

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dibawah ini merupakan uraian hasil penelitian mengenai pengaruh kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Tolangohula.

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Puskesmas Tolangohula merupakan pusat layanan kesehatan di Kecamatan Tolangohula. Puskesmas ini berlokasi di Desa Sukamakmur Kecamatan Tolangohula Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo. Wilayah kerja puskesmas ini terdiri dari 15 Desa yaitu Gandasari, Margomulyoa, Makmur Abadi, Sukamakmur, Sukamakmur Utara, Bina Jaya, Polohungo, Molohu, Gandaria, Lakeya, Ombulotango, Tamaila, Tamaila Utara, Sidoharjo, dan Himalaya.

Puskesmas Tolangohula memiliki beberapa ruangan pelayanan diantaranya laboratorium, ruang persalinan, ruang pemeriksaan kehamilan, ruang KB, dan ruang nifas. Puskesmas Tolangohula juga memiliki berbagai program pelayanan kesehatan ibu diantaranya posyandu ibu hamil, kelas ibu hamil, kunjungan rumah ibu hamil, USG kehamilan, kunjungan nifas dll. Pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Tolangohula dilakukan setiap hari kerja, untuk pemeriksaan USG dilaksanakan setiap minggu di hari kamis.

2. Analisa Data

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Tolangohula dengan jumlah populasi sebanyak 18 ibu hamil trimester III yang tercatat mengalami nyeri punggung. Dari populasi tersebut ditarik 15 responden sebagai sampel yang telah memenuhi kriteria penelitian. Data yang dianalisa merupakan data primer yang diperoleh peneliti melalui pengisian kuesioner oleh responden sendiri. Data primer yang dianalisa terdiri dari umur, jumlah kehamilan, pendidikan dan pekerjaan.

a. Karakteristik responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Tolangohula

Karakteristik	frekuensi n(15)	%
Umur		
20-35 tahun	12	80%
>35 tahun	3	20%
Jumlah kehamilan		
Primigravida	4	26,7%
Multigravida	11	73,3%
Pendidikan		
SD	7	46,7%
SMP	2	13,3%
SMA	6	40%
Pekerjaan		
IRT	15	100%

Sumber: Data Primer 2023

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu hamil ber usia 20-35 tahun sejumlah 80% dengan responden yang memiliki jumlah kehamilan lebih dari satu (multigravida) sebanyak 11 ibu hamil (73,3%). Dalam jenjang pendidikan, rata-rata responden menyelesaikan pendidikannya di sekolah dasar yaitu sebanyak 7 orang (46,7%) serta semua responden bekerja sebagai ibu rumah tangga.

b. Tingkat Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah diberikan Kompres Hangat di Puskesmas Tolangohula

Berikut merupakan hasil penelitian yang diperoleh dari jawaban responden sebelum diberikan kompres hangat

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Punggung Bawah Responden Sebelum dan Sesudah diberikan Kompres Hangat

Kategori Nyeri Punggung Bawah	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Tidak nyeri	0	0	3	20
Nyeri ringan	0	0	11	73,3
Nyeri sedang	8	53,3	1	6,7
Nyeri berat	7	46,7	0	0
Total	15	100	15	100

Sumber: Data Primer 2023

Dari tabel 4.2 diketahui bahwa rata-rata responden sebelum diberikan kompres hangat mengalami nyeri punggung bawah dikategori nyeri sedang (53,3%) dan dikategori nyeri berat (46,7%). Pada tabel diatas juga diketahui bahwa sesudah diberikan kompres hangat rata-rata responden mengalami penurunan nyeri ke tingkat kategori nyeri ringan (73,3%).

c. Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Tolangohula

Hasil *pretest* dan *posttest* tingkat nyeri punggung bawah terhadap pemberian kompres hangat dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.3 Nyeri Punggung Bawah Responden *Pretest* dan *Posttest*

