

PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS KASIHAN I KOTA YOGYAKARTA TAHUN 2022

Intan Nindya¹. Ratih Kumorojati²

INTISARI

Latar Belakang: Masa kehamilan akan mengalami perubahan muskuloskeletal dapat berakibat pada nyeri punggung (*back pain*). Dampak dari nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu hamil dapat mengganggu pekerjaan dan aktivitas sehari-hari pada saat ibu hamil. Nyeri ini juga akan membuat gangguan tidur pada ibu. Metode non farmakologi yang digunakan banyak cara penanganan salah satunya adalah dengan menggunakan kompres panas karena metode ini dinilai efektif, aman, murah, dan mudah dalam pengaplikasiannya.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di puskesmas kasihan bantul yogyakarta

Metode: Kuantitatif dengan rancangan penelitian *pre eksperimen* dengan jenis *one grup pre post test design*. Populasi penelitian ini yaitu semua ibu hamil TM III di Puskesmas Kasihan Bantul pada bulan November 2022 yaitu 32 ibu hamil TM III. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini dapat menggunakan rumus teori *Roscoe* sejumlah 20 responden. Tehnik sampling *purposif sampling*. Alat ukur nyeri dengan Checklist observasi yaitu *numeric rating scale*. Analisis data univariat dan bivariat dengan Wilcoxon.

Hasil: Ada pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III pada hari pertama, kedua dan ketiga di Puskesmas Kasihan Bantul ($p\text{-Value } 0,000 < 0,05$).

Kesimpulan: Ada pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

Kata kunci : Kompres hangat, nyeri punggung, ibu hamil trimester III

¹Mahasiswa Program Studi Kebidanan (S-1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Pembimbing Program Studi Kebidanan (S-1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE EFFECT OF WARM COMPRESS ON BACK PAIN IN
TRIMESTER III PREGNANT WOMEN AT PUSKESMAS KASIHAN I,
YOGYAKARTA CITY YEAR 2022**

Intan Nindya¹. Ratih Kumorojati²

ABSTRACT

Background: Pregnancy will experience musculoskeletal changes which can result in back pain. The impact of back pain felt by pregnant women can interfere with work and daily activities when pregnant women. This pain will also disturb sleep in the mother. There are many non-pharmacological methods used for treatment, one of which is using hot compresses because this method is considered effective, safe, inexpensive, and easy to apply.

Objective: The purpose of this study was to examine the effect of warm compresses on back pain in third trimester pregnant women at the Kasihan Bantul Health Center.

Method: Quantitative with a pre-experimental research design with the type of one group pre-post test design. The population of this study was all TM III pregnant women at the Kasihan Bantul Health Center in November 2022, namely 32 TM III pregnant women. Determining the number of samples in this study can use Roscoe's theoretical formula of 20 respondents. Purposive sampling technique. Pain measurement tool with an observation checklist, namely the numeric rating scale. Univariate and bivariate data analysis with Wilcoxon

Results: There was an effect of warm compresses on back pain in third trimester pregnant women on the first, second and third days at the Kasihan Bantul Health Center (p -Value $0.000 < 0.05$)

Conclusion: There was an effect of warm compresses on back pain in third trimester pregnant women.

Keywords: warm compresses, back pain, third trimester pregnant women

¹Student of Midwifery Study Program (S-1) Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

²Supervisor of the Midwifery Study Program (S-1) Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta