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 tanggan 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 Klinter 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

Dipindai dengan CamScanner

LEMBAR PENGAJUAN KEBERSEDIAAN MENGUJI SKRIPSI

Sehubungan dengan pelaksanaan Ujian Skripsi Mahasiswa

Judul	:	Pengaruh Kompres Hangat Garam Krosok Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan
Nama	:	Yulianti Nur Fatimah
NIM	:	202508006
Hari/ Tanggal ujian	:	Rabu, 26 Agustus 2026
Pukul	:	11.00 WIB
Tempat	:	Ruper Graha Lt 3 Ruang Kelas G3.4

Bersedia untuk menguji Skripsi dengan jadwal diatas

Tim Penguji		Tanda Tangan
Ketua	: Veryudha Eka Prameswari, SST.,Bd., M.Kes	(.....)
Anggota 1	: Indra Yulianti, SST.,Bd M.Kes	(.....)
Anggota 2	: Hj.Indah Kusmindarti, SST., Bd., M.Kes	(.....)
Moderator	: Fitri	(.....)

Mengetahui,
Ka.Prodi S1 Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI
Kab.Mojokerto

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

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 kehadirat 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 Klinter 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 Klinter 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

MOTTO

MOTTO

"TIDAK ADA PERJUANGAN YANG SIA-SIA. TETAP MELANGKAH MENCAPAI KEBERHASILAN"

PERSEMBAHAN

Rasa syukur kami kehatur Allah SWT dan sholawat kepada Rosulullah SAW, akhirnya kami persembahkan skripsi ini kepada:

Kedua orang tua dan keluarga ku yang selalu mendoakan dan mendukungku
Sahabat-sahabatku yang memberiku dukungan
Diri sendiri, sebagai bentuk apresiasi

UNIVERSITAS PPNI BINA SEHAT PPNI

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER DEPAN i
HALAMAN COVER BELAKANG ii
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS iii
LEMBARAN PERSETUJUAN iv
LEMBAR PENGAJUAN KEBERSEDIAAN MENGUJI SKRIPSI v
LEMBAR PENGESAHAN vi
KATA PENGANTAR vii
MOTTO ix
ABSTRACT x
ABSTRAK xi
DAFTAR ISI xii
DAFTAR TABEL xv
DAFTAR GAMBAR xvi
DAFTAR LAMPIRAN xvii
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 65
BAB 3 METODE PENELITIAN 66
3.1 Desain Penelitian 66
3.2 Populasi, Sampel dan Sampling 66
3.2 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional 68
3.2.1 Identifikasi Variabel 68
3.2.2 Definisi Operasional 69
3.3 Pengumpulan Data 69

3.3.1 Instrumen Penelitian 70
3.3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian 71
3.3.3 Prosedur Penelitian 72
3.4 Analisis Data 76
3.5 Etika Penelitian 79
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 84
4.1 Hasil Penelitian 84
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian 84
4.1.2 Data Umum 85
4.1.3 Data Khusus 87
4.2 Pembahasan 90
4.2.1 Identifikasi Kondisi Nyeri Punggung Bawah yang Dirasakan Ibu Hamil Sebelum Dilakukan Pemberian Kompres Hangat Garam Krosok di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan. 90
4.2.2 Identifikasi Tingkat Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Sesudah Diberikan Kompres Hangat Garam Krosok di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan 92
4.2.3 Analisis Pemberian Kompres Hangat Garam Krosok terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan 93
BAB 5 PENUTUP 95
5.1 Kesimpulan 95
5.2 Saran 96
DAFTAR PUSTAKA 97
LAMPIRAN-LAMPIRAN 99

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel 69

Tabel 3. 2 Indikator Instrumen Penelitian 70

Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Pada Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan 85

Tabel 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Pada Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan 85

Tabel 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Hamil di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan 86

Tabel 4. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Trimester Kehamilan Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan.....86

Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kehamilan Ke-.....87

Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jarak Kehamilan pada Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan 87

Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Sebelum Pemberian Intervensi pada Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan .87

Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Sesudah Pemberian Intervensi pada Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan .88

Tabel 4. 9 Tabulasi Silang Kategori Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi Kompres Hangat Garam Krosok pada Ibu Hamil di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan 88

Tabel 4. 10 Perubahan Rata-Rata Nilai Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan .89

Tabel 4. 11 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Ibu Hamil Di Desa Klinter Kecamatan Kejayan Kabupaten Pasuruan 90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 : Kerangka Teoril Pengaruh Kompres Hangat Garam Krosok..... 630
Gambar 2. 2 : Kerangka Konseptual Pengaruh Kompres Hangat Garam Krosok 633
No table of figures entries found.

UNIVERSITAS
PPNI
BINA SEHAT PPNI

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Studi Pendahuluan dan Penelitian 99
Lampiran 2 Surat Balasan Tempat Penelitian 100
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*) 101
Lampiran 4 Lembar Observasi 102
Lampiran 5 Hasil Tabulasi Data Penelitian 106
Lampiran 6 Hasil Output SPSS 110
Lampiran 7 Waktu Penelitian 113
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian 114
Lampiran 9 Lembar Uji Kemiripan 116
Lampiran 10 Lembar Bimbingan Skripsi 118

UNIVERSITAS
PPNI
BINA SEHAT PPNI

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.