

SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI
PEPPERMINT TERHADAP INTENSITAS NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KLATAK BANYUWANGI
TAHUN 2022



Oleh :

ULFI INDAH LESTARI

2018.02.047

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI
BANYUWANGI

2022

SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI
PEPPERMINT TERHADAP INTENSITAS NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KLATAK BANYUWANGI
TAHUN 2022

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada
Program Studi S1 Keperawatan STIKes Banyuwangi



Oleh :

ULFI INDAH LESTARI

2018.02.047

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI
BANYUWANGI

2022

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya tulis ilmiah saya sendiri, dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Banyuwangi Tahun 2022”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Banyuwangi, September 2022

Yang Membuat Pernyataan,

ULFI INDAH LESTARI

2018.02.047

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

Yang bertanda tangan di bawah ini:

NAMA : ULFI INDAH LESTARI

NIM : 2018.02.047

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul
“Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap
Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja
Puskesmas Klatak Banyuwangi Tahun 2022”

Bersedia untuk dimuat dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama pembimbing
dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti.

Banyuwangi, September 2022

Yang Membuat Pernyataan,

ULFI INDAH LESTARI
2018.02.047

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi dengan Judul:

“Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Banyuwangi Tahun 2022”

ULFI INDAH LESTARI

2018.02.047

Skripsi telah Disetujui

Pada Tanggal, September 2022

Oleh:

Pembimbing I

INDAH CHRISTIANA, S.ST, M.Kes

NIK. 06.012.0607

Pembimbing II

YULIFAH SALISTIA BUDI, S.Kep.Ns, M.Kep

NIK. 06.014.1007

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

Ns. SHOLIHIN, M.Kep

NIK. 06.005.0906

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi dengan Judul:
“Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap
Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja
Puskesmas Klatak Banyuwangi Tahun 2022”

Diajukan oleh:

ULFI INDAH LESTARI

2018.02.047

Telah Diuji Dihadapan Tim Penguji pada
Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi
Pada Tanggal: September 2022

TIM PENGUJI

Penguji I : ATIK PRAMESTI W., S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji II : TRIA ANISA F., S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji III : YULIFAH SALISTIA BUDI, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui,

Ketua

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

DR. H. SOEKARDJO

NUPN. 9907159603

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala Rahmat Taufiq dan Hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Banyuwangi Tahun 2022”** selesai sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada program studi S1 Keperawatan STIKes Banyuwangi.

Dalam skripsi ini penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak. Bersama ini perkenankanlah saya sebagai penulis untuk mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada yang terhormat:

1. DR. H. Soekardjo, selaku Ketua STIKes Banyuwangi yang telah memberi izin dan menyediakan sarana dan prasarana kepada penulis untuk melakukan penelitian serta memberi kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Banyuwangi
2. Ns. M. Al Amin, M. Kes., selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik yang telah memberikan kesempatan dan dorongan kepada saya untuk menyelesaikan Program Studi S1 Keperawatan sesuai dengan jadwal akademik
3. Ns. Sholihin, M. Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan yang telah memberikan kesempatan dan dorongan kepada saya untuk menyelesaikan Program Studi S1 Keperawatan
4. Ns. Masroni, M.S (in Nursing), selaku PJMK Proposal dan Skripsi, yang selalu memberikan semangat kepada kami semua untuk menyelesaikan Program Studi S1 Keperawatan sesuai dengan waktu yang ditentukan
5. Indah Christiana, S.ST, M.Kes selaku dosen pembimbing I dalam Penelitian dan Penyusunan skripsi yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini

6. Yulifah Salistia Budi, S.Kep.Ns, M.Kep, selaku dosen pembimbing II dalam Penelitian dan Penyusunan skripsi yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini
7. Drg. Zelfia, selaku Kepala UPTD Puskesmas Klatak yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis
8. Kedua orang tua, Kakak-kakakku serta Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan baik segi moril maupun materil
9. Teruntuk kamu, orang yang saat ini bersamaku Sertu Novandhika Satata Sariksandhi yang telah menjadi *support system* terbaik. Terima kasih buat semuanya
10. Teruntuk teman baikku, Amalia Marsharly Indik, Amd. Keb., Sertu Yoga Swandhana, Amd. Kep., dan Erfina Lina Krisyanto, Amd. Keb yang telah menjadi pendengar terbaik di setiap keluh kesah
11. Semua sahabatku, teman seperjuangan S1 Keperawatam kelas A dan B angkatan 2018 yang saling mendukung dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini

Semoga Allah SWT membalas budi baik pihak yang telah memberikan kesempatan, dukungan, dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini, saya penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, tetapi saya berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan bagi profesi keperawatan.

