

**EFEKTIVITAS KOMPRES AIR JAHE HANGAT UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DI PMB KOTA PEKANBARU**

SKRIPSI



OLEH :

MARDIATY. AR

P032515301R148

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN RIAU
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
PEKANBARU**

2026

**EFEKTIVITAS KOMPRES AIR JAHE HANGAT UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU
HAMIL TRIMESTER III DI PMB KOTA PEKANBARU**

diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Riau

SKRIPSI



OLEH :

MARDIATY. AR

P032515301R148

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN RIAU
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
PEKANBARU**

2026

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Efektivitas Kompres Air Jahe Hangat untuk
Mengurangi Nyeri Punggung Bawah pada Ibu
Hamil Trimester III di PMB Kota Pekanbaru

Nama : Mardiaty. AR

Nomor Induk Mahasiswa : P032515301R148

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Tanggal Ujian : 07 Juli 2026

Pembimbing Utama



Bdn. Elly Susilawati, S.ST., M.Keb.
NIP. 198401052008122002

Pembimbing Pendamping



Bdn. Yan Sartika, S.ST., M.Keb.
NIP. 198001232002122001

Ketua Penguji



Bdn. Findy Hindratni, S.ST., M.Keb.
NIP. 198606162019022002

Anggota Penguji



Dewi Septiana, M.H.
NIP. 199109052022032001

Direktur



Bdn. Rully Hevrialni, S.ST., M.Keb., M.H.
NIP. 198108202002122001

Ketua Jurusan Kebidanan



Bdn. Yan Sartika, S.ST., M.Keb.
NIP. 198001232002122001

PERNYATAAN
ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar - benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, di dalam Naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar Pustaka.

Apabila ternyata di dalam Naskah Skripsi ini dapat dibuktikan terdapat unsur - unsur PLAGIAT, saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (S.Tr.Keb) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan yang berlaku.

(UUD No 20 Tahun 2013, Pasal 25 Ayat 2 dan Pasal 70).

Pekanbaru, Juli 2026

Mahasiswa



Mardiaty. AR

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya ucapkan kepada Allah SWT karena dengan rahmat dan karunianya saya dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Efektivitas Kompres Air Jahe Hangat untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Kota Pekanbaru”** ini dengan sebaik-baiknya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat kelulusan di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau Tahun 2026.

Dalam membuat laporan ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, baik secara moril maupun materil. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada bapak/ibu:

1. Bdn. Rully Hevrialni, S.ST., M.Keb., M.H. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Riau.
2. Bdn. Yan Sartika, S.ST., M.Keb. selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau sekaligus Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan terkait tata penulisan dan memberi dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Bdn. Yanti, S.ST., M.Keb. selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau.
4. Hj. Dince Safrina, SST., Bd., MKM. selaku pemilik lahan praktik yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian ini.
5. Bdn. Silvi Ayu, S.Keb. selaku pemilik lahan praktik yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian ini.

6. Bdn. Elly Susilawati, S.ST., M.Keb. selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Bdn. Findy Hindratni, S.ST., M.Keb. selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktunya memberikan kritikan dan saran kepada penulis untuk perbaikan skripsi ini.
8. Dewi Septiana, M.H. selaku anggota penguji yang telah meluangkan waktunya memberikan kritikan dan saran kepada penulis untuk perbaikan skripsi ini.
9. Seluruh dosen Poltekkes Kemenkes Riau yang telah membimbing penulis dalam memberikan ilmu selama masa perkuliahan berlangsung.
10. Teristimewa keluarga khususnya Kedua orang tua tercinta, ayah dan ibu dan adik adik saya, serta seluruh keluarga lainnya yang telah memberikan semangat dan doa yang tiada henti hentinya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi
11. Terkhusus Ibu hamil di PMB Dince Safrina dan Bdn. Silvi Ayu, S.Keb Kota Pekanbaru sebagai Sampel Penelitian ini.
12. Rekan rekan seperjuangan mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau Prodi Sarjana Terapan Kebidanan yang telah membantu, memberikan dukungan, kritik dan saran yang sifatnya membangun demi sempurnanya skripsi ini.

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam penulisan skripsi ini namun masih terdapat banyak kekurangan. Untuk itu penulis dengan senang hati menerima berbagai kritik dan juga saran yang membantu dalam penulisan skripsi ini dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, Juli 2026

Mardiaty. AR

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Ruang Lingkup	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Kehamilan	8
2.2 Konsep Nyeri Punggung	14
2.3 Konsep Nyeri	24
2.4 Kompres Air Hangat	30
2.5 Kompres Air Jahe Hangat	32
2.6 Jahe	38
2.7 Penelitian Terkait	42
2.8 Kerangka Teori.....	45
BAB 3 KERANGKA KONSEP, DEFENISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	46
3.1 Kerangka Konsep	46
3.2 Bagan Alir Penelitian	46

3.3 Definisi Operasional	47
3.4 Hipotesis	48
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN	49
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	49
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	49
4.3 Populasi dan Sampel	49
4.4 Metode Pengumpulan Data	51
4.5 Instrumen Pengumpulan Data	52
4.6 Pengolahan dan Analisis Data	52
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	55
5.1 Hasil Penelitian	55
5.2 Pembahasan	57
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	65
6.1 Kesimpulan	65
6.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Pedoman Penilaian Skala Nyeri (NRS)	28
Tabel 2. 2 Karakteristik Jenis Jahe.....	41
Tabel 2. 3 Komposisi Kandungan Jahe Dalam 100 gr.....	41
Tabel 2. 4 Penelitian Terkait	43
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	47
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden.....	55
Tabel 5. 2 Efektivitas Kompres Air Jahe Hangat untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Kota Pekanbaru	56

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori.....	45
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep	46
Bagan 3. 2 Bagan Alir Penelitian.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 <i>Verbal Rating Scale</i> (VRS).....	26
Gambar 2. 2 <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....	27
Gambar 2. 3 <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	27
Gambar 2. 4 <i>Wong Baker FACES pain Rating Scale</i>	30
Gambar 2. 5 Alat dan bahan kompres air jahe hangat	35
Gambar 2. 6 Jahe gajah (jahe putih besar)	39
Gambar 2. 7 Jahe emprit	39
Gambar 2. 8 Jahe merah.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Observasi

Lampiran 2. SOP Kompres Air Jahe Hangat

Lampiran 3. Naskah Penjelasan Penelitian

Lampiran 4. Informed Consent

Lampiran 5. Lembar Konsultasi Pembimbing

Lampiran 6. Master Tabel

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian

Lampiran 8. Surat Balasan Penelitian

Lampiran 9. Surat Keterangan Lulus Kaji Etik (Ethical Clearence)

Lampiran 10. Hasil Output SPSS

Lampiran 11. Dokumentasi