

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DENGAN MEDIA *WATERBAG* UNTUK  
MENGURANGI TINGKAT NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI RS MUHAMMADIYAH AHMAD DAHLAN  
KOTA KEDIRI  
(STUDI KASUS)**



Oleh : **RIMA ASRI PURWANTI**  
NPM : 2125050033

**FAKULTAS ULMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
UN PGRI KEDIRI**

**2024**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DENGAN MEDIA *WATERBAG* UNTUK  
MENGURANGI TINGKAT NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI RS MUHAMMADIYAH AHMAD DAHLAN  
KOTA KEDIRI  
(STUDI KASUS)**

**TUGAS AKHIR**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)  
Pada Program Studi D-III Keperawatan



Oleh : **RIMA ASRI PURWANTI**  
NPM : 2125050033

**FAKULTAS ULMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
UN PGRI KEDIRI  
2024**

**HALAMAN PERSETUJUAN**  
Tugas Akhir Oleh :

**Rima Asri Purwanti**  
NPM : 2125050033

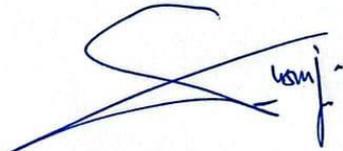
Judul

**PENERAPAN TERAPI KOMPRES HANGAT DENGAN MEDIA *WATERBAG*  
UNTUK MENGURANGI TINGKAT NYERI PUNGGUNG BAWAH  
IBU HAMIL TRIMESTER III DI RS MUHAMMADIYAH  
AHMAD DAHLAN KOTA KEDIRI  
(STUDI KASUS)**

Telah disetujui untuk diajukan kepada Panitia Ujian Tugas Akhir Jurusan Program  
Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri

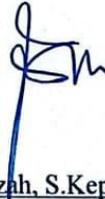
Tanggal :

Pembimbing I



Susi Erna Wati, S.Kep. Ns.,M.Kes.  
NIDN.0709108202

Pembimbing II



Siti Aizah, S.Kep. Ns.,M.Kes.  
NIDN. 0714047701

**HALAMAN PENGESAHAN**  
Tugas Akhir Oleh :

**Rima Asri Purwanti**  
NPM : 2125050033

Judul

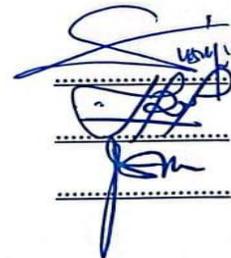
**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DENGAN MEDIA WATERBAG  
UNTUK MENGURANGI TINGKAT NYERI PUNGGUNG BAWAH  
IBU HAMIL TRIMESTER III DI RS MUHAMMADIYAH  
AHMAD DAHLAN KOTA KEDIRI  
(STUDI KASUS)**

Telah Dipertahankan Didepan Panitia Ujian/Sidang Tugas Akhir Jurusan  
Program Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri  
Pada Tanggal

**Dan Dinyatakan telah memenuhi Persyaratan**

**Panitia Penguji**

1. Ketua : Susi Erna Wati, S.Kep., Ns., M.Kes.
2. Penguji I : Norma Risnasari, S.Kep.,Ns.,M.Kes
3. Penguji II : Siti Aizah, S.Kep. Ns., M.Kes.



Mengetahui,  
Ketua FIKS

Nur Ahmad Muharram, M.Or  
IDN/0703098802

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rima Asri Purwanti  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat, tanggal lahir : Kediri, 09 Mei 2001  
NPM : 2125050027  
Fak/Prodi : Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains/  
D-III Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar diploma di institusi lain, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja dan tertulis mengacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri,  
Yang menyatakan,



Rima Asri Purwanti  
NPM. 2125050033

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

Bekerja keraslah sampai kamu tidak perlu lagi mengenalkan siapa dirimu, karna semua orang tau dirimu dengan karya dan pencapaianmu.