Banyuwangi, September 2022
Penulis

ULFI INDAH LESTARI
2018.02.047

ABSTRACT
THE EFFECT OF GIVING WARM COMPRESSES AND PEPPERMINT
AROMATHERAPY ON BACK PAIN INTENSITY IN TRIMESTER III
PREGNANT WOMEN IN THE WORKING AREA OF
KLATAK PUBLIC HEALTH CENTER
BANYUWANGI IN 2022

Ulfi Indah Lestari

Introduction: During pregnancy, there will be physical changes that can cause discomfort, especially in the third trimester, such as back pain. Back pain is a disorder that is experienced by many pregnant women which does not only occur in certain trimesters, but can be experienced throughout the pregnancy to the post-natal period. Back pain can be treated with pharmacological and non-pharmacological therapies. Non-pharmacological therapies that can be used to treat back pain in third trimester pregnant women are giving warm compresses and peppermint aromatherapy.

Method: The design of this research is Quasy Experimental with quantitative approach Pre-test – Post-test. The sample of this study were 50 respondents who were divided into 2 groups to receive warm compresses and peppermint aromatherapy. The sampling technique used was purposive sampling and the statistical test used was Wilcoxon. The measuring instrument used is the Numeric Rating Scale (NRS) observation sheet and Standard Operating Procedure (SOP).

Result: The results of the researchers showed that there was a difference in the average difference in pain scale reduction before and after being given warm compress therapy and peppermint aromatherapy. Wilcoxon test results with SPSS 25 for windows obtained sig value. 2 tailed is 0.000. This means that there is a significant effect of giving warm compresses and peppermint aromatherapy to the intensity of back pain in third trimester pregnant women.

Conclusion: Warm compresses and peppermint aromatherapy have a soothing effect on back pain. Therefore, pregnant women can use it as an alternative to eliminate or reduce the intensity of pain felt in the third trimester of pregnancy.

Keywords: Peppermint Aromatherapy, Third Trimester Pregnant Women, Pain Intensity, Warm Compress

ABSTRAK
PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI
PEPPERMINT TERHADAP INTENSITAS NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KLATAK BANYUWANGI
TAHUN 2022

Ulfi Indah Lestari

Pendahuluan: Selama proses kehamilan, akan terjadi perubahan secara fisik yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan terutama pada trimester III seperti nyeri punggung. Nyeri punggung merupakan gangguan yang banyak dialami oleh ibu hamil yang tidak hanya terjadi pada trimester tertentu, tetapi dapat dialami sepanjang masa-masa kehamilan hingga periode pasca natal. Nyeri punggung dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III adalah pemberian kompres hangat dan aromaterapi *peppermint*.

Metode: Desain penelitian ini adalah *Quasy Eksperimental* dengan pendekatan kuantitatif *Pre-test – Post-test*. Sampel dari penelitian ini adalah 50 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok untuk mendapatkan terapi kompres hangat dan aromaterapi *peppermint*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dan uji statistik yang digunakan adalah *Wilcoxon*. Alat ukur yang digunakan adalah lembar observasi *Numeric Rating Scale* (NRS) dan Standar Operasional Prosedur (SOP).

Hasil: Hasil dari peneliti menunjukkan terdapat perbedaan selisih rata – rata penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres hangat dan aromaterapi *peppermint*. Hasil uji wilcoxon dengan SPSS 25 for windows didapatkan nilai *sig. 2 tailed* sebesar 0,000. Artinya ada Pengaruh yang signifikan Pemberian Kompres Hangat dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III.

