

Pengaruh Pemberian Kompres Jahe untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamiltrimester III di Kota Malang

Ary Lukmana^{1*}, Tut Rayani Aksohini Wijayanti², Raden Maria Veronika Widiatrilupi³

^{1,2,3}Program Studi Sarjana Kebidanan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Rs. Dr. Soepraoen, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Email: ary94147@gmail.com, tutrayani@gmail.com, mariawidia74@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Bd. Sumariyah Str. Keb. Cemoro Kandang Kedungkandang Kota Malang. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan one group pretest posttest design. Menggunakan metode eksperimen dengan jenis penelitian yang digunakan preekperimental, dengan menggunakan skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) dan instrument yang digunakan ialah SOP Kompres Jahe dan Lembar Kuisisioner. Penelitian ini dilakukan di PMB Bd. Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang. PMB Bd.Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang, Kec. Kendungkandang, Kota Malang, Jawa Timur. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara sebelum dan setelah tindakan Kompres Jahe Merah, dengan p-value sebesar 0,002. Kesimpulannya, Kompres Jahe Merah dapat efektif mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Sumariyah S.Tr.Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang.

Kata Kunci: Kompres Jahe Merah, Nyeri Punggung, Ibu Hamil Trimester III, Kota Malang.

Abstract

The purpose of the study was to determine the effect of giving ginger compresses to reduce back pain in third trimester pregnant women at PMB Bd. Sumariyah Str. Keb. Cemoro Kandang Kedungkandang Malang City. This type of research is quantitative research. This study used a one group pretest posttest design approach. Using an experimental method with the type of research used preexperimentally, using the Numeric Rating Scale (NRS) pain scale and the instruments used are SOP for Ginger Compress and Questionnaire Sheet. This research was conducted at PMB Bd. Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang. PMB Bd.Sumariyah S.Tr. Cemorokandang District, Kendungkandang District, Malang City, East Java. The results of the analysis showed a significant difference between before and after the Red Ginger Compress action, with a p-value of 0.002. In conclusion, Red Ginger Compress can effectively reduce back pain in third trimester pregnant women at PMB Sumariyah S.Tr.Keb Cemorokandang Kedungkandang Malang City.

Keywords: Red Ginger Compress, Back Pain, Third Trimester Pregnant Women, Malang City.

How to cite:	Ary Lukmana, Tut Rayani Aksohini Wijayanti, Raden Maria Veronika Widiatrilupi (2024) Pengaruh Pemberian Kompres Jahe untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamiltrimester III di Kota Malang, (5) 4
E-ISSN:	2722-5356
Published by:	Ridwan Institute

Pendahuluan

Pada proses kehamilan seorang wanita tentu saja akan mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun psikis, perubahan anatomis ataupun perubahan fungsional tubuh, perubahan-perubahan ini sifatnya fisiologis. Pada saat kehamilan trimester III biasanya ibu akan mengalami beberapa keluhan salah satunya nyeri punggung, hal ini disebabkan oleh perubahan pada sistem muskulokeletal yang terdiri dari otot, jaringan ikat, serta tulang dan sendi yang menjadikan ibu merasa tidak nyaman (Purnamasari, 2019).

Nyeri punggung merupakan masalah yang bersifat fisiologis yang sering terjadi pada ibu hamil trimester III. Di Indonesia Mafikasari dan Kartikasari (2015) menjelaskan dari hasil penelitian bahwa di berbagai wilayah ibu hamil yang mengalami nyeri punggung pada saat kehamilannya mencapai 60% – 80% (Herawati, 2017) dalam jurnal (Kusumawati, Sri Mintarsih, & Sulastri, 2019). Sekitar 65% di Provinsi Jawa Timur ibu hamil yang mengalami nyeri punggung (Dinkes Jatim, 2019) dalam jurnal (Setiyaningsih, Hidayat, & Ningrum, 2023).

