

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA NY.P
DAN NY.D DENGAN KEHAMILAN TRIMESTER III DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS DUKUPUNTANG
KABUPATEN CIREBON**



Oleh:

KIELA KARTIKA
NIM. P20620223075

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH UNTUK
MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA NY.P
DAN NY.D DENGAN KEHAMILAN TRIMESTER III DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS DUKUPUNTANG
KABUPATEN CIREBON**

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Salah Satu Syarat
untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan
Cirebon



Oleh:

KIELA KARTIKA
NIM. P20620223075

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : IMPLEMENTASI KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH
UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA NY.P DAN NY.D DENGAN KEHAMILAN
TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
DUKUPUNTANG KABUPATEN CIREBON**

PENYUSUN : KIELA KARTIKA

NIM : P20620223075

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui oleh
Pembimbing untuk diujikan

Cirebon, 25 Mei 2026

Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II



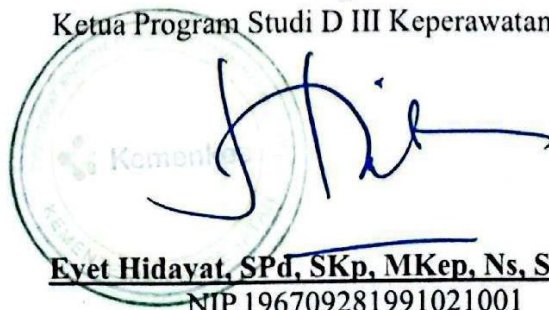
Hj. Badriah, SST, MPH
NIP.196206151983032004



Hj. Santi Wahyuni, SKp, M.Kep, Sp.Mat
NIP.197701052001122005

Mengetahui :

Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon



Eyet Hidayat, SPd, SKp, MKep, Ns, Sp,Kep.J.
NIP.196709281991021001

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : IMPLEMENTASI KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH
UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA NY.P DAN NY.D DENGAN KEHAMILAN
TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
DUKUPUNTANG KABUPATEN CIREBON**

PENYUSUN : KIELA KARTIKA

NIM : P20620223075

Laporan studi kasus ini telah diujikan dan dipertanggungjawabkan
di hadapan Tim Penguji pada tanggal 12 Juni 2026

Penguji

Ketua Penguji

Anggota Penguji I

Anggota Penguji II



H. Badriah, SST, MPH
NIP.196206151983032004



H. Santi Wahyuni, SKp, M.Kep, Sp.Mat
NIP.197701052001122005



Ayu Yuliani S M. Kep., Ns., Sp. Kep An
NIP. 197407251993032002

Mengesahkan:

Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon



Evet Hidavat, SPd, SKp, MKep, Ns, Sp.Kep.J
NIP. 196709281991021001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **KIELA KARTIKA**
NIM : **P20620223075**
Program Studi : **D III Keperawatan Cirebon**
Judul KTI : **IMPLEMENTASI KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH
UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA
NY.P DAN NY.D DENGAN KEHAMILAN TRIMESTER III DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS DUKUPUNTANG
KABUPATEN CIREBON**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis yang saya susun ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Cirebon, 17 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,

The image shows a handwritten signature in black ink over a red official stamp. The stamp is rectangular and contains the text 'KABUPATEN CIREBON' at the top, a central emblem, and 'METERAI TEMPEL' at the bottom. Below the stamp, the number '821BDA0X051704298' is printed.

KIELA KARTIKA
P20620223075

**SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **KIELA KARTIKA**
NIM : P20620223075
Program Studi : D III Keperawatan Cirebon
Judul KTI : IMPLEMENTASI KOMPRES PARUTAN JAHE MERAH
UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA
NY.P DAN NY.D DENGAN KEHAMILAN TRIMESTER III DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS DUKUPUNTANG
KABUPATEN CIREBON

Dengan ini memberikan kewenangan kepada Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya mempublikasikan untuk kepentingan akademik tanpa meminta izin dan hak bebas royalti selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Cirebon, 17 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,



