

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH PEMBERIAN *ICE MESSAGE* TERHADAP PENURUNAN
INTENSITAS NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL MULTIGRAVIDA
TRIMESTER III USIA DIATAS 35TAHUN
DI PBM CAECILIA GADANG
KOTA MALANG**



**OLEH
WINDY YUNIA TRI LESTARI
NIM 16.2.045**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN
MALANG
2018**

**PENGARUH PEMBERIAN *ICE MESSAGE* TERHADAP PENURUNAN
INTENSITAS NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL MULTIGRAVIDA
TRIMESTER III USIA DIATAS 35 TAHUN
DI PBM CAECILIA GADANG
KOTA MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Kebidanan Politeknik Kesehatan
Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang



**OLEH :
WINDY YUNIA TRI LESTARI
NIM 16.2.045**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN
MALANG
2018**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Windy Yunia Tri Lestari
Tempat / tanggal lahir : Malang, 06 Juni 1996
NIM : 16.2.045
Alamat : Jl. Piere Tendean RT.04 RW.03 Pepen Desa Mojosari,
Kecamatan Kepanjen, Kabupaten Malang

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Pengaruh Pemberian *Ice Message* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun di PBM Caecilia Gadang Kota Malang" merupakan hasil karya sendiri tetapi mengacu pada jurnal penelitian terdahulu untuk memperoleh gelar dari jenjang pendidikan di Poltekkes RS dr. Soepraoen Kesdam V Brawijaya Malang.

Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, Februari 2019
Yang Menyatakan,



Windy Yunia Tri Lestari
NIM 16.2.045

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

"Pengaruh Pemberian *Ice Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri
Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun di
PBM Caecilia Gadang Kota Malang"

Nama: Windy Yunia Tri Lestari

NIM: 16.2.045

Telah disetujui untuk diujikan di depan tim penguji

Tanggal Persetujuan

Februari 2019

Oleh:

Pembimbing I



Ismiatun, SST, MM

Pembimbing II



Rani Safitri, SST, M.Keb

LEMBAR PENGESAHAN


Karya Tulis Ilmiah dengan judul: "Pengaruh Pemberian *Ice Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun di PMB Caecilia Gadang Kota Malang" telah dipertahankan dan disetujui pada sidang Proposal Karya Tulis Ilmiah di Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan RS.dr. Soepraoen Malang.

Nama : Windy Yunia Tri Lestari

NIM : 16.2.045

Tanggal: Februari 2019

OLEH TIM PENGUJI

1. Sulistiyah, S.SiT., M.Kes : ()

2. Rani Safitri, S.ST., M.Keb : ()

3. Ismiatun, S.ST., MM : ()

Malang, Februari 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen



Rani Safitri, S.ST., M.Keb.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama : Windy Yunia Tri Lestari
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat, Tanggal Lahir : Malang, 06 Juni 1996
4. Agama : Islam
5. Kewarganegaraan : Indonesia
6. Alamat : Jl. Piere Tendean RT.04 RW.03 Pepen
Mojosari, Kepanjen, Kabupaten Malang
7. Pendidikan : - SD Negeri Mojosari Kepanjen
(Lulus Tahun Ajaran 2008)
- SMP Negeri 01 Kepanjen
(Lulus Tahun Ajaran 2011)
- SMA PGRI Kepanjen
(Lulus Tahun Ajaran 2015)
8. Nama Keluarga
 - Ayah
 - Nama : Lastari
 - Tempat, Tanggal Lahir : Malang, 01 Desember 1953
 - Agama : Islam
 - Kewarganegaraan : Indonesia
 - Pekerjaan : Petani
 - Ibu
 - Nama : Wiji Astutik
 - Tempat, Tanggal Lahir : Malang, 13 Agustus 1962
 - Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

