

SKRIPSI

**PENGARUH KOMPRES HANGAT GARAM KROSOK TERHADAP
PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL
DI DESA KLINTER KECAMATAN KEJAYAN
KABUPATEN PASURUAN**



Oleh :

YULIANTI NUR FATIMAH

NIM. 202508006

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
2026**

SKRIPSI

**PENGARUH KOMPRES HANGAT GARAM KROSOK TERHADAP
PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL
DI DESA KLINTER KECAMATAN KEJAYAN
KABUPATEN PASURUAN**

*Skripsi ini dilaksanakan untuk Memperolah Gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb)
dalam Program Studi Ilmu Kebidanan Pada Program Studi S1 Kebidanan
Universitas Bina Sehat Mojokerto*



Oleh :

YULIANTI NUR FATIMAH

NIM. 202508006

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
2026**

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yulianti Nur Fatimah
NIM : 202508006
Prodi : ALIH JENJANG S1 KEBIDANAN
Fakultas : FIKES
Judul : PENGARUH KOMPRES HANGAT GARAM KROSOK TERHADAP
PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL DI DESA KLINTER
KECAMATAN KEJAYAN KABUPATEN PASURUAN

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 9/14/2026



Yulianti Nur Fatimah
202508006

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program S1 Kebidanan

Judul : Pengaruh Kompres Hangat Garam Krosok Terhadap Penurunan
Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Di Desa Klintar
Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan

Nama : Yulianti Nur Fatimah

NIM : 202508006

Pada Tanggal : 26 Agustus 2026

Oleh:

Tanda tangan



Pembimbing 1

Indra Yulianti, SST.,Bd., M.Kes
NIK. 162 601 106



Pembimbing 2

Hj. Indah Kusmindarti., SST.,Bd., M.Kes
NIK. 162 601 073



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : YULIANTI NUR FATIMAH
NIM : 202508006
Program Studi : Ilmu Kebidanan
Pada Tanggal : 26 Agustus 2026
Judul Skripsi : " PENGARUH KOMPRES HANGAT GARAM
KROSOK TERHADAP PENURUNAN NYERI
PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL DI
DESA KLINTER KECAMATAN KEJAYAN
KABUPATEN PASURUAN"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Veryudha Eka Prameswari, SST., M.Kes. (.....)
Penguji 1 : Indra Yulianti, SST., Bd., M. Kes. (.....)
Penguji 2 : Hj. Indah Kusmindarti, SST., Bd., M. Kes. (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 7 September 2026

Ka. Prodi Ilmu Kebidanan

Indra Yulianti, SST., Bd., M. Kes.

NIK : 162.601.106

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Kompres Hangat Garam Krosok terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil di Desa Klintar Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan”** dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bantuan, bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Indah Lestari, S.Kep., Ners., M.Kes., selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di lingkungan Fakultas Ilmu Kesehatan.
2. Dr. Lilik Marifatul Azizah, S.Kep.,Ns., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. Indra Yulianti, SST., Bd., M.Kes., selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan sekaligus dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, semangat, serta masukan selama penyusunan skripsi ini.
4. Hj. Indah Kusmindarti, SST., Bd., M.Kes., selaku dosen pembimbing II yang dengan penuh kesabaran memberikan arahan dan saran kepada penulis.
5. Heni Purwanti, SST., Bd., M.Keb., selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, dan masukan demi penyempurnaan skripsi penelitian ini.
6. Veryudha Eka Prameswari, S.ST., M.Keb., selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, dan masukan demi penyempurnaan skripsi penelitian ini

7. Seluruh dosen dan staf Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah membantu selama proses pendidikan berlangsung.
8. Pihak Puskesmas Kejayan dan Desa Klintar Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan selaku lahan praktik penelitian, yang telah memberikan izin, kesempatan, bantuan, serta dukungan kepada penulis sehingga penelitian dapat dilaksanakan dengan baik dan lancar.
9. Seluruh ibu hamil yang menjadi responden penelitian, yang telah bersedia meluangkan waktu, mengikuti proses penelitian, dan memberikan informasi yang diperlukan. Partisipasi dan kerja sama para responden sangat berarti dalam keberhasilan penelitian ini.
10. Kedua orang tua dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, motivasi, dukungan, serta semangat kepada penulis selama menjalani pendidikan hingga menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan dan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, selama proses penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis, institusi pendidikan, tenaga kesehatan, lahan praktik, serta dapat menjadi bahan informasi dan referensi dalam upaya memberikan pelayanan kebidanan, khususnya dalam penanganan nyeri punggung bawah pada ibu hamil dengan pendekatan nonfarmakologis.

Mojokerto, Agustus 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER DEPAN	i
HALAMAN COVER BELAKANG	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGAJUAN KEBERSEDIAAN MENGUJI SKRIPSI	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.1 Tujuan Khusus.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi Responden	6
1.4.2 Bagi Institusi Kesehatan.....	7
1.4.3 Bagi Peneliti	7
1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Ibu Hamil	9
2.1.1 Pengertian Ibu Hamil.....	9
2.1.2 Proses Terjadinya Kehamilan	10

