

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES AIR JAHE HANGAT
TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL
TRIMESTER III DI PUSKESMAS
NUSA PENIDA I**



SKRIPSI

OLEH:

NI MADE EMY LESTARI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES AIR JAHE HANGAT
TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL
TRIMESTER III DI PUSKESMAS
NUSA PENIDA I**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**NI MADE EMY LESTARI
NIM. A1224035**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Made Emy Lestari
NIM : A1224035
Jurusan : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Hangat Terhadap
Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa
Penida I

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 21 Juni 2025



(Ni Made Emy Lestari)

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES AIR JAHE HANGAT TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS NUSA PENIDA I

Diajukan Oleh:

Ni Made Emy Lestari
NIM. A1224035

Badung, 21 Juni 2025

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN: 0809018701

Pembimbing II



Maria Manda Puspita, S.ST., M.Keb
NIDN: 0813058901

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN: 0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal : 7 Juli 2025

Yang Terdiri Dari:

Ketua Penguji



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes
NIDN. NIDN. 0821098803

Sekretaris Penguji



Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN: 0809018701

Anggota Penguji



Maria Manda Puspita, S.ST., M.Keb
NIDN: 0813058901

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN: 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN**

Skripsi, Juni 2025

Ni Made Emy Letari

Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Hangat Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I

(xv + 50) halaman + 5 tabel + 3 gambar + 13 lampiran

ABSTRAK

Meningkatnya pertumbuhan dan perkembangan janin pada kehamilan trimester III menimbulkan beban pada tubuh yang membuat ibu hamil mengalami nyeri punggung. Pemberian kompres air jahe hangat merupakan upaya terapi yang dapat diterapkan untuk mengurangi nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres air jahe hangat terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Puskesmas Nusa Penida I

Penelitian menggunakan rancangan pre-experiment dengan one group pretest and posttest design. Sampel penelitian sebanyak 30 responden yang ditentukan dengan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 15 Mei-15 Juni 2025 yaitu terkait nyeri yang diukur menggunakan NRS. Data penelitian dianalisis dengan uji Wilcoxon.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada penurunan nyeri sebelum dan setelah pemberian kompres air jahe hangat dari nyeri sedang (66,7%) menjadi nyeri ringan (43,3%). Pemberian kompres air jahe hangat memiliki pengaruh signifikan terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Puskesmas Nusa Penida I (p -value=0,001). Bidan dan petugas kesehatan lainnya diharapkan dapat menerapkan kompres air jahe hangat sebagai intervensi rutin untuk membantu menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci : ibu hamil, kompres air jahe hangat, nyeri punggung, trimester III
Daftar Pustaka : 61 (2019-2025)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF MIDWIFERY AND MIDWIFE PROGRAM**

Undergraduate Thesis, June 2025

Ni Made Emy Letari

The Effect of Warm Ginger Water Compress on Back Pain in Third Trimester Pregnant Women at Puskesmas Nusa Penida I

xv + 50 pages + 5 tables + 3 figures + 13 appendices

ABSTRACT

The increasing growth and development of the fetus during the third trimester of pregnancy places an additional physical burden on the mother's body, often resulting in back pain. One therapeutic effort to relieve this discomfort is the application of a warm ginger water compress. The purpose of this study was to determine the effect of warm ginger water compress on back pain in third-trimester pregnant women at Puskesmas Nusa Penida I.

This study used a pre-experimental design with a one-group pretest and posttest approach. The sample consisted of 30 respondents selected through purposive sampling. Data collection was conducted from May 15 to June 15, 2025, using the Numeric Rating Scale (NRS) to measure pain intensity. Data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test.

The results showed a reduction in pain levels after the intervention, from moderate pain (66.7%) to mild pain (43.3%). The application of warm ginger water compress had a significant effect on reducing back pain in third-trimester pregnant women at Puskesmas Nusa Penida I (p -value = 0.001). It is recommended that midwives and other healthcare providers implement warm ginger compress therapy as a routine intervention to help alleviate back pain in pregnant women during the third trimester.

Keywords : pregnant women, warm ginger compress, back pain, third trimester

Bibliography : 61 sources (2019–2025)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan Anugerah-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Hangat Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usada Bali
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana STIKES Bina Usada Bali
3. Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes., selaku penguji utama yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyelesaian skripsi ini
4. Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes., selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Maria Manda Puspita, S.ST., M.Keb., selaku pembimbing II yang telah membantu penulis dalam memberikan masukan dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa dan dukungan moril dalam penyusunan skripsi ini.

7. Rekan-rekan Program Studi Kebidanan Program Sarjana yang memberikan dukungan sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Terimakasih.