Di kota Malang pada penelitian sebelumnya sekitar 70%-90% ibu hamil yang mengalami nyeri punggung (Tarsikah & Silfiana, 2017). Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di PMB Bd. Sumariyah STr, Keb Cemoro kandang kedungkandang Kota Malang pada tanggal 7-9 Oktober 2023 ada 16 ibu hamil trimester II dan III dengan UK 29-39 minggu yang melakukan pemeriksaan ANC, 12 diantaranya dengan keluhan nyeri punggung.

Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung tentu akan membuat ibu merasa tidak nyaman. Beberapa faktor atau penyebab ibu mengalami nyeri punggung pada masa kehamilan yaitu kadar hormon relaksin yang meningkat akibat perubahan pada hormon kehamilan yang mempengaruhi faktor jaringan ligamen sehingga meningkatnya pergerakan sendi pelvis yang menyebabkan spinal dan pelvis mengalami ketidakstabilan hingga menimbulkan rasa tidak nyaman.

Penambahan berat badan, perubahan postur tubuh yang cepat, nyeri punggung terdahulu, prenggangan yang berulang serta kesalahan postur tubuh saat duduk, berdiri, berbaring, bahkan pada saat melakukan pekerjaan rumah juga merupakan faktor lain penyebab ibu mengalami nyeri punggung (Putih dan Nuraeni, 2017) dalam jurnal (Faculty & Andalas, 2022).

International Association for the Study of Pain mendefinisikan Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung pada saat kehamilannya mengakibatkan masalah yang kompleks karena kerusakan jaringan (baik aktual maupun potensial) yang berujung ketakutan dan kecemasan, hingga meningkatkan stres serta perubahan fisiologis yang impresif selama kehamilan, hal ini juga dapat mengganggu aktifitas ibu sehari-hari hingga pada kualitas tidur ibu (Faculty & Andalas, 2022).

Nyeri punggung pada ibu hamil juga berkaitan dengan kesehatan janin, dalam hal ini indikatornya yaitu perubahan yang mempengaruhi detak jantung janin. Menurut Tsao, dalam penelitiannya, nyeri yang berkepanjangan dan berulang terbukti meningkatkan efek pada respon saraf parasimpatis dan variabilitas detak jantung dalam jurnal

(Kesehatan et al., n.d.). Ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung dapat dilakukan terapi berupa farmakologis atau non farmakologis, terapi farmakologis bisa berupa Pemberian analgesik seperti paracetamol (Nurul kadiyah, 2021) dan terapi non farmakologi dapat berupa teknik relaksasi distraksi, kompres air jahe, senam hamil, yoga, *acupressure*, pijat, tidur miring kiri dan mengganjal punggung dengan bantal, dan istirahat yang cukup.

Kompres jahe merupakan salah satu pengobatan non farmakologis untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil (Khofifah, Budiati, & Hidayati, n.d.). Jahe merupakan tanaman yang sering kali kita jumpai dengan kandungan senyawa yang bersifat sebagai analgesic, anti piretik, dan anti inflamasi. Senyawa *cyclo oksigenase*, *gingerols*, *limonene*, *asam linoleat*, *aspartic*, *sitosterol*, *capsaicin*, *asam clorogenic*, dan *farnesol* memiliki sifat anti inflamasi pada jahe, rasa hangat dalam jahe mampu mencegah terjadinya spasme pada otot, bekerja untuk memvasodilatasi pembuluh darah yang mengalami ketegangan (Zakiyah et al., n.d.).

Dari hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Yusenta, Kesehatan, & 2023, n.d.) Intervensi yang diberikan kompres jahe untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, Setelah dilakukan kompres pada ibu hamil terdapat penurunan nyeri. Berdasarkan latar belakang diatas dan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan Judul Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Bd. Sumariyah Str.Keb Cemoro Kandang Kedungkandang Kota Malang.

