

ABSTRAK

Nyeri pinggang merupakan ketidaknyamanan pada ibu hamil Trimester III dengan prevalensi yang tinggi yaitu 80%. Nyeri pinggang adalah gangguan rasa sakit yang umum terjadi pada ibu hamil yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Penatalaksanaan pada nyeri pinggang tidak terbatas pada penatalaksanaan farmakologis yaitu dengan pemberian kalsium dan obat analgesik, tetapi penatalaksanaan pada nyeri pinggang bisa juga dengan menggunakan penatalaksanaan non farmakologis yaitu dengan menggunakan kompres air rebusan jahe. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efek dari kompres air rebusan jahe terhadap skala nyeri pinggang ibu hamil trimester III.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan study kasus (*case study*) yang bersifat continuity of care. Sample yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 3 orang ibu hamil trimester III yang mengalami masalah nyeri pinggang, dengan teknik pengambilan sample secara purposive sampling. Teknik pengukuran skala nyeri yang digunakan adalah dengan menggunakan NRS (Numerical Rating Scale). Pemberian kompres air rebusan jahe dilakukan selama 3 hari, dengan setiap kali pemberian dilakukan selama 20 menit, dengan mengganti air rendamannya setiap 5 menit sekali.

Hasil dari penelitian didapatkan penurunan skala nyeri pinggang setelah diberikan kompres dengan menggunakan air rebusan jahe. Pasien pertama mengalami penurunan skala nyeri dari 4 menjadi 2, pasien kedua dari skala 6 menjadi 2, pasien ketiga dari skala 5 menjadi 2.

Kesimpulan menunjukkan bahwa kompres jahe efektif untuk mengurangi nyeri pinggang pada kehamilan trimester III.

Diharapkan kompres dengan menggunakan air rebusan jahe ini dapat dijadikan salah satu protap dalam penatalaksanaan asuhan kebidanan pada ketidaknyamanan kehamilan trimester III dengan nyeri pinggang.

Kata kunci : Kompres Jahe, Nyeri, Nyeri Pinggang.

Sumber : Buku dari tahun 2010-2018 = 21 buku, Jurnal penelitian dari tahun 2017-2019
= 4 jurnal penelitian

ABSTRAC

Low back pain is an inconvenience for Trimester III pregnant women with a high prevalence of 80%. Low back pain is a pain disorder that is common in pregnant women which can interfere with daily activities. Management of low back pain is not limited to pharmacological management, namely by administering calcium and analgesic drugs, but management of low back pain can also be used by non-pharmacological management by using compresses of ginger cooking water. The purpose of this study was to determine the effect of ginger cooking water compresses on the backpain scale of third trimester pregnant women.

The research method used in this study is a descriptive method with a case study approach that is continuity of care. The sample used in this study were 3 third trimester pregnant women who experience low back pain problems, with a purposive sampling technique of sampling. Pain scale measurement technique used is to use NRS (Numerical Rating Scale). Giving compresses of ginger cooking water is done for 3 days, with each time it is done for 20 minutes, by replacing the immersion water once every 5 minutes.

The results of the study found a decrease in the backpain scale after being given a compress using ginger cooking water. The first patient experienced a decrease in pain scale from 4 to 2, the second patient from scale 6 to 2, the third patient from scale 5 to 2.

The conclusion shows that ginger compresses are effective for reducing low back pain in third trimester pregnancy.

It is expected that compresses using ginger boiled water can be used as one of the procedures in the management of obstetric care in discomfort of third trimester pregnancy with low back pain.

Keywords: Ginger Compress, Pain, Low Back Pain.

Source: Books from 2010-2018 = 21 books, research journals from 2017-2019

= 4 research journals