Badung, Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teoretis	6
1. Konsep Kehamilan Trimester III	6
2. Konsep Nyeri Punggung.....	9

3. Konsep Kompres Air Jahe Hangat	14
B. Kajian Empiris	20
C. Kerangka Teori	23
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	
A. Kerangka Konsep	24
B. Hipotesis	24
C. Definisi Operasional	25
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	26
B. Populasi dan Sampel	26
1. Populasi	26
2. Sampel	27
C. Etika Penelitian	28
D. Alat Pengumpulan Data	30
1. Instrumen Penelitian	30
2. Validitas dan Reliabilitas	31
E. Prosedur Pengumpulan Data	31
F. Pengolahan Data	23
G. Analisis Data	35
BAB V HASIL PENELITIAN	37
A. Tempat dan Waktu Penelitian	37
B. Hasil Analisis Univariat	38

C. Hasil Analisis Bivariat	40
BAB VI PEMBAHASAN.....	41
A. Interpretasi Penelitian.....	41
B. Keterbatasan Penelitian.....	47
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	48
BAB VII PENUTUP.....	49
A. Simpulan	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Hangat Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I	25
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	38
Tabel 5.2	Tingkat Nyeri Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I Sebelum Diberikan Pemberian Kompres Air Jahe Hangat	39
Tabel 5.3	Tingkat Nyeri Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I Setelah Diberikan Pemberian Kompres Air Jahe Hangat.....	40
Tabel 5.4	Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Hangat Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Tingkat Nyeri Berdasarkan <i>Numerical Rating Scale</i>	11
Gambar 2.2	Kerangka Teori Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Hangat Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I.....	23
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Hangat Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I.....	24
Gambar 4.1	Desain Penelitian Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Hangat Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Nusa Penida I.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7. Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 10. Instrumen *Numerical Rating Scale*
- Lampiran 11 Hasil Analisis
- Lampiran 12. Dokumentasi
- Lampiran 13. Lembar Bimbingan

DAFTAR SINGKATAN

Ha	: Hipotesis Alternatif
Ho	: Hipotesis Nol
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
KT	: Kineso taping
NRS	: <i>Numerical Rating Scale</i>
NSAID	: <i>Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs</i>
PSP	: Persetujuan Setelah Penjelasan
SOP	: Standar Operasional Prosedur
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
VAS	: <i>Visual Analog Scale</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, V. I., Sumarni, Rusyanti, S., Narmin, Yuliani, V., & Baska, D. Y. (2024). *Konsep Dasar Teori Kehamilan, Persalinan, Bayi Baru Lahir, Nifas, dan Keluarga Berencana*. Penerbit NEM.
- Agnesia, Y., Sari, S. W., Hamdhani, N., Ramadhani, D. W., & Nopianto. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian Kesehatan*. Penerbit NEM.
- Alvionita, V., Erviany, N., Palin, N., & Usman, A. S. H. H. (2025). Faktor Penyebab Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester II dan III di Puskesmas Sumarorong Kabupaten Mamasa Tahun 2024. *Vitalitas Medis : Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 117–126.
- Amelia, E., Imaniar, M. S., & Nuryuniarti, R. (2021). Efektivitas Kompres Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. *In Proceeding Book Seminar Nasional Interaktif Dan Publikasi Ilmiah*, 200–204.
- Amruddin, Priyanda, R., Agustina, T. S., Ariantini, N. S., Rusmayani, N. G. A. L. A. A., Ningsih, K. P., Wulandari, S., Putranto, P., Yunita, I., Untari, I., Mujjani, S., & Wicaksono, D. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Pradina Pustaka.
- Anwar, K. K., Elyasari, Nurmiaty, Kartini, Yustiari, Saleh, U. K. S., Zulaikha, L. I., Hutomo, C. S., & Purnama, Y. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Global Eksekutif Teknologi.
- Arsi, A. (2022). *Langkah -Langkah Uji Validitas Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan SPSS*. Center For Open Science.
- Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III: Literatur Review Factors Affecting Back Pain In Pregnant Trimester III : A Literature Review. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), 14–30.
- Asmi, C. U. (2020). Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Kehamilan Pada Ibu Hamil dengan Konstipasi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungbumi Bangkalan. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Surabaya*.
- Avia, I., Yunike, Kusumawaty, I., Handian, F. I., Ahmad, S. N. A., Simanjuntak, G. V., Wahyuriyanto, Y., Surani, V., Achmad, V. S., Suprpto, Muslimin, D., Solehudin, & Hariati. (2022). *Penelitian Keperawatan*. Get Press.

