

ABSTRAK

Nyeri pinggang merupakan salah satu ketidaknyamanan pada ibu hamil khususnya trimester 3 dengan presentase yang cukup tinggi yaitu sekitar 60-80%. Nyeri pinggang yang tidak diatasi dengan baik akan menimbulkan risiko yang lebih besar seperti: mengakibatkan nyeri pinggang dalam jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri pinggang postpartum dan nyeri pinggang kronis yang akan lebih sulit untuk diobati. Berdasarkan latar belakang tersebut adapun tujuan dari penelitian kompres air hangat ini yaitu untuk dapat memberikan asuhan kebidanan kepada ibu hamil dengan ketidaknyamanan nyeri pinggang pada trimester III, persalinan, nifas, dan bayi baru lahir. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *case study* (Studi kasus), sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu ibu hamil trimester III dengan nyeri pinggang sebanyak 2 orang dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Pengukuran skala nyeri menggunakan metode VRS (*Verbal Rating Scale*). Kompres air hangat pada responden dilakukan selama lima hari sebanyak 2 kali sehari yaitu pada pagi dan sore hari selama 15-20 menit. Hasil dari penelitian ini responden mengalami penurunan nyeri dari skala *moderate pain* (nyeri sedang) menjadi *mild pain* (Nyeri ringan). Simpulan dari penelitian ini didapatkan bahwa kompres air hangat efektif dapat mengurangi nyeri pinggang pada ibu hamil, oleh karena itu intervensi ini diharapkan dapat dijadikan salah satu acuan atau protap dalam melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan nyeri pinggang.

Kata kunci : Kehamilan, Kompres hangat, Nyeri pinggang

Sumber : 6 buku dari tahun 2010-2016

2 Jurnal dari tahun 2013-2017

ABSTRACT

Low back pain is one of the discomforts in pregnant women especially in the third trimester with a fairly high percentage of around 60-80%. Lumbago pain that is not treated properly will pose a greater risk such as: resulting in long-term low back pain, increasing the tendency of postpartum low back pain and chronic low back pain that will be more difficult to treat. Based on this background, the purpose of this warm water compress research is to be able to provide obstetric care to pregnant women with discomfort of low back pain in trimester III, childbirth, childbirth, and newborns. This research method uses a descriptive method with a case study approach (case study), the sample used in this study is third trimester pregnant women with low back pain of 2 people with a purposive sampling technique. Pain scale measurement using the VRS (Verbal Rating Scale) method. Compress warm water to the respondent for five days twice a day, in the morning and evening for 15-20 minutes. The results of this study respondents experienced a decrease in pain from moderate pain scale (moderate pain) to mild pain (mild pain). The conclusion from this study found that compresses of warm water can effectively reduce low back pain in pregnant women, therefore this intervention is expected to be one of the references or procedures in conducting midwifery care for pregnant women with low back pain.

Keywords: Pregnancy, Warm compresses, Low back pain

Source: 6 books from 2010-2016

2 Journal from 2013-2017