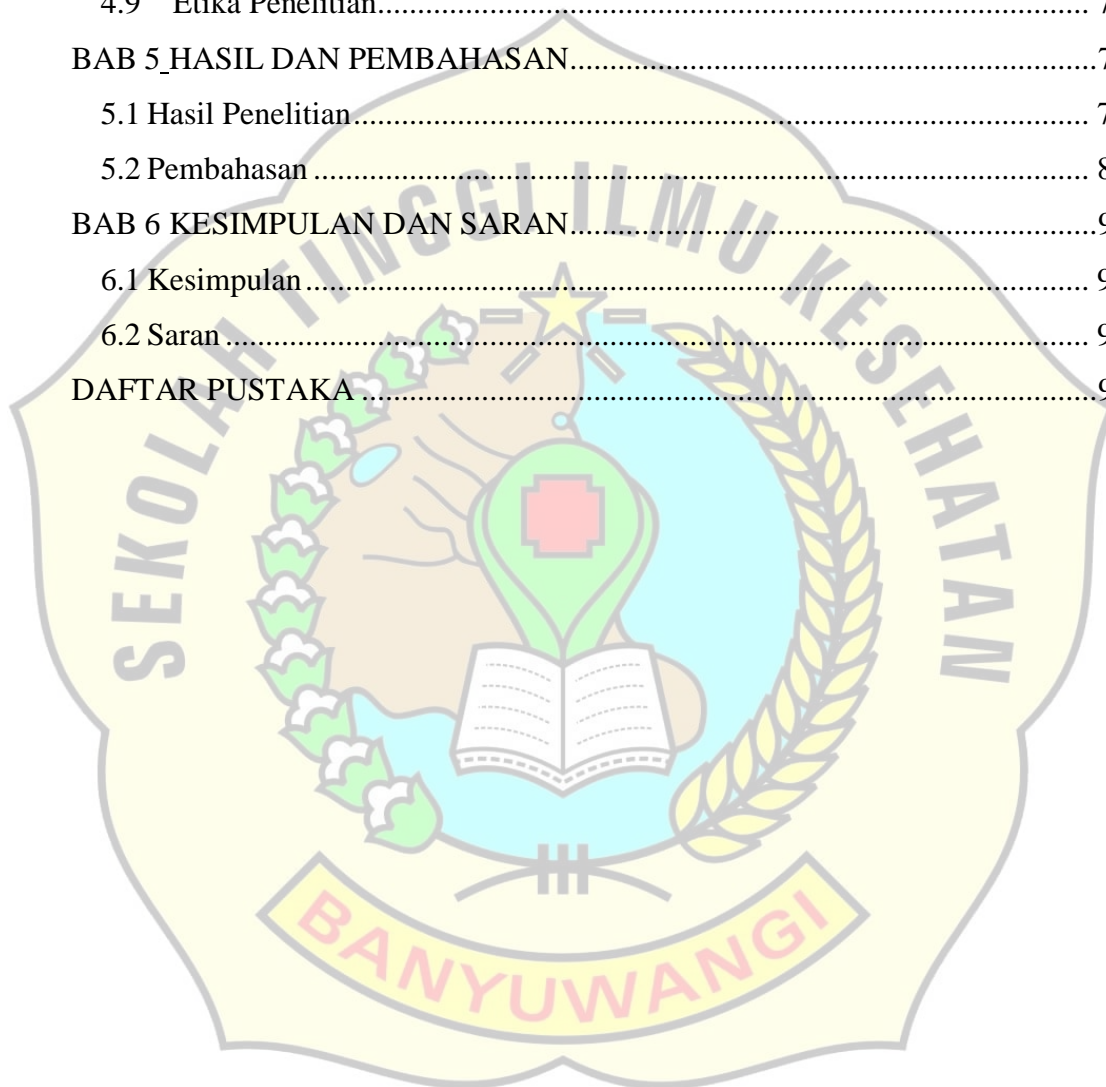
Kesimpulan: Kompres hangat dan aromaterapi *peppermint* memiliki efek yang dapat meredakan nyeri punggung. Oleh karena itu, ibu hamil dapat menggunakannya sebagai alternative untuk menghilangkan atau mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan di usia kehamilan trimester III.

Kata Kunci: Aromaterapi Peppermint, Ibu Hamil Trimester III, Intensitas Nyeri, Kompres hangat