- Azzahra, A. (2024). Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Untuk Mengatasi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Poltekkes Kemenkes Riau*.
- Batty, A. A., & Yuningsih, R. (2022). Efektivitas Terapi Kompres Jahe Terhadap Low Back Pain Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Jatanggung Kabupaten Sumedang. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 4(1).
- Darwel, Syamsul, M., Ramlan, P., Samad, M. A., Syakurah, R. A., Ngkolu, N. W., Lestari, P. P., & Rahmawati. (2022). *Statistik Kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Global Eksekutif Teknologi.
- Dewi, N. (2020). Asuhan Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Nyeri Pinggang Dengan Pemberian Kompres Hangat Dengan Rebusan Jahe. *Jurnal Universitas Bhakti Kencana*.
- Ernawati, Karo, M. B., Isnaini, F., Fatmawati, I., Hidayati, N., Ummyati, M., Dewi, P. D. P. K., Iswati, R. S., Hubaedah, A., Dewi, R. S., Damalita, A. F., Aritonang, T. R., Sholihah, I., Hasanah, Z., Manullang, R. S., Putri, D., Annisa, Simanjuntak, F. M., & Hurin'in, N. M. (2022). *Ketidaknyamanan dan Komplikasi yang Sering Terjadi Selama Kehamilan*. Rena Cipta Mandiri.
- Febrina, A., Riyandi, P., Herawati, Y., Syafrullah, H., Suryani, I., & Purnama, D. (2020). 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. *Siakad Stikes Dhb*.
- Fitriani, L. (2021). Efektivitas senam hamil dan yoga hamil terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Pekkabata. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 72–80.
- Gozali, W., Astini, N. A. D., & Permadi, M. R. (2020). Intervensi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil di Desa Pengelatan. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 4(3), 134–139.
- Handayani, R., Sugita, & Nuraeni, R. P. (2023). *Efektifitas Kompres Hangat Kering Dan Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Skala Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III*. Tahta Media Group.
- Handoko, M. R., & Neneng. (2021). Sistem Pakar Diagnosa Penyakit Selama Kehamilan Menggunakan Metode Naive Bayes Berbasis Web. *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi*, 2(1), 50–58.
- Hidayat, A. A. (2021). *Metodologi Keperawatan Untuk Pendidikan Vokasi*. Health Books Publishing.

- Ibrahim, J. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit NEM.
- Indriani, A., Fitri, N. L., & Sari, S. A. (2023). Penerapan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 46–54.
- Jaya, I. M. L. M. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori, Penerapan, dan Riset Nyata*. Anak Hebat Indonesia.
- Khairunnisa, E., Riana, E., Putri, D. K., & Agfiani, S. R. (2022). Gambaran Derajat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *WOMB Midwifery Journal (WOMB Mid.J)*, 1(2), 13–17.
- Kodiyah, N., & Susinta, E. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Air Jahe Pada Ibu Nifas Terhadap Nyeri Punggung Bawah di Puskesmas Geyer I. *The Shine Cahaya Dunia Kebidanan*.
- Komite Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2021). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional/ Komite Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Laetare, T. P., Hidayah, N., & Mariana, F. (2024). Pengaruh Kompres Air Hangat Rebusan Jahe Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *JIDAN: Jurnal Ilmiah Bidan*, 12(1), 2024.
- Lukmana, A., Wijayanti, T. R. A., & Widiatrilupi, R. M. V. (2024). Pengaruh Pemberian Kompres Jahe untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil trimester III di Kota Malang. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(4), 1418–1428. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i4.1123>
- Mauruh, C. V., Malik, Muh. Z., Isnawati, I. A., Mahendra, D., Napolion, K., Plasay, M., Maria, D., Asrianto, Handayani, P. A., & Harun, B. (2022). *Paliative Nursing*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Ningtyas, N. W. R., Amanupunnyo, N. A., Manueke, I., Ainurrahmah, Y., Pramesti, D., Yuliana, Yanti, R. D., Sirega, M. A., Samutri, E., Syaftriani, A. M., Qorahman, W., Hesty, Ekawaty, F., Kusumahat, E., Fitria, K. T., & Laoh, J. M. (2023). *Bunga Rampai Manajemen Nyeri*. PT Media Pustaka Indo.
- Norfai. (2021). *Kesulitan dalam Menulis Karya Tulis Ilmiah, Kenapa Bingung?*. Lakeisha.
- Nurlitawati, E. D., Aulya, Y., & Widowati, R. (2022). Efektivitas Senam Hamil terhadap Penurunan Nyeri Punggung pada Kehamilan Trimester III di RSUD Ciawi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(2), 237. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i2.525>

