

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT REBUSAN JAHE
UNTUK MEREDAKAN NYERI PUNGGUNG
IBU HAMIL TRIMESTER III**

Intan Sopian, Sri Kustatiyati
Intan sopiana@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Kehamilan merupakan proses fisiologis dimana hampir seluruh tubuh wanita. Kehamilan sendiri dapat menimbulkan keluhan untuk ibu hamil terutama pada trimester III. Berbagai masalah yang timbul pada kehamilan trimester III merupakan masalah psikologis yang sering di keluhkan pada ibuhamil seperti kecemasan dan nyeri-nyeri, diantara keluhan tersebut nyeri punggung. Intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi skala nyeri yaitu kompres hangat jahe. Kompres jahe dapat meredakan nyeri punggung karena jahe memiliki rasa pedas dan tajam yang mengandung kurkuminoid yang efektif meredakan nyeri dan kejang otot, **Tujuan :** mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat rebusan jahe untuk meredakan nyeri punggung ibu hamil trimester III. **Metode :** Jenis penelitian ini termasuk *kuantitatif*, dengan penelitian pre eksperimental, populasi 127 , sampel 20 responden, teknik pengambilan sampel dengan consecutive sampling, instrumen penelitian menggunakan kuesioner NRS untuk mengukur nyeri. Analisa data ini menggunakan Uji *Wilcoxon signed rank test* . **Hasil :** Hasil Uji statistik pada responden menunjukkan nilai signifikan (*p value* 0,00) < 0,05 maka H_a diterima artinya kompres hangat rebusan jahe dapat meredakan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. **Kesimpulan :** Ada pengaruh kompres hangat dalam menurunkan tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III.

Kata Kunci : *Kompres Jahe, Nyeri Punggung, ibu hamil TM III*