### **PERSEMBAHAN**

Laporan Tugas Akhir ini saya persembahkan :

1. Kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kekuatan setiap langkah saya hingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan tepat waktu.
2. Kepada diri saya sendiri, terima kasih telah mampu bertahan sejauh ini, dan berusaha keras dan mengendalikan diri dari berbagai tekanan, tidak pernah memilih untuk menyerah sesulit apapun jalannya, saya sangat mengapresiasi itu semua.
3. Kepada ayah saya tercinta Bapak Purnomo dan Alm. Bapak Slamet Ariantoro yang selalu memberi semangat kepada saya serta mengusahan Pendidikan yang terbaik kepada saya selama ini.
4. Kepada Pintu Surgaku Ibu Sri Rejeki dan Ibu Tunik orang paling berjasa dalam melahirkan saya, memberikan kasih sayang, cinta, dukungan, doa- doa dan segala pengorbanannya untuk saya hingga saya berada di posisi ini.
5. Kepada kakak saya tercinta Meyta desi puwanti yang telah berada disamping saya dan menyemangati saya untuk saya bisa meraih impian saya semasa hidupnya.
6. Kepada seluruh keluarga besar keluarga ayah dan ibu, serta adik ayah terimakasih selalu bersedia senantiasa memberikan dukungan, motivasi dan doa baik serta segala leluconnya dan membantu saya hingga saat ini.
7. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, Mukhamad Hasan Akmal terima kasih telah menjadi bagian penting dalam hidup saya, yang bersedia membersamai saya hingga saat ini. Terima kasih selalu bersedia mendengarkan segala suka duka saya, memberikan semangat, pengingat untuk pantang menyerah, semoga kita bisa sukses bersama.
8. Kepada teman dan sahabat saya Avriel Dhenta Vadana, Ayu Anggita, Shely Zulistiani serta Aliffia Deniar yang slau mensupport saya dan menemani saya, memberi semangat penuh dan selalu ada sat suka atau pun duka saya sangat berterima kasih.

9. Kepada Ibu Susi Erna Wati, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing 1 dan Ibu Siti Aizah, S.Kep. Ns., M.Kes selaku pembimbing 2 saya yang telah membimbing dengan sangat sabar selama penyelesaian tugas akhir saya. Terima kasih atas segala ilmu dan nasihat yang diberikan kepada saya.
10. Kepada seluruh bapak ibu dosen Universitas Nusantara PGRI Kediri, khususnya bapak ibu dosen Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Program Studi DIII Keperawatan yang telah memberikan banyak ilmunya selama proses belajar selama ini.
11. Kepada seluruh orang baik yang pernah hadir dalam hidup saya, serta teman teman Angkatan 2021 terima kasih atas semangat yang diberikan.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa senantiasa, yang telah melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Penyusunan tugas akhir ini tidak lepas dari standart ilmu pengetahuan dan logika serta prinsip-prinsip ilmiah yang tidak lepas dari bantuan yang telah diberikan dari berbagai pihak, maka penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or selaku Dekan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Endah Tri Wijayanti, M.Kep.,Ns selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan yang telah memberikan motivasi dan dukungan untuk menyelesaikan karya ilmiah ini.
4. Susi Erna Wati, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku dosen pembimbing pertama yang telah sabar dan penuh perhatian dalam memberikan bimbingan guna untuk menyusun karya tulis ilmiah ini.
5. Siti Aizah, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing kedua yang telah sabar dan penuh perhatian dalam memberikan bimbingan guna untuk menyusun karya tulis ilmiah ini.
6. Kepada Dr. Zaiunul Arifin, M.Kes, FisQua selaku Direktur RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri. Yang mengizinkan saya penelitian guna menyelesaikan tugas akhir karya tulis ilmiah ini.
7. Kepada para responden yang telah bersedia menjadi bagian dari penelitian ini, sehingga peneliti dapat melaksanakan penelitian dengan lancar berkatnya.
8. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah banyak membantu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis sepenuhnya menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharap saran dan kritik yang sifatnya membangun sebagai masukan dalam perbaikan tugas akhir ini. Akhirnya penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Aamiin.

Kediri,.....