- Prabandani, K. D., Wulandari, Rr. C. L., & Zahriah, A. (2021). Efektifitas Kompres Hangat Dan Akupresur Terhadap Nyeri Punggung Bagian Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Literature Review. *Jurnal Media Kesehatan*, 14(2), 155–165. <https://doi.org/10.33088/jmk.v14i2.713>
- Prananingrum, R. (2022). Gambaran Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester III Pada Nyeri Punggung Di Puskesmas Jenawi Kabupaten Karanganyar. *Avicenna : Journal of Health Research*, 5(2).
- Purnamasari, K. D., & Widyawati, M. N. (2019). Gambaran Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 352–361. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.512>
- Purnamayanti, N. M. D., & Utarini, G. A. E. (2020). Intensitas Nyeri Pinggang Dan Pinggul Pada Ibu Hamil Yang Melaksanakan Yoga Prenatal di Kota Denpasar. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 2(2), 69.
- 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 TPMB R Kabupaten Garut Tahun 2024. *Journal of Innovation Research and Knowledge*.
- Putri, G. (2022). Perubahan Fisik dan Psikis Pada Ibu Hamil. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Radharani, R. (2020). Kompres Jahe Hangat dapat Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1).
- Resmi, D. C., & Tyarini. (2020). Pengaruh Akupresur Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Retni, A., 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. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Edisi Khusus*.
- Rosyidah, M., & Fijra, R. (2021). *Metode Penelitian*. Deepublish.
- Sa'adah, L. (2021). *Metode Penelitian Ekonomi dan Bisnis*. LPPM Universitas KH. A Wahab Hasbullah.
- Safitri, R. (2021). Pengaruh Penggunaan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta*.
- Saidah, H., Wigati, P. W., Kris, D. P., & Wahyuni, I. T. (2024). Efektivitas Kompres Jahe Hangat Terhadap Bendungan ASI. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*.

- Setyoningsih, H., Austine, M., Kesehatan, T., & Utama, C. (2022). Evaluation of Pregnant Women's Knowledge Levels about Treatment During Pregnancy in Obygn Clinic Hospital Panti Rahayu Yakkum Purwodadi. *Menara Journal of Health Science*, 1(2), 182–195.
- Sinaga, T. H., Juliarti, W., & Triana, A. (2023). Kompres Hangat Air Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil di Klinik Pratama Afiah Kota Pekanbaru Tahun 2023. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*.
- Siregar, M. H., Susanti, R., Indriawati, R., Panma, Y., Hanaruddin, D. Y., Adhiwijaya, A., Akbar, H., Agustawan, Nugraha, D. P., & Renaldi, R. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- 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. *Innovative: Journal of Social Science Research*.
- Sukini, T., Safitri, W. M., & Maryani, S. (2023). Efektivitas Kompres Jahe Merah Dan Jahe Putih Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. *Prosiding Seminar Nasional Dies Natalis Poltekkes Kemenkes Manado XXII*.
- Sulastri, M., Nurakilah, H., Marlina, L., & Nurfikah, I. (2022). Penatalaksanaan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Metode Kinesio Tapping Berdasarkan Standar Profesi Bidan. *Media Informasi*, 18, 145–151.
- Sumargo, B. (2020). *Teknik Sampling*. UNJ Press.
- Sumawati, N. M. R., Simiati, N. M., & Udayani, N. P. M. Y. (2024). Pengaruh Prenatal Massage Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Abianseml I. *Jurnal Genta Kebidanan*, 13(2).
- Sumawati, N. M. R., Wulandari, N. K. A., Adiestiani, N. M. E., & Udayani, N. P. M. Y. (2024). Pengaruh Childpose (Balasana) Terhadap Pengurangan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 5(2).
- Syalfina, A. D., Priyanti, S., & Irawati, D. (2022). Case Study : Pregnant Women With Back Pain. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*.

- Veronica, S. Y., Kumalasari, D., & Gustianingrum, C. (2021). Hubungan Senam Hamil Dengan Kejadian Nyeri Punggung pada Kehamilan Trimester III. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6. <https://doi.org/10.30604/jika.v6iS1.790>
- Wijayanti, E. S. (2021). Asuhan Keperawatan Keluarga pada Kasus Post Stroke dengan Masalah Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik di Desa Bluluk Kabupaten Lamongan. *Jurnal Surya: Jurnal Media Komunikasi Ilmu Kesehatan*, 13(02). <http://jurnal.umla.ac.id>
- Wulandari, S., & Wantini, N. A. (2021). Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 54–67.
- Yanti, L. T., Veronica, S. Y., & Sulistiawati, Y. (2024). Asuhan Kebidanan Berkelanjutan Terhadap Ny.S di PMB Shinta Marceliana ,S.ST. Bdn Dengan Pemberian Kompres Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil TM III. Relaksasi Genggam Jari Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan, Rebusan Daun Sirih Merah Pada Perawatan Luka Ibu Nifas. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(4), 318–324. <https://doi.org/10.31004/jh.v4i4.1256>
- Yolandini, Y., Purnamasari, K. D., & Fatimah, S. (2024). Gambaran Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester II dan III di TPMB Elis Marlina. *Journal of Midwifery and Public Health*, 6(1), 35. <https://doi.org/10.25157/jmph.v6i1.16129>