



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 3118-3128

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Dan Kompres Air Hangat Terhadap Sakit
Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB R
Kabupaten Cianjur Tahun 2023

Rita Karlina Suherlan^{1✉}, Ernita Prima Noviyani², Milka Anggreni K³

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Fakultas Vokasi

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: ritakarlinasuherlan9@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Pendahuluan: Prevalensi terjadinya nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III menurut survey yang dilakukan di Inggris dan Skandinavia, terdapat 50% ibu hamil trimester III mengalami nyeri pinggang. Berdasarkan hasil survey yang dilaksanakan oleh University of Ulster 2019, didapatkan hasil bahwa dari 157 orang hamil trimester III yang mengisi kuesioner, 70% diantaranya pernah mengalami nyeri pinggang. Tujuan: dari studi kasus ini untuk mengetahui dan memberikan intervensi mengenai Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Dan Kompres Air Hangat Terhadap Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB R Kabupaten Cianjur Tahun 2023. Metode Penelitian: Studi kasus ini menggunakan metode kualitatif dengan studi kasus, dimana penelitian ini memusatkan diri secara intensif pada satu obyek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus. Berdasarkan hasil dari studi kasus, didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang penurunan nyeri pada ibu hamil yang diberikan kompres jahe dan kompres air hangat. Hasil: Dari hasil studi kasus dapat ditarik kesimpulan bahwa kompres jahe dan kompres air hangat berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pinggang pada ibu hamil. Tetapi yang sangat signifikan dalam penurunan rasa nyeri pinggang yaitu kompres air hangat. Saran: Diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai terapi non farmakologi dalam mengatasi klien yang mengalami nyeri pinggang, meningkatkan pengetahuan dan wawasan ibu hamil mengenai cara untuk mengatasi nyeri pinggang, dapat menjadi bahan pertimbangan dan materi tambahan untuk pengkaji selanjutnya, serta dapat dijadikan pedoman untuk pengkaji selanjutnya dalam melanjutkan studi kasus tentang ibu hamil yang mengalami nyeri pinggang.

Kata Kunci : *Ibu Hamil, Kompres Jahe, Kompres Air Hangat, Nyeri Pinggang*

Abstract

Introduction: The prevalence of low back pain in third trimester pregnant women according to surveys conducted in England and Scandinavia, there are 50% of third trimester pregnant women experiencing low back pain. Based on the results of a survey conducted by the University of Ulster in 2019, it was found that of the 157 third trimester pregnant people who filled out the questionnaire, 70% of them had experienced low back pain. Objective: from this case study to find out and provide intervention regarding the effect of giving ginger compresses and warm water compresses on back pain in pregnant women in the third trimester in PMB R, Cianjur Talhun Regency 2023. Research Method: This case study uses a qualitative method with a case study, where this research focuses intensively on one particular object and studies it as a case. Based on the results of the case study, it was found that there was a difference in reducing pain in pregnant women who were given ginger compresses and warm water compresses. Results: From the results of the case study, it can be concluded that ginger compresses and warm water compresses have an effect on reducing the intensity of low back pain in pregnant women. But what is very significant in reducing low back pain is a warm water compress. Suggestion: It is hoped that the results of this case study can be used as non-pharmacological therapy in dealing with clients who experience low back pain, increase the knowledge and insight of pregnant women regarding how to deal with low back pain, can be used as consideration and additional material for future reviewers, and can be used as a guide for The next reviewer will continue the case study of pregnant women who experience low back pain.

Keyword: *Pregnant Women, Ginger Compress, Warm Water Compress, Back Pain*

PENDAHULUAN

Kehamilan trimester III adalah kehamilan yang umur kehamilannya antara 28-42 minggu. Ada beberapa Keluhan yang muncul pada kehamilan trimester III yaitu sakit pinggang, varises, sakit kepala, oedema, sesak nafas, perut kembung dan sering buang air kecil (Purwaningsih & Fatmawati, 2020)

