

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KOMPRES PANAS PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI
PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN**



OLEH :

NI PUTU DEA DAMAYANTI

NIM : P07120121076

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2024**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KOMPRES PANAS PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI
PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli
Madya Keperawatan pada Program Studi D-III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar

OLEH :

NI PUTU DEA DAMAYANTI
NIM : P07120121076

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2024

**LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI KOMPRES PANAS PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI
PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN**



**Kemenkes
Poltekkes Denpasar**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns.M.Biomed

NIP.196211081982122001

Pembimbing Pendamping

Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp. Mat

NIP.197202191994012001

Mengetahui

Ketua Jurusan



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep

NIP.196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI KOMPRES PANAS PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI
PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN**



Diajukan Oleh :

NI PUTU DEA DAMAYANTI

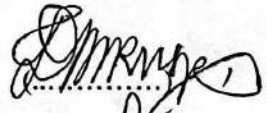


NIM : P07120121076

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 27 MEI 2024

TIM PENGUJI :

1. Dr. Drs. I Dewa Made Ruspawan, S.Kp, M.Biomed (Ketua) 
NIP. 196005151982121001
2. Suratih, S.Kep, Ners, M.Biomed (Anggota 1) 
NIP. 197112281994022001
3. I Wayan Candra, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Si (Anggota 2) 
NIP. 196412311985032011

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES
DENPASAR**



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Dea Damayanti

NIM : P07120121076

Program Studi : Diploma III

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2024/2025

Alamat : Jalan Jepun III No.7, Desa Sibang Kaja, Kecamatan Abiansemal, Badung, Bali.

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul “Implementasi Kompres Panas Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Puskesmas IV Denpasar Selatan” yang diambil melalui studi kasus adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini bukan karya saya sendiri atau hasil plagiat karya orang lain, maka saya sendiri akan bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 7 Februari 2024



Ni Putu Dea Damayanti

NIM. P07120121076

IMPLEMENTATION OF HOT COMPRESSES IN PREGNANT WOMEN IN THE III TRIMESTER WITH DISORDERS OF COMFORT AT PUSKESMAS IV SOUTH DENPASAR

Ni Putu Dea Damayanti

Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : deadamayanti032@gmail.com

ABSTRACT

. Lower back pain is a common complaint that is often encountered in pregnant women which causes the pelvic and lower back muscles to experience ligament tension and lumbar lordosis. The impact that occurs is that the mother experiences discomfort during activities and experiences post-partum back pain. Efforts that can be made are hot compresses. The aim of the research is to determine the implementation of hot compresses in third trimester pregnant women with discomfort. The type of research used is descriptive with a case study method. Research subject Mrs. S with lower back pain. The results of the assessment were that Mrs. S complained of pain in the lower back on a scale of 4, complained of discomfort, complained of difficulty sleeping, was unable to relax, complained of being tired, and her body posture appeared to have changed. This nursing diagnosis is a disturbance of comfort related to a disturbance in adaptation to pregnancy. The intervention chosen was pain management, in the therapeutic use of hot compresses as non-pharmacological therapy carried out for 1x10 minutes with 3x45 minute meetings, the resulting criteria for comfort status increased. The nursing implementation carried out was providing hot compresses with an electric heating pad. The nursing evaluation used was SOAP with the results of reducing the pain scale from scale 4 to scale 2, hot compresses can reduce lower back pain.

Keywords: *Pain, Comfort, Hot Compress*

IMPLEMENTASI KOMPRES PANAS PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN

Ni Putu Dea Damayanti

Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : deadamayanti032@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri punggung bawah menjadi keluhan umum yang sering dijumpai pada ibu hamil yang menyebabkan sekitar otot panggul dan punggung bawah mengalami ketegangan ligamen dan lordosis lumbal. Dampak yang terjadi yaitu ibu mengalami ketidaknyamanan saat beraktivitas hingga mengalami nyeri punggung pasca partum. Upaya dapat dilakukan yaitu kompres panas. Tujuan penelitian mengetahui implementasi kompres panas pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian Ny.S dengan nyeri punggung bawah. Hasil pengkajian Ny.S mengeluh nyeri pada punggung bawah dengan skala 4, mengeluh tidak nyaman, mengeluh sulit tidur, tidak mampu rileks, mengeluh lelah, postur tubuh tampak berubah. Diagnosis keperawatan ini yaitu gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan. Intervensi yang dipilih manajemen nyeri, pada terapeutik digunakan kompres panas sebagai terapi nonfarmakologis dilakukan selama 1x10 menit dengan 3x45 menit pertemuan, kriteria hasil status kenyamanan meningkat. Implementasi keperawatan yang dilakukan memberikan kompres panas dengan bantal pemanas elektrik. Evaluasi keperawatan yang digunakan yaitu SOAP dengan hasil penurunan skala nyeri dari skala 4 menjadi skala 2, kompres panas dapat mengurangi nyeri punggung bawah.

Kata Kunci : Nyeri, Rasa Nyaman, Kompres Panas

RINGKASAN PENELITIAN

IMPLEMENTASI KOMPRES PANAS PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI PUSKESMAS IV DENPASAR SELATAN

Oleh: Ni Putu Dea Damayanti

Kehamilan merupakan periode janin berkembang di dalam rahim wanita sebagai penyatuan spermatozoa dan ovum yang dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Ibu hamil trimester III biasanya mengalami ketidaknyamanan yang timbul selama kehamilan seiring bertambahnya usia kehamilan, yang paling umum dialami yaitu nyeri punggung bawah.

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa prevalensi data ibu hamil terdapat 70% yang mengalami nyeri punggung bawah di negara Australia. Berdasarkan data Riskesdas Kementerian Kesehatan RI (2018) menunjukkan bahwa 373.485 ibu hamil di Indonesia, yang mengalami gangguan rasa nyaman dengan nyeri punggung bawah hingga 107.000 dengan presentase 28,7%. Berdasarkan data hasil laporan dari profil kesehatan Provinsi Bali Dinas Kesehatan Kota Denpasar (2023) ibu hamil yang mendapatkan pelayanan antenatal termasuk pelayanan nyeri punggung bawah pada ibu hamil sebanyak 98,6% di Kota Denpasar. Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas IV Denpasar Selatan pada tanggal 22 Desember 2023 terdapat 1.953 kunjungan antenatal dan diperoleh data ibu hamil trimester III sebanyak 524 orang dari bulan Januari hingga bulan Desember 2023.

Nyeri punggung bawah merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal umum yang didefinisikan sebagai nyeri, ketegangan otot atau kekakuan di daerah punggung bawah. Nyeri punggung bawah muncul di antara krista iliaka posterior dan lipatan glutea, khususnya di sekitar sendi sakro iliaka. Faktor penyebab terjadinya nyeri punggung bawah yaitu penambahan berat badan secara drastis, pembesaran uterus, peregangan berulang, peningkatan kadar hormon ligament dan jarang berolahraga. Dampak yang dapat terjadi pada ibu hamil dengan nyeri punggung bawah selama trimester ketiga akan mengalami ketidaknyamanan saat beraktivitas ketika nyeri menyebar ke daerah pelvis, terjadinya perubahan dalam

bentuk tubuh, mengalami nyeri punggung yang berlangsung lama sehingga meningkatkan kemungkinan mengalami nyeri punggung pasca partum.

Salah satu cara untuk tindakan non-farmakologi yang bisa dilakukan yaitu melakukan kompres panas. Kompres panas merupakan metode dalam mengurangi nyeri, mencegah kejang otot dan memberikan rasa nyaman yang dapat disalurkan melalui konduksi bahwa panas dapat melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah sehingga terjadi vasodilatasi. Kompres panas bisa dilakukan menggunakan bantal pemanas elektrik dengan suhu 45°C dilakukan 1 kali sehari selama 10 menit dengan waktu 3 hari berturut-turut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana implementasi kompres panas pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman di Puskesmas IV Denpasar Selatan. Implementasi kompres panas ini meliputi pemberian kompres panas yang dilakukan pada area punggung bawah menggunakan bantal pemanas elektrik selama 10 menit yang dilakukan di rumah pasien selama 3 hari berturut-turut. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif dengan metode studi kasus serta data yang dikumpulkan melalui wawancara dan observasi yang disusun dalam suatu asuhan keperawatan dengan 5 proses keperawatan berupa pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi yang disajikan berupa narasi.

Berdasarkan hasil dari pengkajian yang telah dilakukan pada ibu hamil trimester III dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman didapatkan hasil ibu mengeluh tidak nyaman terhadap nyeri punggung bawah, nyeri akibat duduk terlalu lama, nyeri dirasakan pada punggung bawah menjalar ke pinggang seperti ditusuk-tusuk dengan skala nyeri 4, sulit tidur pada malam hari ketika akan memulai tidur tidak mampu rileks apabila nyeri muncul, mengeluh lelah, tampak memegang punggung bawahnya ketika duduk terlalu lama dan postur tubuh tampak berubah yaitu lordosis.. Diagnosis keperawatan yang muncul yaitu gangguan rasa nyaman berhubungan dengan peregangan otot punggung dibuktikan dengan mengeluh tidak nyaman, mengeluh sulit tidur, tidak mampu rileks, mengeluh lelah dan postur tubuh berubah.

Adapun intervensi yang diberikan yaitu manajemen nyeri sebagai intervensi utama dengan terapeutik kompres panas dilakukan selama 10 menit pemberian

kompres panas dengan 3x45 menit pertemuan kunjungan rumah. Implementasi dilakukan berdasarkan intervensi yang telah disusun yang terdiri dari observasi, terapeutik dan edukasi, didapatkan hasil evaluasi yaitu ibu mengatakan nyeri yang dirasakan pada punggung bawah menurun dari skala nyeri 4 menjadi skala nyeri 3 dengan menunjukkan sikap ibu yang sudah lebih tenang dari sebelumnya, , keluhan sulit tidur masih dirasakan apabila nyeri muncul ditunjukkan dengan ibu mengatakan sesekali nyeri tersebut muncul apabila terlalu berlebihan melakukan aktivitas (3), ibu mengatakan menjadi lebih rileks setelah diberikan kompres panas (4), ibu mengatakan bahwa lelah belum sepenuhnya menurun akibat ketika akan tidur nyeri masih dirasakan (3) dan ibu sudah mulai bisa mengontrol jika nyeri tersebut muncul dengan beristirahat ibu masih tampak sesekali memegang punggung bawahnya jika duduk terlalu lama, postur tubuh tampak belum membaik dan masih tetap mengalami lordosis (3), *assessment* didapatkan hasil berupa masalah gangguan rasa nyaman teratasi sebagian, serta padabagian *planning* ulangi tindakan pemberian kompres panas secara mandiri.

KATA PENGANTAR

Puja dan puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Implementasi Kompres Panas Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Puskesmas IV Denpasar Selatan” tepat pada waktunya. Karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha penulis sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr.Sri Rahayu, S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb,M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh program Pendidikan D-III Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. I Made Sukarja,S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
3. Ns. I Wayan Suardana, S.Kep.M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung serta atas dukungan moral dan perhatian yang diberikan kepada penulis.
4. Ni Nyoman Hartati, S.Kep.Ns.M.Biomed selaku pembimbing utama yang bersedia menyempatkan banyak waktu untuk memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.

5. Nengah Runiari, S.Kp.,S.Pd.,M.Kep.,Sp,Mat selaku pembimbing pendamping yang bersedia menyempatkan banyak waktu untuk memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
6. drg. Made Saraswati Rahayu selaku Kepala Puskesmas UPTD Puskesmas IV Denpasar Selatan dan seluruh staff yang telah memberikan izin dalam pengambilan data di UPTD Puskesmas IV Denpasar Selatan.
7. Seluruh Dosen Jurusan Keperawatan yang telah membantu dan membimbing selama penyusunan usulan penelitian ini.
8. Orang tua, keluarga, teman-teman terdekat serta pasangan yang telah memberikan banyak masukan serta motivasi kepada penulis.
9. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan usulan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa usulan penelitian ini masih banyak kekurangan yang harus disempurnakan, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan dalam usulan penelitian ini.

Denpasar, 06 Mei 2024

Ni Putu Dea Damayanti
NIM. P07120121076

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	ii
KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Studi Kasus.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Teori Ibu Hamil Trimester III.....	7
1. Definisi kehamilan trimester III.....	7
2. Adaptasi fisiologis pada kehamilan trimester III.....	7
3. Perubahan psikologis pada kehamilan trimester III.....	10

4.	Ketidaknyaman pada kehamilan trimester III	10
B.	Konsep Nyeri Punggung Bawah Pada Kehamilan Trimester III	12
1.	Definisi nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III	12
2.	Etiologi nyeri punggung bawah	13
3.	Patofisiologi nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III.....	14
4.	Tanda dan gejala nyeri punggung bawah	15
5.	Faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri punggung bawah	15
6.	Komplikasi nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III.....	16
7.	Dampak nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III	16
8.	Penatalaksanaan nyeri punggung bawah	17
9.	Pengukuran skala nyeri.....	17
	Gambar 5 Visual Analogue Scale (VAS).....	19
C.	Konsep Gangguan Rasa Nyaman.....	19
1.	Definisi gangguan rasa nyaman	19
2.	Faktor penyebab gangguan rasa nyaman.....	19
3.	Tanda dan gejala gangguan rasa nyaman.....	20
4.	Kondisi Klinis Terkait.....	21
D.	Konsep Dasar Kompres Panas Dengan Bantal Pemanas Elektrik.....	22
1.	Definisi kompres panas	22
2.	Manfaat kompres panas.....	22
3.	Mekanisme kerja kompres panas dalam menurunkan nyeri punggung bawah.....	23
4.	Instruksi kerja kompres panas.....	23
E.	Konsep Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Pada Ibu Hamil Trimester III	25
1.	Pengkajian keperawatan.....	25

2. Diagnosis keperawatan	31
3. Intervensi keperawatan	32
4. Implementasi keperawatan.....	33
5. Evaluasi keperawatan	34
BAB III METODE STUDI KASUS.....	36
A. Desain Penelitian.....	36
B. Subyek Studi Kasus	36
C. Fokus Studi Kasus.....	37
D. Definisi Operasional	37
E. Instrumen Penelitian.....	38
F. Metode Pengumpulan Data.....	38
G. Langkah-Langkah Penelitian.....	38
H. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41
I. Analisis dan Penyajian Data	41
J. Etik Studi Kasus.....	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Hasil Studi Kasus	44
1. Pengkajian Keperawatan.....	44
B. Diagnosis Keperawatan	51
C. Intervensi Keperawatan.....	53
D. Implementasi Keperawatan.....	54
E. Evaluasi Keperawatan	63
B. Pembahasan.....	66
1. Pengkajian keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman.....	66
2. Diagnosis keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa	

nyaman.....	67
3. Intervensi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman.....	69
4. Implementasi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman	71
5. Evaluasi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman	
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	74
A. Simpulan	74
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Intervensi Gangguan Rasa Nyaman.....	32
Tabel 2 Definisi Operasional Implementasi Kompres Panas Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Puskesmas IV Denpasar Selatan	37
Tabel 3 Pengkajian Keperawatan pada Ny.S dengan Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman.....	44
Tabel 4 Analisis Masalah pada Ny. S yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah dengan Masalah Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman	51
Tabel 5 Intervensi Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ny.S dengan Nyeri Punggung Bawah	53
Tabel 6 Implementasi Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Pada Ny.S Dengan Nyeri Punggung Bawah	54
Tabel 7 Evaluasi Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ny.S dengan Nyeri Punggung Bawah	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Sistem Muskuloskeletal	9
Gambar 2 Anatomi Punggung Bawah.....	12
Gambar 3 Numerical Rating Scale (NRS).....	18
Gambar 4 Verbal Descriptor Scale (VDS).....	18
Gambar 5 Visual Analogue Scale (VAS).....	19
Gambar 6 Pathway Nyeri Punggung Bawah Pada Kehamilan Trimester III.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Studi Kasus.....	81
Lampiran 2. Realisasi Anggaran Biaya.....	82
Lampiran 3. Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent)	83
Lampiran 4 Lembar Observasi	86
Lampiran 5 Lembar Numeric Rating Scale.....	87
Lampiran 6 Langkah-langkah Pelaksanaan Kompres Panas.....	89
Lampiran 7 Instruksi Kerja Bantal Pemanas Elektrik.....	91
Lampiran 8 Dokumentasi Kegiatan.....	92
Lampiran 9 Surat Ijin Studi Pendahuluan	93
Lampiran 10 Surat Ijin Penelitian.....	94
Lampiran 11 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	95
Lampiran 12 Persetujuan Etik.....	96
Lampiran 13 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	97
Lampiran 14 Validasi Bimbingan	98
Lampiran 15 Uji Cek Turnitin	99