

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Studi Kasus

4.1.1 Gambaran Lokasi Studi Kasus

Penelitian ini dilakukan di tempat tinggal masing-masing Subjek. Dimana Subjek I beralamat di Jalan Kubang Raya dan Subjek II beralamat di Jalan Sudirman Ujung. Dimana kedua Subjek merupakan klien yang berkunjung ke Praktik Mandiri Bidan Rosita Pekanbaru yang terletak di Jl. Taman Karya No.8, Tuah Karya, Kec. Tampan, Kota Pekanbaru, Riau 28293.

4.1.2 Gambaran Subjek Studi Kasus

Subjek yang digunakan dalam studi kasus ini adalah dua orang ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan oleh penulis.

Pada tanggal 14 Maret 2025, penulis melakukan pengambilan data ke Praktik Mandiri Bidan Rosita Pekanbaru serta memberitahu tujuan dilakukannya penelitian dan prosedur penerapan kompres hangat kepada pihak klinik. Setelah mendapatkan izin, penulis turun ke lapangan menentukan ibu hamil trimester III yang akan dijadikan responden. Setelah menentukan ibu hamil trimester III yang akan dijadikan responden, penulis melakukan wawancara langsung ke rumah Subjek I dan II dengan menjelaskan prosedur dan tujuan dari pelaksanaan studi kasus ini. Penulis kemudian menjelaskan prosedur serta manfaat dari penerapan kompres hangat untuk mengurangi nyeri punggung yang Subjek rasakan, setelah Subjek setuju dan mengerti penulis kemudian memberikan lembar *informed consent* sebagai penanda persetujuan untuk melakukan penerapan kompres

hangat. Selain wawancara, penulis juga melakukan pemeriksaan tanda-tanda vital (TTV) sebagai bagian dari pengkajian awal. Hasil pengukuran pada Subjek I menunjukkan tekanan darah 120/80 mmHg, suhu tubuh 36,5°C, frekuensi nadi 80 kali per menit, dan pernapasan 22 kali per menit. Sementara itu, Subjek II memiliki tekanan darah 123/80 mmHg, suhu tubuh 36,5°C, nadi 85 kali per menit, dan frekuensi napas 23 kali per menit. Kedua Subjek memiliki tanda vital dalam batas normal dan layak untuk dilakukan intervensi. Adapun gambaran Subjek studi kasus yaitu :

Tabel 4.1 Karakteristik Subjek

Karakteristik	Subjek I	Subjek II
Inisial	Ny. R	Ny. N
Usia	28 Tahun	21 Tahun
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	Ibu Rumah Tangga
Usia Kehamilan	32 Minggu 5 hari	31 Minggu 5 hari
Paritas	G2P1A0	G1P0A0
HPHT	28-07-2024	10-08-2024
HPL	06-05-2025	17-05-2025
Lingkar Lengan Atas (LILA)	28 cm	26 cm
Berat Badan	60 kg	50 kg
Tinggi Badan	168 cm	152 cm
Pengalaman Nyeri yang Lalu	Klien mengatakan pada kehamilan sebelumnya juga merasakan nyeri punggung yang sama	-
Keluhan Nyeri (PQRST)	Klien mengatakan nyeri muncul saat melakukan aktivitas seperti menyapu, klien mengatakan nyeri ditusuk –tusuk, klien mengatakan nyeri hanya di rasakan di bagian punggung bawah saja dan tidak menyebar, skala nyeri 6, klien mengatakan nyeri hilang timbul	Klien mengatakan nyeri muncul saat klien melakukan pekerjaan rumah dalam waktu yang cukup lama, klien mengatakan nyeri punggung seperti di tusuk- tusuk, skala nyeri 5, klien mengatakan nyeri hilang timbul.

Tekanan Darah (TD)	120/80 mmHg	123/80 mmHg
Suhu (S)	36,5 C	36,5 C
Nadi (N)	80 x/m	85x/m
Pernapasan (RR)	22 x/m	23x/m

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa gambaran Subjek studi kasus ke-2

Subjek yaitu:

Subjek I

Subjek I Ny. R berusia 28 tahun, beragama Islam, pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga, alamat rumah di Jl. Kubang Raya. subjek I merupakan pasien yang rutin berkunjung di Praktik Mandiri Bidan Rosita Pekanbaru. Subjek I merupakan multipara dengan G2P1A0 dan usia kehamilan 32 minggu 5 hari, HPHT 28-07-2024, HPL 06-05-2025.