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalahnya "Adakah Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Bd. Sumariyah Str. Keb. Cemoro Kandang Kedungkandang Kota Malang?" Tujuan penelitian untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Bd. Sumariyah Str. Keb. Cemoro Kandang Kedungkandang Kota Malang. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi sebagai sumber kepustakaan tambahan bagi mahasiswa kebidanan untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang topik tersebut. Selain itu, bagi responden yang menjadi subjek penelitian, diharapkan bahwa penelitian ini dapat memberikan motivasi dan pengetahuan tambahan tentang cara penanganan nyeri punggung yang mungkin mereka hadapi selama masa kehamilan.

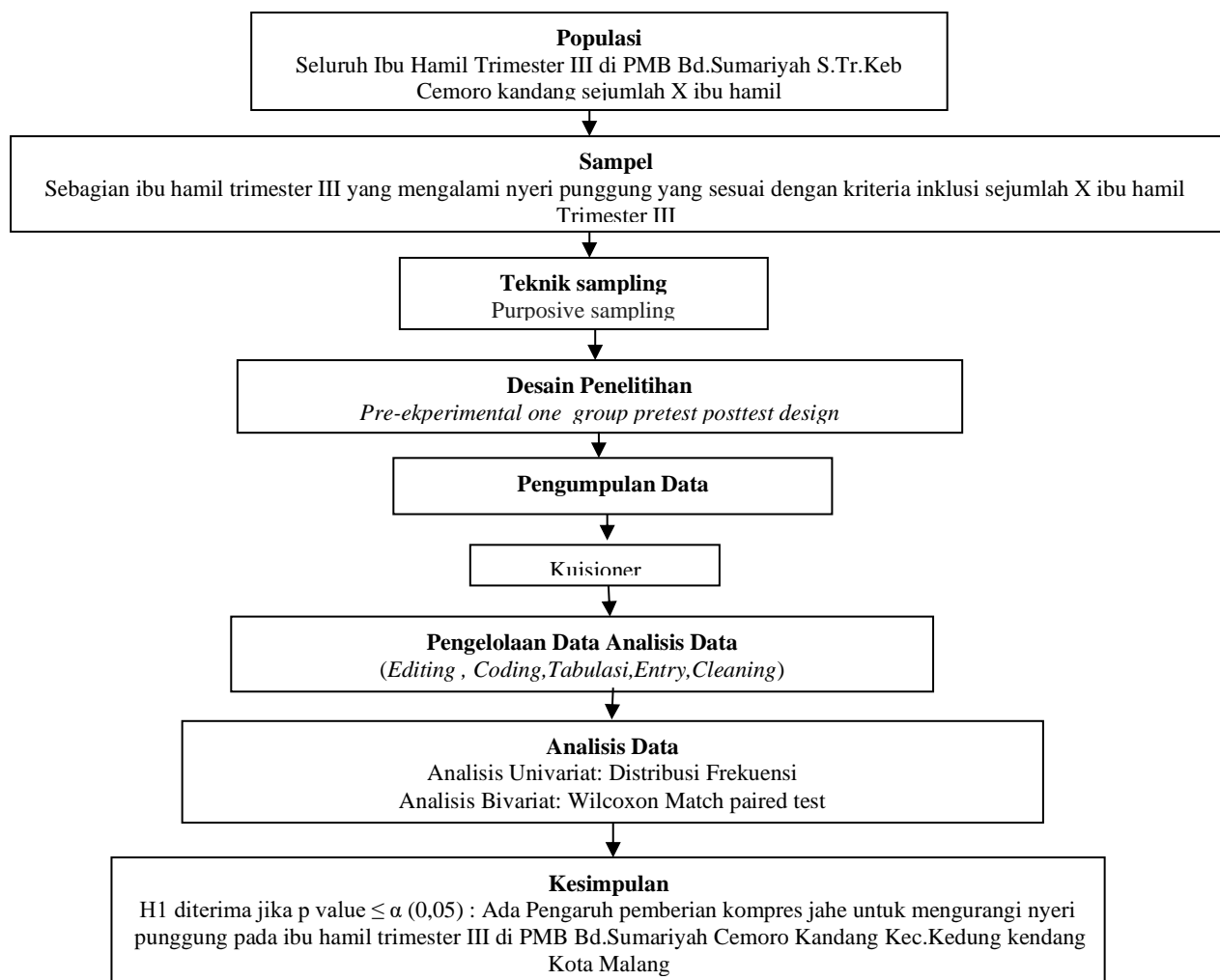
Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan one group pre test post test design. Menggunakan metode eksperimen dengan jenis penelitian yang digunakan preeksperimental, dengan menggunakan skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS) dan instrument yang digunakan ialah SOP Kompres Jahe dan Lembar Kuisisioner. Penelitian ini dilakukan di PMB Bd. Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang. PMB Bd.Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang, Kec. Kendungkandang, Kota Malang, Jawa Timur. Rencana penelitian ini merupakan rencana tentang tempat dan jadwal yang akan dilakukan oleh peneliti dalam melaksanakan kegiatan penelitiannya. Studi pendahuluan penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober

Pengaruh Pemberian Kompres Jahe untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamiltrimester III di Kota Malang

dan untuk rencana Penelitian ini yaitu mulai bulan Februari–maret 2024 di PMB Bd.Sumariyah S. Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang.

Pada penelitian ini data yang dikumpulkan dianalisis dengan 2 metode yaitu menggunakan analisa univariat dan bivariat. Analisis univariat penelitian ini dilakukan pada variabel dependen dianalisis menggunakan deskriptif frekuensi dan disajikan dalam tabel df. Proses analisis data ini menggunakan bantuan software computer SPSS versi 16. Analisis bivariat yaitu digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, digunakan uji non parametric yaitu uji Wilcoxon paired test. Jika H1 diterima $p \text{ value} \leq \alpha (0,05)$: Ada Pengaruh Pemberian Kompres Jahe pada nyeri punggung ibu hamil trimester III. Proses analisis data ini menggunakan bantuan software computer SPSS versi 16.



Gambar 1. Kerangka Operasional

Hasil dan Pembahasan

A. Data Umum

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik usia akan menjelaskan tentang usia ibu. Hasil deskripsi karakteristik responden berdasarkan usia yang diperoleh menunjukkan data terbesar didapatkan yaitu 10 responden (50.0 %) berusia 26-30 tahun, 7 responden (35.0%) berusia >35 tahun, dan data terkecil didapatkan 3 responden (15.0 %) berusia 20-25 tahun.

2. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir

Hasil deskripsi karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir yang diperoleh menunjukkan yaitu sebagian hampir sebagian dari responden berpendidikan SMA/SMK sederajat sebanyak 10 responden (50.0%), SD-SMP hampir sebagian kecil 9 responden (45%), dan sebagian kecil 1 responden (5%).

3. Karakteristik responden berdasarkan Usia Kehamilan

Hasil deskripsi karakteristik responden berdasarkan usia kehamilan yang diperoleh menunjukkan data terbesar idapatkan yaitu 17 (85%) responden dengan usia kehamilan 36-37 minggu, dan data terkecil didapatkan yaitu 3 (15%) respondendengan usia kehamilan 38-39 minggu.

4. Karakteristik responden berdasarkan paritas

Hasil deskripsi karakteristik responden berdasarkan jumlah anak yang diperoleh menunjukkan data sebagian besar yaitu 14 responden atau (70%) dan tidak ada 6 responden (30%).

B. Data Khusus

1. Identifikasi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Dilakukan Kompres Jahe Merah Di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang

Tabel 1. Sebelum Dilakukan Kompres Jahe Merah

Sebelum Diterapi		
	Frequency	Percent
1-3	13	65.0
4-6	7	35.0
Total	20	100.0

Berdasarkan tabel 1. Menunjukkan bahwa nyeri punggung sebelum dilakukan tindakan Kompres Jahe Merah pada ibu hamil trimester III Di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang didapatkan data terbesar 13 (65%) responden dengan skala nyeri ringan dan didapatkan data terkecil 7 (35%) responden dengan nyeri sedang.