Penelitian menyebutkan bahwa prevalensi terjadinya nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III menurut survey yang dilakukan di Inggris dan Skandinavia, terdapat 50% ibu hamil trimester III mengalami nyeri pinggang. Berdasarkan hasil survey yang dilaksanakan oleh University of Ulster 2019, didapatkan hasil bahwa dari 157 orang hamil trimester III yang mengisi kuesioner, 70% diantaranya pernah mengalami nyeri pinggang. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di berbagai wilayah di Indonesia pada ibu hamil, 60-80% diantaranya mengalami nyeri pinggang pada kehamilannya (Mafikasari & Kartikasari, 2019)

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018, jumlah ibu hamil di Indonesia yang mengalami gangguan tidur mencapai 64% (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan menurut Dinas Kesehatan provinsi Jawa barat jumlah ibu hamil di Provinsi Jawa Barat tahun 2018 mencapai 53%. (Dinkes Propinsi Jabar, 2022). Sedangkan di wilayah kerja

puskesmas cianjur kota terdapat 60-80% ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri pinggang selama kehamilan. Secara umum nyeri pinggang pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu Peningkatan berat badan dan fisiologi tulang belakang, Adanya kelengkungan tulang belakang ibu hamil yang meningkat kearah akhir kehamilan dan perubahan postur tubuh (Yoo, 2019)

Nyeri pinggang adalah ketidaknyamanan yang terjadi dibawah costa dan di atas bagian inferior gluteal (Mafikasari & Kartikasari, 2019) Nyeri Pinggang ini merupakan salah satu jenis nyeri neuropati sensori. Nyeri neuropati sensorik adalah salah satu jenis nyeri neuropatik perifer yang terjadi ketika terjadi gangguan pada saraf yang mengirim sinyal sensasi seperti sensasi sentuhan, suhu, atau nyeri (Amalia Yunia Rahmawati, 2020)

Pengaruh dari nyeri pinggang dalam masa kehamilan adalah ibu akan mengalami gangguan tidur yang akan menyebabkan keletihan dan iritabilitas serta ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas. Hal tersebut akan menyebabkan janin menjadi fetal distress dimana keadaan ibu sangat erat kaitannya dengan kondisi janin yang dikandungnya, susah tidur menghambat mobilitas. Sebagian besar ibu yang mengalami nyeri pinggang selama kehamilan mengalami nyeri pinggang yang menetap atau kembali terjadi setelah melahirkan (Crystallography, 2019)

Dampak sakit pinggang pada ibu hamil trimester III akan terjadi ketidaknyamanan pada ibu hamil dan dapat mengganggu aktivitas ibu hamil trimester III serta kelelahan ringan, rasa sakit yang terus menerus dapat menyebabkan masalah emosi yang tidak terkontrol, dan ibu tidak dapat menjalankan kegiatan seperti pekerjaan rumah tangga atau pekerjaan lainnya.

Ibu hamil dengan nyeri pinggang sebaiknya tidur dengan posisi yang nyaman dengan menggunakan bantal penopang dan posisi miring secara bergantian, ibu sebaiknya mandi dengan air hangat untuk meredakan otot-otot yang terasa sakit (Amalia Yunia Rahmawati, 2020). Rencana asuhan kebidanan yang akan dilakukan adalah memberikan pendidikan tentang pencegahan dan penanganan nyeri pinggang pada ibu hamil. Penatalaksanaan nyeri pada pinggang saat kehamilan bervariasi seperti penatalaksanaan farmakologi maupun non farmakologis. Pemberian analgetik seperti paracetamol dan ibuprofen termasuk penatalaksanaan nyeri secara farmakologis, sedangkan penatalaksanaan nonfarmakologis meliputi manual terapi seperti pijat, relaksasi menggunakan aroma terapi, terapi air hangat dengan kompres jahe, kompres jahe dapat mengurangi nyeri pinggang. (Aldy dwi mulyana, 2021)

Terapi dengan menggunakan kompres dengan jahe ini bekerja dengan menstimulasi reseptor tidak nyeri (non-nosiseptor) dalam reseptor yang Sama seperti pada cidera.