DAFTAR ISI

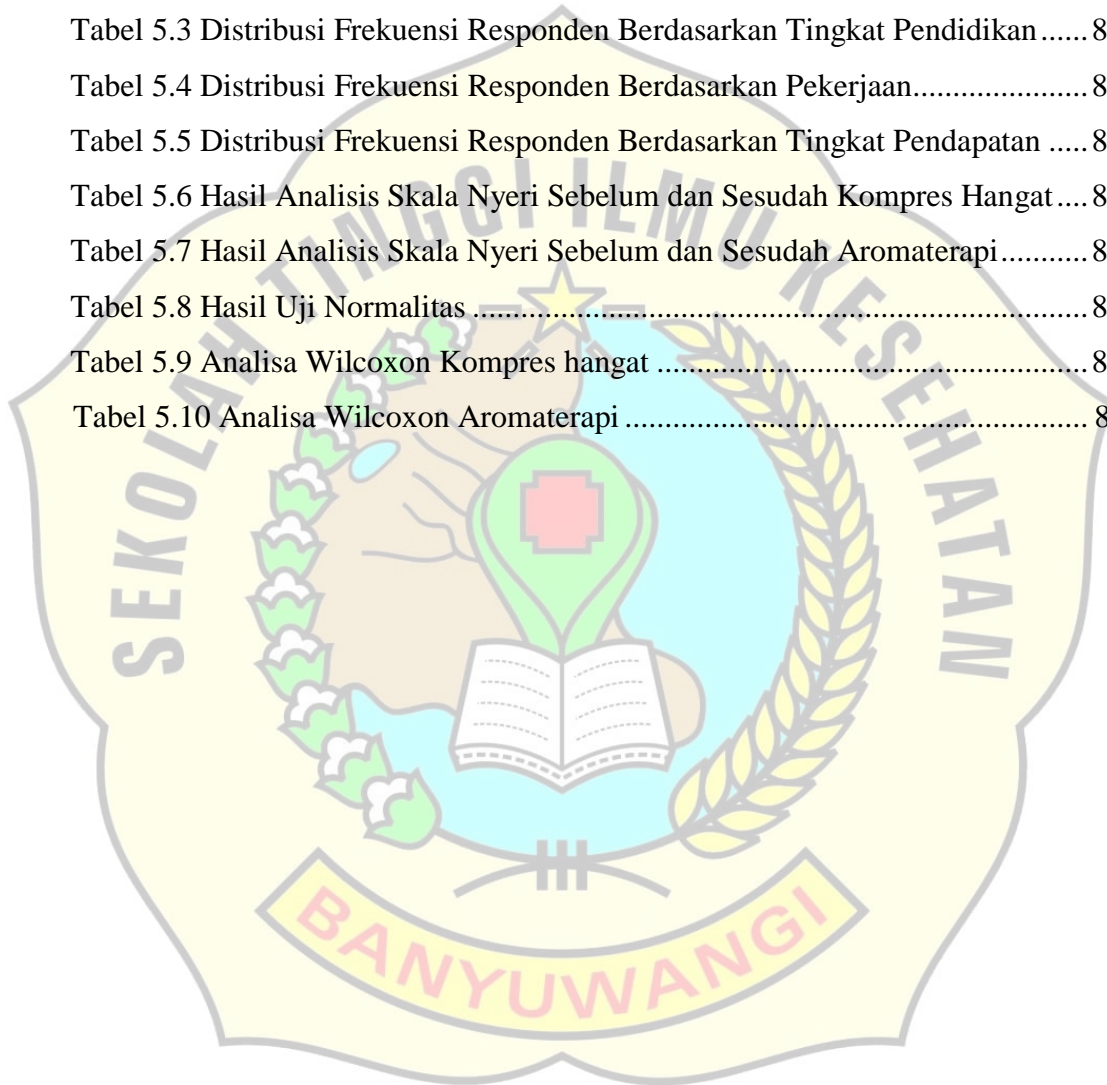
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI	iv
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRACT.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR GRAFIK.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Teori Kehamilan Trimester III	7
2.2 Konsep Teori <i>Low Back Pain</i> (Nyeri Punggung Bawah).....	22
2.3 Konsep Teori Kompres Hangat	43
2.4 Konsep Teori Aromaterapi Papermint.....	47
2.5 Efektifitas Pemberian Kompres Hangat dan Aromaterapi Papermint Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III	53
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS.....	64
3.1 Kerangka Konsep	64
3.2 Hipotesis Penelitian	65
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	66
4.1 Desain Penelitian.....	66
4.2 Kerangka Kerja.....	67

4.3	Populasi, Sampel, Sampling.....	68
4.4	Identifikasi Variabel.....	71
4.5	Definisi Operasional.....	71
4.6	Instrument Penelitian.....	73
4.7	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	73
4.8	Pengumpulan Data Dan Analisa Data.....	73
4.9	Etika Penelitian.....	77
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....		79
5.1	Hasil Penelitian.....	79
5.2	Pembahasan.....	86
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....		96
6.1	Kesimpulan.....	96
6.2	Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA.....		98



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Sintesis	56
Tabel 4.2 Definisi Operasional	72
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan usia.....	79
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Kehamilan	80
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	80
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	80
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendapatan	81
Tabel 5.6 Hasil Analisis Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Kompres Hangat....	81
Tabel 5.7 Hasil Analisis Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Aromaterapi.....	82
Tabel 5.8 Hasil Uji Normalitas	83
Tabel 5.9 Analisa Wilcoxon Kompres hangat	84
Tabel 5.10 Analisa Wilcoxon Aromaterapi	85