2. Identifikasi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Setelah Dilakukan Kompres Jahe Merah Di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang

Tabel 2 setelah dilakukan kompres jahe merah

Sesudah diterapi		
	Frequency	Percent
0	3	15.0
1-3	17	85.0
Total	20	100.0

Berdasarkan tabel 2 Menunjukkan bahwa nyeri punggung setelah dilakukan tindakan Kompres Jahe Merah pada ibu hamil trimester III Di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang didapatkan data terbesar 17 (85%) responden dengan skala nyeri sedang dan data terkecil didapatkan 3 (15%) responden dengan skala tidak nyeri.

3. Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III.

Tabel 3 Sesudah diterapi

Sesudah diterapi		
	Frequency	Percent
0	3	15.0
1-3	17	85.0
Total	20	100.0
Uji Wilcoxon	<i>p-value</i>	0.002

Berdasarkan tabel 3 pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang Berdasarkan tabel 5.6. Menunjukkan bahwa nyeri punggung sebelum dilakukan tindakan Kompres Jahe Merah pada ibu hamil trimester III Di TPMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang didapatkan data terbesar 13 (65%) responden dengan skala nyeri ringan dan didapatkan data terkecil 7 (35%) responden dengan nyeri sedang. Berdasarkan hasil menunjukkan bahwa nyeri punggung setelah dilakukan tindakan Kompres Jahe Merah pada ibu hamil trimester III Di TPMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang didapatkan data terbesar 17 (85%) responden dengan skala nyeri sedang dan data terkecil didapatkan 3 (15%) responden dengan skala tidak nyeri.

Berdasarkan uji statistic Wilcoxon Match Paired Test dengan bantuan program SPSS perhitungan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Hasil dari perhitungan value adalah $0,002 < 0,05$

Kompres Jahe Merahterhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil trimester III di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang.

C. Identifikasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, sebelum di lakukan Kompres Jahe Merah di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang

Berdasarkan hasil identifikasi nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III sebelum dilakukan kompres jahe merah di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang menunjukkan bahwa nyeri punggung sebelum dilakukan tindakan Kompres Jahe Merah pada ibu hamil trimester III Di PMB Bd. Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang kota Malang didapatkan data terbesar 13 (65%) responden dengan skala nyeri ringan dan didapatkan data terkecil 7 (35%) responden dengan nyeri sedang.

Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung tentu akan membuat ibu merasa tidak nyaman. Beberapa faktor atau penyebab ibu mengalami nyeri punggung pada masa kehamilan yaitu kadar hormon relaksin yang meningkat akibat perubahan pada hormon kehamilan yang mempengaruhi faktor jaringan ligamen sehingga meningkatnya pergerakan sendi pelvis yang menyebabkan spinal dan pelvis mengalami ketidak stabilan hingga menimbulkan rasa tidak nyaman. Penambahan berat badan, perubahan postur tubuh yang cepat, nyeri punggung terdahulu, prenggangan yang berulang serta kesalahan postur tubuh saat duduk, berdiri, berbaring, bahkan pada saat melakukan pekerjaan rumah juga merupakan faktor lain penyebab ibu mengalami nyeri punggung (Putih dan Nuraeni, 2017) dalam jurnal (Faculty & Andalas, 2022).

Menurut peneliti, hasil dari penelitian sebelum dilakukannya kompres jahe sebagian besar responden merasakan nyeri punggung, penyebab terjadinya nyeri punggung pada ibu hamil trimester III Nyeri punggung bagian bawah (Low Back Pain/ LBP) yaitu nyeri yang dirasakan dari tulang belakang atau panggul lebih dari seminggu secara terus menerus serta berulang (Almanda, Mansoben, & Fitriani, 2024). Nyeri akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia kehamilan ibu, pada proses ini akan terjadi pergeseran pusat gravitasi serta perubahan postur tubuh yang dipengaruhi oleh uterus yang semakin membesar (Handayani & Nuraeni, 2023).

