

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
PENURUNAN NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TM III
DI KLINIK PRATAMA KASIH BUNDA KECAMATAN
SUNGGALEK KABUPATEN DELI SERDANG
TAHUN 2025**



ANGGI PUTRI RAHDAHANI
P07524421004

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2025**

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TM III DI KLINIK PRATAMA KASIH BUNDA KECAMATAN SUNGAL KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2025

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan



ANGGI PUTRI RAHDAHANI
P07524421004

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2025**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah karya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Anggi Putri Rahdahani

NIM : P07524421004

Tanggal :

Yang Menyatakan

(Anggi Putri Rahdahani)

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Anggi Putri Rahdahani
NIM : P07524421004
Judul Proposal : Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


(Zuraidah, S. SiT, M. Kes)
NIP.197508102006042001


(Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)
NIP. 197002131998032001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Anggi Putri Rahdahani
NIM : P07524421004
Judul Proposal : Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan

DEWAN PENGUJI

Ketua Penguji

Zuraidah, S. SiT, M. Kes

NIP.197508102006042001

()

Penguji I

dr. Lestari Rahmah, MKT

NIP.19710622200212203

()

Penguji II

Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes

NIP. 197002131998032001

()

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan Medan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes

NIP.197002131998032001

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025”** Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan. Skripsi ini dapat diselesaikan atas bimbingan Bapak/Ibu dan untuk itu rasa terimakasih penulis ucapkan kepada Bapak/Ibu pembimbing atas jerih payah beliau dalam membimbing skripsi ini hingga selesai.

Pada kesempatan ini penulis juga mengucapkan terimakasih kepada :

1. Tengku Sri Wahyuni, S. SiT, M. Keb selaku PLT Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Arihta Br. Sembiring, S.ST., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kesehatan Kemenkes Medan, yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi ini.
3. Yusniar Siregar, SST, M Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Medan yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi ini.
4. Zuraidah, S.SiT, M.Kes selaku pembimbing utama yang yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberi arahan kepada penulis sehingga penyusunan skripsi ini terselesaikan dengan baik.
5. Arihta Br. Sembiring, SST, M.Kes selaku Pembimbing pendamping yang telah banyak membantu dan membimbing penulis dalam penyusunan skripsi
6. dr. Lestari Rahmah, MKT selaku Penguji utama yang telah bersedia menguji dan memberikan masukan, kritik dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen dan Staff pengajar yang telah memberikan ilmu kepada

penulis selama kuliah di prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Medan.

8. Bdn Ronilda Tambunan, S. SiT, M. Kes selaku Ibu Klinik Pratama Kasih Bunda yang telah memberikan kesempatan sebagai tempat melakukan penelitian dan yang telah banyak membantu dan menyediakan data yang dipergunakan dalam penelitian ini.
9. Teristimewa kepada orang tua yang penulis cintai dan sayangi Bapak Budiman dan Mamak Erwita Harahap, yang selalu bekerja keras dan senantiasa mendoakan penulis dengan penuh cinta dan kasih sayang yang tak terhingga, serta memberikan dukungan moril dan materil sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.
10. Teristimewa juga untuk abang yang penulis sayangi Hakim Fahrezi yang telah memberi semangat dan dukungan kepada penulis hingga akhir, dan meyakinkan penulis untuk mampu menyelesaikan studi ini. Kepada adik saya Davina Putri Kirani yang sudah saling support dan saling mendoakan.
11. Teristimewa untuk sahabat-sahabat seperjuangan Dita, Putri, Echi serta teman bimbingan penulis Nining yang telah bersama-sama berjuang dalam pendidikan, saling support, saling mendoakan dan selalu memberi motivasi serta inspirasi untuk penulis sampai skripsi ini terselesaikan.
12. Rekan-rekan mahasiswi Sarjana Terapan Kebidanan yang telah bersama-sama berjuang dalam pendidikan, dan saling memberikan doa serta semangat juga motivasi selama pembuatan skripsi ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga laporan tugas akhir ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkan dan penulis membutuhkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Medan, 2025

Anggi Putri Rahdahani
P07524421004

**PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN
NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI KLINIK PRATAMA KASIH BUNDA
KEC. SUNGGAL KAB. DELI SERDANG
TAHUN 2025**

Anggi Putri Rahdahani

Poltekkes Kemenkes Medan
Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan
Email : anggirahdahani@gmail.com

ABSTRACT

Nyeri punggung merupakan salah satu keluhan yang paling umum dialami oleh ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis selama kehamilan. Keluhan ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta menurunkan kualitas hidup ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *quasi experiment* menggunakan pendekatan *one group pre-test and post-test*. Populasi dalam penelitian seluruh ibu hamil trimester III berjumlah 15 orang. Sampel berjumlah 15 orang ibu hamil trimester III yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi dan kuesioner skala nyeri *Numeric Rating Scale (NRS)*. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dan menggunakan *uji Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan nyeri punggung yang signifikan setelah pemberian kompres hangat dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah kompres hangat efektif dalam menurunkan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Diharapkan tenaga kesehatan di tempat praktik dapat membuat kebijakan untuk mengedukasi ibu hamil mengenai manfaat kompres hangat sebagai metode penanganan nyeri nonfarmakologis, sehingga kenyamanan dan kesehatan ibu selama kehamilan tetap terjaga hingga proses persalinan.