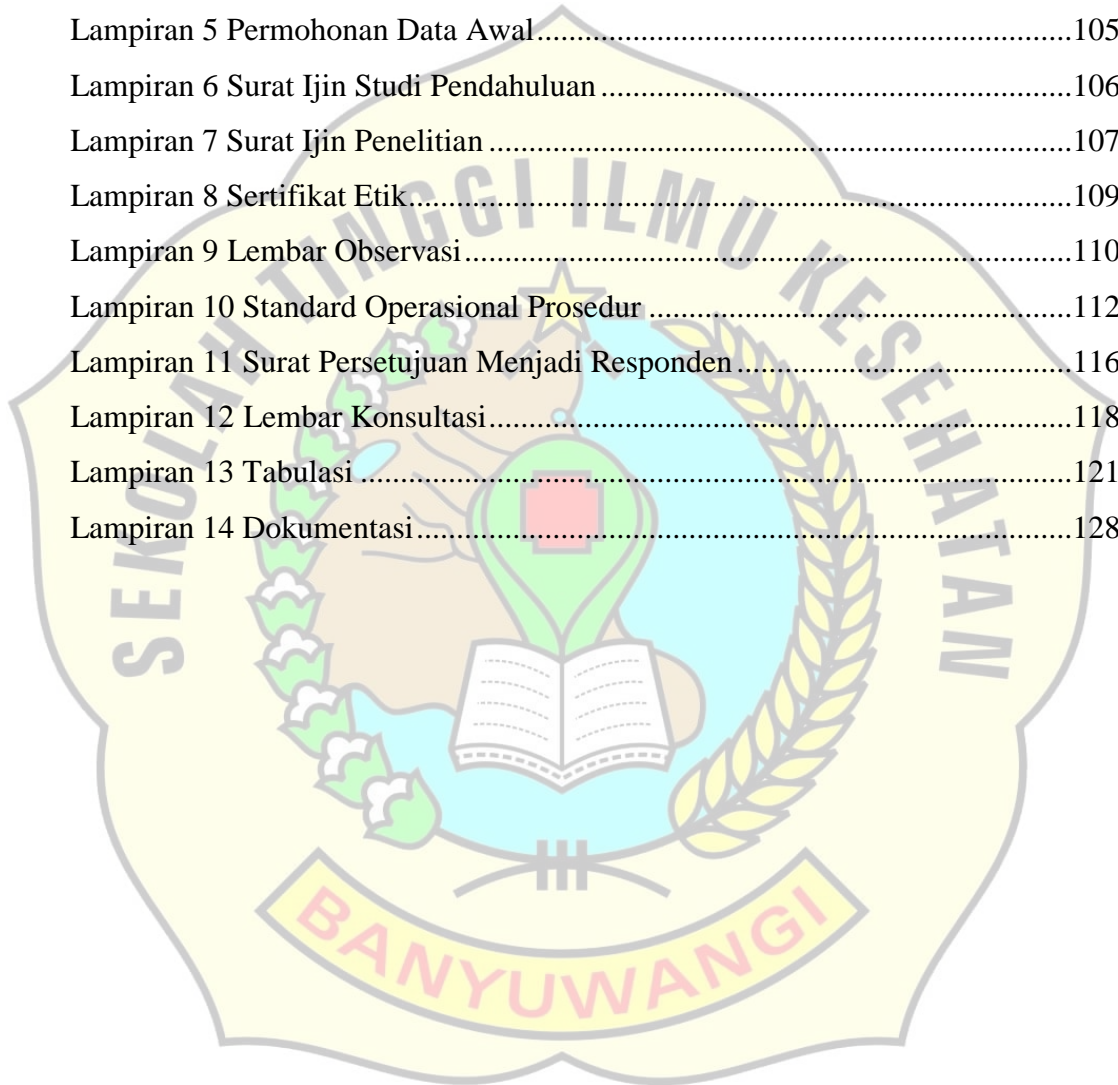
DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	64
Bagan 4.2 Kerangka Kerja.....	67



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Matrix Jadwal	101
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Judul	102
Lampiran 3 Permohonan Surat Pengantar.....	103
Lampiran 4 Pemberitahuan Tertulis Dinas Kesehatan.....	104
Lampiran 5 Permohonan Data Awal.....	105
Lampiran 6 Surat Ijin Studi Pendahuluan	106
Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian	107
Lampiran 8 Sertifikat Etik.....	109
Lampiran 9 Lembar Observasi.....	110
Lampiran 10 Standard Operasional Prosedur	112
Lampiran 11 Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	116
Lampiran 12 Lembar Konsultasi.....	118
Lampiran 13 Tabulasi	121
Lampiran 14 Dokumentasi.....	128



DAFTAR GRAFIK

Grafik 5.1 Hasil Analisis Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Kompres Hangat ..82

Grafik 5.2 Hasil Analisis Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Aromaterapi 83