Keluhan nyeri punggung yang dirasakan ibu hamil ini umumnya bersifat fisiologis namun jika tidak diatasi dengan tepat dapat menjadi patologis. Karena jika tidak segera diatasi dapat meningkatkan nyeri punggung bawah postpartum, dan nyeri kronis yang akan lebih sulit diobati dan mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang (Kodiyah, DUNIA, & 2021, 2021). Nyeri punggung yang dialami ibu hamil trimester III dikarenakan ibu hamil terlalu banyak melakukan aktivitas fisik yang berlebihan, ketika ibu hamil harus mengurus rumah tangga di samping itu juga ibu harus bekerja, dikarenakan semakin membesarnya usia kehamilan rahim berpengaruh pada pusat gravitasi, membenteng keluar dan melemahkan otot-otot perut, mengubah

postur tubuh, serta memberikan tekanan pada punggung sehingga menyebabkan nyeri punggung yang di alami oleh ibu (Arummega, Rahmawati, & Meiranny, 2022).

Menurut Muawanah (2023), penyebab terjadinya nyeri punggung dikarenakan semakin membesarnya usia kehamilan dikarenakan semakin membesarnya usia kehamilan rahim berpengaruh pada pusat gravitasi, membenteng keluar dan melemahkan oto-otot perut, mengubah postur tubuh, serta memberikan tekanan pada punggung sehingga menyebabkan nyeri punggung yang di alami oleh ibu.

D. Identifikasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, setelah di lakukan Kompres Jahe Merah di PMB Bd.Sumariyah S.Tr.Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang.

Berdasarkan hasil identifikasi nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III setelah dilakukan kompres jahe merah di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang menunjukkan bahwa nyeri punggung setelah dilakukan tindakan Kompres Jahe Merah pada ibu hamil trimester III Di PMB Bd.Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang didapatkan data terbesar 17 (85%) responden dengan skala nyeri sedang dan data terkecil didapatkan 3 (15%) responden dengan skala tidak nyeri.

Kompres Jahe Merah merupakan sebuah terapi komplementer yang cukup penting diberikan pada ibu hamil, terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri, dengan kandungan ginerol dan sensasi hangat yang ditimbulkan dapat membuat terbukanya pemulu darah hingga memperlancar sirkulasi darah hingga nyeri sendi berkurang (Rahmawati & Kusnul, 2021). Menurut Fatmawati (2021) Kompres jahe ini dapat memberikan rasa hangat yang mampu meningkatkan aliran darah untuk mendapatkan efek analgesik dan relaksi otot sehingga mampu mengurangi nyeri, dan menghambat pembentukan prostagladin sebagai penghambat nyeri yang dirasakan ibu hamil.

E. Pengaruh Kompres Jahe Merah Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di TPMB Sumariyah S.Tr.Keb Cemorokandang

Berdasarkan Berdasarkan hasil identifikasi nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III sebelum dilakukan kompres jahe merah di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang menunjukkan bahwa nyeri punggung sebelum dilakukan tindakan Kompres Jahe Merah pada ibu hamil trimester III Di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang didapatkan data terbesar 13 (65%) responden dengan skala nyeri ringan dan didapatkan data terkecil 7 (35%) responden dengan nyeri sedang.

Berdasarkan hasil identifikasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester iii setelah dilakukan kompres jahe merah di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang menunjukkan bahwa nyeri punggung setelah dilakukan tindakan Kompres Jahe Merah pada ibu hamil trimester III Di PMB Sumariyah S.Tr.

Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang didapatkan data terbesar 17 (85%) responden dengan skala nyeri sedang dan data terkecil didapatkan 3 (15%) responden dengan skala tidak nyeri.

