

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS KESEHATAN DAN INFORMATIKA
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Karya Ilmiah, Juli 2025**

Widya Lara

Asuhan Kebidanan Berkesinambungan Pada Ny. N Dengan Penerapan Pelaksanaan Kompres Air Jahe Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Masa Kehamilan Trimester III Di Praktek Mandiri Bidan Hasna Dewi Kota Pekanbaru

xii + 98 Halaman + 13 Tabel + 12 Lampiran

ABSTRAK

Nyeri punggung adalah salah satu ketidaknyamanan yang paling banyak dijumpai pada ibu hamil trimester III dengan angka prevalensi mencapai 70%. Nyeri punggung yang tidak diatasi atau dibiarkan dapat mengakibatkan nyeri kronis yang dapat menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Salah satu penatalaksanaan non farmakologi untuk mengurangi nyeri punggung yaitu kompres jahe, sensasi yang ditimbulkan jahe adalah rasa hangat untuk meredakan nyeri. Tujuan studi berbasis bukti ini adalah mengevaluasi efektivitas kompres air jahe hangat dalam mengurangi nyeri punggung pada kehamilan. Karya ilmiah ini menerapkan asuhan kebidanan berkesinambungan mulai dari kehamilan trimester III hingga pelayanan keluarga berencana, dengan fokus pada penerapan Evidence Based Practice (EBP) berupa pemberian terapi kompres air jahe hangat untuk manajemen nyeri punggung. Asuhan ini dilaksanakan di Praktik Mandiri Bidan Hasna Dewi Kota Pekanbaru dari bulan Januari hingga Maret 2025. Indikator keberhasilan diukur menggunakan kuesioner data pasien dan lembar observasi skala nyeri *Numerical Rating Scales* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data deskriptif digunakan untuk menggambarkan hasil pelaksanaan intervensi. Hasil asuhan kebidanan berkesinambungan pada Ny. N (34 tahun, G3P2A0H2) menunjukkan seluruh proses asuhan berjalan baik tanpa komplikasi. Sebelum dilakukan intervensi kompres air jahe hangat, skala nyeri Ny. N berada di nomor 5. Setelah dilakukan pemberian kompres air jahe hangat secara rutin selama 3 hari yang diberikan 2 kali sehari di pagi dan sore hari, keluhan nyeri menurun menjadi skala 1. Dengan demikian, kompres air jahe hangat terbukti efektif mengurangi intensitas nyeri punggung pada kehamilan. Tenaga kesehatan disarankan menerapkan teknik ini sebagai alternatif manajemen nyeri punggung.

Kata Kunci : Asuhan Kebidanan Berkesinambungan, Kompres Air Jahe Hangat, Nyeri Punggung

Daftar Bacaan : 49 Referensi (2015-2025)

**MIDWIFERY PROFESSIONAL EDUCATION PROGRAM
FACULTY OF HEALTH AND INFORMATICS
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
Evidence Based Practice, July 2025**

Widya Lara

**Continuous Midwifery Care for Mrs. N with the Implementation of Warm
Ginger Water Compresses to Reduce Back Pain in the Third Trimester of
Pregnancy at the Independent Practice of Midwife Hasna Dewi, Pekanbaru
City**

xii + 98 Pages + 13 Tables + 12 Appendices

ABSTRACT

Back pain is one of the most common discomforts found in pregnant women in the third trimester with a prevalence rate reaching 70%. Untreated or untreated back pain can result in chronic pain that can disrupt daily activities. One of the non-pharmacological treatments to reduce back pain is ginger compresses, the sensation caused by ginger is a warm feeling to relieve pain. The purpose of this evidence-based study was to evaluate the effectiveness of warm ginger water compresses in reducing back pain in pregnancy. This scientific paper applies continuous midwifery care from the third trimester of pregnancy to family planning services, with a focus on the application of Evidence Based Practice (EBP) in the form of providing warm ginger water compress therapy for back pain management. This care was carried out at the Independent Practice of Midwife Hasna Dewi, Pekanbaru City from January to March 2025. Success indicators were measured using patient data questionnaires and Numerical Rating Scales (NRS) pain scale observation sheets before and after the intervention. Descriptive data analysis was used to describe the results of the intervention implementation. The results of continuous midwifery care for Mrs. N (34 years old, G3P2A0H2) showed that the entire care process went well without complications. Before the warm ginger water compress intervention, Mrs. N's pain scale was at number 5. After routine warm ginger water compresses for 3 days, twice a day in the morning and evening, the pain complaints decreased to scale 1. Thus, warm ginger water compresses have been proven to be effective in reducing the intensity of back pain in pregnancy. Health workers are advised to apply this technique as an alternative management of back pain.

**Keywords : Continuous Midwifery Care, Warm Ginger Water Compress, Back
Pain**

References: 49 References (2015-2025)