- Kakak

Nama : Ika Rahayu Verawati

Tempat, Tanggal Lahir : Malang, 08 Agustus 1983

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Pekerjaan : Pedagang

- Kakak

Nama : Arif Wijaya

Tempat, Tanggal Lahir : Malang, 21 Agustus 1989

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Pekerjaan : Karyawan Swasta

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Hormat Saya,

Windy Yunia Tri Lestari

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul: “Pengaruh Pemberian *Ice Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun di PBM Caecilia Gadang Kota Malang”.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Diploma III Kebidanan di Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, peneliti mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Letkol Ckm Arief Efendi, S.MPh., S.H., S.Kep. Ners., MM., M.Kes selaku Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
2. Rani Safitri, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Kebidanan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang dan selaku pembimbing II dan penguji II yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah
3. Ismiatun, S.ST., MM., selaku pembimbing I dan penguji III yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah
4. Sulistiyah, S.S.iT., M.Kes., selaku penguji I dalam sidang Karya Tulis Ilmiah
5. Caecilia Winarsih, S.Tr.Keb., selaku pemilik PBM tempat peneliti melakukan Penelitian.
6. Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi, atas segala doa, bimbingan dan dukungannya.
7. Sahabat – sahabat saya yang selalu memberikan dukungan dan bantuannya.
8. Semua pihak yang telah banyak membantu sehingga penelitian ini selesai.

Peneliti menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca.

Malang, Desember 2018

Peneliti

ABSTRAK

Lestari, Windy Yunia Tri, 2018. Pengaruh Pemberian *Ice Message* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun di PMB Caecilia Gadang Kota Malang Karya Tulis Ilmiah Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang Prodi DIII Kebidanan. Pembimbing I Ismiatun, S.ST., MM, Pembimbing II Rani Safitri, S.ST., M.Keb.

Nyeri punggung merupakan ketidaknyamanan yang dirasakan ibu hamil terutama pada kehamilan trimester III. Nyeri punggung dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu aktifitas, paritas, usia dan perubahan bentuk tubuh karena pembesaran uterus. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil adalah dengan melakukan *ice message*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian *Ice Message* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun di PMB Caecilia Gadang Kota Malang. Penelitian dilaksanakan pada bulan November – Desember 2018. Desain penelitian menggunakan *pre-eksperimen*. Populasi semua ibu hamil sebanyak 20 orang. Teknik sampling *purposive sampling*. Sampel ibu hamil multigravida trimester III usia diatas 35 tahun yang mengalami nyeri punggung sebanyak 10 orang. Data analisis menggunakan Uji *Paired T-test*, diperoleh t hitung = 5.014 dengan nilai signifikan sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang artinya ada pengaruh pemberian *ice message* terhadap penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil multigravida trimester III usia diatas 35 tahun. Menunjukkan hasil 0,001 dimana α (0,05) yang berarti p value kurang dari α yang menunjukkan H_0 ditolak dan H_1 diterima yakni ada pengaruh pemberian *ice message* terhadap penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil multigravida trimester III usia diatas 35 tahun di PMB Caecilia Gadang Kota Malang. Saran bagi ibu hamil multigravida yang mengalami nyeri punggung dapat menggunakan alternatif pemakaian *ice message* .

Kata Kunci : *ice message*, multigravida, nyeri punggung

ABSTRACT

Lestari, Windy Yunia Tri, 2018. Effect of Ice Message Giving on Decreasing Back Pain Intensity in Multigravidian Pregnant Women Third Trimester Age Over 35 Years in PMB Caecilia Gadang City Malang Scientific Writing of Polytechnic of RS Dr. Soepraoen Malang Prodi DIII Midwifery. Advisor I Ismiatun, S.ST., MM, Advisor II Rani Safitri, S.ST., M.Keb.

Back pain is one of the discomforts felt by pregnant women, especially in the third trimester of pregnancy. Back pain can be caused by several factors, namely activity, parity, age and changes in body shape due to enlarged uterus. One effort that can be done to reduce the intensity of back pain in pregnant women is to do an ice message. This study aims to determine the effect of giving an ice message on the reduction of back pain intensity in III trimester multigravida pregnant women over 35 years of age in PMB Caecilia Gadang Malang City. The study was conducted in November - December 2018. The study design used pre-experiment. The population of all pregnant women is 20 people. Purposive sampling sampling technique. The sample of third trimester multigravida pregnant women aged over 35 years who experienced back pain as many as 10 people. Data analysis using Paired T-test, obtained t count = 5.014 with a significant value of 0.001 ($p < 0.05$) which means that there is the effect of giving ice message to decrease the intensity of back pain in trimester III multigravida pregnant women aged over 35 years. It shows the results of 0.001 where α (0.05) which means p value is less than α which shows H_0 is rejected and H_1 is accepted ie there is the effect of giving ice message to decrease the intensity of back pain in trimester III multigravida pregnant women aged over 35 years in PMB Caecilia Gadang City Poor. Recommendation for multigravida pregnant women who experience back pain can use alternative use of ice messages.