Berdasarkan pengkajian nyeri menggunakan metode PQRST Subjek I mengatakan nyeri punggung pada kehamilan sebelumnya tidak separah nyeri punggung sekarang. Karakteristik keluhan nyeri (PQRST) pada Subjek I mengatakan bahwa nyeri yang dirasakan oleh Ny. R muncul saat melakukan aktivitas fisik seperti menyapu (P – *Provocation*). Nyeri digambarkan seperti ditusuk-tusuk (Q – *Quality*), terlokalisasi pada bagian punggung bawah dan tidak menjalar ke area lain (R – *Region/Radiation*). Nyeri ini dirasakan dengan skala 6 dari 10, menunjukkan tingkat nyeri sedang (S – *Severity*). Subjek I mengatakan bahwa nyeri tersebut bersifat hilang timbul dan tidak berlangsung terus-menerus (T – *Time*). Ny. R juga menyampaikan bahwa ia pernah mengalami nyeri punggung pada kehamilan sebelumnya, namun nyeri kali ini terasa lebih parah dibandingkan sebelumnya. nyeri muncul saat melakukan aktivitas seperti

menyapu, Subjek I mengatakan nyeri seperti ditusuk-tusuk, skala nyeri 6, klien mengatakan nyeri hilang timbul.

Selain itu, hasil pemeriksaan tanda-tanda vital menunjukkan bahwa Ny. R memiliki tekanan darah 120/80 mmHg, suhu tubuh 36,5°C, frekuensi nadi 80 kali per menit, dan frekuensi napas 22 kali per menit. Nilai-nilai tersebut berada dalam rentang normal untuk ibu hamil trimester III, yang menunjukkan bahwa kondisi fisik Subjek I stabil untuk dilakukan intervensi berupa kompres hangat.

Subjek II

Subjek II Ny. N berusia 21 tahun, beragama Islam, pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga, Alamat rumah di Jl. Sudirman Ujung, subjek II merupakan pasien yang rutin berkunjung di Praktik Mandiri Bidan Rosita Pekanbaru. Subjek II merupakan primipara dengan G1P0A0 dan usia kehamilan 31 minggu 5 hari, HPHT 10-08-2024, HPL 17-05-2025.

Berdasarkan pengkajian nyeri metode PQRSST, Ny. N mengatakan bahwa nyeri muncul setelah melakukan pekerjaan rumah dalam waktu yang cukup lama (P – *Provocation*). Karakteristik nyeri digambarkan seperti ditusuk-tusuk (Q – *Quality*), dengan lokasi nyeri di area punggung (R – *Region/Radiation*). Skala nyeri yang dirasakan adalah 5 dari 10, yang menunjukkan tingkat nyeri sedang (S – *Severity*). Ny. N juga merasakan nyeri bersifat hilang timbul (T – *Time*). Tidak terdapat pengalaman nyeri serupa sebelumnya karena ini merupakan kehamilan pertamanya.

Pemeriksaan tanda vital pada Ny. N menunjukkan tekanan darah 123/80 mmHg, suhu tubuh 36,5°C, frekuensi nadi 85 kali per menit, dan frekuensi napas 23 kali per menit. Hasil ini menunjukkan bahwa kondisi umum Subjek II dalam

keadaan normal sehingga aman untuk dilakukan penerapan terapi kompres hangat.

4.1.3 Pemaparan Fokus Studi Kasus

a. **Gambaran Skala Nyeri Punggung Sebelum dan Setelah dilakukan Kompres Hangat**

Pelaksanaan penerapan kompres hangat dilakukan selama 3 hari, yaitu pada tanggal 15-17 Maret 2025 pada pagi hari dengan frekuensi 1 kali sehari selama 15-20 menit pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung. Pengukuran skala nyeri dilakukan sebelum dan sesudah diberikan penerapan kompres hangat. Hasil pengukuran skala nyeri selama 3 hari penerapan kompres hangat dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.2 Gambaran Skala Nyeri Punggung sebelum dan setelah dilakukan Kompres Hangat

Hari Ke-	Penilaian Nyeri Kompres Hangat	Skala Nyeri	
		Subjek I	Subjek II
1	Pre	6	5
	Post	5	4
2	Pre	5	4
	Post	4	3
3	Pre	3	3
	Post	2	1

