

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, 2023 Februari
Karela Nur Aini Wahyudi
011191063

**PERBEDAAN SKALA NYERI PUNGGUNG SEBELUM DENGAN SESUDAH
DILAKUKAN KOMPRES HANGAT PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH
KELURAHAN PUDAK PAYUNG SEMARANG**

ABSTRAK

Latar belakang : Wanita hamil mengalami sakit punggung pada trimester kedua dan ketiga kehamilan nya, yang terkait dengan penambahan berat badan karena pertumbuhan rahim dan peregangan otot pendukung karena pelepasan hormon relaksan, yang melemahkan dan mengendurkan otot. Kompres hangat merupakan salah satu pengobatan nonfarmakologis yang dapat meredakan atau menghilangkan nyeri, meredakan atau menghindari kejang otot, serta memberikan sensasi menenangkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Perbedaan Skala Nyeri Punggung Sebelum dengan Sesudah Dilakukan Kompres Hangat Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kelurahan Puduk Payung Semarang.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif Quasi Eksperimen dengan pretest and post test desain. Populasi dan sampel ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung sejumlah 12 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan *Numeric Rating Scale*. Analisa data menggunakan *Paired t-test* dengan menggunakan *soft ware* program pengolahan data SPSS Statistic 25.

Hasil Penelitian : *Paired t-test* terhadap nyeri punggung sebelum dengan sesudah intervensi didapatkan hasil $p\text{-value} = 0.000 (< 0,05)$.

Kesimpulan : Ada perbedaan skala nyeri punggung sebelum dengan sesudah dilakukan kompres hangat pada ibu hamil trimester III di wilayah Kelurahan Puduk Payung Semarang.

Kata Kunci : Kehamilan, Nyeri Punggung, Terapi Kompres hangat

Daftar Bacaan : 33 (2019-2023)

Thesis, February 2023

Karela Nur Aini Wahyudi

011191063

**DIFFERENCES IN BACK PAIN SCALES BEFORE AND AFTER WARM COMPRESSES
IN TRIMESTER III PREGNANT WOMEN IN PUDAK PAYUNG VILLAGE,
SEMARANG**

ABSTRACT

Background : Pregnant women experience back pain in the second and third trimesters of their pregnancy, which is related to weight gain due to the growing uterus and stretching of the supporting muscles due to the release of relaxant hormones, which weaken and relax the muscles. Warm compresses are a non-pharmacological treatment that can relieve or eliminate pain, relieve or avoid muscle spasms, and provide a calming sensation. The purpose of this study was to determine the differences in the scale of back pain before and after warm compresses were applied to pregnant women in the Puduk Payung Sub-District, Semarang.

Research Methods : This research is a Quasi-experimental quantitative research with pretest and post test design. The population and sample of third trimester pregnant women who experience back pain are 12 people using the Total Sampling technique. This research instrument uses a Numeric Rating Scale.

Research Results: Statistical test using *Paired t-test* on back pain before and after the intervention obtained p-value = 0.000 (<0.05).

Conclusion : There is a difference in the scale of back pain before and after applying warm compresses to third trimester pregnant women in the Puduk Payung Village, Semarang.

Keywords: Pregnancy, Back Pain, Warm Compress Therapy

Reading List : 33 (2019-2023)