Keywords: ice message, multigravidian, back pain

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan	4
1.4.2 Bagi Tempat Penelitian	5
1.4.3 Bagi Responden.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Dasar Kehamilan	6
2.1.1 Pengertian Kehamilan.....	6

2.1.2	Tanda – Tanda Kehamilan.....	7
2.1.3	Kebutuhan Dasar Ibu Hamil.....	10
2.1.4	Kehamilan Trimester III.....	11
2.1.5	Perubahan Pada Kehamilan Trimester III	13
2.1.6	Ketidaknyamanan Selama Kehamilan Trimester III	15
2.2	Konsep Dasar Nyeri Punggung	16
2.2.1	Pengertian Nyeri Punggung	16
2.2.2	Etiologi.....	17
2.2.3	Patofisiologi Nyeri Punggung.....	20
2.2.4	Penanganan Nyeri Punggung.....	16
2.2.5	Proses Terjadinya Nyeri Punggung Pada Kehamilan Trimester III ..	22
2.2.6	Intensitas Nyeri	22
2.3	Konsep Dasar <i>Ice Message</i>	23
2.3.1	Pengertian <i>Ice Message</i>	23
2.3.2	Keuntungan <i>Ice Message</i>	24
2.3.3	Cara Pemberian	24
2.3.4	Patofisiologi <i>Ice Message</i> Untuk Mengurangi Rasa Nyeri	25
2.4	Kerangka Konsep.....	27
2.5	Hipotesis.....	29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1	Desain Penelitian	30
3.2	Kerangka Kerja.....	31
3.3	Populasi, Sampel dan <i>Sampling</i>	32
3.3.1	Populasi	32
3.3.2	Sampel.....	32
3.3.3	<i>Sampling</i>	33

3.4	Variabel Penelitian	33
3.4.1	Variabel Bebas (Variabel Independent)	33
3.4.2	Variabel Tergantung (Variabel Dependent)	33
3.5	Definisi Operasional.....	34
3.6	Pelaksanaan Penelitian	34
3.7	Teknik Pengumpulan Data.....	34
3.8	Analisis Data	36
3.8.1	Analisis Univariate (Analisis Deskriptif)	36
3.8.2	Analisis Bivariate	36
3.9	Teknik Pengolahan Data.....	36
3.9.1	Editing	36
3.9.2	Coding.....	36
3.9.3	Tabulating	38
3.9.4	Entry	38
3.9.5	Cleaning.....	38
3.10	Etika Penelitian	38
3.10.1	Informed Consent (Lembar Persetujuan).....	38
3.10.2	Anonymity (Tanpa Nama)	39
3.10.3	Confidentiality (Kerahasiaan)	39

BAB IV HASIL PENELITIAN

4.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	40
4.2	Data Umum	41
4.2.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	41
4.2.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Gravida	41
4.2.3	Karakteristik responden Berdasarkan Pendidikan.....	42
4.3	Data Khusus.....	42

4.3.1	Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sebelum Diberikan <i>Ice Message</i> di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	42
4.3.2	Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sesudah Diberikan <i>Ice Message</i> di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	43
4.3.3	Pengaruh Pemberian <i>Ice Message</i> Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	44
4.4	Hasil Analisis Bivariate (Uji <i>Paired Simple t-Test</i>).....	46

BAB V PEMBAHASAN

5.1	Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sebelum Diberikan <i>Ice Message</i> di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	48
5.2	Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sesudah Diberikan <i>Ice Message</i> di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	50
5.3	Menganalisis Pengaruh Pemberian <i>Ice Message</i> Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun di PMB Cecilia Gadang Kota Malang	52
5.4	Keterbatasan Penelitian	53

BAB VI PENUTUP

6.1	Kesimpulan.....	54
6.1.1	Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sebelum Diberikan <i>Ice Message</i> di PMB	