Berdasarkan tabel di atas didapatkan adanya penurunan skala nyeri pada Subjek I dan II saat dilakukannya kompres hangat. Setelah dilakukannya kompres hangat secara rutin, didapatkan penurunan skala nyeri punggung pada kedua Subjek.

a. Subjek I

1) Hasil Observasi

Hari pertama pada tanggal 15 Maret 2025 pukul 09.30 Wib penulis melakukan observasi nyeri menggunakan lembar skala nyeri *Numeric Rating Scale* sebelum dilakukan kompres hangat. Berdasarkan observasi tersebut didapatkan hasil skala nyeri pada angka 6. Setelah itu penulis kemudian menerapkan kompres hangat pada Ny.R dengan buli-buli. Setelah selesai melakukan kompres hangat di pukul 09.45 Wib, penulis juga mengobservasi skala nyeri setelah dilakukannya kompres hangat dan didapatkan skala nyeri pada angka 5, dengan kesimpulan skala nyeri mengalami penurunan.

Hari kedua pada tanggal 16 Maret 2025 pukul 09.00 Wib penulis melakukan observasi nyeri menggunakan lembar skala nyeri *Numeric Rating Scale* sebelum dilakukan kompres hangat. Berdasarkan observasi tersebut didapatkan hasil skala nyeri pada angka 5 karena Subjek sehabis melakukan pekerjaan rumah. Setelah itu penulis kemudian menerapkan kompres hangat pada Ny. R. Setelah selesai melakukan kompres hangat pada pukul 09.15 Wib, dilakukan kembali observasi skala nyeri setelah dilakukannya kompres hangat dan didapatkan skala nyeri pada angka 4, dengan kesimpulan skala nyeri mengalami penurunan.

Hari ketiga pada tanggal 17 Maret 2025 pukul 09.00 Wib penulis melakukan observasi nyeri menggunakan lembar skala nyeri *Numeric Rating Scale* sebelum dilakukan kompres hangat. Berdasarkan observasi tersebut didapatkan hasil skala nyeri pada angka 3. Setelah kemudian menerapkan

kompres hangat pada Ny.R. Setelah selesai melakukan kompres hangat pada pukul 09.15 Wib, dilakukan kembali observasi skala nyeri setelah dilakukannya kompres hangat dan didapatkan skala nyeri pada angka 2, dengan kesimpulan skala nyeri mengalami penurunan dan rentang nyeri sudah berada di kategori nyeri ringan.

2) Evaluasi

Setelah dilakukan penerapan kompres hangat selama 3 hari menggunakan buli-buli, diperoleh data dari hasil pengukuran skala nyeri Subjek I menunjukkan adanya penurunan skala nyeri. Dibuktikan dengan didapatkannya perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukannya kompres hangat, pada Subjek I dihari pertama sebelum implementasi yaitu 6. Pada hari terakhir dilakukan implementasi terjadi penurunan skala nyeri menjadi 2.

b. Subjek II

1) Hasil Observasi

Hari pertama pada tanggal 15 Maret 2025 pukul 10.00 Wib penulis melakukan observasi nyeri menggunakan lembar skala *nyeri Numeric Rating Scale* sebelum dilakukan kompres hangat. Berdasarkan observasi tersebut didapatkan hasil skala nyeri pada angka 5. Setelah itu kemudian menerapkan kompres hangat pada Ny. N dengan buli-buli. Setelah selesai melakukan kompres hangat pada pukul 10.15 Wib, dilakukan kembali observasi skala nyeri setelah dilakukannya kompres hangat dan didapatkan skala nyeri pada angka 4, dengan kesimpulan skala nyeri mengalami penurunan.

Hari kedua pada tanggal 16 maret 2025 pukul 10.00 Wib penulis melakukan observasi nyeri menggunakan lembar skala nyeri *Numeric Rating Scale* sebelum dilakukan kompres hangat. Berdasarkan observasi tersebut didapatkan hasil skala nyeri pada angka 4. Setelah itu penulis kemudian menerapkan kompres hangat pada Ny.N. Setelah selesai melakukan kompres hangat pada pukul 10.15 Wib, dilakukan kembali observasi skala nyeri setelah dilakukannya kompres hangat dan didapatkan skala nyeri pada angka 3, dengan kesimpulan skala nyeri mengalami penurunan.