2.1.3 Tahapan Kehamilan	14
2.1.4 Perubahan Fisiologis pada Ibu Hamil	18
2.2 Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil.....	24
2.2.1 Pengertian Nyeri Punggung Bawah	24
2.2.2 Anatomi Punggung Bawah	24
2.2.3 Prevalensi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil.....	26
2.2.4 Penyebab Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil.....	28
2.2.5 Faktor Risiko Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil	32
2.2.6 Dampak Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil	35
2.3 Penilaian Nyeri.....	37
2.3.1 Penilaian Intensitas Nyeri	37
2.3.2 Penatalaksanaan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil.....	40
2.4 Kompres Hangat.....	43
2.4.1 Pengertian Kompres Hangat	43
2.4.2 Manfaat Kompres Hangat	44
2.4.3 Mekanisme Kerja Kompres Hangat	46
2.5 Garam Krosok.....	48
2.5.1 Pengertian Garam Krosok.....	48
2.5.2 Ciri-ciri Garam Krosok.....	49
2.5.3 Manfaat Garam Krosok	51
2.5.4 SOP dan Cara Pemberian Kompres Hangat Garam Krosok Pada Ibu Hamil Dengan Nyeri Punggung Bawah.....	55
2.6 Variabel Pengganggu pada Penelitian ini	58
2.7 Kerangka Konseptual	61
2.8 Hipotesis Penelitian.....	64
BAB 3 METODE PENELITIAN	65
3.1 Desain Penelitian	65
3.2 Populasi, Sampel dan Sampling.....	65
3.2 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	67
3.2.1 Identifikasi Variabel	67
3.2.2 Definisi Operasional	68
3.3 Pengumpulan Data	68

3.3.1 Instrumen Penelitian	69
3.3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	70
3.3.3 Prosedur Penelitian	71
3.4 Analisis Data.....	75
3.5 Etika Penelitian.....	78
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	83
4.1 Hasil Penelitian	83
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	83
4.1.2 Data Umum	84
4.1.3 Data Khusus.....	86
4.2 Pembahasan	89
4.2.1 Identifikasi Kondisi Nyeri Punggung Bawah yang Dirasakan Ibu Hamil Sebelum Dilakukan Pemberian Kompres Hangat Garam Krosok di Desa Klintar Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan. 89	
4.2.2 Identifikasi Tingkat Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Sesudah Diberikan Kompres Hangat Garam Krosok di Desa Klintar Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan	91
4.2.3 Analisis Pemberian Kompres Hangat Garam Krosok terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil di Desa Klintar Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan	92
BAB 5 PENUTUP	94
5.1 Kesimpulan	94
5.2 Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN-LAMPIRAN	98

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Studi Pendahuluan dan Penelitian	98
Lampiran 2 Surat Balasan Tempat Penelitian	99
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (<i>Informed Consent</i>)	100
Lampiran 4 Lembar Observasi	101
Lampiran 5 Hasil Tabulasi Data Penelitian.....	105
Lampiran 6 Hasil Output SPSS	109
Lampiran 7 Waktu Penelitian	112
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian	113
Lampiran 9 Lembar Bimbingan Skripsi	115
Lampiran 10 Lembar Bimbingan Skripsi	118

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Ayu Restu., Erika., Dewi, Ari Pristiana. (2020). Efektivitas Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*. Volume 3, No. 1, Juni 2020, 24-31. Diakses tanggal 16 Maret 2026, (Online): <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs>
- Cahyana, I Gusti Agung Yuda Paradita., Rosidah, Nikmatur., Sumiati, I Gusti Ayu Nyoman. (2025). Edukasi dan Penanganan Fisioterapi Nyeri Punggung Bawah pada Kelompok Ibu Hamil di Praktek Mandiri Bidan. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat (Berbakti)*. Volume. 01 Nomor. 04, 145-150. Diakses Tanggal 16 Maret 2026 (online): <https://jurnal.mifandimandiri.com/index.php/berbakti>
- Handayani, P. (2022). Nyeri Kehamilan dan Penanganannya. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 14(1), 60-67.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. (2022). *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process, and Practice*. New Jersey: Pearson Education.
- Lestari, F. (2021). Pengaruh Terapi Panas terhadap Nyeri Muskuloskeletal. *Jurnal Keperawatan Klinik*, 8(2), 97-104.
- Manuaba, Ida Bagus. (2022). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2022). *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2022). *Fundamental of Nursing (9th ed.)*. St. Louis: Elsevier.
- Prabandar, Fitria., Sofiana., Sumarni., Rosmawati. (2023). Penerapan Terapi Nonfarmakologis pada Nyeri Persalinan. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*. Volume 6 Nomor 2, 152-160. Diakses tanggal 16 Maret 2026 (online): <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm>
- Pratiwi, H. (2021). Efektivitas Terapi Kompres Hangat terhadap Nyeri Otot. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 145-152.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2022). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

- Rahmawati, L. (2023). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil*. Yogyakarta: Deepublish.
- Saifuddin, Abdul Bari. (2024). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Saputra, A. (2023). *Inovasi Terapi Nonfarmakologis dalam Pelayanan Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Sari, R. (2022). *Kesehatan Ibu dan Kehamilan Normal*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukarni Icesmi & Margareth Z. H.. (2023). *Kehamilan, Persalinan, dan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Suparni., Aisyah, Risqi Dewi., Pambudi, Dwi Bagus. (2025). Optimalisasi Pemanfaatan Terapi Komplementer Dalam Kehamilan. *Jurnal Link Poltekkes*, Volume 21(1), 53-58. Diakses tanggal 16 Maret 2026 (online): <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/link>
- Sutrisno, B. (2023). *Terapi Komplementer dalam Kebidanan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Utami, N. (2022). Penatalaksanaan Nyeri pada Kehamilan. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(1), 33-40.
- Vivian Nanny Lia Dewi & Tri Sunarsih. (2022). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wulandari, S. (2022). *Pengobatan Tradisional Berbasis Bahan Alami*. Bandung: Alfabeta.