Kata kunci: Kompres Hangat, Nyeri Punggung, Ibu Hamil, Trimester III

**THE EFFECT OF WARM COMPRESS ON REDUCING BACK PAIN
IN PREGNANT MOTHER IN THE THIRD TRIMESTER AT KASIH
BUNDA PRIMARY CLINIC SUNGGAL DISTRICT,
DELI SERDANG REGENCY IN 2025**

ANGGI PUTRI RAHDAHANI

***Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Bachelor Program of Applied Health Science In Midwifery***

Email : anggirahdahani@gmail.com

ABSTRACT

Back pain is one of the most common complaints experienced by pregnant mother in the third trimester due to physiological changes during pregnancy. This complaint can interfere with daily activities and reduce the quality of life of pregnant mother. This study aims to determine the effect of giving warm compresses on reducing back pain in pregnant women in the third trimester at the Kasih Bunda Primary Clinic, Sunggal District, Deli Serdang Regency in 2025. This type of research is quantitative with a quasi-experimental design using a one group pre-test and post-test approach. The population in the study were all pregnant mother in the third trimester totaling 15 people. The sample consisted of 15 pregnant women in the third trimester selected using the total sampling technique. Data were collected using observation sheets and Numeric Rating Scale (NRS) pain scale questionnaires. Data analysis was carried out univariately, bivariately and using the Wilcoxon test. The results showed a significant decrease in back pain after giving warm compresses with a p-value = 0.000 ($p < 0.05$). The conclusion of this study is that warm compresses are effective in reducing the level of back pain in pregnant mother in the third trimester. It is hoped that health workers in the practice can make policies to educate pregnant mother about the benefits of warm compresses as a non-pharmacological pain management method, so that the comfort and health of mothers during pregnancy are maintained until the delivery process.

Keywords: Warm Compresses, Back Pain, Pregnant Mother, Third Trimester

CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Konsep Dasar Kehamilan	12
1. Pengertian Kehamilan	12
2. Tanda dan gejala Kehamilan.....	13
3. Proses Terjadinya Kehamilan	15
4. Perubahan Anatomi dan Fisiologi Kehamilan TM III	17
5. Perubahan Psikologi Kehamilan TM III	25
6. Ketidaknyamanan Kehamilan TM III	26
B. Konsep Dasar Nyeri Punggung	27
1. Pengertian Nyeri Punggung Pada Kehamilan	27
2. Anatomi Tulang Belakang.....	29
3. Etiologi Nyeri Punggung.....	30
4. Faktor Resiko Nyeri Punggung	32
5. Dampak Nyeri Punggung	34
6. Penanganan Nyeri Punggung	34
7. Penilaian Tingkat Nyeri Numeric Rating Skale (NRS).....	36
C. Konsep Kompres Hangat	38
1. Pengertian Kompres Hangat.....	38
2. Manfaat Kompres Hangat	39
3. Efek Samping Kompres Hangat.....	41
D. Kerangka Teori.....	42
E. Kerangka Konsep	43
F. Hipotesis	44
BAB III METODE PENELITIAN	45
A. Jenis dan Desain Penelitian	45
B. Populasi dan Sampel Penelitian	46
1. Populasi Penelitian	46
2. Sampel Penelitian	46
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	47

1. Tempat penelitian	47
2. Waktu penelitian.....	47
D. Variabel Penelitian	47
E. Definisi Operasional	48
F. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data	50
1. Jenis Pengumpulan Data	50
2. Teknik Pengumpulan Data	50
G. Instrumen dan Bahan Penelitian	51
H. Prosedur Penelitian	52
I. Pengolahan Dan Analisa Data	54
1. Pengolahan Data.....	54
2. Analisa Data	56
J. Etika penelitian.....	57
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 59
A. Hasil Penelitian	59
1. Analisa Univariat.....	59
a. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	59
b. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil TM III Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat	60
2. Analisa Bivariat.....	60
a. Uji Normalitas	60
b. Uji Hipotesis.....	61
B. Pembahasan	62
1. Analisis Univariat.....	62
a. Gambaran Karakteristik Ibu Hamil Nyeri Punggung Trimester III Di Klinik Pratama Kasih Bunda Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025.....	62
2. Analisis Bivariat	66
a. Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Sebelum Diberikan Kompres Hangat.....	66
b. Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Sesudah Diberikan Kompres Hangat.....	68
c. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III.....	70
 BAB V PENUTUP DAN SARAN	 73
A. Kesimpulan	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.1 Kerangka Teori.....	42
Tabel 2.2 Kerangka Konsep.....	43
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	45
Tabel 3.2 Defenisi Operasioanal Penelitian.....	48
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan dan Paritas di Klinik Pratama Kasih Bunda Tahun 2025.....	59
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat di Klinik Pratama Kasih Bunda Tahun 2025.	60
Tabel 4.3 Uji Normalitas.....	61
Tabel 4.4 Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Pratama Kasih Bunda Tahun 2025.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Survey Penelitian	81
Lampiran 2 Surat Balasan Survey Penelitian	82
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	83
Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian	84
Lampiran 5 <i>Ethical Clearance</i>	85
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	86
Lampiran 7 Lembar Operasional Prosedur (SOP).....	87
Lampiran 8 Lembar Kuesioner Numeric Rating Scale (NRS)	90
Lampiran 9 Output SPSS.....	94
Lampiran 10 Master Tabel	97
Lampiran 11 Hasil Turnitin.....	99
Lampiran 12 Draft Jurnal	103
Lampiran 13 Halaman Persetujuan Publikasi Jurnal.....	111
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian	112
Lampiran 15 Buku Bimbingan	115
Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup	120