Pentingnya kompres jahe akan menurunkan nyeri punggung bawah. Jahe berkhasiat sebagai obat karena efek farmakologi pada jahe adalah memiliki rasa pedas dan panas, berkhasiat sebagai antihelmintik, antirematik, dan pencegah masuk angin khusus sebagai obat. Efek panas pada jahe inilah yang meredakan nyeri, aku dan spasme otot (Yelvita, 2022)

Melakukan pemberian kompres jahe dengan merendam washlap didalam air rebusan jahe dan diperas hingga lembab, lalu ditempelkan dipunggung bawah ibu hamil selama 20 menit dengan mengganti rendamannya selama 5 menit sekali. Kompres jahe di lakukan saat pagi dan sore hari

Menurut (Robson & Jason, 2018) Nyeri pinggang adalah gangguan yang umum terjadi, dan ibu hamil mungkin saja memiliki riwayat nyeri pinggang dimasa lalu. Sakit pinggang sering terjadi dalam kehamilan sehingga digambarkan sebagai salah satu gangguan minor dalam kehamilan, gejala nyeri biasanya terjadi antara 4-7 bulan usia kehamilan dan nyeri biasanya terasa di punggung bagian bawah, terkadang menyebar ke bokong dan paha, dan terkadang turun ke kaki sebagai sciatica. Secara umum nyeri pinggang pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor dan adanya kelengkungan tulang belakang ibu hamil yang meningkat kearah akhir kehamilan dan perubahan postur tubuh, Uterus yang membesar akan memperbesar derajat lordosis sehingga sering menyebabkan sakit pinggang (Siswosudarmo & Emilia, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Margono (2018) menyatakan bahwa terapi kompres jahe efektif mengurangi nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III, karena minyak atsiri dari jahe bersifat hangat yang mampu meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksasi otot sehingga nyeri berkurang (Titik Tri, 2019)

Berdasarkan latar belakang diatas maka dari itu peneliti merasa tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengaln judul Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Dan Kompres Air Hangat Terhadap Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB R Kabupaten Cianjur Tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan studi kasus, dimana penelitian ini memusatkan diri secara intensif pada satu obyek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus (Sugiyono, 2019) . Penelitian ini dilakukan di PMB R Desa Sukmaju Kecamatan Cianjur Kabupaten Cianjur, Jawa Barat pada periode Desember 2023 – Januari Tahun 2024 . Sampel pada penelitian ini adalah Ibu Hamil dengan nyeri pinggang di PMB R Penentuan sampel pada studi kasus ini menggunakan teknik purposive sampling, yakni penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yaitu :

- a. Kriteria Inklusi.
 - 1) Ibu Hamil yang datang ke PMB R
 - 2) Usia Kehamilan Trimester III
 - 3) Mengalami nyeri pinggang
 - 4) Bersedia menjadi responden.
- b. Kriteria Eksklusi
 - 1) Ibu Hamil yang nyeri mengalami nyeri pinggang berat
 - 2) Tidak bersedia menjadi responden

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Hasil Penelitian Intervensi Kompres Air Jahe

Intervensi	Skala Nyeri Kunjungan ke 1	Skala Nyeri Kunjungan ke 2	Skala Nyeri Kunjungan ke 3
Teknik Kompres Air Jahe	6	4	2

Berdasarkan hasil pengamatan pengaruh pemberian kompres air jahe terhadap nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di PMB R Tahun 2024 diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi termasuk nyeri hebat (6) dan dilakukan observasi pada hari ketiga nyeri pinggang berkurang namun tidak signifikan, ada pada skala (4) dan termasuk kategori nyeri sedang, kunjungan ke tujuh rasa nyeri masih ada dan berada pada skala (2) nyeri ringan

Tabel 2 Hasil Penelitian Intervensi Kompres Air Hangat

Intervensi	Skala Nyeri Kunjungan ke 1	Skala Nyeri Kunjungan ke 2	Skala Nyeri Kunjungan ke 3
Teknik Kompres Air Hangat	6	2	0

Berdasarkan hasil pengamatan pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III di PMB R Tahun 2024 diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi termasuk nyeri hebat (6) dan dilakukan observasi pada hari ke tiga nyeri pinggang berkurang skala nyeri pada responden menjadi (2) dan termasuk kategori ringan dan kunjungan ke tujuh rasa nyeri sudah tidak dirasakan lagi skala menjadi (0).

