

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini membahas tentang “Perbandingan Efektivitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Salo”. Penelitian ini dilaksanakan di desa Salo Timur Wilayah kerja puskesmas Salo pada tanggal 12 juni s/d 19 juni 2020 di dapat sebanyak 20 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Dari 20 orang responden, 10 orang merupakan kelompok intervensi 1 yaitu kelompok yang diberikan kompres hangat dan kelompok intervensi II sebanyak 15 orang adalah kelompok yang diberikan kompres dingin. Kedua kelompok dilakukan *pretest dan posttest* kemudian hasilnya dibandingkan. Analisis statistik dan hasil penelitian ditampilkan sebagai berikut:

A. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menganalisa data secara univariat untuk melihat distribusi karakteristik responden, skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat.

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

Intensitas Nyeri	N	Mean	SD	Min-Max
Sebelum	10	4.50	972	3-6
Sesudah	10	1.00	667	0-2

Sumber : Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.1 hasil penelitian diperoleh bahwa rata-rat skala nyeri sebelum pemberian kompres hangat adalah 4.50 dengan skala nyeri terendah 3 dan skala nyeri tertinggi 6. Sedangkan rata-rata nyeri punggung pada ibu hamil TM III sesudah diberikan kompres hangat sebesar 1.00 dengan penurunan skala nyeri terendah 0 dan penurunan skala nyeri tertinggi 2.

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

Intensitas Nyeri	N	Mean	SD	Min-Max
Sebelum	10	4.60	1.174	3-6
Sesudah	10	2.80	1.135	1-5

Sumber : Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa rata-rata nyeri punggung ibu hamil TM III sebelum diberikan kompres dingin sebesar 4.60 dengan skala nyeri terendah 3 dan skala nyeri tertinggi 6. Sedangkan rata-rata nyeri punggung sesudah diberikan kompres dingin sebesar 2.80 dengan penurunan skala nyeri terendah 1 dan penurunan skala nyeri tertinggi 5.

B. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk melihat perbandingan efektivitas sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat dan kompres dingin yang bisa dilihat pada tabel berikut ini :

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

Intensitas Nyeri	N	Mean \pm s.b.	<i>T test</i>	<i>P value</i>
Sebelum kompres hangat	10	4.50 \pm 972		
			13.024	0.000
Sesudah kompres hangat	10	1.00 \pm 667		

Sumber : Hasil Penelitian

Berdasarkan table 4.3 Dapat dilihat hasil uji statistic dengan menggunakan *t test* diperoleh nilai t hitung sebesar 13.024 dengan ρ value sebesar 0.000. Dengan demikian dapat disimpulkan H_0 ditolak H_a diterima yang artinya ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo.

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

Intensitas Nyeri	N	Mean \pm s.b.	<i>T test</i>	<i>P value</i>
Sebelum kompres dingin	10	4.60 \pm 1.174		
			9.000	0.000
Sesudah kompres dingin	10	2.80 \pm 1.135		

Sumber : Hasil Penelitian

Berdasarkan table 4.4 Dapat dilihat hasil uji statistik dengan menggunakan *t test* diperoleh nilai *t* hitung sebesar 9.000 dengan ρ value sebesar 0.000. Dengan demikian dapat disimpulkan H_0 ditolak H_a diterima yang artinya ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres dingin di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo.

Tabel 4.5 Perbandingan Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo

Intensitas Nyeri	N	Mean \pm s.b.	<i>T test</i>	<i>P value</i>
Sesudah kompres hangat	10	1.00 \pm 667	-4.323	0.001
Sesudah kompres dingin	10	2.80 \pm 1.135	-4.323	

Sumber : Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, diperoleh hasil penelitian dengan nilai rata-rata penurunan skala nyeri punggung pada responden yang diberikan kompres hanagat sebesar 1.00 dan nilai rata-rata penurunan skala nyeri pada responden yang diberikan kompres dingin sebesar 2.80. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *t test* diperoleh nilai *t* hitung kompres hangat dan dingin sebesar - 4.323 dengan ρ value sebesar 0.001 . Dengan demikian dapat disimpulkan H_0 ditolak H_a diterima yang artinya ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat dan kompres dingin, yang mana kompres hangat lebih efektif dibandingkan kompres dingin.

BAB V

PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas tentang “ Efektivitas kompres hangat dan kompres dingin terhadap nyeri punggung ibu hamil TM III di desa salo tmur wilayah kerja puskesmas salo”.

A. Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III Sebelum dan Sesudah Kompres

Hangat

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1 didapatkan bahwa hasil analisis data tentang skala nyeri punggung pada ibu hamil TM III sebelum dan sesudah kompres hangat, rata-rata nyeri punggung sebelum kompres hangat sebesar 4.50 dan sesudah kompres hangat rata-rata nyeri punggung sebesar 1.00 dengan nilai rata-rata penurunannya sebesar 3.50. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,000 ($\leq 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata antara nyeri sebelum diberikan kompres hangat dan sesudah diberikan kompres hangat.

Menurut asumsi peneliti, terdapat efektivitas kompres hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil TM III. Kompres hangat memberikan efek berupa meningkatkan aliran darah kebagian tubuh yang mengalami nyeri sehingga dapat menyingkirkan produk-produk inflamasi seperti : bradikinin, histamine, dan prostaglandin.

Selain itu menurut responden yang dilakukan intervensi kompres hangat dapat meningkatkan rasa nyaman pada area pengompresan sehingga nyeri dapat berkurang. Kompres hangat bersifat *vasodilatasi* yang meredakan nyeri dengan cara merelaksasikan otot, meningkatkan aliran darah dengan menghilangkan sumber-sumber peradangan yang menimbulkan nyeri. Dengan pemberian air hangat, pembuluh-pembuluh darah melebar sehingga akan memperlancar peredaran darah dalam jaringan tersebut.

Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuspina (2018) yang berjudul “ Pengaruh Kompres Air Hangat Dan Air Dingin Terhadap Nyeri Tulang Belakang Ibu Hamil TM III Di Wilayah Kerja Puskesmas Rajapolah Tahun 2018”. Jenis penelitian *quasy experiment (tipe non-equivalent control group design)*. Uji yang digunakan adalah uji T (T-test) dengan nilai t hitung sebesar 14.000 diperoleh nilai $p= 0,001$. Dengan demikian dapat disimpulkan ada perbedaan tingkat nyeri setelah dilakukan kompres air hangat pada nyeri punggung ibu hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Rajapolah Tahun 2018.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Sulistyarini (2013) “ Kompres Hangat Dan Gosok Punggung (*Backrub*) Efektif Menurunkan Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III “. Jenis penelitian *quasy eksperiment (pre-post test design)*. Uji pengaruh menggunakan paired t-test didapat hasil rerata penurunan nyeri sebesar 3,00 dengan signifikan (p) adalah 0,000 dan $t= 9,918$. Dengan demikian dapat disimpulkan ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan kompres hangat terhadap perubahan skala nyeri punggung pada ibu hamil.

B. Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III Sebelum dan Sesudah Kompres Dingin

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.2 diperoleh bahwa hasil analisa data tentang perbedaan skala nyeri punggung ibu hamil TM III sebelum melakukan kompres dingin adalah 4.60 dan sesudah diberikan kompres dingin sebesar 2.80 dengan nilai rata-rata penurunannya sebesar 1.80. Hasil uji statistik didapat nilai *p value* 0,000 ($\leq 0,05$) maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres dingin.

Menurut asumsi peneliti, terdapat efektivitas kompres dingin terhadap perubahan skala nyeri punggung pada ibu hamil TM III. Kompres dingin bersifat *vasokintriksi* (penyempitan pembuluh darah) sehingga saat terjadi radang atau cedera, proses *vasokintriksi* yang terjadi akan menyebabkan pengurangan bengkak. Selain itu, peredaran za-zat dalam darah yang berperan dalam menimbulkan rasa nyeri ke punggung akan terhenti sehingga rasa nyeri akan dapat berkurang. Selain itu menurut responden kompres dingin menimbulkan rasa kaku pada area pengompresan dalam menurunkan nyeri. Rasa kaku tersebut menimbulkan rasa tidak nyaman sehingga kompres dingin kurang efektif dalam menurunkan nyeri.

Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuspina (2018) yang berjudul “ pengaruh kompres air hangat dan air dingin terhadap nyeri tulang belakang ibu hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Rajopolah Tahun 2018”. Jenis penelitian *quasy experiment (tipe non-equivalent control*

group design). Uji yang digunakan adalah uji T (T-test) dengan nilai t hitung sebesar 18.193 diperoleh nilai $p = 0,001$. Dengan demikian dapat disimpulkan ada perbedaan tingkat nyeri setelah dilakukan kompres air dingin pada nyeri punggung ibu hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Rajapolah Tahun 2018.

C. Perbandingan Efektivitas Antara Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.5 yang dilakukan dengan Uji T-Independent untuk membandingkan antara kompres hangat dan kompres dingin terhadap pengurangan nyeri punggung ibu hamil TM III, bahwa rata-rata nyeri sebelum melakukan kompres hangat adalah 4.50 dan sesudah melakukan kompres hangat sebesar 1.00 dengan nilai rata-rata penurunannya sebesar 3.50. Sedangkan sebelum melakukan kompres dingin adalah sebesar 4.60 dan sesudah melakukan kompres dingin sebesar 2.80 dengan nilai rata-rata penurunannya sebesar 1.80. Hasil uji statistik T-Independent menunjukkan nilai $p \text{ value} = 0,001 < \alpha 0,05$ pada kompres hangat dan kompres dingin yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara kompres hangat dan kompres dingin terhadap skala nyeri punggung pada ibu hamil TM III.

Menurut asumsi peneliti berdasarkan yang didapat saat penelitian, perbedaan penurunan nyeri pada responden yang diberikan intervensi kompres hangat dan kompres dingin terjadi karena perbedaan cara kerja masing-masing intervensi dalam memberikan perlakuan. Perbedaan yang terjadi karena

kompres hangat dapat menyebabkan pembuluh darah menjadi *vasodilatasi* sedangkan kompres dingin menyebabkan pembuluh darah menjadi *vasokonstriksi*. Selain itu menurut responden yang dilakukan kompres hangat dapat meningkatkan rasa nyaman pada area pengompresan sehingga nyeri dapat berkurang.

Sedangkan kompres dingin menimbulkan rasa kaku pada area pengompresan dalam menurunkan nyeri, rasa kaku tersebut menimbulkan rasa tidak nyaman sehingga kompres dingin kurang efektif dalam menurunkan nyeri. Setelah diberikan perlakuan selama rata-rata 15 menit, kompres hangat dan kompres dingin dapat mengurangi skala nyeri punggung ibu hamil TM III.

Untuk penurunan skala nyeri punggung pada responden kompres hangat sebesar 3.50, sedangkan penurunan skala nyeri punggung pada responden yang diberikan kompres dingin adalah sebesar 1.80, yang berarti kompres hangat lebih efektif dibandingkan kompres dingin. Kompres hangat bersifat *vasodilatasi* (pelebaran pembuluh darah) yang meredakan nyeri dengan cara merelaksasikan otot, meningkatkan aliran darah, dan meredakan nyeri dengan menghilangkan sumber peradangan yang menimbulkan nyeri. Dengan pemberian air hangat, pembuluh-pembuluh darah akan melebar sehingga akan memperlancar peredaran darah didalam jaringan tersebut.

Sedangkan kompres dingin bersifat *vasokonstriksi* (penyempitan pembuluh darah) sehingga saat terjadi radang dan cedera, proses *vasokonstriksi* yang terjadi akan menyebabkan pengurangan bengkak. Selain itu, peredaran zat-zat

dalam darah yang berperan dalam menimbulkan rasa nyeri akan terhenti sehingga rasa nyeri dapat berkurang.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian tentang “ Perbandingan Efektivitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil TM III Di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo”. Dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Rata-rata nyeri sebelum diberikan kompres hangat sebesar 4.50 dan setelah diberikan kompres hangat rata-rata intensitas nyerinya 1.00 dengan rata-rata penurunan nyeri sebesar 3.50
2. Rata-rata intensitas nyeri sebelum diberikan kompres dingin sebesar 4.60 dan setelah diberikan kompres dingin rata-rata intensitas nyerinya sebesar 2.80 dengan rata-rata penurunan 1.80
3. Perbandingan efektifitas antara kompres hangat dan kompres dingin dalam mengurangi nyeri punggung ibu hamil TM III dengan p value 0.001 yang mana kompres hangat lebih efektif dibandingkan kompres dingin.

B. Saran

1. Bagi Responden

Bagi ibu hamil untuk dapat mengikuti kelas ibu hamil atau penyuluhan lainnya yang dapat memperkaya informasi tentang nyeri punggung pada ibu hamil TM III, gunanya agar ibu hamil tahu apa-apa saja pencegahan untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil TM III serta dapat meminimalisir dampak dari nyeri punggung ibu hamil TM III terhadap kesehatan ibu dan janin.

2. Bagi Tempat Penelitian (Nakes)

Diharapkan kepada tenaga kesehatan baik yang di institusi maupun di pelayanan kesehatan untuk dapat mensosialisasikan tentang cara menanggulangi nyeri punggung pada ibu hamil TM III. Selain itu tenaga kesehatan untuk dapat menerapkan penelitian ini sebagai salah satu sumber informasi mengenai keefektifan antara kompres hangat dan kompres dingin terhadap nyeri punggung ibu hamil TM III, sehingga dapat dijadikan salah satu terapi nonfarmakologi yang alternatif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar pelaksanaan penelitian selanjutnya dengan metode lain seperti kompres hangat dengan massage terhadap nyeri punggung atau teknik lainnya yang berkaitan dengan kebidanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi Cahyaningrum, Etika. 2017. *Pengaruh Kompres Bawang Merah Terhadap Suhu Tubuh Anak Demam*
- Devies, Kim. 2007. *Buku Pintar Nyeri Tulang Dan Otot*. Jakarta : Erlangga
- Faqi Aminudin, Muhammad. 2016. *Pengaruh Pemberian Kompres Panas dan Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Pada Low Back Pain Myogenic*
- Hidayat, A.A.A. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Selemba Medika
- Halodoc. 2020. *ALL RIGHTS RESERVED*. Tersedia dalam <https://www.halodoc.com/5-penyebab-terjadi-nyeri-punggung-saat-masa-kehamilan>
- Nizmah Fajriyah, Niniek.Dkk. 2013. *Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gout Vol V, No 2, September 2013*
- Nuzulul, Ilzam haqiqi. (2011). *Efektivitas Terapi Air Hangat Terhadap Nyeri Tulang Belakang Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan*
- Notoatmojo, soekidjo.2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurna Ningsih, Lukman.(2011). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. Jakarta: Salemba Medika .
- Poltha sandi,Iga. 2017. *Efektivitas Antara Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Penderita Gout Arthritis Umur 45-54 Tahun Di Kelurahan Bangkinang Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota Tahun 2017*
- Robinson, Monique. 2017. *Apakah Stres Pada Masa Kehamilan Dapat Membahayakan Bayi Saya? Tersedia dalam* <https://theconversation.com/apakah-stres-pada-masa-kehamilan-dapat-membahayakan-bayi-saya-82904>
- Sulistyarini, Tri. (2013). *Kompres hangat dan gosok punggung (backrub) efektif Menurunkan nyeri punggung ibu hamil trimester III. Vol.6. No.57/2017*

- Susanti, Eka. 2019. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hsmil Fisiologis Trimester III Pada Ny.N Umur 21 Tahun G₁ P₀A₀ Umur Kehamilan 34 Minggu 3 Hari Dengan Nyeri Punggung Di Pondok Bersalin Annisa Desa Leyangan*
- Thahir, Muh. (2017). *Pengaruh kinesiotalping terhadap penuruna nnyeri akibat low back pain pada ibu hamil trimester III di RSKDIA pertiwi Makassar*
- Utami, Larasati.(2018). *Pengaruh Latihan Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Posyandu Candirejo Dan Posyandu Sidodadi Kecamatan Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018*
- Wahit, Dkk. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Selemba Medika
- Wulandari,Priharyanti. Dkk. 2019. *The Effect Of Guided Imagery To The Level Of Anxiety Of Trimester III Pregnant Woman In The Working Area Of Mijen Health Center In Semarang City*
- Yuspina, Aulia, Dkk. (2018). *Pengaruh Kompres Air Hangat Dan Air Dingin Terhadap Nyeri Tulang Belakang Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Rajapolah Tahun 2018. Vol. XII. No.2*