

**PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER DAN PIJAT
AKUPRESUR TITIK BL23 TERHADAP PENURUNAN
SKALA NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL
TRIMESTER III**

SKRIPSI



**Oleh :
Titis Maulida
NIM. 21104058**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul *Pengaruh Aromaterapi Lavender dan Pijat Akupresur Titik BL23 Terhadap Penurunan Skala Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III* telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

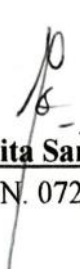
Nama : Titis Maulida

NIM : 21104058

Hari, Tanggal : 05 Juni 2025

Program Studi : Program Studi Kebidanan Sarjanah
Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji
Ketua Penguji,


Melati Puspita Sari, S.ST., M.Keb.

NIDN. 0726078802

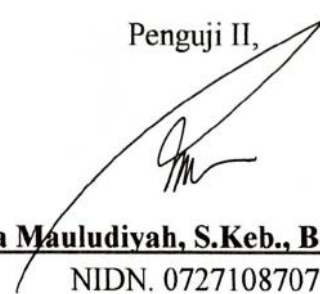
Penguji I,



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb.

NIDN. 0719128902

Penguji II,



Zaida Mauludiyah, S.Keb., Bd., M.Keb.

NIDN. 0727108707

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi





Ai Nur Zannah, S.ST., S.Keb., M. Keb.

NIDN. 0719128902

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER DAN PIJAT AKUPRESUR TITIK BL23 TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III

The Effect of Lavender Aromatherapy and Acupressure Massage at BL23 Point on Reducing Back Pain Scale in Third Trimester Pregnant Women

Titis Maulida^{1*}, Zaida Mauludiyah^{2*}

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi,
e-mail: titismaulida735@gmail.com

²Program Studi Kebidanan Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi,
e-mail: Zaidam41@uds.ac.id

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar belakang: Nyeri punggung saat hamil sering terjadi pada ibu hamil khususnya trimester III. Keluhan nyeri punggung ibu hamil menjadi salah satu fenomena pada trimester III. Nyeri punggung akan berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari ibu, seperti perawatan diri, duduk, berjalan ataupun berhubungan seks. Responden yang dapat dikatakan nyeri punggung sebanyak 30 ibu hamil. Upaya nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah kombinasi aromaterapi lavender dan pijat akupresur titik BL23, apabila aromaterapi dihirup, impuls dipindahkan ke otak menyebabkan pelepasan zat neurologis spesifik yang mampu merangsang, menenangkan, serta Titik BL 23 (Shensu) terletak di dua jari kiri dan kanan meridian GV (Govering Vessel), Penekanan di titik meridian mestimulasi pelepasan endorfin zat kimia saraf yang menghilangkan rasa sakit dan akan diblokir. **Tujuan:** Menganalisis pengaruh aromaterapi lavender dan pijat akupresure titik BL23 terhadap penurunan skala nyeri punggung ibu hamil trimester III. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan desain penelitian *pre eksperimental* dengan jenis pendekatan *one group pre test-post test*. Populasi pada penelitian ini ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung di PMB Rohima sebanyak 30 orang, jumlah sampel minimal 30 orang, metode teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu lembar observasi serta kuisioner mengukur intensitas nyeri punggung dengan menggunakan alat ukur NRS *Numeric Rating Scale*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan signifikansi $< \alpha = 0,05$. **Hasil:** Hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* menunjukkan nilai *p-value* $0,00 < \alpha = 0,05$. **Kesimpulan:** Ada pengaruh aromaterapi lavender dan pijat akupresur titik BL23 terhadap penurunan skala nyeri punggung ibu hamil trimester III. **Saran:** Berdasarkan hasil penelitian disarankan bidan mengaplikasikan pemberian aromaterapi lavender dan pijat akupresure titik BL23 terhadap penurunan skala nyeri punggung ibu hamil trimester III.

Kata Kunci: Akupresur Titik BL23, Aromaterapi Lavender, Kehamilan, Nyeri Punggung