Variabel Nyeri punggung Bawah	n (15)
<i>Pretest</i>	
Mean (SD)	3,47 (0,516)
Median (Rentang)	3 (3-4)
<i>Posttest</i>	
Mean (SD)	1,87 (0,516)
Median (Rentang)	2 (1-3)
Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	1,6
	p = 0,001*

*uji wilcoxon

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa nilai *mean pretest* tingkat nyeri punggung bawah yang dialami 15 responden sebesar 3,47 dan nilai *mean posttest* 1,87 berarti ada penurunan nilai sebesar 1,6 setelah diberikan terapi kompres hangat. Nilai signifikan sebesar 0,001 ($p < 0,05$), berarti ada perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* tingkat nyeri punggung bawah terhadap pemberian kompres hangat. Hasil tersebut membuktikan hipotesis diterima yang artinya ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Tolangohula.

B. Pembahasan

1. Karakteristik responden

a. Usia

Berdasarkan tabel 4.1 bahwa 80% responden berusia 20-35 tahun. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dari (Rejeki & Fitriani, 2019) yang menyatakan bahwa 96% respondennya yang mengalami nyeri punggung bawah berusia 20-35 tahun. Usia ibu merupakan salah satu faktor resiko yang berhubungan dengan kualitas kehamilan.

Pada umur kurang dari 20 tahun, organ-organ reproduksi belum berfungsi dengan sempurna sehingga akan mudah mengalami komplikasi (Mappaware dkk., 2020). Usia 20-35 tahun merupakan usia reproduksi yang sehat dan aman sehingga disarankan untuk hamil diusia tersebut. Pada umur diatas 35 tahun akan terjadi kemunduran fungsi fisiologis dari sistem tubuh sehingga jika ibu hamil pada usia tersebut maka akan beresiko bagi ibu dan janin yang dikandungnya (Juwita, 2023). Teori tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa semua responden yang berusia diatas 35 tahun mengalami nyeri punggung pada kategori nyeri berat saat dilakukan *pretest*.

b. Paritas

Dari tabel 4.1 juga diketahui bahwa 73,3% responden pernah hamil lebih dari sekali (multigravida). Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh (Hanifah dkk., 2022) yang menyatakan bahwa 60% respondennya yang mengalami nyeri punggung bawah merupakan multigravida. Semakin sering seseorang hamil maka semakin tinggi resiko kejadian nyeri punggung. Pada multigravida akan terjadi regangan uterus yang berulang-ulang sehingga menyebabkan longgarnya ligamentum yang mengfiksasi uterus (Mappaware dkk., 2020). Jika otot-otot wanita hamil tersebut lemah maka akan terjadi kegagalan dalam menopang rahim yang membesar. Tanpa sokongan, uterus akan mengendur, menyebabkan

lengkung punggung semakin memanjang, hal ini yang menyebabkan risiko nyeri punggung pada ibu hamil multigravida (Rejeki & Fitriani, 2019).

c. Tingkat pendidikan

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa 46,7% responden menyelesaikan pendidikan mereka di jenjang sekolah dasar. Dari hasil pengisian kuesioner didapati bahwa semua responden tidak pernah mendapatkan informasi terkait kompres hangat yang dapat menurunkan intensitas nyeri pada punggung bawah ibu hamil. Pendidikan memiliki kaitan yang erat dengan tingkat pengetahuan seseorang. Tingkat pengetahuan seseorang mempengaruhi sikap dan perilaku yang diambil oleh setiap individu terutama dalam perubahan menuju gaya hidup yang sehat (Pontoh, 2018). Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa semua responden tidak pernah mendapatkan informasi terkait dengan pemberian kompres hangat sebagai terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri pada punggung bawah ibu hamil trimester III.

d. Pekerjaan

Hasil penelitian pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa semua responden bekerja sebagai ibu rumah tangga. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Handayany dkk., 2020) yang menyatakan bahwa 80% respondennya yang mengalami nyeri punggung bawah bekerja sebagai IRT. Pekerjaan rumah membuat mereka sering berdiri atau duduk dalam waktu yang lama. Hal tersebut sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa hormon yang dilepaskan selama kehamilan yang disebut *relaxin* membuat ligamen yang menempel dari tulang panggul ke tulang belakang menjadi lunak dan persendian menjadi lebih longgar, menyebabkan ketidakstabilan dan rasa sakit saat berjalan, berdiri, duduk dalam waktu lama, berbaring atau mengangkat barang (Saraha dkk., 2021).

