

# **LAPORAN TUGAS AKHIR**

## **PERBANDINGAN EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT DAN KOMPRES DINGIN TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TM III DI DESA SALO TIMUR WILAYAH KERJA PUSKESMAS SALO**



**NAMA : FITRI NELFAYANTI**

**NIM : 1615301005**

**PROGRAM STUDI DIV KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN  
TUANKU TAMBUSAI**

**2020**


**LEMBARAN PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI  
UJIAN LAPORAN TUGAS AKHIR D IV KEBIDANAN**

---

No    NAMA


TANDA TANGAN

1.    **Prof. DR. AMIR LUTHFI**  
Ketua Dewan Penguji

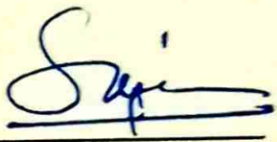
---

2.    **DHINI ANGGRAINI DHILON, M.Keb**  
Sekretaris

---

3.    **SYUKRIANTI SYAHDA, SST, M.Kes**  
Penguji I

---

4.    **FITRI APRIYANTI, SST, M.Keb**  
Penguji II

---

**Mahasiswi :**

NAMA                                    : **FITRI NELFAYANTI**

NIM                                        : **1615301005**

TANGGAL UJIAN: **01 SEPTEMBER 2020**

**LEMBARAN PERSETUJUAN LAPORAN TUGAS AKHIR**

NAMA : FITRI NELFAYANTI

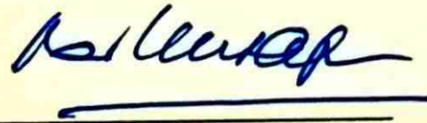
NIM : 1615301005

NAMA

TANDA TANGAN

Pembimbing I:

Prof. DR. AMIR LUTHFI



Pembimbing II:

DHINI ANGGRAINI DHILON, M.Keb  
NIP. TT : 096. 542. 156



Mengetahui  
Ketua Program Studi D IV Kebidanan  
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai



FITRI APRIYANTI, SST, M.Keb  
NIP. TT : 096. 542. 092

**PROGRAM STUDI DIV KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**

Laporan Penelitian, September 2020

**FITRI NELFAYANTI**

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT DAN KOMPRES  
DINGIN TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TM III DI DESA  
SALO TIMUR WILAYAH KERJA PUSKESMAS SALO**

**Xi + 57 Halaman + 7 Tabel + 4 Skema + 6 Lampiran**

**ABSTRAK**

Nyeri punggung adalah nyeri yang terjadi karena berat bayi yang sedang tumbuh di dalam rahim seiring pertambahan usia kehamilan. Nyeri punggung yang tidak segera diatasi dapat mempengaruhi aktivitas tidur, nafsu makan terganggu yang mana ini sangat bahaya untuk kesehatan ibu yang dapat menyebabkan kekurangan nutrisi dan gizi bagi ibu dan janin nya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas kompres hangat dan kompres dingin terhadap nyeri punggung ibu hamil TM III di desa salo timur wilayah kerja puskesmas salo. Penelitian ini bersifat *quasi eksperiment* dengan pendekatan *two group pretest and posttest design*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 20 responden yang dibagi kedalam dua kelompok intervensi. Kelompok pertama dilakukan pemberian intervensi kompres hangat sedangkan kelompok kedua dilakukan pemberian intervensi kompres dingin dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Nyeri diukur dengan menggunakan lembar observasi. Hasil analisis statistik menggunakan uji T Independen didapatkan nilai  $p\text{ value} < 0,05$  (0,001) yang artinya  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan ada perbedaan efektivitas antara kompres hangat dan kompres dingin terhadap nyeri punggung ibu hamil TM III di desa salo timur wilayah kerja puskesmas salo. Berdasarkan hasil yang didapat bahwa kompres hangat lebih efektif dibandingkan kompres dingin terhadap nyeri punggung ibu hamil TM III. Bagi ibu hamil agar dapat mengikuti kelas ibu hamil untuk mendapatkan informasi tentang pencegahan nyeri punggung pada TM III.

Kata kunci :Nyeri Punggung, Kompres Hangat, Kompres Dingin  
Referensi :18 (2007-2020)

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat memperoleh kemampuan dalam menyelesaikan laporan penelitian ini. Penyusunan laporan penelitian ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan D IV Kebidanan di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Adapun judul dari laporan penelitian ini adalah “ **Perbandingan Efektivitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III** ”. Dalam penyusunan laporan penelitian ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Amir Luthfi, selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai sekaligus selaku pembimbing I yang telah membantu dan memberikan masukan dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
2. Dewi Anggriani Harahap, M.Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
3. Fitri Apriyanti, M.Keb, selaku Ketua Prodi DIV Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai sekaligus selaku penguji II yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
4. Dhini Anggraini Dhillon. M.Keb, selaku pembimbing II yang telah membantu dan memberikan masukan dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.

5. Syukrianti Syahda, SST, M.Kes selaku penguji I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan kritik dan saran yang membangun dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
6. Kepala UPTD Puskesmas Salo dan staff Puskesmas Salo yang telah memberikan izin serta memberikan data yang dibutuhkan peneliti untuk menyusun laporan penelitian.
7. PMB Ernawati Amd.Keb yang telah memberikan izin tempat dan waktu untuk peneliti dalam melakukan penelitian.
8. Seluruh dosen dan staff Universitas Tuanku Tambusai yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan bagi peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
9. Rekan-rekan seperjuangan di kampus Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Prodi DIV Kebidanan yang telah bermurah hati dalam membantu menyelesaikan laporan penelitian ini.
10. Sembah sujud buat ayahanda dan ibunda tercinta yang selalu memberikan doa dan motivasi kepada peneliti.

Peneliti menyadari laporan penelitian ini masih belum sempurna, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan. Akhirnya kepada Allah SWT kita berserah diri, atas bantuan berbagai pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, peneliti mengucapkan terima kasih.

Bangkinang, September 2020

Peneliti

**FITRI NELFAYANTI**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR SKEMA .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>

### **BAB I     PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6

### **BAB II     TINJAUAN PUSTAKA**

A. Tinjauan Teori .....	8
1. Konsep dasar nyeri .....	8
a. Definisi Nyeri .....	8
b. Fisiologi Nyeri .....	8
c. Klasifikasi Nyeri .....	9
d. Penyebab Nyeri .....	10
e. Respon Nyeri .....	10
f. Skala Nyeri .....	11
g. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri .....	15
h. Penanganan Nyeri .....	15
2. Konsep Dasar Nyeri Punggung .....	18
a. Definisi Nyeri Punggung .....	18
b. Etiologi .....	18

1) Berat Badan Bertambah .....	19
2) Perubahan Postur.....	19
3) Perubahan Hormon.....	19
4) Pemisahan Otot .....	20
5) Stres.....	20
c. Patofisiologi .....	20
d. Manifestasi Klinik .....	20
e. Penatalaksanaan .....	21
3. Konsep Dasar Kompres Hangat .....	22
a. Definisi Kompres hangat .....	22
b. Kegunaan Kompres Hangat .....	23
c. Cara Menggunakan Kompres Hangat .....	23
d. Hal-hal yang Perlu diperhatikan dalam Memberikan Kompres Hangat .....	23
4. Konsep Dasar Kompres Dingin .....	24
a. Definisi Kompres Dingin .....	24
b. Kegunaan Kompres Dingin.....	25
c. Cara Menggunakan Kompres Dingin.....	25
d. Hal-hal yang Perlu diperhatikan dalam Memberikan Kompres Dingin .....	25
e. Efek Fisiologis Kompres Hangat dan Kompres Dingin.....	26
5. Penelitian Terkait .....	26
B. Kerangka Teori .....	27
C. Kerangka Konsep .....	29
D. Hipotesa Penelitian .....	30

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian .....	32
1. Rancangan Penelitian .....	32
2. Alur Penelitian .....	34



3. Prosedur Penelitian .....	35
4. Variable penelitian .....	36
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	36
1. Lokasi Penelitian .....	36
2. Waktu Penelitian .....	37
C. Populasi dan Sampel .....	37
1. Populasi .....	37
2. Sampel .....	37
a. Kriteria Sampel .....	37
b. Teknik Pengambilan Sampel .....	38
c. Jumlah Sampel .....	38
D. Etika Penelitian .....	38
E. Alat Pengumpulan Data .....	39
F. Prosedur Pengumpulan Data .....	41
G. Definisi Operasional .....	42
H. Teknik Pengolahan Data .....	44
I. Rencana Analisa Data .....	45
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Analisa Univariat.....	47
B. Analisa Bivariat.....	49
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Efektivitas kompres hangat .....	51
B. Efektivitas kompres dingin .....	53
C. Perbandingan antara kompres hangat dan kompres dingin....	54
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpula .....	57
B. Saran .....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Efek Fisiologis Tubuh Akibat Kompres Hangat dan Kompres Dingin.....	27
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	43
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi skala nyeri punggung Ibu Hamil TM III sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo.....	48
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi skala nyeri punggung Ibu Hamil TM III sebelum dan sesudah dilakukan kompres dingin di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo.....	48
Tabel 4.3 Perbandingan Tingkat Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III Sebelum dan Sesudah diberikan Kompres hangat di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo.....	49
Tabel 4.4 Perbandingan tingkat Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres dingin di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo.....	49
Tabel 4.6 Perbandingan Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo.....	50

## DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 Kerangka Teori .....	29
Skema 2.2 Kerangka Konsep .....	30
Skema 3.1 Rancangan Penelitian .....	32
Skema 3.2 Alur Penelitian .....	34

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3 : Lembar *Obeservasi*

Lampiran 2 : Format Pengajuan Judul Penelitian

Lampiran 3 : Surat Permohonan Izin Pengambilan Data dari Universitas  
Pahlawan Tuanku Tambusai untuk UPTD Puskesmas Salo

Lampiran 4 : Surat Izin Pengambilan Data dari UPTD Puskesmas Salo

Lampiran 5 : Daftar Gambar

Lampiran 6 : Lembar Konsultasi