Pembahasan

Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Terhadap Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di Pmb R Kabupaten Cianjur Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa responden 1 yang diberikan intervensi Kompres jahe di kunjungan pertama kategori nyeri pinggang pada skala (6), Termasuk nyeri hebat, dan dilakukan observasi pada kunjungan ke dua hari ke tiga nyeri pinggang berkurang namun tidak signifikan, ada pada skala (4) dan termasuk kategori nyeri sedang. Kunjungan ke tiga hari ke tujuh rasa nyeri nya berkurang dan ada pada skala (2) termasuk nyeri ringan

Menurut teori Jahe (*Zingiber Officinale*) adalah tanaman yang tumbuh tegak dengan tinggi 30 – 60 cm. Daun tanaman jahe berupa daun tunggal, berbentuk lanset dan berujung runcing. Mahkota bunga berwarna ungu, berbentuk corong dengan panjang 2-2,5 cm. Sedangkan buah berbentuk bulat panjang berwarna coklat dengan biji berwarna hitam (Sari & Nasuha, 2021).

Salah satu cara mengurangi nyeri pinggang adalah dengan kompres jahe, kompres jahe dapat mengurangi nyeri pinggang yang alami. Pengobatan merupakan faktor utama keberhasilan terapi. Berdasarkan penelitian Potter & Perry (2019) menjelaskan terapi dengan menggunakan kompres hangat dengan jahe ini bekerja dengan menstimulasi reseptor tidak nyeri (nonnosiseptor) dalam reseptor yang sama seperti pada cedera. Pentingnya kompres jahe akan mengurangi nyeri punggung bawah. Jahe berkhasiat sebagai obat karena efek farmakologi pada jahe adalah memiliki rasa pedas dan panas, berkhasiat sebagai antihelmintik, antirematik, dan pencegah masuk angin khusus sebagai obat, Efek panas pada jahe inilah yang meredakan nyeri, akut dan spasme otot (Purnamasari dan Listyarini, 2019) Kompres jahe memiliki manfaat yaitu mengurangi nyeri karena jahe memiliki sifat hangat. Sifat hangat meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesic dan relaksasi otot sehingga nyeri berkurang (Oresye B., Haryuni S. 2020).

Menurut (zakiah 2018) terapi dengan menggunakan kompres hangat dengan jahe ini bekerja lebih cepat dengan menstimulasi reseptor tidak nyeri (non-nosiseptor) dalam reseptor yang sama seperti pada cedera, menghilangkan rasa nyeri/sakit, merangsang

peristaltik usus, pengeluarangetah radang menjadi lancar, serta memberikan ketenangan dan kenyamanan karena kulit mempunyai kontak langsung dengan bagian- bagian reseptor nyeri yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan oleh minyak atsiri

Hasil ini di dukung penelitian yang di lakukan oleh (Cristinawati 2017) menyatakan jumlah responden 22 orang ibu hamil, kemudian dibagimenjadi 2 kelompok. 11 ibu hamil akan di jadikan kelompok intervensi diberikan kompres jahe hangat dan 11 ibu hamil akan di kadikan kelompokkontrol (tanpa di berikan kompres jahe hangat).

Berdasarkan asumsi peneliti setelah diberikan kompres jahe selama 7 hari pada tanggal 10 – 17 februari 2024 data subjektif yang ditemukan pada kajian pertama ibu mengatakan nyeri pinggang, dari hasil penunjang sebelum diberikan intervensi kompres air jahe didapatkan hasil skala nyeri yaitu 6 atau dikategorikan dalam nyeri punggung hebat, dan setelah diberikan intervensi kompres air jahe ibu mengalami penurunan tingkat nyeri. Dengan terjadinya penurunan skala nyeri sebelum diberikan kompres jahe dan sesudah diberikan kompres jahe. Terbukti bahwa kompres jahe bisa menurunkan rasa nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III dan bisa diterapkan di rumah oleh ibu yang mengalaminya. Pentingnya kompres jahe akan mengurangi nyeri punggung bawah. Jahe berkhasiat sebagai obat karena efek farmakologi pada jahe adalah memiliki rasa pedas dan panas, berkhasiat sebagai antihelminetik, antirematik, dan pencegah masuk angin khusus sebagai obat, Efek panas pada jahe inilah yang meredakan nyeri, akut dan spasme otot (Purnamasari dan Listyarini, 2019)