Rima Asri Purwanti  
NPM. 2125050033

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMBUL.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan.....	5
D. Manfaat.....	6
<b>BAB II .....</b>	<b>8</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
A. Konsep Teori Ibu Hamil Trimester III .....	8
B. Konsep Nyeri Punggung Bawah Pada Saat Kehamilan .....	13
C. Pengukuran Skala Nyeri .....	19
D. Penanganan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III.....	20

E. Pathway .....	24
F. Kompres Hangat .....	25
G. Konsep Asuhan Keperawatan.....	26
<b>BAB III.....</b>	<b>31</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Desain Penelitian.....	31
B. Subjek Penelitian.....	31
C. Fokus Studi .....	31
D. Definisi Operasional.....	31
E. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	33
F. Instrumen Penelitian.....	33
G. Pengumpulan Data.....	33
H. Analisis Data .....	35
I. Penyajian Data .....	35
J. Etika Penelitian .....	36
<b>BAB IV .....</b>	<b>38</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>38</b>
A. Hasil Penelitian.....	38
B. Pembahasan .....	41
C. Keterbatasan Penelitian.....	41
<b>BAB V.....</b>	<b>45</b>
<b>PENUTUP .....</b>	<b>45</b>
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran .....	42
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>46</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 SOP Kompres Hangat.....	24
Tabel 4.1 hasil tingkat nyeri sebelum dilakukan penerapan terapi kompres hangat dengan media waterbag.....	37
Tabel 4.2 hasil tingkat nyeri sesudah dilakukan penerapan terapi kompres hangat dengan media waterbag.....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 skala ukur nyeri .....	19
Gambar 2.2 pathway ibu hamil dengan nyeri punggung... ..	23
Gambar 4.1 diagram hasil tingkat nyeri sebelum dilakukan kompres hangat dengan media waterbag... ..	38
Gambar 4.2 diagram hasil tingkat nyeri sesudah dilakukan kompres hangat dengan media waterbag... ..	39

## DAFTAR LAMPIRAN

Gambar Dokumentasi Pasien .....	46
Lembar Persetujuan .....	47
Lembar SOP... ..	48
Lembar Observasi .....	49
Lembar Berita Acara .....	50
Lembar Surat Ijin Penelitian.....	52
Lembar Ijin Pengambilan Data.....	53

## ABSTRAK

**Rima Asri Purwanti, penerapan kompres hangat dengan media waterbag untuk mengurangi tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Rs Muhammadiyah Kota Kediri, Tugas Akhir, Prodi DIII Keperawatan, FIKS UN PGRI Kediri, 2024.**

Kehamilan merupakan proses alamiah yang dialami oleh wanita. Kehamilan trimester III seiring membesarnya uterus dan penambahan berat badan maka pusat gravitasi akan berpindah kearah depan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisi berdirinya dan menyebabkan nyeri pada punggung bawah ibu hamil. Terapi kompres hangat merupakan salah satu teknik non farmakologis menggunakan media waterbag yang memberi rasa hangat dan nyaman untuk mengatasi nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sesudah dan sebelum dilakukan terapi kompres hangat dengan waterbag di RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri.

Metode penelitian ini yaitu menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subyek dalam penelitian ini yaitu 2 responden yang mengalami nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Pengompresan menggunakan media waterbag dengan air hangat.

Tingkat nyeri diukur dengan menggunakan NRS atau *numerical rating scale* untuk mengetahui tingkat nyeri. Dilakukan selama kurang lebih 5-10 menit. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri pada responden dari nyeri berat ke nyeri ringan setelah dilakukan terapi kompres hangat dengan media waterbag.

Kompres hangat berfungsi untuk melancarkan pembuluh darah sehingga dapat meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan, menurunkan kontraksi otot, meningkatkan aliran darah daerah persendian dan meningkatkan aliran darah. Diharapkan terapi ini bisa di implementasikan kepada ibu hamil dengan nyeri punggung sebagai tindakan nonfarmakologis.

**Kata Kunci : Terapi Kompres Hangat, Ibu Hamil, Nyeri Punggung Bawah.**

## **ABSTRACT**

**Rima Asri Purwanti, application of warm compresses using water bags to reduce the level of lower back pain in third trimester pregnant women at Muhammadiyah Hospital, Kediri City, Final Project, DIII Nursing Study Program, FIKS UN PGRI Kediri, 2024.**

Pregnancy is a natural process experienced by women. In the third trimester of pregnancy, as the uterus enlarges and weight increases, the center of gravity will move towards the front so that the pregnant woman has to adjust her standing position and this causes pain in the pregnant woman's lower back. Warm compress therapy is a non-pharmacological technique using a water bag which provides a warm and comfortable feeling to treat pain. This study aims to analyze the level of lower back pain in third trimester pregnant women after and before warm compress therapy with waterbags at the Muhammadiyah Ahmad Dahlan Hospital, Kediri City.