KIELA KARTIKA
P20620223075

**PROGRAM DIPLOMA III KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2026

**Implementasi Kompres Parutan Jahe Merah Untuk Mengurangi Nyeri
Punggung Bawah pada Ny.P Dan Ny.D dengan Kehamilan Trimester III
di Wilayah Kerja Puskesmas Dukupuntang Kabupaten Cirebon**

Kiela Kartika¹⁾, Badriah²⁾, Santi Wahyuni³⁾

ABSTRAK

Latar Belakang: Kehamilan trimester III sering disertai berbagai ketidaknyamanan fisik, salah satunya adalah nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bawah pada ibu hamil terjadi akibat perubahan hormonal, perubahan postur tubuh, peningkatan berat badan, serta peregangan otot dan ligamen seiring dengan pertumbuhan janin. Berdasarkan data World Health Organization (2023), sekitar 32% wanita mengalami nyeri punggung bawah selama kehamilan. Di Indonesia, prevalensi nyeri punggung bawah pada ibu hamil mencapai 60–80% dan umumnya meningkat pada trimester III. Apabila tidak ditangani dengan baik, nyeri punggung dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kenyamanan ibu hamil. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung bawah adalah kompres parutan jahe merah. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan kompres parutan jahe merah dalam mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada dua ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran tingkat nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). **Hasil:** Setelah dilakukan intervensi kompres parutan jahe merah selama 5 hari berturut-turut, terjadi penurunan skala nyeri pada kedua klien. Klien 1 mengalami penurunan dari skala 4 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan), sedangkan klien 2 mengalami penurunan dari skala 5 (nyeri sedang) menjadi skala 2 (nyeri ringan). **Kesimpulan:** Kompres parutan jahe merah efektif dan aman digunakan sebagai penatalaksanaan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri punggung bawah dan meningkatkan kenyamanan pada ibu hamil trimester III.

Kata Kunci: ibu hamil trimester III, nyeri punggung bawah, kompres parutan jahe merah.

¹⁾ Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

^{2,3)} Dosen Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

DIPLOMA III NURSING PROGRAM
NURSING STUDY PROGRAM – CIREBON CAMPUS
HEALTH POLYTECHNIC OF THE MINISTRY OF HEALTH TASIKMALAYA
Scientific Paper, June 2026

***Implementation Of Grated Red Ginger Compress To Reduce Lower Back Pain
In Mrs. P And Mrs. D With Third Trimester Pregnancy In The Working Area
Of Dukupuntang Community Health Center, Cirebon Regency***

Kiela Kartika¹⁾, Badriah²⁾, Santi Wahyuni³⁾

ABSTRACT

Background: The third trimester of pregnancy is often accompanied by various physical discomforts, one of which is lower back pain. Lower back pain in pregnant women occurs due to hormonal changes, changes in body posture, increased body weight, and stretching of the muscles and ligaments as the fetus grows. According to data from the World Health Organization (2023), approximately 32% of women experience lower back pain during pregnancy. In Indonesia, the prevalence of lower back pain in pregnant women reaches 60–80% and generally increases in the third trimester. If not properly managed, lower back pain can interfere with daily activities and reduce the comfort of pregnant women. One of the non-pharmacological methods that can be used to reduce lower back pain is grated red ginger compress. **Objective:** This study aims to determine the implementation of grated red ginger compress in reducing lower back pain in third trimester pregnant women. **Methods:** This study used a qualitative method with a case study approach involving two third trimester pregnant women experiencing lower back pain. Data were collected through interviews, observations, physical examinations, and pain scale measurements using the Numeric Rating Scale (NRS). **Results:** After the implementation of grated red ginger compress for 5 consecutive days, both clients experienced a reduction in pain scale. Client 1 experienced a decrease from a pain scale of 4 (moderate pain) to 1 (mild pain), while Client 2 experienced a decrease from a pain scale of 5 (moderate pain) to 2 (mild pain). **Conclusion:** Grated red ginger compress are effective and safe as a non-pharmacological intervention to reduce low back pain and improve comfort in third-trimester pregnant women.