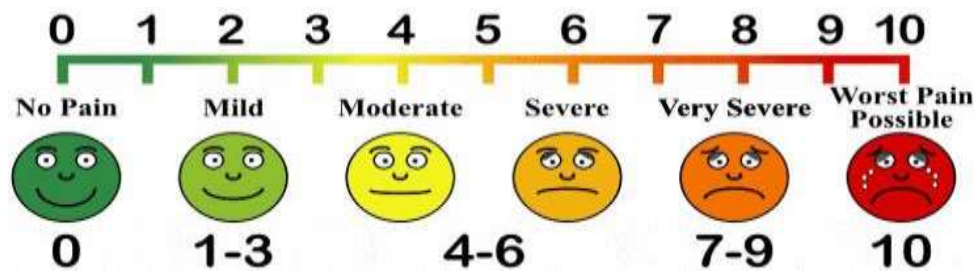
Pengaruh Pemberian Kompres Kompres Air Hangat Terhadap Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di Pmb R Kabupaten Cianjur Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa responden 2 yang diberikan intervensi Kompres air hangat di kunjungan pertama kategori nyeri pinggang pada skala (6), Termasuk nyeri hebat, dan dilakukan observasi pada kunjungan ke dua hari ke tiga nyeri pinggang berkurang ada pada skala (2) dan termasuk kategori nyeri ringan. Kunjungan ke tiga hari ke tujuh rasa nyeri Sudah tidak dirasakan lagi ada pada skala (0)

Kompres hangat adalah memberikan rasa hangat kepada pasien untuk mengurangi nyeri dengan menggunakan cairan yang berfungsi untuk melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah lokal dengan tujuan memberikan kenyamanan kepada pasien. Adalah memberikan rasa hangat pada daerah tertentu dengan menggunakan kantung berisi air hangat yang menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Tujuan dari kompres hangat adalah pelunakan jaringan fibrosa, membuat otot tubuh lebih rileks, menurunkan rasa nyeri, dan memperlancar pasokan aliran darah dan memberikan

ketenangan pada klien

Berdasarkan skala nyeri nya kedua responden tergolong sedang, sesuai dengan teori pengukuran nyeri menurut Smeltzer, S.C Bare B.G bahwa skala 4-6 termasuk nyeri sedang.



Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tri (2018) di Klinik Pelita Hati Banguntapan bantul diperoleh ada perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Penurunan Skala nyeri setelah diberikan kompres hangat adalah 3,30 yaitu sebelum diberikan rata-rata intensitas nyeri yaitu 7,35 (Nyeri berat) dan sesudah diberikan kompres hangat adalah 4,05 (Nyeri Sedang). Sehingga kompres hangat yang dilakukan pada ibu hamil trimester III berpengaruh menurunkan intensitas nyeri punggung yang dirasakan ibu.

Penelitian ini juga sejalan dengan Aulia, dkk (2018) yang menyatakan bahwa terdapat penurunan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III yang diberikan tindakan kompres hangat dengan rata-rata intensitas nyeri punggung sebelum diberikan kompres hangat adalah 5.035 (nyeri sedang) dan setelah diberikan kompres hangat menjadi 1.607 (nyeri ringan).

Hasil penelitian Erika, Ayu Restu Amalia dan Ari Pristiana 2020 dengan judul efektifitas kompres hangat terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dapat bahwa Rata-rata intensitas nyeri kelompok eksperimen pre-test yaitu 4,53 dan nilai post-test yaitu 3, 07, dengan perbedaan 146, sedangkan kelompok kontrol pre-test kelompok kontrol yaitu 4,40 dan post-test yaitu 4,07, tidak ada perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test pada kelompok kontrol. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa $p \text{ value} = 0,001 < \alpha (0,05)$ sehingga diperoleh bahwa kompres hangat efektif menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Kompres hangat dapat di rekomendasikan sebagai terapi komplementer untuk nyeri punggung.

