Bdn. IIS
HILDA ZICRIA, S.Keb**

Diajukan oleh :

**DAHLIAH
NIM : A1223108**

Badung, 08 Juli 2025

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

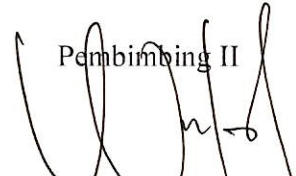
Pembimbing I



Bdn. Ni Made Eggar Adhiestiani, S.ST., M.Keb

NIDN.0815019101

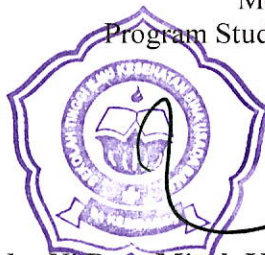
Pembimbing II



Dr. Bdn. Luh Putu Widastini, S.SiT., M.Kes

NIDN.01126098501

Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb

NIDN.0808068701


HALAMAN PENGESAHAN

PROPOSAL INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

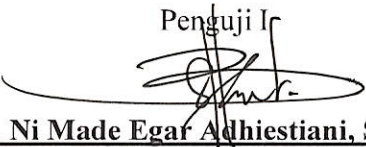
Tanggal : 21 Agustus 2025

Yang terdiri dari

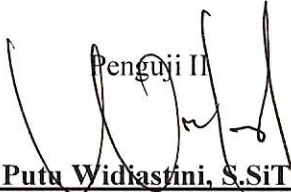
Penguji Utama


Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN.0809018701

Penguji I


Bdn. Ni Made Egar Adhiestiani, S.ST., M.Keb
NIDN.0815019101

Penguji II


Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes
NIDN.01126098501

Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua


Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

Skripsi, Juli 2025

Dahliah

Pengaruh kombinasi kompres air hangat dan aromaterapi mawar terhadap nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di PMB Bdn. Iis Hilda Zicria,S.Keb

62 + 4 tabel + 2 gambar + 12 lampiran

ABSTRAK

Kehamilan merupakan adanya *konsepsi* dihubungkan dengan proses pemuahan sel telur oleh satu *sperma* dan kemudian terjadi *nidasi* ke dalam selaput lendir *uterus* diakhiri dengan lahirnya bayi. Perubahan fisik yang terjadi kadang memberikan ketidaknyamanan bagi ibu hamil. Salah satunya adalah nyeri pinggang biasanya terjadi pada ibu hamil *Trimester* II dan III. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi kompres air hangat dan *aromaterapi* mawar terhadap nyeri pinggang pada ibu hamil *trimester* III

Penelitian ini menggunakan desain *pre eksperimen* yaitu jenis desain penelitian yang digunakan untuk mengevaluasi efek dari suatu *intervensi* tanpa melibatkan kelompok control, penelitian ini dilakukan di PMB Bdn. Iis Hilda Zicria,S.Keb pada bulan April tanggal 08 april s/d 14 april 2025. Sample terdiri dari 36 ibu hamil *trimester* III yang mengalami nyeri pinggang secara *purposive sampling*. Responden melakukan terapi kombinasi kompres air hangat dan aromaterapi mawar di pagi dan sore hari selama 7 hari, dalam durasi waktu kompres air hangat selama 15 menit dan di kombinasikan dengan menghirup aromaterapi mawar selama 10menit. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon signed – rank* untuk menguji pengaruh antara variabel yang satu dengan variable lainnya,.

Berdasarkan Analisa data, nilai *Z* sebesar $-5,276^b$ dan *p-value* 0.000, yang lebih kecil dari 0.05, maka hipotesis nol (H_0) dapat ditolak. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang *signifikan* antara skala nyeri sebelum dan setelah *intervensi*, yang menandakan bahwa *intervensi* tersebut *efektif* dalam mengurangi nyeri. Saran kepada tenaga kesehatan, khususnya bidan di PMB Bdn. Iis Hilda Zicria, S.Keb, dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi kepada ibu hamil *trimester* III yang mengalami nyeri pinggang. Terapi kombinasi kompres air hangat dan aromaterapi mawar yang terbukti efektif dan aman dapat diterapkan secara rutin sebagai bagian dari pelayanan kebidanan yang holistik dan *non-farmakologis*, guna meningkatkan kenyamanan serta kualitas hidup ibu selama masa kehamilan.