Keywords: third trimester pregnant women, lower back pain, grated red ginger compress.

¹⁾ Student of Diploma III Nursing Study Program, Cirebon, Health Polytechnic of the Ministry of Health Tasikmalaya

^{2,3)} Lecturer of Diploma III Nursing Study Program, Cirebon, Health Polytechnic of the Ministry of Health Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT dan junjungan Nabi besar kita Muhammad SAW. Karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, maka penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul: “Implementasi Kompres Parutan Jahe Merah Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah pada Ny.P dan Ny.D Dengan Kehamilan Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Dukupuntang Kabupaten Cirebon”

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan dalam rangka memenuhi tugas akhir dan salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Pendidikan D III Keperawatan Program Studi Keperawatan Cirebon.

Karya Tulis Ilmiah ini dapat tersusun atas kerja keras penulis serta bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan kontribusi yang cukup besar dalam penyusunan laporan studi kasus ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Tasikmalaya.
3. Eyet Hidayat, S.Pd, S.Kep., Ns, M.Kep, Sp.Kep. J. selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Cirebon sekaligus Pembimbing Akademik Penulis selama masa perkuliahan di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Hj. Badriah, SST, MPH selaku pembimbing 1 yang telah memberikan dukungan, bimbingan, arahan, motivasi, semangat, kritik dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Santi Wahyuni S.Kp, M.Kep, Sp.Mat selaku pembimbing 2 yang telah memberikan dukungan, arahan, dan motivasi dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh Dosen, Staf Tata Usaha dan Civitas Akademika Program Studi Keperawatan Cirebon.

7. Orang tua penulis, terima kasih atas doa, dukungan, kasih sayang, serta perhatian yang tidak pernah berhenti diberikan selama ini. Segala usaha dan pengorbanan yang telah diberikan menjadi penyemangat bagi penulis dalam menjalani proses perkuliahan hingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih atas kepercayaan yang selalu diberikan, sehingga penulis dapat terus berusaha dan menyelesaikan setiap tahap dengan sebaik mungkin.
8. Kakak dan adik tersayang yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi, serta menjadi sumber semangat bagi penulis dalam menghadapi setiap proses selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Sahabat-sahabat terbaik penulis “bp”, terima kasih atas doa, dukungan, semangat, dan kebersamaan yang selalu diberikan kepada penulis. Terima kasih telah senantiasa menjadi tempat berbagi cerita dan keluh kesah, baik secara langsung, maupun melalui akun instagram dan akun X yang menjadi ruang berbagi khusus bagi kita berdua belas.
10. Sahabat-sahabat tercinta “PJ YB”, terima kasih atas dukungan, doa, semangat, dan kebersamaan yang selalu diberikan kepada penulis. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, keluh kesah, dan sumber motivasi bagi penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini meskipun berada pada program studi yang berbeda.
11. Sahabat-sahabat penulis “Whare Pukapuka”, terima kasih atas doa, dukungan, dan kebersamaan yang telah diberikan sejak masa SMA hingga saat ini. Terima kasih telah menjadi teman berbagi cerita, semangat, dan cita-cita, termasuk impian besar kita bersama untuk membangun rumah sakit di masa depan.
12. Sahabat-sahabat penulis sejak kecil “Nyeblak Yuk”, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan berbagai momen sederhana yang telah dilalui bersama. Kehadiran kalian memberikan warna, tawa, dan semangat bagi penulis selama menjalani perkuliahan hingga menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
13. Teman-teman penulis “Bismillah Kuat”, terima kasih atas doa, dukungan, dan kebersamaan selama masa perkuliahan. “Bismillah Kuat” benar-benar bukan sekadar nama, tetapi juga bukti bahwa kita bisa melalui banyak hal bersama.

14. Teman-teman sekelas penulis “Bravepeeps”, terima kasih atas kebersamaan, doa, dukungan, dan semangat yang telah diberikan selama masa perkuliahan. Terima kasih telah menjadi teman seperjuangan dalam menjalani berbagai proses belajar, berbagi cerita, serta saling menguatkan satu sama lain.
15. Kepada teman-teman seangkatan penulis “Amygdala”, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan belajar penulis selama masa perkuliahan.
16. Semua pihak yang telah memberikan dukungan dan semangat sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik serta saran untuk memperbaiki Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis berharap studi kasus yang dilaksanakan ini dapat bermanfaat bagi penulis serta bagi pembaca.