Berdasarkan asumsi peneliti setelah diberikan kompres air hangat selama 7 hari pada tanggal 11 – 18 februari 2024 data subjektif yang ditemukan pada kajian pertama ibu mengatakan nyeri pinggang, dari hasil penunjang sebelum diberikan intervensi kompres air hangat didapatkan hasil skala nyeri yaitu 6 atau dikategorikan dalam nyeri punggung hebat,

dan setelah diberikan intervensi kompres air hangat ibu mengalami penurunan tingkat nyeri. Dapat disimpulkan bahwa kompres air hangat dapat mengurangi rasa nyeri yang dialami responden, dengan terjadinya penurunan skala nyeri sebelum diberikan kompres hangat dan sesudah diberikan kompres hangat. Terbukti bahwa kompres hangat cara yang efektif untuk nyeri pinggang dan Kompres hangat dapat berfungsi dalam menurunkan nyeri tidak terlepas karena secara patofisiologi organ tubuh yang saling bergerak. Kompres hangat dapat meringankan rasa nyeri dan radang ketika terjadi serangan nyeri

Perbandingan Pemberian Kompres Jahe Dan Kompres Air Hangat Terhadap Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di Pmb R Kabupaten Cianjur Tahun 2023

Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 dan Kasus 2 dapat diketahui penurunan nyeri pinggang pada responden 1 yang berikan kompres jahe pada hari kedua masih merasakan nyeri, nyeri berkurang tapi tidak signifikan yang mengakibatkan terganggu aktifitasnya, pasien merasa khawatir dengan kondisinya dan pada hari ketiga pasien masih merasakan nyeri pinggang sedangkan pada responden 2 yang berikan kompres air hangat mengalami penurunan intensitas nyeri, merasa lebih relaks dan nyaman. Hasil observasi pada hari kedua nyeri berkurang, dan setelah diberikan terapi merasa lebih baik bisa beraktivitas serta hari ketiga sudah tidak merasa nyeri.

Menurut penelitian sebelumnya yang pernah diteliti oleh Selvia David Richard (2017) menunjukkan analisis penelitian dengan t-test memberikan hasil teknik effleuarage dan kompres menggunakan air hangat efektif menurunkan nyeri pada punggung ibu hamil. Hal ini juga sejalan dengan Yuli, dkk (2020) yang melakukan penelitian pada Januari sampai dengan Maret 2020 memberikan hasil dari analisa univariat sebelum dilakukan kompres air hangat rata-rata nyerinya sebesar 5,857 dan setelah diberikan kompres hangat berkurang menjadi 4,513.

Hasil penelitian pada ibu hamil trimester II dan III yang telah dilakukan peneliti memiliki keselarasan dengan teori yang mengatakan bahwa sebagian besar ibu hamil usia lanjut mengeluh nyeri punggung. Nyeri punggung yang terjadi pada ibu hamil ini disebabkan oleh adanya perubahan anatomi dan fisiologi dalam kehamilan. Tingkat nyeri punggung dari setiap ibu hamil ini berbeda karena setiap ibu memiliki respon tubuh yang berbeda terhadap nyeri. Sesuai dengan hasil penelitian bahwa sebelum dilakukan pemberian kombinasi kompres air hangat dan kompres jahe lebih dari setengah ibu hamil mengalami nyeri sedang

Asumsi peneliti terdapat perbedaan responden 1 yang diberikan intervensi kompres air jahe mengalami nyeri pinggang lebih lambat dibanding dengan responden 2 yang