Kata kunci : hamil – nyeri pinggang – kompres air hangat dan aromaterapi mawar
Daftar Pustaka : 23 (2017-2024)

BINA USADA BALI SCHOOL OF HEALTH SCIENCES MIDWIFERY BACHELOR DEGREE PROGRAM

Thesis, July 2025

Dahliah

The effect of the combination of warm water compress and rose aromatherapy on lower back pain in third trimester pregnant women at PMB Bdn. Iis Hilda Zicria, S.Keb.

62 + 4 tables + 2 images + 12 appendices

ABSTRACT

Pregnancy is the presence of conception linked to the process of fertilization of the egg by a sperm and then nidation into the uterine lining, culminating in the birth of a baby. The physical changes that occur sometimes cause discomfort for pregnant women. One of them is back pain, which usually occurs in pregnant women during the second and third trimesters. This study aims to determine the effect of the combination of warm water compress and rose aromatherapy on back pain in pregnant women during the third trimester.

This study used a pre-experimental design, which is a type of research design used to evaluate the effects of an intervention without involving a control group. The research was conducted at PMB Bdn. Iis Hilda Zicria, S.Keb, from April 8 to April 14, 2025. The sample consisted of 36 pregnant women in their third trimester who experienced lower back pain, selected through purposive sampling. Respondents underwent a combination therapy of warm compresses and rose aromatherapy in the morning and evening for 7 days, with the warm compress lasting 15 minutes and combined with inhaling rose aromatherapy for 10 minutes. The data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test to examine the effects between one variable and another.

Based on data analysis, the Z value of -5.276 and a p-value of 0.000, which is less than 0.05, allow us to reject the null hypothesis (H_0). This indicates that there is a significant difference in pain scale before and after the intervention, suggesting that the intervention is effective in reducing pain. It is recommended for healthcare providers, particularly midwives at PMB Bdn. Iis Hilda Zicria, S.Keb, to consider the results of this study when providing education to third-trimester pregnant women experiencing lower back pain. The combination therapy of warm water compresses and rose aromatherapy, which has proven to be effective and safe, can be applied regularly as part of holistic and non-pharmacological midwifery services, to enhance the comfort and quality of life of mothers during pregnancy.

Keywords: pregnant - lower back pain - warm water compress and rose aromatherapy

References: 23 (2017-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa atas segala anugrahNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Proposal penelitian ini dengan judul “Pengaruh Kombinasi Kompres Air Hangat Dan Aromatherapy Mawar Terhadap Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil *Trimester* III Di PMB Iis Hilda Zicria, S.Keb”. Proposal penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.

Penyusunan Proposal penelitian ini telah mendapatkan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi peneliti untuk menempuh Pendidikan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Bdn. Ni. Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali
3. Bdn. Ni Made Egar Adhiestiani, S.ST.,M.Keb, selaku Pembimbing Satu yang telah banyak membantu memberikan bimbingan, arahan dan pengetahuan serta motivasi sehingga Proposal penelitian ini dapat diselesaikan.
4. Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes, selaku Pembimbing Dua yang telah banyak membantu memberikan bimbingan, arahan dan pengetahuan serta motivasi sehingga Proposal penelitian ini dapat diselesaikan.

5. Segenap Dosen Program Studi Kebidanan Stikes Bina Usaha Bali yang telah banyak memberikan materi selama perkuliahan.
6. Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan secara moral, perhatian, finansial serta doa selama proses penyusunan Proposal penelitian ini.
7. Rekan-rekan sejawat mahasiswa Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali yang senantiasa memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan Proposal penelitian ini.

Peneliti menyadari dalam penyusunan Proposal penelitian ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Peneliti mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya Proposal penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapannya dilapangan serta dapat dikembangkan lebih baik lagi. Terima kasih.

Badung, 08 Juli 2025

Penulis

()

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
SURAT PERNYTAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABTRAC	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SKEMA	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4

E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Kajian Teori	8
B. Kajian Empiris	28
C. Kerangka Teori.....	31
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DEFINISI	
OPERASIONAL.....	32
A. Kerangka Konsep	32
B. Hipotesis Penelitian.....	32
C. Definisi Operasional.....	33
BAB IV METODE PENELITIAN.....	35
A. Rancangan Penelitian	35
B. Populasi dan Sample Penelitian	36
C. Tempat Penelitian.....	38
D. Waktu Penelitian	38
E. Etika Penelitian	38
F. Alat Pengumpulan Data.....	41
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	43
H. Rencana Analisa Data.....	45
I. Analisis Data.....	47

BAB V HASIL PENELITIAN	49
A. Gambaran Lokasi penelitian	49
B. Analisa deskriptif	50
C. Analisa komperatif.....	52
BAB VI PEMBAHASAN	54
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	54
B. Keterbatasan Panelitian	56
C. Implikasi Terhadap Pelayanan , Pendidikan Dan Panellation	57
BAB VII PENUTUP	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran.....	61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Numerik Rating Scale</i> (NRS)	22
Gambar 4.1 <i>Numerik Rating Scale</i> (NRS)	41

DAFTAR SKEMA

2.1 kerangka teori	31
3.1 Kerangka Konsep	32
4.1 Desain Eksperimen One-Group Pretest-Posttest Design.....	35

DAFTAR TABEL

3.1 Definisi Operasional	34
5.1 Karakteristik Responden	50
5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Pre Tes	51
5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Post tes	51

DAFTAR SINGKATAN

- PAP : Pintu Atas Panggul
- NRS : *Numerical Rating Scale*
- PSP : Persetujuan Setelah Penjelasan
- IC : *Informed Consent*
- PMB : Praktik Bidan Mandiri
- BAK : Buang Air Kecil
- PNC : *Post Natal Care*
- KB : Keluarga Berencana
- KIA : Kesehatan Ibu dan Anak
- s/d : Sampai dengan

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, n. F., garancang, s., & abunawas, k. (t.t.). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian.
- Bertone, a. C., & dekker, r. L. (2021). Aromatherapy in obstetrics: a critical review of the literature.
- Clinicalobstetrics&gynecology*, 64(3), 572-588 <https://doi.org/10.1097/grf.0000000000000622> candra susanto, p., ulfah arini, d., yuntina, l., panatap soehaditama, j., & nuraeni, n. (2024). Konsep penelitian kuantitatif: populasi, sampel, dan analisis data (sebuah tinjauan pustaka). *Jurnal ilmu multidisplin*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>
- Darwis, i. D., basyar, e., & adrianto, a. A. (2018). *Kesesuaian termometer digital dengan termometer air raksa dalam mengukur suhu aksila pada dewasa muda*. 7(2).
- Ernamari, srilina br, p., & uli yuslina, p. (2023). The effect of warm compress on back pain in the third trimester pregnant women in our clinic with sand spiritual pangaraan. *International journal of midwifery research*, 2(2).
- Fathiyati, f., sari, d., & saputri, e. E. (2024). The effect of warm water compress on back pain intensity in pregnant women in the thirty trimester. *Jurnal biologi tropis*, 24(3), 725–728.
- Fazriani, n., & marwasariaty. (2024). Efektivitas prenatal yoga terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester iii: literature review. *Jurnal kesehatan arunika*, 1(1), 1-12.
- Heriyani, t. (2023). Pengaruh kompres air hangat dan aromaterapi mawar terhadap intensitas nyeri persalinan. *Jurnal kesehatan masyarakat*, 7. Heryana, a. (2020). *Etika penelitian*. <https://doi.org/10.13140/rg.2.2.13880.16649>
- Indaryani, i., iskandar, s., yani, s., merianti, d., & asmara, r. (2022). Efektivitas akupresur dalam mengurangi rasa nyeri pinggang pada ibu hamil trimester iii. *Jurnal riset media keperawatan*, 5(1), 1–5. <https://doi.org/10.51851/jrmk.v5i1.324> isnawan, m. G. (t.t.). Quasi-

experimental design |i. *Experimental design*.

