

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI PRENATAL YOGA DAN
AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP NYERI
PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PMB APPI AMMELIA
YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kebidanan
Program Studi Kebidanan (S-1)
Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

NI WAYAN MURNI ASIH
NPM 222207114

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S1)
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI PRENATAL YOGA DAN
AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP NYERI
PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III
DI PMB APPI AMMELIA
YOGYAKARTA**

Diajukan oleh:

NI WAYAN MURNI ASIH

222207114

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Syah Sebagai
Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan (S.keb)
Program Studi Kebidanan (S-1) di Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta


Tanggal: 9 Agustus 2024

Mengesahkan:

Penguji,

Pembimbing,


Dechoni Rahmawati, S.ST., MPH
NIDN 0517128702


Arum Margi Kusumawardani, M.Biomed
NIDN 0530058804

Keprodi,


Budi Rahayu, M.Keb
NPP 2010.13.0044



PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Ni Wayan Murni Asih

NPM : 222207114

Program Studi : Kebidanan (S-1) Alih Jenjang

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Kombinasi Prenatal Yoga Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii Di PMB Appi Ammelia Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 2 Agustus 2024


Ni Wayan Murni Asih

PRAKATA

Puji Syukur Penulis Panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa (YME), karena dengan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Kombinasi Prenatal Yoga Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di PMB Appi Ammelia Yogyakarta”. Skripsi ini dapat terselesaikan atas bimbingan, arahan, dan bantuan berbagai pihak. Dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Achmad Yani Yogyakarta Ibu Prof. Dr. rer.nat.apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si.
2. Ibu Budi Rahayu, S.ST., M.Keb selaku Ketua Prodi Kebidanan S1
3. Ibu Arum Margi Kusumawardani, S.ST., M.Biomed selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan kepada penulis dalam menyusun Skripsi
4. Ibu Dechoni Rahmawati, S.ST., M.PH selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, saran, dan koreksi kepada penulis dalam penyusunan Skripsi
5. Ibu Appi Ammelia selaku ketua PMB Appi Ammelia sekaligus pembimbing lapangan yang telah memberikan bimbingan selama penelitian di lapangan
6. Kedua Orang Tua tersayang, keluarga, serta sahabat dan teman-teman yang telah memberikan bantuan dan dorongan serta doa restu kepada penulis untuk menyelesaikan Skripsi ini dan meraih cita-cita.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya. Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, tetapi harapan saya semoga Skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi semua.

Yogyakarta, 2 Agustus 2024

Penulis



Ni Wayan Murni Asih

DAFTAR ISI

JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN.....	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
INTISARI	x
ABSTRACT	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat	4
1. Manfaat Teoritis	4
2. Manfaat Praktik.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Teori.....	10
1. Kehamilan	10
2. Nyeri Punggung	14
3. Prenatal Yoga.....	20
4. Aromaterapi Lavender	31
B. Kerangka Teori.....	34
C. Kerangka Konsep.....	35
D. Hipotesis	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Desain Penelitian.....	37
B. Tempat dan Waktu	37
C. Populasi dan Sampel	38
D. Kriteria Inklusi dan Ekslusi.....	38
E. Variabel Penelitian	39
F. Definisi Operasional.....	39
G. Alat dan Bahan Pengumpulan Data	40
H. Pelaksanaan dan Evaluasi Penelitian	40
I. Metode Pengolahan dan Analisis Data	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	56

A. Kesimpulan	56
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	61

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 3.1 Variasi Independent Dan Dependen	37
Tabel 4.1 Karakteristik Umum Responden.....	43
Tabel 4.2 Karakteristik Khusus Responden	44
Tabel 4.3 Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Perlakuan.....	45
Tabel 4.4 Uji <i>Wilcoxon</i>	46

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pengukuran Intensitas Nyeri dengan Metode Deskriptif	17
Gambar 2.2 Skala Intensitas Nyeri Numerik	18
Gambar 2.3 Skala Analog Visual.....	18
Gambar 2.4 Skala Nyeri Bourbonais	19
Gambar 2.5 Kerangka Teori.....	33
Gambar 2.6 Kerangka Konsep	34

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian	62
Lampiran 2 Keterangan Layak Etik	63
Lampiran 3 Surat Permohonan Untuk Menjadi Responden	64
Lampiran 4 Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian.....	65
Lampiran 5 Lembar Kuesioner Data Demografi	66
Lampiran 6 Lembar Skrining Karakteristik Responden	67
Lampiran 7 Lembar Kuesioner Pengkajian Nyeri Punggung	68
Lampiran 8 Skala Nyeri Bourbonais.....	69
Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur (SOP) Prenatal Yoga.....	70
Lampiran 10 Contoh Kuesioner yang Diisi	77
Lampiran 11 Hasil Uji Statistik.....	78
Lampiran 12 Persetujuan Judul.....	80
Lampiran 13 Surat Izin Studi Pendahuluan	81
Lampiran 14 Lembar Persetujuan Ujian Proposal	82
Lampiran 15 Lembar Persetujuan Penelitian	83
Lampiran 16 Surat Izin Penelitian.....	84
Lampiran 17 Surat Balasan Penelitian	85
Lampiran 18 Daftar Hadir	86
Lampiran 19 Dokumentasi	87
Lampiran 20 Lembar Bimbingan	89
Lampiran 21 Hasil Cek Plagiarisme	92