Hari ketiga Pada tanggal 17 Maret 2025 pukul 10.00 Wib penulis melakukan observasi nyeri menggunakan lembar skala nyeri *Numeric Rating Scale* sebelum dilakukan kompres hangat. Berdasarkan observasi tersebut didapatkan hasil skala nyeri pada angka 3. Setelah itu kemudian menerapkan kompres hangat pada Ny. N. Setelah selesai melakukan kompres hangat pada pukul 10.15 Wib, dilakukan kembali observasi skala nyeri setelah dilakukannya kompres hangat dan didapatkan skala nyeri pada angka 1, dengan kesimpulan skala nyeri mengalami penurunan dan rentang nyeri sudah berada di kategori nyeri ringan.

2) Evaluasi

Setelah dilakukan penerapan kompres hangat selama 3 hari menggunakan buli-buli, diperoleh data dari hasil pengukuran skala nyeri terhadap Subjek II menunjukkan adanya penurunan skala nyeri. Dibuktikan dengan didapatkannya perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukannya kompres hangat, pada Subjek II dihari pertama sebelum implementasi yaitu 5. Pada hari terakhir dilakukan implementasi terjadi

penurunan skala nyeri menjadi 1.

Secara keseluruhan, kedua Subjek menunjukkan penurunan skala nyeri setelah 3 hari penerapan kompres hangat. Subjek I mengalami penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 2, sedangkan Subjek II mengalami penurunan dari 5 menjadi 1. Hasil ini menunjukkan bahwa kompres hangat efektif dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

4.2 Pembahasan

Pada bagian ini penulis membahas hasil studi kasus mengenai penerapan kompres hangat untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Praktik Mandiri Bidan Rosita Pekanbaru. Prosedur kompres hangat dilakukan secara rutin selama tiga hari berturut-turut pada pagi hari untuk membantu mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan skala nyeri pada kedua Subjek setelah diberikan intervensi berupa kompres hangat. Pada Subjek I, skala nyeri menurun dari 6 menjadi 2, sedangkan pada Subjek II skala nyeri menurun dari 5 menjadi 1. Penurunan ini terjadi secara bertahap setiap harinya, yang menunjukkan efektivitas intervensi nonfarmakologis ini.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Risa Melliana Hanifah dkk. (2022) dalam jurnal berjudul "Penerapan Kompres Hangat pada Ibu Hamil Trimester Tiga dalam Menurunkan Nyeri Punggung", yang menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat satu kali per hari selama tiga hari dapat menurunkan intensitas nyeri punggung.

Meskipun teknik kompres hangat yang digunakan sama pada kedua Subjek, hasilnya menunjukkan perbedaan. Subjek II mengalami penurunan skala nyeri

yang lebih cepat dibandingkan Subjek I. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti usia dan status paritas. Subjek II yang berusia lebih muda dan merupakan primigravida kemungkinan memiliki kondisi otot dan ligamen yang lebih baik, sehingga memberikan respon yang lebih optimal terhadap terapi. Selain itu, Subjek II menunjukkan tingkat kepatuhan yang lebih tinggi dalam mengikuti anjuran untuk beristirahat dan menghindari aktivitas berat selama masa intervensi.

Berdasarkan data anamnesa, terdapat persamaan dan perbedaan karakteristik pada kedua Subjek. Keduanya memiliki usia kehamilan yang hampir sama, namun berbeda dalam usia biologis, yaitu Subjek I berusia 28 tahun dan Subjek II berusia 21 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian Melati Nur Arummega, dkk. (2022) yang menyatakan bahwa persepsi terhadap nyeri dipengaruhi oleh usia, di mana semakin bertambah usia seseorang, kemampuan dalam memahami dan mengontrol nyeri cenderung meningkat. Selain itu, usia kehamilan yang bertambah juga berkontribusi terhadap terjadinya nyeri punggung karena berat janin yang meningkat dapat menyebabkan perubahan postur tubuh ibu hamil.

Selain itu, kedua Subjek memiliki aktivitas sehari-hari yang relatif sama, yaitu melakukan pekerjaan rumah tangga seperti menyapu, mengepel, memasak, mencuci, dan sebagainya, aktivitas ini dapat memberikan tekanan pada punggung bawah, sehingga memicu timbulnya nyeri. Dalam melakukan aktivitas sehari-harinya kedua Subjek memiliki perbedaan dalam merespon nyeri. Subjek I mengatakan rasa nyeri muncul saat melakukan pekerjaan rumah seperti menyapu. Subjek II mengatakan rasa nyeri muncul setelah melakukan pekerjaan rumah dalam waktu yang cukup lama.

Dari segi paritas, Subjek I merupakan multigravida sedangkan Subjek II merupakan primigravida. Penelitian yang dilakukan Fithriyah dan Rizki Dyah Haninggar (2020) mendukung temuan ini yang menyatakan bahwa ibu multigravida akan mengalami nyeri punggung dan lebih beresiko dibandingkan dengan yang primigravida karena karena otot-otot yang sudah melemah sehingga kurang mampu menopang rahim yang semakin membesar. Berbeda dari penelitian sebelumnya yang umumnya berfokus pada pengaruh kompres hangat dalam populasi yang lebih luas, penelitian ini secara khusus menggali perbedaan respons individu berdasarkan usia dan status paritas. Pendekatan ini masih jarang ditemukan dalam literatur yang ada, sehingga memberikan kontribusi baru terhadap pemahaman efektivitas terapi nonfarmakologis dalam konteks individu.

Nyeri punggung pada ibu hamil trimester III terjadi karena penambahan berat badan, perubahan postur tubuh yang cepat, nyeri punggung terdahulu, peregangan berulang, dan tingginya paritas. Perubahan postur dan instabilitas panggul dapat menimbulkan nyeri punggung selama dan setelah kehamilan (Said et al., 2022). Pada trimester III, rahim semakin membesar dan menekan organ-organ sekitarnya termasuk tulang belakang bagian bawah. Hal ini menimbulkan perubahan postural yang disebut hiperlordosis, di mana lengkungan punggung bawah meningkat. Selain itu, hormon seperti relaksin dan progesteron juga menyebabkan pelonggaran ligamen dan sendi panggul, yang meskipun penting untuk persalinan, justru membuat ibu rentan terhadap ketidakstabilan otot dan nyeri (Alimuddin & Sari, 2023).

Selain itu, berdasarkan patofisiologi nyeri punggung, tekanan pada ligamen lumbosakral dan ketegangan otot punggung bawah menjadi penyebab utama

timbulnya keluhan ini pada ibu hamil. Beban janin yang terus bertambah juga mendorong pusat gravitasi tubuh ke depan, meningkatkan tekanan pada tulang belakang.

Salah satu metode nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil adalah kompres hangat. Terapi ini tidak hanya memberikan rasa nyaman, tetapi juga mampu menurunkan intensitas nyeri secara bertahap. Menurut Imaniar et al. (2020), kompres hangat bekerja dengan mencegah terjadinya spasme otot, meningkatkan rasa kehangatan, serta memberikan efek relaksasi yang mendukung pemulihan.

Kompres hangat dapat membantu menurunkan nyeri karena panas dari kompres mampu meningkatkan aliran darah ke area tubuh yang nyeri. Ketika aliran darah meningkat, maka suplai oksigen dan nutrisi ke jaringan yang tegang atau meradang juga akan bertambah, sehingga membantu proses penyembuhan dan mengurangi rasa nyeri. Selain itu, panas dari kompres hangat juga bisa merangsang saraf-saraf tertentu di kulit yang berfungsi menghambat sinyal nyeri yang dikirim ke otak. Kompres hangat juga bermanfaat untuk merelaksasikan otot-otot yang tegang atau kaku, yang biasanya menjadi salah satu penyebab nyeri punggung. Ketika otot menjadi lebih rileks, maka rasa nyeri pun bisa berkurang secara perlahan.

Berdasarkan mekanisme tersebut, kompres hangat dapat dianggap sebagai salah satu cara non-obat yang aman dan efektif untuk mengurangi nyeri, terutama pada ibu hamil trimester III yang sering mengalami nyeri punggung akibat perubahan postur dan beban tubuh yang semakin berat.

4.3 Keterbatasan Studi Kasus

Pada studi kasus ini menemui keterbatasan yang ditemukan. Salah satunya adalah Intervensi hanya dilakukan dalam waktu yang singkat (tiga hari) dan dilakukan satu kali per hari. Padahal, frekuensi dan durasi terapi yang lebih panjang mungkin memberikan efek yang lebih signifikan atau konsisten.