

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TANJUNGPINANG
JURUSAN KEBIDANAN

Laporan Tugas Akhir, juni 2025

Della Novita

2215401058

**Pemberian Kompres Air Hangat Untuk Menurunkan Nyeri punggung
Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Terhadap Ny. D G2P1A0 di TPMB Siti
Rohmah, Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2025**

xvii + 63 halaman, 2 tabel, 3 gambar, dan 8 lampiran.

RINGKASAN

Kehamilan adalah fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu. Selama masa kehamilan tubuh terus mengalami perubahan baik secara fisik maupun sistem kerja tubuh. Pertambahan ukuran dan volume janin maupun uterus dapat menekan pembuluh darah dan serabut syaraf disekitar tulang belakang. Penekanan dari kepala bayi dengan tulang punggung bawah menyebabkan ketidaknyamanan dan nyeri punggung pada Ibu hamil, nyeri punggung pada ibu hamil berdampak pada psikologis dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seperti berjalan, duduk, berdiri, tidur dan melakukan pekerjaan rumah tangga.

penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian kompres hangat dalam menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Metode dalam pengumpulan data studi kasus ini adalah manajemen varney dengan pendokumentasian SOAP pada Ny. D usia 29 tahun G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu dengan nyeri punggung sedang yaitu skala 4 dengan penatalaksanaan kompres hangat. dimulai sejak tanggal 17-19 maret 2025. Ny.D di kompres hangat dengan buli-buli berisi air hangat bersuhu 40°C pada area punggung ibu yang terasa nyeri selama 15 menit selama 3 hari berturut-turut. Alat ukur yang digunakan adalah skala ukur wajah.

Berdasarkan hasil analisa awal diperoleh Ny.D dengan nyeri punggung sedang skala nyeri 4 dan setelah di intervensi menjadi nyeri punggung ringan skala nyeri 1. Maka disimpulkan bahwa kompres hangat sangat efektif membantu menurunkan intensitas nyeri punggung ibu hamil trimester III. Penulis berpendapat bahwa kompres hangat dapat di rekomendasikan untuk membantu menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III

Kata kunci : Nyeri punggung, Ibu hamil, Kompres hangat
Daftar Bacaan : (2020-2025)

**HEALTH POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH TANJUNGKARANG
DEPARTMENT OF MIDWIFERY**

Final Project Report, June 2025

Della Novita

2215401058

**Provision of Warm Water Compresses to Reduce Lower Back Pain in
Pregnant Women in the Third Trimester Against Mrs. D G2P1A0 at TPMB
Siti Rohma, South Lampung Regency in 2025**

xvii + 63 pages, 2 tables, 3 images, and 8 attachments.

ABSTRACT

Pregnancy is the fertilization or union of spermatozoa and ovum and is followed by nidation or implantation. If calculated from the time of fertilization until the birth of the baby, a normal pregnancy will last for 40 weeks. During pregnancy, the body continues to experience changes both physically and in the body's work system. The increase in the size and volume of the fetus and uterus can press on the blood vessels and nerve fibers around the spine. Pressure from the baby's head on the lower spine causes discomfort and back pain in pregnant women. Back pain in pregnant women has an impact on psychology and can interfere with daily activities such as walking, sitting, standing, sleeping and doing housework.

This study aims to determine the effectiveness of giving warm compresses in reducing the intensity of back pain in pregnant women in the third trimester.

The method in collecting data for this case study is Varney management with SOAP documentation on Mrs. D, 29 years old, G2P1A0, 36 weeks of gestation with moderate back pain, namely scale 4 with warm compress management. Starting from March 17-19, 2025. Mrs. D was given a warm compress with a jar filled with warm water at a temperature of 40 °C on the area of the mother's back that felt painful for 15 minutes for 3 consecutive days. The measuring instrument used was a facial measuring scale.

Based on the initial analysis results obtained Mrs. D with moderate back pain pain scale 4 and after intervention became mild back pain pain scale 1. It is concluded that warm compresses are very effective in helping to reduce the intensity of back pain in pregnant women in the third trimester. The author argues that warm compresses can be recommended to help reduce back pain in pregnant women in the third trimester

Keywords : Back pain, Pregnant women, Warm compresses

Reading List : (2020-2025)