diberikan kompres air hangat penurunan nyerinya lebih cepat. Pada ibu hamil yang melakukan intervensi kompres air hangat selama 7 hari dan 3 kali pertemuan terdapat pengurangan skala nyeri dan ibu hamil merasa nyaman setelah melakukan kompres air hangat. Sehingga pemberian intervensi kompres air hangat memiliki efek signifikan atau sangat efektif untuk mengurangi nyeri pada pinggang ibu hamil trimester III di PMB R Kabupaten Cianjur.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Dan Kompres Air Hangat Terhadap Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di Pmb R Kabupaten Cianjur Tahun 2023, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil studi kasus yang dilakukan pada responden 1 Ibu Hamil yang diberikan kompres jahe pada saat nyeri pinggang, mengalami penurunan intensitas nyeri, terdapat skala nyeri dari kunjungan pertama pada skala 6 dan kunjungan kedua terjadi penurunan berada pada skala 4 dan kunjungan ke tiga penurunan berada pada skala 2
2. Dari hasil studi kasus yang dilakukan pada responden 2 Ibu Hamil yang diberikan kompres hangat pada saat nyeri pinggang, mengalami penurunan intensitas nyeri terdapat skala nyeri dari kunjungan pertama pada skala 6, kunjungan kedua terjadi penurunan berada pada skala 2 dan kunjungan ke tiga masuk pada skala 0, lebih signifikan Ibu Hamil yang diberikan kompres air hangat
3. Dari hasil studi kasus didapatkan perbedaan penurunan nyeri pinggang pada ibu hamil yang diberikan kompres jahe dan kompres hangat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldy dwi mulyana. (2021). Penerapan Kompres Air Jahe dan Mempertahankan Postur Tubuh yang Benar dan Ergonomis Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kemang. *Journal Information*, 2(30), 1–17.
- Amalia Yunia Rahmawati. (2020). *Asuhan Kebidanan untuk mengurangi nyeripunggung bawah pada ibu hamil trimester III dengan pemberian kompres air jahe*. July, 1–23.
- Anggreani, N. (2020). ANALISIS KADAR VITAMIN C PADA JERUK LOKAL DI PROVINSI BENGKULU. *Jurnal Ilmiah Pharmacy*. <https://doi.org/10.52161/jiphar.v7i2.193>
- Crystallography, X. D. (2019). *asuhan kebidanan komplementer secara Continuity Of Care (COC) pada ibu hamil trimester III mengalami nyeri pinggang, bersalin, nifas, neonatus dan KB pasca bersalin dengan pemberian kompres hangat rebusan jahe*. 1–23.
- Dinkes Propinsi Jabar. (2022). *Data Ibu Hamil yang Mengalami Sakit Pinggang*. Cianjur:

Dinas Kesehatan Jawa Barat.

- Idatul Awaliyah. (2021). *Pengaruh Alunan Murrotal Terhadap Intensitas Nyeri Dismenorea Primer Pada Siswi Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.*
- Jatu Safitri Cahyahati, Apoina Kartini, M. Z. R. (2018). *HUBUNGAN ASUPAN MAKANAN (LEMAK, NATRIUM, MAGNESIUM) DAN GAYA HIDUP DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DAERAH PESISIR (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tegal Barat Kota Tegal). 6.*
- Mafikasari & Kartikasari. (2019). *prevalensi terjadinya nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III.*
- Potter, P. . & P. A. . (2020). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Edisi 7 Jilid. Jakarta: EGC.*
- Proverawati & Misaroh. (2021). *Menstruasi pertama penuh makna. Yogyakarta: Numed. (2): 112-115.*
- Purwaningsih & Fatmawati. (2020). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Trimester III.*
- Riyadi, S. & Harmoko, H. (2020). *Standard Operating Procedure dalam Praktek Klinik Keperawatan Dasar. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.*
- Robson & Jason. (2018). *Pengertian Nyeri Pinggang Dan Manfaat Dari Kompres Jahe dan Kompes Air Hangat.*
- Sari, D., & Nasuha, A. (2021). *Kandungan Zat Gizi, Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis pada Jahe (Zingiber officinale Rosc.). Journal of Biological Science.*
- Smeltzer & Bare. (2019). *Keperawatan Medical Bedah. Edisi 8 vol 1 Alih Bahasa: Agung waluyo. Jakarta. EGC.*
- Yelvita, F. S. (2022). *Efektivitas Pemberian Kompres Jahe Merah Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Desa Batu Menyan Pesawaran. 5, הארץ(8.5.2017), 2005–2003.*
- Yoo, S. & S. (2019). *Faktor Yang Mempengaruhi Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil.*