This research method uses a descriptive method with a case study approach. The subjects in this study were 2 respondents who experienced lower back pain in third trimester pregnant women. Compressing using waterbag media with warmwater.

Pain level is measured using NRS or numerical rating scale to determine the level of pain. This is done for approximately 5-10 minutes. The results of this study showed that there was a decrease in the level of pain in respondents after warm compress therapy using waterbag media.

Warm compresses function to open blood vessels so that they can relieve pain by reducing tension, reducing muscle contractions, increasing blood flow in the joint area and increasing blood flow. It is hoped that this therapy can be implemented for pregnant women with back pain as a non-pharmacological.

**Keywords: Warm Compress Therapy, Pregnant Women, Lower Back Pain.**



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kehamilan trimester III seiring membesarnya uterus dan penambahan berat badan maka pusat gravitasi akan berpindah ke arah depan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisi berdirinya. Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa peregangan tambahan dan kelelahan pada tubuh. Hal ini sejalan dengan bertambahnya berat badan secara bertahap selama kehamilan dan redistribusi ligamen, pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan dan jika dikombinasikan dengan peregangan otot abdomen yang lemah mengakibatkan lekukan pada bahu, ada kecenderungan otot punggung untuk menekan punggung bawah, Peregangan tambahan dan kelelahan biasanya terjadi pada tulang belakang dan punggung ibu. Hal tersebut menyebabkan nyeri punggung pada trimester III (catur leni dkk 2021) dalam (Sulastri Meti 2022) .

Memasuki trimester kedua kehamilan dimana usia kehamilan bayi tiba pada usia 13 minggu sampai akhir minggu ke-27 dengan perubahan yang terjadi antara lain perkembangan massa rahim, kecanggungan massa rahim dan bahan kimia, dan kebutuhan kalsium yang meningkat. yang menjadi alasan munculnya masalah keberatan pusing, buang air kecil terus-menerus, sakit perut yang menyiksa, sakit punggung, keluarnya cairan vagina yang

berlebihan, dan penyumbatan yang bisa berlangsung hingga trimester ketiga kehamilan (Putri, Suarniti, & Budiani, 2020).

Data WHO menunjukkan bahwa 33% ibu hamil trimester III di negara berkembang mengalami nyeri punggung bawah (Anggraika et al, 2019). Di Inggris sekitar 17,3 juta ibu hamil pernah menderita nyeri punggung bawah berdasarkan *Journal Of Midwifery* yang dikeluarkan pada tahun 2020 menyatakan bahwa nyeri punggung bawah adalah keluhan yang paling banyak terjadi pada kehamilan trimester III dengan data dunia yaitu sebanyak 40,7% pada tahun 2020 (Ispa, 2020). Menurut data WHO (2017) dalam penelitian Andarmoyo (2021) yang dilakukan di Australia menyatakan bahwa 80% dari ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung bawah dengan prevalensi 36,6% mengalami nyeri ringan, 46% mengalami nyeri sedang dan 17,5% mengalami nyeri berat (Andarmoyo,2021). Meninjau data di Indonesia, tercatat ibu hamil di berbagai daerah di Indonesia mencapai 60-80% yang mengalami nyeri punggung (Ruliati,2019). Prevalensi nyeri punggung bawah di Indonesia sebesar 18% meningkat sesuai dengan bertambahnya usia dan paling sering terjadi pada usia dekade tengah dan awal empat dekade. Dua belas orang ibu hamil mengeluh nyeri punggung bawah dengan rincian intensitas nyeri tiga (nyeri sangat terasa, dapat ditoleransi) yaitu sebanyak empat orang (33,3%). Intensitas nyeri terendah yaitu dua (nyeri ringan dan menimbulkan rasa tidak menyenangkan) sebanyak satu orang (8,3%), dan intensitas tertinggi yaitu enam (intens, kuat, dalam dan nyeri yang menusuk