Banyak dari ibu yang bekerja tidak memperhatikan *body* mekanik yang baik. Kondisi bekerja dengan posisi tubuh menunduk ke depan, duduk terlalu lama menyebabkan ketegangan otot dan keregangan pada ligamentum tubuh bagian belakang. Posisi tubuh yang tidak tepat saat

duduk membuat tekanan yang tidak normal pada jaringan sehingga menyebabkan rasa sakit pada bagian punggung (Rejeki & Fitriani, 2019).

2. Tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Tolangohula sebelum diberikan kompres hangat.

Dari tabel 4.2 didapatkan hasil 53,3% responden mengalami nyeri punggung bawah di kategori nyeri sedang dan sisanya 46,7% responden mengalami nyeri di kategori nyeri berat. Pertambahan berat badan selama kehamilan di trimester ketiga mengakibatkan peregangan berlebihan pada otot perut karna menampung rahim yang membesar, hal tersebut menyebabkan tekanan pada tulang belakang yang mengakibatkan nyeri pada punggung bawah. Pembesaran perut juga seringkali menyebabkan ibu mengambil postur tubuh yang salah sehingga terjadi kondisi seperti terganggunya lekukan tulang belakang (Saraha dkk., 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari (Hanifah dkk., 2022) yang menyatakan bahwa hasil *pretest* respondennya yang mengalami nyeri punggung bawah berada dikategori nyeri sedang (40%) dan berat (60%). Hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III sering mengalami nyeri pada punggung bawah. Trimester ketiga menjadi waktu yang paling sering timbulnya nyeri pada punggung (Puspasari, 2019). Sepertiga dari ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah bisa mengalami nyeri pada kategori berat (Saraha dkk., 2021).

Dari hasil *crosstab pretest* diketahui 6 responden atau sejumlah 40% mengalami nyeri punggung bawah dikategori berat merupakan ibu multigravida. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian (Amalia dkk., 2020) yang menyatakan bahwa 66,6 % kelompok eksperimennya dari penelitian “Efektifitas kompres hangat terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III” merupakan ibu multigravida dengan pembagian 53,3% multipara dan 13,3% grandemultipara. Akan tetapi hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rejeki & Fitriani, 2019) yang menyatakan bahwa mayoritas respondennya sejumlah 63,3% ibu hamil trimester II dan III yang mengalami nyeri punggung merupakan ibu

primigravida. Ibu primigravida biasanya memiliki otot abdomen yang sangat baik karena otot tersebut belum pernah mengalami peregangan sebelumnya. Dengan demikian, tingkatan rasa nyeri punggung bagian bawah biasanya akan terus naik bersamaan dengan jumlah paritas (Puspasari, 2019).

Dari hasil *crosstab pretest* juga diketahui bahwa semua responden yang mengalami nyeri sedang dan berat bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT). Hasil penelitian ini didukung oleh (Handayany dkk., 2020) dan (Amalia dkk., 2020) yang menyatakan bahwa responden penelitian mereka yang mengalami nyeri punggung sejumlah 80% dan 40% bekerja sebagai IRT. Namun, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Rejeki & Fitriani, 2019) yang menyatakan bahwa mayoritas respondennya yang mengalami nyeri punggung merupakan ibu pekerja dan hanya 26,7% yang bekerja sebagai IRT. Salah satu faktor penyebab nyeri punggung bawah adalah duduk terlalu lama. Banyak dari ibu bekerja yang tidak memperhatikan *body* mekanik yang baik seperti kondisi bekerja dengan posisi tubuh menunduk ke depan, duduk terlalu akan menyebabkan ketegangan otot dan keregangan ligamentum tubuh belakang, posisi tubuh yang salah selama duduk membuat tekanan pada abnormal dan jaringan sehingga menyebabkan rasa sakit pada bagian punggung bawah (Rejeki & Fitriani, 2019).

3. Tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Tolangohula setelah diberikan kompres hangat.

Pada tabel 4.2 hasil *posttest* setelah diberikan kompres hangat selama 3 hari berturut-turut rata-rata responden mengalami nyeri punggung bawah dikategori ringan sejumlah 73,3%. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian dari (Hanifah dkk., 2022) yang menyatakan bahwa setelah diberikan kompres hangat sebanyak 1 kali sehari selama 3 hari selama 15 menit terbukti menurunkan skala nyeri punggung bawah pada respondennya dengan mayoritas berada di kategori nyeri ringan sejumlah 80%. Hal ini menunjukkan bahwa ada penurunan tingkat nyeri punggung bawah sebelum dan setelah diberikan kompres hangat yang artinya kompres hangat bekerja dengan efektif.

Kompres hangat diberikan selama 15-20 menit dengan suhu 40-50°C. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Khomariyah & Widyastuti, 2022) yang melakukan penerapan kompres hangat selama 15-20 menit dengan suhu 40-50°C. Tubuh merespon panas yang dihantarkan oleh kompres hangat dengan memperlebar pembuluh darah, memblokir reseptor nyeri, dan mengurangi ketegangan otot sehingga menyebabkan efek relaksasi (Haryanti & Juniarti, 2018).

4. Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di Puskesmas Tolangohula.

Dari tabel 4.3 menunjukkan bahwa uji statistik menggunakan *wilcoxon signed rank test* menunjukkan nilai *p value* sebesar 0,001 ($p < 0,005$) artinya H_0 ditolak dan H_a diterima atau ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Tolangohula. Dari hasil penelitian terjadi perubahan yang sangat signifikan terhadap jumlah responden yang mengalami nyeri punggung bawah setelah diberikan kompres hangat, penurunan nyeri terjadi pada semua responden dan 3 diantaranya menunjukkan tidak mengalami nyeri pada hasil *posttest*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (Putri dkk., 2023) dengan judul penelitiannya “Pengaruh Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di PMB D Kota Jakarta Selatan Tahun 2022”. Penelitiannya menggunakan metode penelitian eksperimen semu dengan satu kelompok intervensi berjumlah 30 orang yang diberikan *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitiannya menunjukkan terdapat selisih dari rata-rata *pretest* dan *posttest* sebesar 2,97 dengan nilai signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,005$) yang artinya ada pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.

Nyeri punggung bawah terjadi karena aktifnya nosiseptor (reseptor nyeri) yang diakibatkan adanya stimulus faktor mekanis berupa penambahan berat badan selama kehamilan, peningkatan diameter sagital abdomen dan akibat pergeseran pusat gravitasi ke bagian anterior tubuh sehingga meningkatkan

tekanan pada punggung bawah (Sholihah & Kumorojati, 2020). Nyeri punggung bawah juga merupakan bagian nyeri otot yang disebabkan oleh peregangan otot perut yang menyebabkan tekanan pada tulang belakang (Saraha dkk., 2021). Nyeri otot membuat aliran darah berkurang pada tubuh terutama pada punggung bawah (Hasmar & Faridah, 2023).

Kompres hangat bekerja dengan cara memperlebar pembuluh darah sehingga meningkatkan aliran darah dan suplai oksigen ke daerah yang nyeri. Kompres juga menyalurkan panas yang dapat meredakan nyeri dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi yang dapat menimbulkan nyeri. Kompres hangat juga merangsang serat saraf yang menutup gerbang sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dapat dihambat (Haryanti & Juniarti, 2018).