- Maisah, m., nugraheny, e., & margiyati, m. (2022). Perubahan fisik dan psikologis ibu hamil trimester iii dalam kesiapan menghadapi persalinan di masa pandemi covid-19. *Jurnal ilmu kebidanan*, 8(1). <https://doi.org/10.48092/jik.v8i1.148>
- Miljković, a., aćimović, m., božanić tanjga, b., lončar, b., raičević, v., šovljanski, o., travičić, v., pezo, m., & pezo, l. (2024). Inhalation and topical application of rose essential oil – a systematic overview of rosa damascena aromatherapy. *Journal of agronomy, technology and engineering management (jatem)*, 7(1), 998–1020. <https://doi.org/10.55817/asij6404>
- Murdiyanti. (2024). Efektivitas kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri pinggang pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas mojosongo boyolali. *Jurnal riset media keperawatan*, 5(1), 1- 5. Nasution, s. (2017). Variabel penelitian. *Raudhah*, 5(2), 1-10. Issn: 2338-2163.
- Novelia, s., rukmaini, & anisah, s. (2021). The effect of warm compress on low back pain during pregnancy. *Nursing and health sciences journal (nhsj)*, 1(3), 254–257. <https://doi.org/10.53713/nhs.v1i3.55>
- Nugroho, h. A., & sunarsih, s. (2022). Terapi kompres hangat untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia. *Holistic nursing care approach*, 2(1), 35. <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i1.9214>
- Pitriawati, d., & purwanti, r. (2022). Adaptasi fisiologis dan psikologis ibu hamil untuk tetap sehat di masa pandemi covid-19. *Society : jurnal pengabdian dan pemberdayaan masyarakat*, 3(1), 9–14. <https://doi.org/10.37802/society.v3i1.214>
- Rahayu, m., fitria, r., & mundari, r. (2024). Mengurangi ketidaknyamanan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester iii: studi kasus. *Jurnal ilmu kedokteran dan kesehatan*, 10(12), 3394–3400. <https://doi.org/10.33024/jikk.v10i12.12643> rofiqoh, l. A., primadevi, i., ashari, y., & trisnawati, e. (t.t.). Penerapan kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil

- Shields, w. C., mcdonald, e., frattaroli, s., perry, e. C., zhu, j., & gielen, a. C. (2013). Still too hot: examination of water temperature and water heater characteristics 24 years after manufacturers adopt voluntary temperature setting. *Journal of burn care & research*, 34(2), 281–287. <https://doi.org/10.1097/bcr.0b013e31827e645f>
- Shirazi, m., mohebitabar, s., bioos, s., yekaninejad, m. S., rahimi, r., shahpiri, z., malekshahi, f., & nejatbakhsh, f. (2017). The effect of topical *rosa damascena* (rose) oil on pregnancy-related low back pain: a randomized controlled clinical trial. *Journal of evidence-based complementary & alternative medicine*, 22(1), 120–126. <https://doi.org/10.1177/2156587216654601>
- Sulaimah, s., & rahayu, t. (2024). *Gambaran program standar pelayanan antenatal care pada ibu hamil di puskesmas blambangan pagar kabupaten lampung utara tahun 2024*. 1(1). Sulung, u., & muspawi, m. (2024). *Volume 5, nomor 3, september 2024*. 5.
- Suryanti, y., lilis, d. N., & harpikriati, h. (2021). Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester iii di puskesmas sekernan ilir tahun 2020. *Jurnal akademika baiturrahim jambi*, 10(1), 22. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.264>
- Wang, y., lu, h., li, s., zhang, y., yan, f., huang, y., chen, x., yang, a., han, l., & ma, y. (2022). Effect of cold and heat therapies on pain relief in patients with delayed onset muscle soreness: a network meta-analysis. *Journal of rehabilitation medicine*, 54, rm00258. <https://doi.org/10.2340/jrm.v53.331>
- Yuana, f. I. H., arlym, l. T., & yuanti, y. (2023). Pengaruh aromaterapi mawar terhadap nyeri persalinan: systematic literature review. *Jurnal akademika baiturrahim jambi*, 12(2), 312. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.640>
- Wulandari, t. N., & reba, y. A. (2022). Layanan informasi dengan media brosur untuk meningkatkan pemahaman karier siswa. *Cenderawasih journal of counseling and education*, 1(2), 66-78. Doi: 10.31957/cjce.v1i2.2563