hingga mempengaruhi beberapa indera) sebanyak tiga orang (25%) (Putri et al., 2020). Peningkatan hingga 90% merupakan urgensi yang perlu diberikan fokus lebih dalam penanganannya. Dapat dilihat kenaikan data ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah pada 3 tahun terakhir meningkat sangat signifikan. Menurut data dari rekam medis RS Muhammadiyah Kota Kediri pada tahun 2021 tercatat ada 1111 pasien ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah, 2022 ada 1530 ibu hamil dengan nyeri punggung bawah, 2023 menunjukkan ada 1487 ibu hamil dengan nyeri punggung bawah, sedangkan pada tahun 2024 pada bulan Januari hingga Juni menunjukkan sebesar 668 ibu hamil trimester 3 dengan keluhan nyeri punggung bawah. Dari data diatas menunjukkan masih tingginya tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil.

Kehamilan adalah hal yang fisiologis terjadi pada wanita. Setiap kehamilan akan terjadi perubahan yaitu perubahan fisik maupun psikologis pada ibu khususnya ibu yang memasuki fase trimester III kehamilannya. Tidak jarang perubahan ini akan menimbulkan ketidaknyamanan yang dirasakan ibu. Nyeri punggung bawah merupakan salah satu ketidaknyamanannya. (Resmi et al 2017). Perubahan pada sistem muskuloskeletal, peningkatan berat wanita hamil menyebabkan postur dan cara berjalan wanita berubah secara mencolok. Otot dinding perut meregang dan akhirnya sedikit kehilangan tonus otot. Selama trimester ketiga, otot rektus abdominalis dapat memisah menyebabkan isi perut menonjol digaris tengah. biasanya mengeluh

nyeri punggung pada bagian bawah akibat peningkatan ukuran tubuh yang besar dan rasa canggung yang mengganggu kemampuannya merawat anak-anak, melakukan pekerjaan rumah tangga yang rutin dilakukan, dan kesulitan mengambil posisi yang nyaman untuk tidur dan istirahat. Pada tubuh ibu hamil dari trimester III terjadi banyak perubahan fisik, antara lain: Berlangsung dari kehamilan 29 minggu sampai dengan 40 minggu (sampai bayi lahir). Pada trimester ketiga ini terjadi perubahan terutama pada berat badan, akibat pembesaran uterus dan sendi panggul yang sedikit mengendur yang menyebabkan calon ibu sering kali mengalami nyeri pinggang. Jika kepala bayi sudah turun ke dalam pelvis, ibu mulai merasa lebih nyaman dan nafasnya menjadi lebih lega (Kemenkes,2022).

Pengendalian nyeri dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Pengendalian nyeri secara farmakologis memang lebih efektif dibandingkan dengan non farmakologi, Cara non farmakologis terdiri dari manual therapy yaitu pemijatan, latihan mobilisasi, akupunktur dan kompres air hangat atau air dingin . Salah satu metode non farmakologis yang dapat mengurangi atau membebaskan rasa nyeri,mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot,memberikan rasa nyaman yaitu dengan kompres hangat(Imaniar 2020 dalam jurnal Yuliana eka dkk 2021). Manajemen Kompres Hangat Kompres hangat menggunakan air dengan suhu 37-40 derajat celcius, kemudian gunakan waterbag pada air tersebut lalu tempelkan pada punggung bagian bawah ibu hamil selama 5-10 menit. Ada beberapa efek

fisiologinya yaitu tubuh menjadi lebih rileks, rasa nyeri jadi lebih hilang bahkan turun dan sirkulasi darah ibu hamil menjadi lancar (Ridawati et al., 2020).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Terapi Kompres Hangat Dengan Media Waterbag Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah kompres hangat menggunakan waterbag menurunkan tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di RS Muhammadiyah Kota Kediri ?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat menggunakan waterbag di RS Muhammadiyah Kota Kediri.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum dilakukan kompres hangat dengan waterbag di RS Muhammadiyah Kota Kediri.
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III

sesudah dilakukan kompres hangat menggunakan waterbag di RS Muhammadiyah Kota Kediri.