Berdasarkan data di atas dan menurut uji statistic Wilcoxon Match Paired Test dengan bantuan program SPSS 16 dilakukan perhitungan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Hasil dari perhitungan value adalah $0,002 <$ berarti Ada Pengaruh Kompres Jahe Merah terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil trimester III di PMB Sumariyah S.Tr. Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang.

Kompres Jahe Merah merupakan sebuah terapi komplementer, terapi non farmakologi yang cukup penting diberikan pada ibu hamil. Dengan adanya kandungan minyak atsiri pada jahe, sensasi panas menyebabkan vasodilatasi yang meningkatkan aliran darah, sehingga ketika aliran darah lancar maka oksigen kedalam jaringanpun lancar dan menyebabkan tidak terjadinya iskemia yang menimbulkan rasa nyeri.

Menurut Riyandi (2020) Kompres Jahe Merah dapat mengurangi rasa nyeri yang tidak nyaman dan sakit pada daerah punggung selama kehamilan, dikarenakan dengan Kompres Jahe Merah dapat memberikan rasa hangat sehingga memperlancar sirkulasi darah hingga dapat membenatu mengurangi rasa nyeri pada ibu hamil. Penelitian serupa juga pernah dilakukan oleh Almaidah, Fitria et,al (2022) tentang “Kompres Jahe Terhadap Tingkat Low Back Pain Ibu Hamil Trimester III Pada Ibu Bekerja Di Klinik Griya Airlangga” dengan Hasil uji Wilcoxon pada penelitian ini adalah H_0 ditolak dan H_a diterima dengan P value $<0,001$

Kesimpulan

Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara sebelum dan setelah tindakan Kompres Jahe Merah, dengan p-value sebesar 0,002. Kesimpulannya, Kompres Jahe Merah dapat efektif mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di PMB Sumariyah S.Tr.Keb Cemorokandang Kedungkandang Kota Malang.

BIBLIOGRAFI

- Almanda, Shafira, Mansoben, Novita, & Fitriani, Fitriani. (2024). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Perubahan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil. *Jurnal Keperawatan*, 16(4), 1417–1424.
- Arummea, Melati Nur, Rahmawati, Alfiah, & Meiranny, Arum. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III: Literatur Review. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), 14–30.
- Faculty, Jurnal Kesehatan Proceeding Istandalas International Conference Of Midwifery (aicm) Medical, & Andalas, Universitas. (2022). Kompres Jahe Terhadap Tingkat Low Back Pain Ibu Hamil Trimester III Pada Ibu Bekerja Di Klinik Griya Airlangga. *Ejurnal.Stikesprimanusantara.Ac.IdF Almaidah, D AmbarwatiJurnal Kesehatan, 2022•ejurnal.Stikesprimanusantara.Ac.Id*. <https://doi.org/10.35730/jk.v13i0.909>
- Fatmawati, Tina Yuli, & Ariyanto, Ariyanto. (2021). Efektifitas terapi kompres jahe dan kompres serai hangat untuk menurunkan intensitas nyeri arthritis rheumatoid pada