Caecilia gadang Kota Malang.....	54
6.1.2 Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sesudah Diberikan <i>Ice Message</i> di PMB Caecilia gadang Kota Malang.....	54
6.1.3 Pengaruh pemberian <i>Ice Message</i> Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun PMB Caecilia gadang Kota Malang.....	54
6.2 Saran.....	55
6.2.1 Bagi Institusi Pendidikan.....	55
6.2.2 Bagi Responden.....	55
6.2.3 Bagi Tempat Penelitian	55
6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	55

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

No	Daftar Tabel	Halaman
	Tabel 2.1.2 Perubahan Pada Kehamilan Trimester III	12
Tabel 3.5	Definisi Operasional Pengaruh Pemberian <i>Ice Message</i> Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Diatas Usia 35 Tahun	34
Tabel 4.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	41
Tabel 4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Gravida.....	41
Tabel 4.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	42
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sebelum Diberikan <i>Ice Message</i> Di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	43
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sebelum Diberikan <i>Ice Message</i> Di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	44
Tabel 4.6	Tabulasi Silang Karakteristik Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sebelum Dan Sesudah Diberikan <i>Ice Message</i> Di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	45
Tabel 4.7	Pengaruh Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sebelum Dan Sesudah Diberikan <i>Ice Message</i> Di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	46

DAFTAR GAMBAR

No	Daftar Gambar	Halaman
	<hr/>	
	Gambar 2.1 Perubahan Bentuk Punggung Ibu Hamil.....	16
	Gambar 2.2 Skala Intensitas Nyeri Numerik	18
	Gambar 2.3 Kirbat Es	20
	Gambar 2.4 Pemakaian Kirbat Es Pada Punggung.....	20
	Gambar 2.5 Pengaruh Pemberian <i>Ice Message</i> Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Diatas Usia 35 Tahun.....	23
	Gambar 3.1 Kerangka Kerja Pengaruh Pemberian <i>Ice Message</i> Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Diatas Usia 35 Tahun	26
	Gambar 4.1 Grafik Karakteristik Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III Usia Diatas 35 Tahun Sebelum dan Sesudah Diberikan <i>Ice Message</i> Di PMB Caecilia Gadang Kota Malang	46

DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul Lampiran
Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Karya Tulis Ilmiah
Lampiran 2	Surat Pengantar Studi Pendahuluan
Lampiran 3	Surat Balasan Pengantar Studi Pendahuluan
Lampiran 4	Surat Permohonan Menjadi Responden Penelitian
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
Lampiran 6	SPO (Standart Prosedur Operasional)
Lampiran 7	Lembar Wawancara
Lampiran 8	Lembar Observasi
Lampiran 9	Lembar Checklist
Lampiran 10	Master Sheet
Lampiran 11	Dokumentasi
Lampiran 12	Lembar Konsultasi Pembimbing I
Lampiran 13	Lembar Konsultasi Pembimbing II

DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

Arti Lambang :

%	: Persentase
(...)	: Tanda kurung
,	: Koma
.	: Titik
/	: Atau
:	: Titik Dua
?	: Tanda Tanya
“	: Tanda kutip
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
-	: Sampai dengan
=	: Sama dengan
&	: Dan

Arti Singkatan :

AMd.Keb	: Ahli Madya Kebidanan
Ckm	: Corps Kesehatan Militer
cm	: Sentimeter
DEPKES	: Departemen Kesehatan
dr.	: Dokter
Dkk	: Dan kawan-kawan
Jl	: Jalan
Kaprodi	: Kepala Program Studi

Kg	: Kilogram
Letkol	: Letnan Kolonel
MM	: Magister Manajemen
MPH	: Maister Public Health
M.Keb	: Magister Kebidanan
M.Kes	: Magister Kesehatan
M.Pd	: Magister Pendidikan
M.Si	: Magister Sains
NIM	: Nomer Induk Mahasiswa
PBM	: Praktek Bidan Mandiri
Poltekkes	: Politeknik Kesehatan
RS	: Rumah Sakit
S.MPh	: Sarjana Muda Physioterapi
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
SPO	: Standart Prosedur Operasional
S.SiT	: Sarjana Sains
SST	: Sarjana Sains Terapan
S.H	: Sarjana Hukum
WHO	: World Health Organization