

**PELAKSANAAN KOMPRES HANGAT JAHE TERHADAP NYERI PUNGGUNG
BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI KP. ANDASARI DESA SUKAMULYA
KEC.CIHAURBEUTI KAB.CIAMIS**

KARYA TULIS ILMIAH



ASRI NUR WAHYUNI

NIM : 10120057

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2023**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
Karya Tulis Ilmiah, Juni 2023**

Asri Nur Wahyuni

**Pelaksanaan Kompres Hangat Jahe Terhadap Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil
Trimester III di Kp. Andasari Desa Sukamulya Kec. Cihaurbeuti
Kab. Ciamis**

ABSTRAK

Trimester III adalah periode kehamilan tiga bulan terakhir atau sepertiga masa kehamilan terakhir. Pada trimester ketiga terjadi beberapa perubahan pada tubuh ibu salah satunya adalah pembesaran uterus. Pada akhir kehamilan uterus akan terus membesar dalam rongga pelvis dan seiring perkembangannya uterus akan menyentuh dinding abdomen. Pada saat pertumbuhan uterus akan berotasi ke arah kanan, dekstrorotasi ini disebabkan oleh adanya rektosigmoid di daerah kiri pelvis. Sehingga adanya perubahan titik berat tubuh menyebabkan sakit pada punggung bagian belakang. Nyeri punggung bawah saat hamil mengakibatkan ketidaknyamanan pada ibu hamil sehingga kesulitan dalam melakukan aktivitas. Penatalaksanaan pada ibu hamil Trimester III yang mengalami nyeri dapat dilakukan menggunakan teknik pemberian kompres hangat jahe karena kandungan senyawa jahe memiliki aktivitas sebagai analgesik dengan cara menghambat keluarnya hormon prostaglandin, menekan pengeluaran enzim lipooksigenase dan siklooksigenase sehingga otot-otot tidak tegang. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran pelaksanaan kompres hangat jahe untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Jenis desain dari karya tulis ilmiah ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus, Subyek studi kasus yang diteliti berjumlah 1 kasus dengan 2 subyek yang berbeda dengan proses penelitian lamanya 3 hari. Hasil studi kasus karya tulis ilmiah ini menunjukkan respon sebelum tindakan tampak gelisah, tampak meringis, menunjukkan ekspresi wajah meringis kesakitan pada kedua subyek. Setelah dilakukan tindakan terdapat penurunan nyeri punggung bawah pada kedua subyek gelisah menurun, meringis menurun, pola napas membaik, pola tidur membaik, Anoreksia menurun, frekuensi nadi membaik, tekanan darah membaik, mual muntah menurun dan protektif menurun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek terjadi penurunan nyeri punggung bawah setelah diberikan kompres hangat jahe selama 3 hari. Saran peneliti berharap ibu hamil trimester III dapat menerapkan tindakan kompres hangat jahe ini sebagai salah satu cara untuk mengatasi permasalahan pada nyeri punggung bawah secara mandiri. Saran bagi peneliti ini dapat dijadikan data dasar untuk penelitian selanjutnya dan dapat diteliti faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci: Kompres Hangat Jahe, Nyeri Punggung Bawah, Ibu hamil Trimester III

Daftar Pustaka : 14 buah

**STUDY PROGRAM D III NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Writing, June 2023

Asri Nur Wahyuni

Implementation of Ginger Warm Compress Against Lower Back Pain in Third Trimester Pregnant Women at Kp.Andasari, Sukamulya Village, Cihaurbeuti District Kab. Ciamis

The process of pregnancy is a continuous series which includes fertilization and growth of the zygote, nidation (implantation) and formation of the uterine placenta. The duration of pregnancy in humans is 40 weeks or 280 days. Trimester III is the last three months of pregnancy or the last third of pregnancy. Trimester III is the period of pregnancy from the seventh month to nine months (28-40 weeks). Lower back pain during pregnancy causes discomfort for pregnant women so it is difficult to carry out activities. This is closely related to the condition of the mother during pregnancy and also the fetus, thus hindering movement. The purpose of writing this scientific paper is to find out the results of nursing care by applying ginger warm compress therapy. The method of writing scientific papers uses a descriptive method or an objective description of a situation. The results of the intervention for 3 days showed that there was a decrease in low back pain in subject 1 decreased anxiety, decreased grimacing, improved breathing patterns, improved sleeping patterns, decreased anorexia, improved pulse rate, improved blood pressure, decreased nausea, vomiting and decreased protectiveness. The results of the study showed that there was a decrease in lower back pain after being given warm ginger compresses.

Keywords: Pregnancy, Acute Pain, Ginger Warm Compress, Third Trimester

Bibliography: 14 pieces