#### **D. Manfaat**

##### **1. Bagi Ilmu Pengetahuan**

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini dapat memberi manfaat yang berharga pada perkembangan ilmu pengetahuan dan wawasan untuk mengatasi masalah nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

##### **2. Bagi Pasien**

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini dapat dimanfaatkan pasien untuk menambah wawasan serta menjadi sumber atau dasar bagi pasien untuk mengatasi masalah nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

##### **3. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini dapat dimanfaatkan menjadi referensi kepustakaan dalam menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa keperawatan untuk menangani atau menurunkan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

##### **4. Bagi Institusi Rumah Sakit**

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan referensi atau sumber dalam memberikan pelayanan kesehatan terutama bagi bidang keperawatan untuk memberikan asuhan keperawatan untuk menangani

atau menurunkan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester

III.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Ayu Restu, Erika Erika, and Ari Pristiana Dewi 2020. "Efektivitas Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III." *Holistic Nursing and Health Science* 3.1 : 24-31. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs/article/view/9354>
- Armayanti, Luh Yenny, et al. 2023 The Effect of Acupressure Therapy to Reduce The Intensity of Low Back Pain on The Third Semester Pregnant Women. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7.2: 116-122. <https://ejournal.itekesbali.ac.id/jrkn/article/view/505>
- Efriana, R., & Sanjaya, R. (2023). Kompres Hangat Pada Ibu Hamil Trimester III Untuk Mengurangi Nyeri Punggung. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 4(3), 232-235. <https://ejournalbidan.poltekkeskaltim.ac.id/ojs/index.php>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta:KemenkesRI. [https://www.kemkes.go.id/app\\_asset/file\\_content/download/Profil-](https://www.kemkes.go.id/app_asset/file_content/download/Profil-)
- Murkoff, Heidi. 2018. *What to Expect: Before You're Expecting 2nd Edition*. Simon and Schuster, 2018.
- Muhammad Faras H, S. Tauriana. Dokumen Pengajuan Jabatan Akademik S. Tauriana. Obsetri dan gynecology
- Setiawati, Iin. Efektifitas Teknik Massage Effleurage Dan Teknik Relaksasi Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. In: Prosiding Seminar Nasional: Pertemuan Ilmiah Tahunan Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta. 2019. p. 1-7. <https://jab.stikba.ac.id/index.php/jab/issue/view/17>
- Pumamayanti, D., & Utarini, E. 2018. Intensitas Nyeri Pinggang Dan Pinggul Pada Ibu Hamil Yang Melaksanakan Yoga Prenatal Di Kota Denpasar. 8511, 87-95. Rafika
- Putri, N., Suarniti, N. W., & Budiani, N. (2020). Pengaruh Akupresur Titik Blader 23 Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Di UPTD Puskesmas I Denpasar Utara. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 2, 75.



<https://doi.org/10.32807/jmu.v2i2.91>

Purnamasari, Kurniati Devi; Widiawati, Melyana Nurul 2019. Gambaran nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2019, 3.1: 352-361.

Rustikayanti, Raden Nety; Anam, Ahmad Khaerul; Hernawati, Yeti 2018. Korelasi Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil: Studi Cross-Sectional. *Jurnal Perawat Indonesia*, 4.2: 344-350.

Rosmawati, N., Sulistyowati, P., & Puspasari, F. D. (2022). TA: Literature Review Asuhan Keperawatan Ibu Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Keperawatan Nyeri

Setiyarini, Anggraini Dyah, and Erna Rahmawati. 2023. "Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil." *Journal of Pharmaceutical and Health Research* 4.1: 97-99

Sulastrini 2022 Penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil Trisemester II dengan tehnik kinesiologi. *Jurnal Poltek Tasikmalaya*, 4(3), 223:230

<https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/bmi/article/view/81>

Suryanti, Yuli; Lilis, Dewi Nopiska; Harpikriati, Harpikriati 2021. Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sekernan Ilir Tahun 2020. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10.1: 22-30.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). Standart Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) (Edisi 1). Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia

Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia

Tim Pokja SLKI DPP PPNI, (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia

Yuliani, Dkk 2021. Asuhan Kehamilan. Medan: Yayasan Kita Menulis

Yuliana, Eka; SARI, Senja Atika; DEWI, Nia Risa 2021. Penerapan Kompres Hangat Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1.1.

Yuliani, Ni Made 2020. Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Operasi

Apendiktomi Dengan Nyeri Akut Di Ruang Belibis RSUD Wangya Tahun 2020. PhD Thesis. Poltekkes Denpasar Jurusan Keperawatan