

ABSTRAK

PENATALAKSANAAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III MENGGUNAKAN KOMPRES AIR HANGAT DI KLINIK BIDAN E DESA CILAMAYA KECAMATAN BLANAKAN KABUPATEN SUBANG TAHUN 2023

Kehamilan adalah suatu keadaan perempuan yang sedang mengandung selama sembilan bulan untuk meningkatkan fetus didalam rahimnya. Kebanyakan ibu hamil mengalami ketidaknyamanan yang berhubungan dengan perubahan anatomi dan fisiologis, salah satu ketidaknyamanan yang sering timbul adalah nyeri punggung. Salah satu cara yang dapat menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil adalah melalui pemberian kompres air hangat.

Tujuan penelitian ini yaitu memberikan asuhan kebidanan komprehensif pada ibu hamil, bersalin, nifas, bayi baru lahir, dan kb khususnya untuk mengetahui perubahan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pemberian kompres air hangat di Klinik Bidan E. Responden dilakukan pengukuran nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan pengukuran Numeric Rating Scala (NRS).

Hasil asuhan berupa pemberian kompres air hangat yang dilakukan selama 4 hari dengan lamanya durasi 20 menit menunjukkan adanya perubahan intensitas nyeri yang dirasakan subyek yaitu dari kategori nyeri berat menurun menjadi kategori nyeri sedang.

Simpulan pemberian kompres hangat dapat menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Disarankan untuk ibu hamil dapat melakukan terapi non farmakologi lebih banyak guna meminimalisir komplikasi pada ibu dan janin.

Kata Kunci : Kehamilan, Nyeri Punggung Bawah, Kompres Air Hangat.

ABSTRACT

MANAGEMENT OF LOW BACK PAIN IN THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN USING WARM WATER COMPRESSES AT THE MIDWIFE E CLINIC IN CILAMAYAVILLAGE BLANAKAN SUBDISTRICT SUBANG DISTRICT IN 2023

Pregnancy is a condition of a woman who is pregnant for nine months to increase the fetus in her womb. Most pregnant women experience discomfort related to anatomical and physiological changes, one of the discomforts that often arises is back pain. One way that can reduce the intensity of back pain in pregnant women is by giving warm water compresses.

The purpose of this study is to provide comprehensive midwifery care for pregnant women, childbirth, postpartum, newborns and family planning, especially to determine changes in the intensity of low back pain in third trimester pregnant women before and after giving warm water compresses at the Midwife E Clinic. Respondents were measured pain before and after the intervention was carried out by measuring the Numeric Rating Scale (NRS).

The results of care in the form of giving warm water compresses which were carried out for 4 days with a duration of 20 minutes showed a change in the intensity of pain felt by the subject, namely from the category of severe pain decreased to the category of moderate pain.

In conclusion giving warm compresses can reduce the intensity of back pain in third trimester pregnant women. It is recommended for pregnant women to do more non pharmacological therapy in order to minimize complications in the mother and fetus.

Keywords : Pregnancy, Low back pain, Warm compresses.