- lanjut usia. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 1–8.
- Handayani, Rohmi, & Nuraeni, Resanti Putri. (2023). Efektifitas Kompres Hangat Kering Dan Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Skala Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. *Penerbit Tahta Media*.
- Kesehatan, Jurnal, Keperawatan, dan, Yusenta, Nova, Yani Veronica, Septika, Studi Pendidikan Profesi Bidan, Program, Kesehatan, Fakultas, & Aisyah Pringsewu, Universitas. (n.d.). *VIVA MEDIKA Pemberian Kompres Hangat Jahe terhadap Menurunkan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III: Studi Kasus*. <https://doi.org/10.35960/vm.v16i3.1084>
- Khofifah, Nabila Nur, Budiati, Ari, & Hidayati, Sri. (n.d.). *PENGARUH KOMPRES JAHE TERHADAP NYERI PADA PASIEN LOW BACK PAIN DI RUANGAN KENANGA 1 RSUD TEMANGGUNG*.
- Kodiyah, N., DUNIA, E. Susinta THE SHINE CAHAYA, & 2021, undefined. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Pada Ibu Nifas Terhadap Nyeri Punggung Bawah di Puskesmas Geyer I. *Ejournal.Annurpurwodadi.Ac.IdN Kodiyah, E SusintaTHE SHINE CAHAYA DUNIA KEBIDANAN, 2021•ejournal.Annurpurwodadi.Ac.Id*, 6(1), 2774–8731.
- Kusumawati, Titik Tri, Sri Mintarsih, & Sulastri. (2019). Pemberian Kompres Jahe untuk Menurunkan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Pada Asuhan Keperawatan Maternitas. *Jurnal Publikasi*, 1–7.
- Muawanah, Siti. (2023). Efektivitas Massage Therapy Dan Senam Hamil Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 7(2), 118–128.
- Nurul kodiyah, Erni Susinta. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Pada Ibu Nifas Terhadap Nyeri Punggung Bawah Di Puskesmas Geyer I. *TSJKeb_Jurnal*, 6(1), 38–45.
- Purnamasari, Kurniati Devi. (2019). Nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester II dan III. *Journal of Midwifery and Public Health*, 1(1), 9–15.
- Rahmawati, Anis, & Kusnul, Zauhani. (2021). Potensi Kompres Hangat Jahe Merah Sebagai Terapi komplementer Terhadap Pengurangan Nyeri Arthritis Gout: Potential of Red Ginger Warm Compress as a Complementary Therapy for Gouty Arthritis Pain Reduction. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 3(1), 7–12.
- Riyandi, Ajeng Febrina Piesca, Herawati, Yanti, Syafrullah, Haidir, Suryani, Ida, & Sari, Dian Purnama. (2020). *Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Merah (Zingiber Officinale Rosc. Var. Rubrum) Hangat Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaluyu Kabupaten Cianjur*.
- Setiyaningsih, Fera Yuli, Hidayat, Adistavirda Lovado Ramadhani, & Ningrum, Nining Mustika. (2023). Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny “1” GII P1A0 36 Minggu Kehamilan Normal di PMB Lilis Suryawati.,S,ST.,M.Kes Sambong Dukuh Jombang. *Jurnal Kebidanan*, 13(1), 66–72. <https://doi.org/10.35874/jib.v13i1.1186>
- Tarsikah, Tarsikah, & Silfiana, Emy. (2017). Penerapan Teknik Mekanika Tubuh untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester II dan III. *MIKIA: Mimbar Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak (Maternal and Neonatal Health Journal)*, 4–9.
- Yusenta, N., Kesehatan, SY Veronica Viva Medika: Jurnal, & 2023, undefined. (n.d.). Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Menurunkan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III: Studi Kasus. *Ejournal.Uhb.Ac.Id*.
- Zakiyah, Zahrah, Endah Luqmanasari, MKeb, Gusti Ayu Tirtawati, MKes, Titi Maharrani, MKes, Dwi Yuliawati, MKeb, Reny Retnaningsih, MKeb, Lina

Ary Lukmana, Tut Rayani Aksohini Wijayanti, Raden Maria Veronika Widiatrilupi

Ratnawati, MKeb, Nunik Ike Yunia Sari, MKeb, Fitri Yuniarti, MPH, Estin Gita Maringga, MKes, & Tut Rayani Aksohini Wijayanti, MPH. (n.d.). *TERAPI KOMPLEMENTER DALAM MENGATASI KETIDAKNYAMAN KEHAMILAN BERBASIS BUKTI*.

Copyright holder:

Ary Lukmana*, Tut Rayani Aksohini Wijayanti, Raden Maria Veronika Widiatrilupi
(2024)

First publication right:

Syntax Admiration

This article is licensed under:

