

ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III YANG MENGALAMI MASALAH NYERI PUNGGUNG BAWAH DENGAN PENERAPAN KOMPRES HANGAT AIR JAHE DIPUSKESMAS MELUR SUKAJADI

Maizatul Azamiyah¹, Deswinda², Gita Adelia³, Cindy Febriyeni⁴

¹Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru,
Riau, Indonesia

E-mail: azamiyahmaizatul@gmail.com

Abstract

Pregnancy is a period of biological and psychological changes, as well as adaptation to lifestyle and the pregnancy process itself. Lower back pain is back pain that occurs in the lumbosacral or lumbar region. Pregnant women who experience back pain will certainly feel uncomfortable. Ginger compresses are one of the non-pharmacological treatments to reduce back pain in pregnant women. The purpose of this study was to investigate the effectiveness of nursing care for third-trimester pregnant women experiencing lower back pain using red ginger water compresses at the Melur Sukajadi Community Health Center. The method employed was a case study, accompanied by an observation sheet. The implementation of the intervention in the form of applying warm red ginger water compresses was carried out on one third-trimester pregnant woman for 3 consecutive days in the morning and evening with chronic pain problems. The results of this application showed a decrease in pain in third-trimester pregnant women with a decrease in the pain scale from a scale of 6 (moderate pain) to a scale of 3 (mild pain). This study is expected to serve as a reference for health workers and implement non-pharmacological interventions for third-trimester pregnant women with chronic pain problems.

Keywords : *Pregnancy, Acute Pain, Warm Red Ginger Water Compress*

Abstrak

Kehamilan merupakan periode dimana terjadi perubahan kondisi biologis dan psikologis serta proses adaptasi terhadap pola hidup dan proses kehamilan itu sendiri. Nyeri punggung bawah adalah nyeri punggung yang terjadi pada daerah lumbosakral atau lumbar. Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung tentu akan membuat ibu merasa tidak nyaman. Kompres jahe merupakan salah satu pengobatan non farmakologis untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III yang mengalami masalah nyeri punggung bawah dengan kompres air jahe merah di puskesmas melur sukajadi. Metode yang digunakan digunakan yaitu studi kasus dengan lembar obeservasi. Pelaksanaan intervensi berupa penerapan kompres hangat air

Article history

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism checker no 234

Doi : prefix doi :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

jahe merah dilakukan pada 1 orang ibu hamil trimester III selama 3 hari berturut-turut pagi dan sore dengan masalah nyeri kronis. Hasil penerapan ini menunjukkan terdapat penurunan nyeri pada ibu hamil trimester III dengan penurunan skala nyeri dari skala 6 (nyeri sedang) ke skala 3 (nyeri ringan). Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan dan menerapkan intervensi non-farmakologis untuk ibu hamil trimester III dengan masalah nyeri kronis.

Kata Kunci: Kehamilan, Nyeri Kronis, Kompres hangat air jahe merah

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah pertemuan antara sel telur dengan sel spermatozoa (konsepsi) yang diikuti dengan perubahan fisiologis dan psikologis. Kehamilan berlangsung kurang lebih 200 hari (40 minggu) dan tidak lebih dari 300 hari (43 minggu) (Sarifah & Sharni, 2024). Kehamilan 40 minggu disebut dengan kehamilan aterm (cukup bulan). Kehamilan 23 dan 35 minggu disebut kehamilan prematur. Kehamilan merupakan periode dimana terjadi perubahan kondisi biologis wanita disertai dengan perubahan perubahan psikologis dan terjadinya proses adaptasi terhadap pola hidup dan proses kehamilan itu sendiri (Sipahelut *et al.*, 2025).

Menurut *World Health Organization* (WHO) peningkatan kesehatan ibu merupakan salah satu tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) yaitu secara global menargetkan pada tahun 2030 Angka Kematian Ibu (AKI) menjadi 70 kematian per 100.000 kelahiran hidup. Dari data terbaru WHO tahun 2023, Indonesia sekarang memiliki angka kematian ibu 189 per 100.000 kelahiran hidup. Terlambatnya deteksi dini mengenai kegawatdaruratan pada ibu dan janin masih menjadi penyebab terbesar AKI, hal ini sebenarnya bisa dicegah dengan melakukan kontrol rutin selama kehamilan.

Kementerian Kesehatan (Kemenkes) juga telah membuat program untuk ibu hamil melalui pemeriksaan atau mengakses pelayanan *Ante Natal Care* (ANC) pada kehamilan dengan cakupan kunjungan minimal empat kali (K4). Indikator dan target program kesehatan masyarakat dalam RPJMN (Rencana Pembangunan Jangka Menengah) dan Rencana Strategis tahun 2020-2024 yaitu cakupan kunjungan ANC sebesar 90% (KemenkesRI, 2022). Di Indonesia, pada tahun 2022 cakupan kunjungan ANC sebesar 86,2%, dimana angka ini menurun dibandingkan tahun sebelumnya. Penurunan cakupan kunjungan ANC dapat dipengaruhi karena adanya adaptasi pada situasi pandemi COVID-19 di tahun 2022. Harus diakui masa pandemi COVID-19 memberikan dampak signifikan terhadap terganggunya sistem pelayanan publik, termasuk sistem pelayanan kesehatan. Adanya pembatasan kegiatan masyarakat yang membuat ibu hamil enggan untuk melakukan pemeriksaan ke fasilitas pelayanan kesehatan seperti di puskesmas karena takut tertular, dan terbatasnya kelas ibu hamil, serta ketidaksiapan fasilitas pelayanan kesehatan tertentu dari segi sarana dan prasarana termasuk Alat Pelindung Diri (APD) (Kemenkes, 2022).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi Riau tahun 2022, cakupan pelayanan kesehatan ANC di Provinsi Riau dari tahun 2018-2022 terlihat fluktuatif. Persentase cakupan pelayanan kesehatan pada ibu hamil tahun 2022 yaitu 87,3%, meskipun terjadi peningkatan dari tahun 2021 yaitu 87,2%, angka ini belum mencapai target kunjungan ANC yang telah ditetapkan yaitu 96%. Hal ini menunjukkan bahwa masih kurangnya kesadaran ibu dalam melakukan pemeriksaan keamilannya dan masih perlunya optimalisasi promosi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran ibu untuk memeriksakan kehamilannya. Di Pekanbaru, jumlah ibu hamil pada tahun 2022 yaitu sebanyak 21.574 jiwa. Persentase cakupan kunjungan ANC mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2021 yaitu 89,1% dan pada tahun 2022 yaitu 89,5%.

Nyeri punggung bawah adalah nyeri punggung yang terjadi pada daerah lumbosakral atau lumbar (daerah tulang belakang punggung bawah) (Yuspina et al., 2018). Nyeri ini disebabkan oleh berat uterus yang semakin membesar yang mengakibatkan pergeseran pusat gravitasi mengarah kearah depan, seiring dengan ukuran perut yang semakin membuncit. Hal ini menyebabkan postur tubuh ibu berubah, dan memberikan penekanan pada punggung (Ulfaturrohmah 2024). Ada pula yang menjelaskan bahwa ibu hamil dengan nyeri punggung mengalami gangguan rasa nyaman yang dapat mengakibatkan stress, insomnia, dan gangguan tidur. Terjadinya sakit punggung juga dapat memicu terjadinya wasir, membuat pencernaan kurang efisien, mengganggu pernafasan serta peredaran darah, dan mungkin mungkin menyebabkan tekanan darah rendah (hipotensi)(Retni et al., 2024).

Upaya untuk menangani nyeri punggung ada farmakologis dan non farmakologis, terapi farmakologis bisa diberikan dengan agen anti inflamasi non- steroid, analgesik, relaksan otot. Untuk terapi non farmakologis dengan memberikan relaksasi, imajinasi, kompres dingin atau hangat (Lukmana et al., 2024). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan April 2025 didapatkan hasil keluhan nyeri punggung bawah sering di sampaikan oleh ibu-ibu hamil, berdasarkan survei dari 10 orang ibu hamil trimester III yang memeriksakan kandungan 6 orang diantaranya mengeluh nyeri pada punggung bawah (nyeri pinggang). Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik meneliti tentang “Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil Trimester III yang Mengalami Masalah Nyeri Punggung Bawah dengan Penerapan Kompres Air Jahe Merah di Puskesmas Melur Sukajadi”.

METODE

Metode pelaksanaan yang dilakukan yaitu dengan teknik eksperiment (perlakuan) dengan ibu hamil trimester III dengan masalah nyeri punggung bawah. Keberhasilan pelaksanaan tindakan intervensi dilakukan dengan melakukan wawancara sebelum intervensi dan observasi setelah intervensi. Hasil observasi tersebut selanjutnya dibandingkan dengan pengukuran sebelum intervensi dan pengukuran setelah intervensi penerapan kompres air jahe merah. Pelaksanaan akan dilakukan di Puskesmas Melur, waktu pelaksanaan akan dilakukan pada bulan Mei 2025. Waktu pemberian dilakukan selama 3 hari dengan 2 kali pertemuan yaitu pagi dan sore hari, dengan pemberian kompres hangat air jahe merah. Waktu pelaksanaan setiap penerapan 20 menit. Subjek yang digunakan pada studi kasus ini adalah 1 orang ibu hamil trimester III dengan masalah nyeri punggung bawah.

HASIL

Tabel 1 Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Kompres Hangat Air Jahe Merah

| Hari | Waktu Pemberian | Sebelum | | Setelah | |
|------|-----------------|---------|--------------|---------|--------------|
| | | Nilai | Kategori | Nilai | Kategori |
| Ke-1 | Pagi | 6 | Nyeri sedang | 6 | Nyeri sedang |
| | Sore | 6 | Nyeri sedang | 6 | Nyeri sedang |
| Ke-2 | Pagi | 6 | Nyeri sedang | 5 | Nyeri sedang |
| | Sore | 5 | Nyeri sedang | 5 | Nyeri sedang |
| Ke-3 | Pagi | 5 | Nyeri sedang | 3 | Nyeri ringan |
| | Sore | 3 | Nyeri ringan | 3 | Nyeri ringan |

Pada tabel 1 berdasarkan hasil pengukuran skala nyeri dengan menggunakan (NRS) dapat disimpulkan adanya penurunan yang signifikan pada skala nyeri Ny.R dimana sebelum dilakukan tindakan penerapan kompres hangat air jahe merah skala nyeri klien 6 dan setelah dilakukan penerapan kompres hangat air jahe merah skala nyeri menurun menjadi 3.

PEMBAHASAN

1. Pengkajian Keperawatan

Pengkajian keperawatan adalah proses sistematis dan berkesinambungan dalam pengumpulan data, verifikasi dan menganalisis informasi kesehatan pasien dengan menggunakan alat informasi berbasis bukti untuk mempelajari lebih lanjut mengenai kesehatan pasien, gejala serta seluruh keluhan pasien, termasuk mempertimbangkan nilai dan keyakinan, biologis, sosial, budaya, psikologis, dan spiritual pasien (Heri Ridwan, 2023).

Hasil pengkajian pada tanggal 23 Mei 2025 pada ibu hamil atas nama Ny.R berusia 21 tahun dalam status obsetri G1P0A0 dengan usia kehamilan 35 minggu (TFU 31 cm) dan HPL 31 Mei 2025. Saat pengkajian didapatkan hasil bahwa klien mengeluh mengalami sedikit kesulitan tidur di malam hari setiap harinya dengan durasi hanya 3-5 jam yang mengakibatkan menjadi tidak rileks, hal itu dikarenakan klien merasakan ketidaknyamanan pada tubuh yaitu adanya nyeri pada bagian punggung serta buang air kecil yang sering pada malam hari. Klien mengatakan nyeri dirasakan pada trimester 3. Klien mengatakan nyeri timbul saat klien melakukan aktivitas yang lama, nyeri berkurang ketika beristirahat dan dielus elus, nyeri yang dirasakan seperti diremas remas menjalar turun ke panggul, nyeri punggung bawah sering dirasakan pada malam hari, skala nyeri 6, nyeri muncul secara bertahap dengan durasi sebentar. Saat ini pasien tampak pucat, tampak lesu dan sesekali memegang pinggangnya.

Masa kehamilan ibu hamil akan merasakan beberapa perubahan pada fisik, fisiologis serta psikologis, salah satunya yaitu nyeri punggung yang biasanya selalu dirasakan oleh ibu hamil trimester III dari masa kehamilan dan setelah melahirkan. Secara pengetahuan yang lebih umum perubahan postur tubuh bisa menjadi salah satu penyebab nyeri punggung karena sejalanannya berat badan yang bertambah selama kehamilan sehingga pusat gravitasi tubuh bergeser ke bagian depan. Perubahan pada struktur muskuloskeletal dapat menyebabkan timbulnya ketidaknyamanan pada bagian tulang belakang selama kehamilan yang sering dialami oleh ibu hamil, terutama pada trimester ketiga. Di berbagai wilayah Indonesia, sekitar 60-80% ibu hamil mengalami ketidaknyamanan nyeri punggung. Rasa tidak nyaman pada bagian punggung yang dialami oleh ibu hamil dapat disebabkan oleh pembesaran uterus seiring pertumbuhan janin, hal ini mengakibatkan perubahan pusat gravitasi pada wanita hamil yang cenderung bergeser ke arah depan (lordosis).

Menurut asumsi peneliti, berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan bersama pasien dan tinjauan secara teori tidak terdapat kesenjangan. Pengkajian ini mempengaruhi setiap data yang dikaji untuk melihat bagaimana perkembangan terhadap nyeri punggung bawah yang dirasakan.

2. Masalah Keperawatan Yang Muncul

Diagnosa keperawatan memberikan dasar untuk pemilihan intervensi keperawatan untuk mencapai hasil yang merupakan tanggung jawab perawat. Diagnosa keperawatan merupakan suatu penilaian klinis mengenai respon klien terhadap masalah kesehatan atau proses kehidupan yang dialaminya baik yang berlangsung aktual maupun potensial. Diagnosa keperawatan bertujuan untuk mengidentifikasi respon klien individu, keluarga dan komunitas terhadap situasi yang berkaitan dengan kesehatan (Heri Ridwan, 2023)

Berdasarkan hasil analisa data pada pengkajian keperawatan pada pasien didapatkan diagnosa keperawatan Nyeri kronis b.d Agen pencedera fisik (gangguan adaptasi kehamilan) d.d pasien mengeluh nyeri punggung bawah. Penyusunan analisis data dan diagnosa keperawatan sesuai dengan teori yang ada, berdasarkan pengkajian didapatkan data Ny. R mengatakan nyeri dirasakan pada trimester 3. Klien mengatakan nyeri timbul saat klien melakukan aktivitas yang lama, nyeri berkurang ketika beristirahat dan dielus elus, nyeri yang dirasakan seperti diremas remas menjalar turun ke panggul, nyeri punggung bawah sering dirasakan pada malam hari, skala nyeri 6, nyeri muncul secara bertahap dengan durasi sebentar. Ny. R juga mengatakan yang memperberat nyeri yaitu ketika beraktivitas yang lama dan badan terasa lemas, sulit melakukan pergerakan serta tidak nyaman karena nyeri.

Data ini sesuai dengan karakteristik dari diagnosa keperawatan nyeri kronis. Menurut asumsi peneliti terhadap diagnosa yang muncul dalam pasien sangat berkaitan dengan masalah nyeri kronis.

3. Analisis Tindakan Keperawatan Sesuai Dengan Hasil Penelitian

Intervensi keperawatan atau rencana tindakan keperawatan adalah suatu proses di dalam pemecahan masalah yang merupakan keputusan awal tentang sesuatu apa yang akan dilakukan, bagaimana dilakukan, kapan dilakukan dan siapa yang melakukan dari semua tindakan keperawatan. Intervensi keperawatan adalah rencana tindakan keperawatan tertulis yang menggambarkan masalah kesehatan pasien, hasil yang akan diharapkan, tindakan-tindakan keperawatan dan kemajuan pasien secara spesifik (Heri Ridwan, 2023)

Penyusunan intervensi keperawatan ini sesuai dengan SLKI (Standar Luaran Keperawatan Indonesia) dan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia). Diagnosa Keperawatan yang muncul pada kasus yaitu nyeri kronis dan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia) untuk diagnosa tersebut yaitu manajemen nyeri dengan penerapan kompres hangat jahe merah. Keunggulan jahe didukung oleh berbagai penelitian fitokimia, seperti uji aktivitas antioksidan menggunakan metode DPPH dan analisis kandungan melalui kromatografi cair vakum. Rimpang jahe merah diketahui memiliki konsentrasi flavonoid tertinggi, sehingga menjadi bagian yang paling potensial untuk digunakan dalam aplikasi medis (Tresy Patricia Laetare, Meldawati, Nurul Hidayah, 2024). Manfaatnya yaitu dalam mengurangi ketidaknyamanan pada punggung bagian bawah ibu hamil pada trimester III, hal ini disebabkan oleh sifat hangat dari minyak atsiri jahe yang dapat meningkatkan aliran darah, memberikan efek yang analgesik serta merileksasikan otot-otot sehingga dapat mengurangi rasa nyeri dengan efektif (Tresy Patricia Laetare, Meldawati, Nurul Hidayah, 2024)

4. Analisis Implementasi Keperawatan

Intervensi keperawatan atau rencana tindakan keperawatan adalah suatu proses di dalam pemecahan masalah yang merupakan keputusan awal tentang sesuatu apa yang akan dilakukan, bagaimana dilakukan, kapan dilakukan dan siapa yang melakukan dari semua tindakan keperawatan. Intervensi keperawatan adalah rencana tindakan keperawatan tertulis yang menggambarkan masalah kesehatan pasien, hasil yang akan diharapkan, tindakan-tindakan keperawatan dan kemajuan pasien secara spesifik (Heri Ridwan, 2023)

Penyusunan intervensi keperawatan ini sesuai dengan SLKI (Standar Luaran Keperawatan Indonesia) dan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia). Diagnosa Keperawatan yang muncul pada kasus yaitu nyeri kronis dan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia) untuk diagnosa tersebut yaitu manajemen nyeri dengan penerapan kompres hangat jahe merah. Keunggulan jahe didukung oleh berbagai penelitian fitokimia, seperti uji aktivitas antioksidan menggunakan metode DPPH dan analisis kandungan melalui kromatografi cair vakum. Rimpang jahe merah diketahui memiliki konsentrasi flavonoid tertinggi, sehingga menjadi bagian yang paling potensial untuk digunakan dalam aplikasi medis (Tresy Patricia Laetare, Meldawati, Nurul Hidayah, 2024). Manfaatnya yaitu dalam mengurangi ketidaknyamanan pada punggung bagian bawah ibu hamil pada trimester III, hal ini disebabkan oleh sifat hangat dari minyak atsiri jahe yang dapat meningkatkan aliran darah, memberikan efek yang analgesik serta merileksasikan otot-otot sehingga dapat mengurangi rasa nyeri dengan efektif (Tresy Patricia Laetare, Meldawati, Nurul Hidayah, 2024).

5. Analisis Evaluasi Keperawatan

Evaluasi merupakan penilaian dengan membandingkan perubahan keadaan pasien berdasarkan yang diamati dengan tujuan dan kriteria hasil yang dibuat pada tahap perencanaan. Evaluasi ini dilakukan dengan cara membandingkan hasil akhir yang teramati dengan tujuan dan kriteria hasil yang dibuat dalam rencana keperawatan. Evaluasi ini akan mengarahkan asuhan keperawatan, apakah asuhan keperawatan yang dilakukan ke pasien berhasil mengatasi masalah pasien ataupun asuhan yang sudah dibuat akan terus berkesinambungan terus mengikuti siklus proses keperawatan sampai benar-benar masalah pasien teratasi (Heri Ridwan, 2023)

Penerapan kompres hangat air jahe merah ini dilakukan selama 3 hari berturut turut pagi dan sore dengan mengukur skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukannya kompres hangat air jahe merah dari hasil evaluasi diperoleh bahwa masalah teratasi. Hal tersebut dibuktikan setelah 7 hari dilakukan implementasi pada tanggal 29 Mei 2025 didapatkan data subjektif pada pasien mengatakan setelah dilakukan kompres hangat air jahe merah lebih rileks dari sebelum dilakukan kompres hangat. Pasien mengatakan bahwa nyeri sudah berkurang dibandingkan dengan hari sebelumnya. Data subjektif pasien yaitu pasien lebih tampak rileks dengan skala nyeri 3(nyeri ringan).

Menurut asumsi peneliti terdapat penurunan yang signifikan pada skala nyeri pasien, dimana sebelum dilakukan kompres hangat air jahe merah skala nyeri 6 (Nyeri Sedang) dan setelah diberikan kompres hangat air jahe merah nyeri menurun menjadi 3 (Nyeri Ringan).

KESIMPULAN

Setelah dilakukan Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester III Yang Mengalami Masalah Nyeri Punggung Bawah Dengan Penerapan Kompres Hangat Air Jahe Merah Dipuskesmas Melur Sukajadi dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengkajian keperawatan pada 1 orang ibu hamil dengan trimester III mengalami masalah nyeri punggung bawah yang dirasakan Ny.R sejak usia kehamilan memasuki trimester III dengan skala nyeri nyeri 6, nyeri muncul secara bertahap dengan durasi sebentar dan menjalar turun ke panggul.
2. Diagnosa yang dapat diangkat dari kasus Ny. R adalah nyeri kronis b.d agen pencedera fisiologis (gangguan adaptasi kehamilan).
3. Intervensi untuk diagnosa keperawatan yang diberikan adalah manajemen nyeri serta penerapan *evidence Based Practice* dengan kompres air hangat jahe untuk menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
4. Implementasi yang diberikan sesuai dengan intervensi yaitu penerapan kompres hangat air jahe dilakukan selama 20 menit, proses intervensi dilakukan selama 3 hari pada pagi dan sore, dari tanggal 23-25 mei 2025 dengan 6 kali pertemuan untuk observasi *pre-test* dan *post-test*.
5. Berdasarkan hasil monitor nyeri yang dilakukan menggunakan skala nyeri didapatkan pada Ny.R di hari pertama mengalami nyeri skala 6 (nyeri sedang) dan pada hari ketiga mengalami penurunan dengan skala 3 (nyeri ringan).

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng Febrina Piesca Riyandi, Yanti Herawati, Haidir Syafrullah, Ida Suryani, D. P. S. (2024). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Merah (*Zingiber Officinale Rosc. Var. Rubrum*) Hangat Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaluyu Kabupaten Cianjur. *Holistic Nursing Care Approach*, 4(1), 8.
- Alifah, N. K. (2022). *Penerapan Rendam Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*.
- Arisandy, W., Suherwin, & Nopianti. (2023). Penerapan Kompres Hangat dengan Jahe Merah pada Rheumatoid Arthritis terhadap Nyeri Kronis. *Jurnal Aisyiyah Medika*, 8(1), 230-239.
- Battya, A. A., & Yuningsih, R. (2022). Efektivitas Terapi Kompres Jahe Terhadap Low Back Pain Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Jatinunggal Kabupaten Sumedang. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 4(1), 66-73.
- Heri Ridwan. (2023). *Proses Keperawatan*. 1-23.
- KemenkesRI. (2022). Laporan Kinerja Direktorat Kesehatan Keluarga Tahun 2021. *Kementerian Kesehatan RI*, 5201590(021), 4.
- Khairiah, R., & Herawati, I. (2022). Perbandingan Efektivitas Kompres Air Jahe dan Pelvic Tilt Exercise Terhadap Penurunan Skala Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Klinik Utama Beta Health Care, TPMB Susiyana Yan Kota Depok, TPMB Tuti Sugeng dan Klinik Pratama

- Faliya Medika Tahun 2020. *Jurnal Antara Kebidanan*, 5(3), 1735-1742.
- Lukmana, A., Wijayanti, T. R. A., & Widiatrilupi, R. M. V. (2024). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamiltrimester III di Kota Malang. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(4), 1418-1428.
- Pohan, A., Mahyunidiar, & Tanjung, W. N. (2024). Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Dan Olesan Minyak Zaitun Terhadap Pengurangan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Bpm Esther Febriyanti Harahap Kabupaten Asahan Tahun 2024. *Jurnal Teknologi, Kesehatan Dan Ilmu Sosial*, 6(2), 75-82.
- Puspita, R. W., Hanifa, F., & Jayatmi, I. (2025). Perbandingan Pemberian Kompres Jahe Merah Dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Di Tpm B R Kabupaten Garut Tahun 2024. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(8), 5695-5704.
- Retni, A., Harismayanti, Sudirman, A. N., & Daud, A. W. (2024). Penerapan Pemberian Kompres Jahe Untuk Menurunkan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di Ruang Poli Rsud M.M Dunda Limboto. *J Urnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1), 7-13.
- Sarifah, S. K., & Sharni, S. H. (2024). Kompres Hangat Air Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru Tahun 2023. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(1), 1-8.
- Sinaga, T. H., Juliarti, W., & Triana, A. (2024). Kompres Hangat Air Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru Tahun 2023. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(1), 1-8.
- Sipahelut, M., Lisca, S. M., & Ciptiasrini, U. (2025). Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Dan Kompres Air Trimester Iii Di Puskesmas Perawatan Allang Tahun. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2), 6131-6137.
- Suherlan, R. K., Noviyani, E. P., & Anggreni, M. (2024). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe Dan Kompres Air Hangat Terhadap Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB R Kabupaten Cianjur Tahun 2023. *Journal Of Social Science Research*, 4(3), 3118-3128.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. In *Dewan Pengurus Pusat PPNI* (p. 328).
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan* (1 Cetakan). Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI).
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (1 Cetakan). Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI).
- Tresy Patricia Laetare, Meldawati, Nurul Hidayah, F. M. (2024). Pengaruh Kompres Air Hangat Rebusan Jahe Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 6(2), 245-250.
- Yuspina, A., Mulyani, N., & Silalahi, U. A. (2018). Pengaruh Kompres Air Hangat Dan Air Dingin Terhadap Nyeri Tulang Belakang Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Rajapolah Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Bidkesmas Respati*, 2(9), 18-27. <https://doi.org/10.48186/bidkes.v2i9.88>