Cirebon, 16 Maret 2026
Yang Membuat Pernyataan

Kiela Kartika
P20620223075

DAFTAR ISI

	Halaman
KARYA TULIS ILMIAH	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR BAGAN.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan.....	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	7
E. Keaslian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Kehamilan	9
1. Definisi Kehamilan	9
2. Perubahan Fisiologis Ibu Hamil.....	9
3. Komplikasi dalam Kehamilan.....	15
B. Konsep Nyeri Punggung dalam Kehamilan.....	16
1. Definisi Nyeri Punggung	16

2.	Etiologi Nyeri Punggung	16
3.	Manifestasi Klinik Nyeri Punggung	18
4.	Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung.....	19
5.	Pathway	22
6.	Mekanisme Nyeri	23
7.	Pengukuran Skala Nyeri.....	24
8.	Penatalaksanaan Nonfarmakologis Nyeri Punggung	27
C.	Konsep Kompres Parutan Jahe Merah	30
1.	Definisi Kompres	30
2.	Definisi Kompres Parutan Jahe Merah	30
3.	Kandungan Jahe Merah.....	31
4.	Manfaat Kompres Parutan Jahe Merah	32
5.	Prosedur Kompres Parutan Jahe Merah	33
D.	Kerangka Teori.....	36
E.	Kerangka Konsep	37
BAB III METODE KTI.....		38
A.	Rancangan KTI	38
B.	Subyek KTI	38
C.	Definisi Operasional.....	39
D.	Metode dan Teknik Pengumpulan Data	40
E.	Instrumen Pengumpulan Data	41
F.	Lokasi dan Waktu.....	41
1.	Lokasi.....	41
2.	Waktu	41
G.	Prosedur Penyusunan KTI.....	41
H.	Keabsahan Data.....	43
I.	Analisa Data	43
J.	Etika Penelitian	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		46
A.	Hasil Studi Kasus	46
1.	Gambaran Kondisi Ibu Hamil Trimester III yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Sebelum Dilakukan Tindakan Pemberian Kompres Parutan Jahe Merah.....	46

2.	Pelaksanaan Tindakan Pemberian Kompres Parutan Jahe Merah pada Ibu Hamil Trimester III yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah.....	48
3.	Respon Setelah Dilakukan Tindakan Terapi Kompres Parutan Jahe Merah.....	54
4.	Analisis Kesenjangan Antara Dua Klien.....	54
B.	Pembahasan.....	55
1.	Gambaran Kondisi Ibu Hamil Trimester III yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Sebelum Dilakukan Tindakan Pemberian Kompres Parutan Jahe Merah.....	55
2.	Pelaksanaan Tindakan Pemberian Kompres Parutan Jahe Merah pada Ibu Hamil Trimester III yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah.....	58
3.	Respon Setelah Dilakukan Terapi Kompres Parutan Jahe Merah.....	59
4.	Analisis Kesenjangan Antara Dua Klien.....	62
C.	Keterbatasan KTI	63
D.	Implikasi untuk Keperawatan	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		65
A.	Kesimpulan	65
B.	Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA.....		67

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Numeric Rating Scale.....	25

DAFTAR BAGAN

Halaman

Bagan 2.1 Pathway	22
Bagan 2.2 Kerangka Teori.....	36
Bagan 2.3 Kerangka Konsep.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI / TA

Lampiran 2 Informed Consent

Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur

Lampiran 4 Jadwal Kegiatan

Lampiran 5 Pengkajian Asuhan Keperawatan

Lampiran 6 Lembar Observasi Skala Nyeri

Lampiran 7 Lembar Penilaian Tanda-Tanda Vital

Lampiran 8 Lembar Konsultasi Bimbingan KTI

Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian